

»UDARIŠE SUZE ISUSU«
Biblija i ljudska osećanja

POUKA ZA MLADE

Januar, februar, mart 2011

Sadržaj:

1. Osećanja	4
2. Božje rešenje za naše brige	13
3. Stres	22
4. Međuljudski odnosi	31
5. Svest o krivici	40
6. Pravilno i pozitivno razmišljanje	49
7. Nada protiv depresije	58
8. Prilagodljivost	67
9. Samopoštovanje	76
10. Ljubomora i zavist	85
11. Slobodni od robovanja zlim navikama	94
12. Priroda kao izvor zdravlja	103
13. Zajednica sa Isusom Hristom	112

UDARIŠE SUZE ISUSU, Grupa autora

Broj 1/2011.

Priprema:

Hrišćanska adventistička crkva, Odeljenje za subotnu školu

Odgovara:

Igor Bosnić

Saradnica na ovom izdanju:

Tamara Babić

Izdaje:

TIP PREPOROD, Beograd

Za izdavača:

Dragan Pejovski,

11000 Beograd, Radoslava Grujića 4

Tabele zalaska Sunca priprema mr Radomir Grujić

Štampa:

»Preporod«, Beograd, 2010.

Tiraž: 350

www.subotnaskola.org

Na osnovu mišljenja Republičkog sekretarijata za kulturu SRS broj 413–133/72–02 od 19. III 1973. godine oslobođeno plaćanja osnovnog poreza na promet

Kako da dobijete najviše iz biblijske pouke za mlade

Činjenice koje treba da znate

Biblijske pouke za mlade zasnovane su na uverenju da je Božja reč sila koja menja i da je grupno proučavanje važan način dobijanja te sile. Svrha biblijskih pouka za mlade je da se mladim adventistima sedmog dana pruži sredstvo za predano proučavanje zajedničkih tema o kojima će moći da razgovaraju svake sedmice u subotnoj školi. Mnogi koji proučavaju biblijske pouke za odrasle otkrivaju da ovo izdanje za mlade obogaćuje proučavanje biblijskih pouka jer one obrađuju iste teme i zato mogu da posluže kao dodatno gradivo.

Četiri stotine mladih adventista učestvuje u pisanju biblijskih pouka za mlade svake godine. Široki izbor i povremeno ponavljanje sadržaja odražava veliku raznolikost njenih pisaca širom sveta i kako oni pojedinačno doživljavaju temu koju proučavaju. Štampa se oko 70.000 primeraka biblijske pouke za mlade.

Smernice za proučavanje

1. U molitvi otvorite svoj um za vođstvo Svetog Duha dok proučavate.
2. Biblijski izvori na kojima se zasniva pouka za određenu sedmicu štampani su boldiranim slovima u delu pouke nazvanom »Logos«. Pročitajte sve tekstove.
3. Biblijski izvori za određenu sedmicu obično su podeljeni na delove na stranicama »Logosa«. Pri proučavanju ovih delova pažljivo pročitajte biblijske tekstove koji se nalaze pored naslova pre nego što pročitate komentare ispod tih naslova.
4. Čitajte druge delove tokom sedmice sa stanovišta koje ste stekli na temelju ličnog proučavanja biblijskih tekstova.
5. Imajte na umu ciljeve pojedinih delova biblijskih pouka:
 - »Uvod« – oblikovan tako da podstakne vaše interesovanje i usmeri razmišljanje na temu sedmice.
 - »Logos« – vodič za direktno proučavanje biblijskih tekstova za tu sedmicu.
 - »Svedočanstvo« – stavovi Elen Vajt u odnosu na temu pouke.
 - »Dokazi« – pristup pitanjima koja su postavljena u pouci s istorijskog, naučnog, filozofskog ili teološkog stanovišta.
 - »Primena« – kako da misli izložene u pouci primenite u svakodnevnom životu.
 - »Razumevanje« – lični stavovi u odnosu na pouku, a svrha je da podstakne na dalje razmišljanje i razgovor.
 - »Istraživanje« – obaveštava čitaoca o mnoštvu podsticajnih, kreativnih načina za istraživanje teme sedmične pouke.

Biblijske pouke za mlade i Crkva: Biblijska pouka za mlade je odobrena od strane Generalne konferencije. Ona podržava verovanja Crkve adventista sedmog dana. Ipak, njen sadržaj ne treba smatrati službenim izjavama crkve.

Pouka 1

od 25. do 31. decembra 2010.



