



Membuat Spiritual Timeline

- Dalam membuat timeline ini, tidak ada benar ataupun salah (sangat fleksibel sifatnya). Silakan Saudara berkreasi dengan kreatif.
- Timeline tidak harus dalam satu garis lurus. Anda bisa merefleksikan masa sedih dan bahagia dalam kehidupan kerohanian Saudara dalam bentuk kurva bukit (garis naik) atau lembah (garis turun). Saudara juga bisa menggambarinya dalam bentuk sebuah kisah perjalanan hidup Saudara.
- Beberapa contoh poin yang bisa Saudara buat dalam Spiritual Timeline:
 - Sejarah hidup – merupakan rekam jejak kehidupan Saudara sampai sejauh ini (cth: kelahiran Saudara, pergi ke sekolah, saudara kandung lahir)
 - *Highlights* – merupakan bagian penting dalam kehidupan Saudara, bisa tentang seseorang atau juga suatu kejadian (cth: lahir baru secara rohani, memberikan hidup bagi Tuhan, retreat, perjalanan atau liburan)
 - Pembentukan hati – berkaitan dengan hal-hal yang membentuk siapa dan bagaimana Saudara sekarang (cth: orang tua bercerai, patah hati, pengalaman atas kejadian-kejadian buruk)
 - Pertolongan Tuhan – kejadian-kejadian dimana Saudara melihat pertolongan Tuhan dalam kehidupan kerohanian Saudara, kejadian yang membawa Saudara kembali dekat kepada Tuhan
- Tempatkan pengalaman bahagia Saudara di atas nilai “0” pada garis horizontal (mendatar), dan sebaliknya untuk kejadian-kejadian sedih, Saudara bisa menempatkannya dibawah nilai “0” pada garis horizontal.
- Jangan lupa untuk memperhatikan tingkatan perasaan yang dirasakan dari pengalaman Saudara, baik itu sedih ataupun bahagia. Saudara bisa memberikan nilai/level/tingkatan di setiap kejadian yang Saudara alami.
- Saudara bisa melihat contoh Spiritual Timeline yang terlampir sebagai gambaran (Sekali lagi, silakan Saudara berkreasi sesuai kreativitas Saudara).