Emocije

»Zaista, zaista vam kažem da ćete vi zaplakati i zaridati, a svet će se radovati; i vi ćete žalosni biti, ali će se vaša žalost okrenuti na radost«
(Jovan 16,20).

25. decembar 2010.

PREPUŠTANJE EMOCIJAMA

UVOD (Priče Solomunove 3,5.6; Jovan 5,19)

Su

Jedna od definicija reči *emocija* je sledeća: mentalno stanje koje se javlja spontano, bez svesnog napora, i često je udruženo sa fiziološkim promenama; osećanje.«¹

Iako je reč *emocija* apstraktna imenica, emocije nas često navode na određena dela. Ako osećamo ljutnju, možda ćemo napasti osobu na koju smo ljuti. Ako smo tužni, mogli bismo da zaplačemo zbog situacije koja čini da se tako osećamo. Često se nađemo u okolnostima kada je najbolje ne dozvoliti emocijama da kontrolišu naše ponašanje. Znači, mora postojati neko merilo prema kome neke emocije zahtevaju akciju, a neke ne.

U Pričama Solomunovim 3,5.6, saznajemo šta ili ko je to merilo. Ovi stihovi nas ohrabruju da se uzdamo u Gospoda, da tražimo Njegovo vođstvo u svemu što radimo da bi On mogao da upravlja našim putevima.

Zašto treba u potpunosti da verujemo Bogu? Prvi razlog je to što je naše razumevanje često ograničeno. Mi ne znamo sve činjenice o situaciji koja bi mogla dovesti do toga da doživimo snažne emocije. Drugi razlog je to što emocije često mogu da pomrače naše shvatanje situacije. Ponekad je teško razumeti istinu o datom događaju ako smo zbog toga ljuti ili tužni. Ipak, Otac nam je dao divan primer u svom Sinu, Isusu Hristu. Hristos se istrajno oslanjao na Oca za vođstvo i usmerenje. On izjavljuje u Jovanu 5,19: »Zaista, zaista vam kažem: sin ne može ništa činiti sam od sebe nego što vidi da otac čini; jer što on čini ono i sin čini onako.«

Zašto treba u potpunosti da verujemo Bogu?

Kao hrišćani koji po svojoj volji teže da slede Hrista, moramo s vremenom naučiti da ništa ne činimo sami. Kada vas emocije navode da učinite nešto što je po vašem mišljenju ispravno, treba ipak da se setite da zatražite Isusovo vođstvo. Potrebno je da naučimo da uvažavamo Njegov autoritet na svim svojim putevima. Ako se ostave bez nadzora, naše emocije – koje su po definiciji spontane – neće nam doneti postojanost i stabilnost. Dok proučavate pouku za ovu sedmicu, koja govori o emocijama, donesite odluku da će vašim postupcima upravljati Hristos, a ne vaša osećanja.

Aleksandra E. Arnold, Fort Vošington, Merilend, SAD

1 *The American Heritage Dictionary of the English Language, fourth edition*, <http://www.answers.com/topic/emotion>

Ne

UHVACEN U MREŽU OSEĆANJA

LOGOS (2. Samuilova 13; Luka 19;28-44; Jovan 16,17-24; Galatima 5,22; Kološanima 3,12-14)

Opasnost od emocija (2. Samuilova 13)

Živimo u svetu u kome nas ohrabruju da sledimo svoje srce i da činimo ono što nam prija. Međutim, nažalost, ljudske emocije su često nepostojane i promenljive. One su posebno opasne kad nisu potčinjene Bogu i kad srce nije spremno da bude vođeno Duhom. Jeremija 17,9 tvrdi da je »srce ... prevarno više svega i opako«. U priči o Amnonu i Tamari, Amnon se zaljubljuje u Tamaru, svoju sestru. On je siluje, a zatim je ostavlja, osramoćenu i neželjenu. Amnonovo impulsivno, emocijama vođeno ponašanje, navelo ga je da prekrši Božji zakon. To je nanelo bol i sramotu njegovoj porodici i njemu samom. Dopushtanje emocijama da nas vode, često na kraju dovodi do nepopravljivo loših posledica.

Božja sila u Duhu (Galatima 5,22)

Amnon je bio buntovan i nedostajala mu je samokontrola. Ali čak ni njegov brutalni postupak nije bio izvan domašaja isceljujuće sile Svetog Duha. Bog je mogao da mu stvori čisto srce i da obnovi ispravan duh u njemu (Psalam 51,10), ali takvo obnovenje zavisilo bi od njegove dobre volje i predanja. Bog nas ne napušta samo zbog toga što nam nije stalo da se ponašamo ispravno. Prva poslanica Jovanova 3,20 uči nas da ne treba da se plašimo kad nas naše srce osuđuje, jer »Bog je veći od srca našega i zna sve.«

Prvo moramo verovati da je On u stanju da nas popravi. Zatim Mu moramo dopustiti da to i učini. Duhom i verom u Hrista, stičemo sposobnost da živimo na način koji nije diktiran našim emotivnim impulsima. Umesto toga, dobijamo silu da živimo pravedno. Čitajte Galatima 5,22.23.

Život u Hristu osposobljava nas da vladamo svojim emocijama na taj način što tražimo od Njega da vlada u nama. »Po duhu hodite, i želja telesnih ne izvršujte« (Galatima 5,16).

Reagovati u ljubavi pokazujući razumevanje (Kološanima 3,12-14)

Ponekad nam je nemoguće da drugima oprostimo bol koji su nam naneli. Tamara, Avesalom i David su bili veoma ljuti zbog zla koje je Amnon počinio. To je imalo za posledicu da je Avesalom preuzeo osvetu u sopstvene ruke ubivši svog brata. Bog nas je pozvao da opraštamo kao što je On oprostio nama (Kološanima 3,13). Srećom, On ne želi da to činimo svojom sopstvenom snagom. Upravo nam razumevanje milosti i saosećanja koje je Hristos pokazao prema nama daje snagu da oprostimo drugima kad greše prema nama. Dok rastemo u svom odnosu sa Hristom, mi sve više ličimo na Njega. Učimo da cenimo lepotu saosećanja i ljubaznosti, snagu poniznosti i nežnosti, i mudrost strpljenja. S vremenom, mi učimo da opraštamo kao što je Bog oprostio nama. Rastenje u poznavanju Boga pomaže nam da naučimo kako da prestanemo da reagujemo impulsivno i uči nas kako da postupamo ispravno.

Istina o emocijama (Jovan 16,17-24)

Emocije nisu sve loše. U stvari, mnoge od njih su dar od Boga. One nas osposobljavaju da uspostavljamo odnose jedni sa drugima. Bez emocija, ne bismo bili u stanju da iskusimo život u njegovoj punini. Emocije, i pozitivne i negativne, jesu oruđe koje Bog koristi da bi nas naučio važnim stvarima i da bi izgradio naš karakter. Biti hrišćanin ne znači da ćeš uvek biti srećan. Uvek će biti trenutaka kada ćeš se osećati ljutito, tužno ili uplašeno – i to je u redu. David, čovek po Božjem srcu, doživeo je mnoge emotivne uspone i padove. Isus je sam rekao: »Zaista, zaista vam kažem da ćete vi zaplakati i zaridati, a svet će se radovati; i vi ćete žalostni biti, ali će se vaša žalost okrenuti na radost« (Jovan 16,20).

Bog razume (Luka 19,28-44; Jevrejima 3,15)

U Luki 19,42 vidimo Isusa koji plače nad Jerusalimom, znajući nevolje i razaranje s kojima će se suočiti. U bolu i saosećanju On kaže: »Kad bi i ti /Jerusalime/ znao u ovaj tvoj dan što je za mir tvoj! ali je sad sakriveno od očiju tvojih.« Pročitajte takođe i Matej 23,37.

Bog se brine o svojoj deci. On je Bog koji nas razume i koji želi da nas zaštiti od patnji, iako možda ima trenutaka kada Ga mi odbacujemo. Tamara se verovatno pitala zašto je Bog dozvolio da je Amnon siluje. Osećala se odbačenom, osramoćenom, duboko poniženom, napuštenom i bezvrednom. Međutim, čak i tada, Bog je čeznuo da izleči njen bol.

Kao Božjoj deci, »radost Gospodnja je naša sila.« To ne znači da nećemo imati poteškoća sa svojim osećanjima. To zapravo znači da ćemo biti u mogućnosti da nađemo utehu i snagu u Bogu. Iako naša osećanja i okolnosti mogu biti izvan naše kontrole, znamo da Bog i dalje ima kontrolu nad našim životom i da On može uneti red u naša osećanja. Znamo da On može da nam da mir koji prevazilazi našu sposobnost razumevanja (Filipljanima 4,7), da On obećava da će biti naše utočište i sila, »pomoć koja se u nevolji brzo nalazi« (Psalam 46,1). Njemu su poznate naše borbe i On potpuno razume kako se osećamo. Čitajte Jevrejima 4,15.16. Bog te razume i želi da imaš kontrolu nad svojim emocijama.

ODGOVORITE

1. Šta je trebalo Amnon da uradi da bi ispravio svoja dela?
2. Kako Bog zahteva od nas da odgovorimo nekome ko je ravnodušan prema tome što njegovi postupci povređuju druge?
3. Objasnite u kojim situacijama oprostiti nekome ne mora obavezno da podrazumeva i obnoviti odnose sa tom osobom.

Elijana K. Denis, Bolingbruk, Illinois, SAD

UTICAJ BOŽJE BLAGODATI

SVEDOČANSTVO (Jovan 16,20.24)

Emocije su u velikoj meri deo našeg života. Kada je Bog stvarao ljude, Njegove misli su bile svete, a Njegovi planovi za nas plemeniti. Adam i Eva su imali dobro izbalansiran um, ali zbog greha, mi smo postali oštećeni i nesveti. Apostol Pavle kaže: »Telesno mudrovanje smrt je, a duhovno mudrovanje život je i mir« (Rimljanima 8,6). Naše emocije igraju glavnu ulogu u našem životu. One nam pomažu da donosimo svakodnevne odluke, a ako nisu vođene Božjim Duhom, mogu nam naneti veliku štetu – možda čak i smrt. »Nije mudro da gledamo sebe i proučavamo svoja osećanja. Ako to činimo,

»Kad Božji Duh obuzme srce, on preobražava život.«

neprijatelj će nam prikazati teškoće i iskušenja koja slabe veru i oduzimaju hrabrost. Pažljivo ispitivanje ličnih osećanja i prepuštanje tim osećanjima znači gajiti sumnje i uhvatiti se u zamku nevolja. Svoj pogled treba da skrenemo sa sebe na Hrista.«¹

»Kad Božji Duh obuzme srce, On preobražava život. Grešne misli se izgone, zla dela se odbacuju; ljubav, poniznost i mir zauzimaju mesto gneva, zavisti i svađe. Veselje zauzima mesto žalosti i lice odražava nebesku radost. Niko ne vidi ruku koja podiže teret niti svetlost koja se spušta iz gornjih dvorova. Blagoslov dolazi kada duša verom preda sebe Bogu. Tada sila koju nijedno ljudsko oko ne može da vidi stvara novo biće po Božjem obličju.«²

»Mora se voditi neprestana borba protiv telesnog uma; mi moramo biti potpomognuti oplemenjujućim uticajem Božje blagodati, koja će uzdići um i naviknuti ga da razmišlja o čistim i svetim stvarima.«³

Zadobiti pobjedu nad samim sobom i nad negativnim emocijama od ključnog je značaja u hrišćanskom iskustvu. Moramo svakodnevno umirati sebi i neprestano piti sa izvora života, a Hristos nas poziva da ga besplatno koristimo. Moramo isto tako postati učesnici života koji nam je dat Njegovom beskrajnom žrtvom. Čitajte Isaiju 55.

ODGOVORITE

1. Razmislite o načinima na koje mi svakodnevno umiremo i pijemo sa Božjeg izvora života.
2. Koje biblijske priče pokazuju delovanje i pozitivnih i negativnih emocija?

Ošejn Altorik Vinter, Hantsvil, Alabama, SAD

1 U potrazi za boljim životom, str. 147.

2 My Life Today, str. 46.

3 Last Day Events, str. 268.

RADOST DOLAZI USRED ŽALOSTI

DOKAZ (Jovan 16,20)

Jevanđelje po Jovanu je podeljeno u dve knjige: Knjiga znakova (1-12) i Knjiga slave (13-20). To je Jovanov izveštaj o životu, smrti i vaskrsenju Isusa Hrista. Cilj sa kojim je on pisao ovo svedočanstvo bio je da dokaže da je Hristos zaista Sin Božji i da verom u Njega mi imamo večni život (20,30.31).

Ono što je poznato kao Isusov oproštajni govor (13,31 – 16,33) nalazi se u Knjizi slave. Ovde On teši svoje učenike zbog svojih predstojećih patnji i vaskrsenja (13,31-38). Isus naglašava da je On jedini Put ka Ocu (14,6). On kaže svojim učenicima da će im biti poslat Očev dar Svetog Duha i da će ih On »uputiti... na svaku istinu« (14,15-31;16,13). Takođe kaže da, kao što loza ne može da raste ako nije povezana sa čokotom, tako ni Njegovi učenici ne mogu da rastu ukoliko nisu povezani s Njim, »pravim čokotom« (15,1-17). On ih upozorava na mržnju koju će naučiti na sebe zbog Njegovog imena (15,18 – 16,4).

Zatim im Isus poverljivo govori o realnosti predstojećeg velikog kontrasta. To je kontrast između njihove emotivne reakcije na Njegovu smrt i reakcije ovog sveta: »Zaista, zaista vam kažem da ćete vi zaplakati i zaridati, a svet će se radovati« (Jovan 16,20). Isus jasno kaže da će se svet – oni koji Ga mrze i protive se Njegovom propovedanju – radovati kad On bude umro. Međutim, Njegovi učenici će plakati i žaliti zbog tog istog događaja. Ali, Isus ne ostavlja svoje učenike u stanju beznađa. On kaže: »Ali će se vaša žalost okrenuti na radost« (stih 20). Moći će da se raduju, jer će Njegova odsutnost biti privremena! Govoreći o svom vaskrsenju, u 22. stihu Hristos kaže da će radost Njegovih učenika nastupiti usred njihove žalosti kada Ga budu ponovo ugledali.

Svi mi doživljavamo emocionalne krize koje nam donose žalost. Ali iste Hristove reči ohrabruju i nas danas. Ono što je Hristovo vaskrsenje bilo za Njegove učenike tada, to je Hristov skori dolazak za nas danas. Sve životne tuge konačno će se pretvoriti u radost kada budemo videli Hrista prilikom Njegovog drugog dolaska. Ne gubite hrabrost!

Svi mi doživljavamo emocionalne krize koje nam donose žalost.

ODGOVORITE

1. Razmišljajte o vremenu kada vam je Hristos dao radost usred teških iskušenja.
2. Kako realnost Hristovog drugog dolaska može da utiče na teške emocionalne krize?

Ričard Martin, Kolumbus, Ohajo, SAD

KADA VAS NIKO NE RAZUME

PRIMENA (Isaija 26,3; Jevrejima 4,15)

Emocije utiču na svaki aspekt našeg svakodnevnog života – od odluka koje donosimo u školi do našeg odnosa sa Bogom. Jednog dana se možemo probuditi u potpunom blaženstvu, osećajući se kao da možemo da osvojimo svet, dok se sledećeg dana budimo sa osećanjem poraza. Kako ćemo se osećati zavisi od bezbroj uticaja kao što su: prijatelji, porodica, vreme, saobraćaj, problematičan razred, i tako dalje. Pošto smo skloni da reagujemo u skladu sa svojim osećanjima, od suštinske je važnosti da naučimo kako da sprečimo emocije da preuzmu ono što je najbolje u nama.

Vi uvek imate Oca koji se stara o vama.

Biblija je puna primera o tome kako su pobožni ljudi savladavali emotivne izazove svakodnevnog života. Čitajte u Knjizi Isusa Navina 1,9 kako Bog ohrabruje Isusa Navina dok se ovaj suočava sa zastrašujućim zadatkom da predvodi ceo narod. Pošto Isus razume naše najdublje patnje i naša najveća uzbuđenja, uvek možemo pronaći nadu u Njemu. Kroz Božju Reč stičemo uvid u to kako da izađemo na kraj sa životnim usponima i padovima, od slomljenog srca do potpune radosti.

Lako je poverovati da nas niko ne razume. Mnogi ljudi prolaze kroz život osećajući se veoma usamljeno jer misle da niko zaista ne razume njihov životni put. Iako to ponekad može biti istina, ipak, mi imamo Nebeskog Oca koji nas poznaje bolje nego što sami sebe poznajemo i koji može da saoseća s nama u svakoj situaciji. Zato, sledeći put kada budete u iskušenju da se osećate napušteni i ophrvani životnim sukobima, setite se ovoga:

Vi nikada niste sami. Prijatelji, pa čak i članovi porodice, mogu odbiti da vas podrže ili da budu uz vas, ali u Isusu uvek imate prijatelja koji je obećao da vas nikad neće ostaviti niti će vas se odreći, i koji će vam pomagati duž vašeg životnog puta (Jevrejima 13,5.6).

Vi ste Božje dete. Život na ovoj Zemlji može da vas obeshrabri. U takvim trenutcima razmišljajte o činjenici da ste vi dete Cara, cara koji je kao roditelj. U Njemu, vi uvek imate Oca koji se stara o vama (Jovan 1,12).

Ostanite usredsređeni na Isusa. U dodiru sa svetom koji nam odvraća pažnju, lako je izgubiti iz vida večni cilj. Međutim, kada ostanemo usredsređeni na Isusa, možemo imati mir koji nam je potreban da bismo uspešno prošli kroz sve poteškoće (Isaija 26,3).

ODGOVORITE

1. U kojim oblastima svog života dozvoljavate svojim emocijama da vladaju?
2. Kako se možete posvetiti tome da se ove sedmice više oslanjate na ono što znate o Isusu nego samo na to kako se osećate?

Kristi Kejn

POTČINJENE EMOCIJE

MIŠLJENJE (Jovan 16, 20)

Naleti vetra snažno obavijaju svoje prste oko Isusa i sada već samo je danaest učenika, na njihovom putu prema Getsimaniji. Reči koje se odnose na Hrista: »Udariću pastira i ovce od stada razbeći će se« (Matej 26,31) kao da odzvanjaju širom noćnog neba. Na domaku Getsimanije, misli o pobiđi kroz patnju opsedaju Spasitelj um, izazivajući fizičku slabost. On daje znak da samo Petar, Jakov i Jovan nastave dalje. Ova trojica, želeći da olakšaju patnje svog Učitelja, ispituju Ga o uzroku Njegove tuge. A Njegov odgovor? »Žalosna je duša moja do smrti; počekajte ovde i stražite sa mnom« (Matej 26,38). Otišavši nekoliko koraka dalje, Učitelj pada na stenu, polažući svoje terete na Oca, Jedinog koji može da Mu pruži olakšanje u Njegovoj agoniji. Celo nebo posmatra ovu scenu, znajući da bi neuspeh sa Isusove strane imao užasne posledice.

Isus se moli: »Oče moj! ako je moguće da me mimoide čaša ova« (stih 39). Ove reči ukazuju na mnoštvo emocija koje su preplavile Njegovu dušu. U tom trenutku okružavale su Ga sve sotonske sile, šapućući laži kako bi Ga navele da se okrene od svoje misije: »Odbacio te je narod koji tvrdi da je iznad svih drugih u zemaljskim i duhovnim prednostima. On želi da uništi Tebe, temelj, središte i pečat obećanja koja su mu data kao naročitom narodu. Odreći će Te se jedan od Tvojih najrevnijih sledbenika. Svi će Te napustiti... Probolo Mu je dušu to što će se oni koje je nastojao da spase, oni koje je tako silno voleo, sjediniti u zaveri sa sotonom.«¹ Čak i tada, u trenutku Hristove najveće slabosti, On je znao da Božja volja mora da se manifestuje u Njegovom životu. Zato se On moli: »Ali opet ne kako ja hoću nego kako ti« (stih 39).

On je znao da Božja volja mora da se manifestuje u Njegovom životu.

Ovo je izveštaj o jednoj od mnogih pobeda koje otkrivaju Hristovu nepokolebljivu ljubav prema nama. Njegov primer samoodricanja moramo pažljivo razmotriti kao svoj uzor. Naš protivnik, đavo, koristi naše emocije da bi nas iskušao i prevario. Prema tome, naši postupci ne smeju se svoditi samo na emotivne reakcije. Umesto toga, svaka misao i delo moraju se proveriti načelom božanske ljubavi. Mi moramo u potpunosti predati svoj život Hristu, jer jedino tada možemo zaista slediti duh zakona.

ODGOVORITE

1. Kako ste uvideli da Bog pokazuje svoju bezuslovnu ljubav vama lično?
2. Na koje načine mogu da praktikujem samoodricanje?

Semjuel Vilijams, Adelfi, Merilend, SAD

ZAKLJUČAK

Povrh svega ostalog, Isus je znao šta znači biti čovek. On je prolazio kroz ista iskušenja i patnje. Naš današnji život pod uticajem je brojnih činilaca koji deluju na naša osećanja. Lako je obeshrabriti se i postati potišten do tačke beznađa. Međutim, Isus je svojim rečima i delima obećao da će se naša »žalost okrenuti na radost« (Jovan 16,20). Radost je vrhunsko osećanje u ljudskom iskustvu koje objavljuje svetu da je Bog sa nama i da su, u Njegovom Sinu, naša osećanja prihvaćena i naše rane isceljene. Da bismo nasledili ovu nadu, moramo da učestvujemo u procesu otkupljenja putem samokontrole, opraštanja i discipline u svakodnevnom životu.

RAZMOTRITE

- Preslušajte i snimite božićne pesme u kojima se pominje reč *radost*.
- Napišite pismo prijatelju ili rođaku koji je obeshrabren i kome je potrebna nada. Obavezno mu pomenite ovonedeljnu temu o otkupljenju putem potčinjavanja Bogu.
- Napravite marker za knjigu koji u sebi sadrži glavnu temu iz pouke za ovu sedmicu. Neke od tema koje treba da razmotrite su samokontrola, savladavanje nagona, nada, praštanje i radost.
- Napravite za nekoga poklon kućne izrade, kao što je korpa sa hranom puna zdravih specijaliteta.
- Donesite odluku da prestanete sa nekom lošom navikom i postavite sebi neki cilj za novu godinu.
- Vodite »dnevnik osećanja« u kome ćete zapisivati svoja osećanja tokom sedmice. Kada ste zabeležili dobra osećanja nasuprot negativnim? Koji tip ponašanja vodi ka pozitivnim osećanjima u vašem svakodnevnom životu?

POVEŽITE

Priče Solomunove 3,5.6; Galatima 5,22.23; J. R. Zurcher, *Touched With Our Feelings: A Historical Survey of Adventist Thought on the Human Nature of Christ*; Daniel Scarone, *Assault on the Mind*.

Fabijan Karbelo, Kolton, Kalifornija, SAD

Pouka 2

od 1. do 7. januara 2011.



Božansko rešenje za naše brige

»Sve svoje brige bacite na nj, jer se on brine za vas«
(1. Petrova 5,7).

Zabrinutost (sinonim za nervozu i anksioznost) jedna je od najvećih životnih poštasti. Ona prelazi sve socijalno-ekonomske, rasne i polne granice. Ljudski je nervirati se. Hrišćanski autor Vilijam R. Inge definisao je brigu kao »kamatu na nevolju plaćenu pre roka dospeća.«¹ Ipak, Isus nam daje sve dobre razloge da živimo bez nerviranja, čak i kada se suočavamo sa nesigurnošću i kad nije sve pod našom kontrolom.

Kada se Avram zabrinuo ko će ga naslediti, Bog mu je rekao u viziji: »Ne boj se« (1. Mojsijeva 15,1). Postojala je samo jedna logična stvar koju je Avram mogao da učini kad mu je Gospod obećao da će biti njegov štit, snaga i nagrada, a to je - da se *opusti!* Kao i Avram, u svojim trenucima straha, možemo izabrati ili da rešavamo sami svoje probleme nervirajući se, ili da se oslonimo na Boga da učini za nas ono što sami ne možemo.

Opustite se!

Kad razmišljamo o svom životu, o odnosima sa drugima, o poslu i finansijama, ne bi trebalo previše da strahujemo. Umesto toga, učinimo Boga Vladarom svog života i prepustimo Njemu da učini ono što je po Njegovoj volji. Treba da imamo poverenja da će On raditi u našu korist i da će se pobrinuti za sve naše potrebe u skladu sa svojom voljom.

Da li ste ikad razmišljali o pticama? One izvlače crve, hvataju bube i grade gnezda od grančica i lišća. Ali upravo je naš nebeski Otac taj koji ih hrani (Matej 25,26). Ono što vidimo kad gledamo u ptice, jesu stvorenja koja svakog dana obavljaju svoj posao s poverenjem. Koliko bi onda mi, koji smo više od svega stvorenog načinjeni po Božjem liku, trebalo da imamo poverenja u milost našeg Stvoritelja? Opustite se! Mi nismo ptice niti vlati trave, već deca našeg nebeskog Oca. Mi imamo sposobnost da razumemo, da rezonujemo, da steknemo sigurnost u Boga kroz veru u Njega. Bog ceni kada vežbamo svoju veru i nudi nam mir.

Dok proučavamo pouku za ovu sedmicu, napustimo sve drugo za šta smo vezani i budimo u svemu verni Caru nad carevima. Tražimo Isusa i učinimo Ga Carem svog života. To, i samo to, jeste način da budemo slobodni od strahovanja.

Lorna Džoel Jojo, Berkšir, Ujedinjeno Kraljevstvo

1 J. Stephen Lang, The Book of God's Promises, str. 74.

Sem je bio izuzetno pametan. Napustio je fakultet na prvoj godini jer je smatrao da je zvanični obrazovni sistem suviše spor. Imao je izvanrednu sposobnost da vodi intervju, tako da nije dugo potrajalo pre nego što se skrasio na dobro plaćenom poslu. Bio je i veoma društven, te je njegov moderan iznajmljeni stan bio središte aktivnosti za širok krug njegovih prijatelja ne-adventista.

Jednog meseca, međutim, knjigovodstveno odeljenje napravilo je grešku, tako da Sem nije primio platu za taj mesec. On je upotrebio svaki mogući argument da bi dobio svoju zaradu, ali nadležni iz njegove firme smatrali su da bi on do sledeće isplate mogao da živi od svoje ušteđevine. Ali Sem nije imao ušteđevinu. On je živeo od danas do sutra. Trebalo je da plati stanarinu, a njegove društvene aktivnosti su morale da se nastave kako bi sačuvao svoj imidž. Zabrinuo se i uskoro je zapao u anksioznost. Postao je manje savestan na radnom mestu. Finansijska kriza je uticala na obim poslova - i on se našao u prvom redu viška radne snage.

Pod stresom, pisao je jednom poznaniku: »Znam da ti dugo nisam pisao i žao mi je zbog toga... Znaš, trenutno mi ne ide baš najbolje. Izgubio sam posao pre otprilike dva meseca i još uvek tražim novi. Stvari stoje tako loše da osećam da ću poludeti... Zaista mi je potrebno da pozajmim nešto novca od tebe dok ponovo ne stanem na noge. Nisam siguran da li ti imaš da mi pozajmiš, ali molio sam se i kada sam se probudio, setio sam se tebe.«

»Molio sam se i kada sam se probudio, setio sam se tebe.«

Da bi predupredio stanje uznemirenosti među svojim narodom, Bog je naložio Josifu da šteti tokom sedam godina izobilja za trenutak kad nastupi kriza (1. Mojsijeva 41). To je univerzalna lekcija koju svi treba da naučimo da bismo izbegli anksioznost. Kada učinimo ono što je Bog želeo od nas, možemo da nađemo utehu u Njegovim obećanjima. Ptice ne seju niti žanju, a ipak ih Bog hrani. Divlje cveće ne radi, a ipak je lepo ukrašeno (Matej 6,25-34). Pavle dodaje: »Znam... i izobilovati, i nemati« (Filibljanima 4,12). Bog pomaže onima koji pomažu sebi. A Njegova blagodat obezbeđuje pomoć onima koji su u nevolji. Sem je naučio svoju lekciju. On sad kupuje kuću, razumno šteti, i srećan je na poslu i u crkvi.

ODGOVORITE

1. Kako da uspostavimo ravnotežu između dobrog provoda i štednje za budućnost?
2. Kada je pravi trenutak da počnemo da štedimo?

Albert A. C. Vejt, Berkšir, Ujedinjeno Kraljevstvo
15

POUZDANJE U BOGA STAVLJA ZABRINUTOST POD KONTROLU

LOGOS (1. Mojsijeva 3,6-10; 15,1-3; Matej 6,25-34; 18,1-3; Jovan 14,1,2; Filibljanima 4,11-13)

Zabrinutost može pogoditi bilo koga bilo kada. Svi ljudi brinu s vremena na vreme, bez obzira da li su bogati ili siromašni, obrazovani ili neobrazovani. Izveštaj Nacionalne zdravstvene službe u Ujedinjenom Kraljevstvu za 2007-2008. godinu, kaže da svaka pedeseta osoba pati od poremećaja usled opšte zabrinutosti (Generalized Anxiety Disorder – GAD), a to uglavnom počinje da se dešava oko dvadesete godine života. Medicinski je dokazano da produženo stanje zabrinutosti može da izazove mnoge zdravstvene probleme, uključujući glavobolje, mučninu, umor, digestivne probleme, pad imunog sistema i kratkotrajni gubitak pamćenja. Bog nas nije stvorio da budemo zabrinuti i, srećom, On ima načina da nam pomogne oko ovog problema.

Zabrinutost i Božje stvaranje (1. Mojsijeva 1,9.12.18.21.25.31; 3, 6-10)

Dok je stvarao svet, Bog je često izjavljivao da je sve dobro. Dakle, nije bilo ničeg nezdravog u tom svetu. Bio je savršen i, stoga, nije bilo razloga za zabrinutost. Bog, jasno, nije stvorio ljude da žive u strahu, već u miroljubivom odnosu s Njim i sa svim drugim ljudima.

Bog želi da uživamo u životu.

Kada su Adam i Eva zgrešili, veliki deo onog dobrog bio je zamenjen ili zasenjen stidom, strahom i opasnošću. S obzirom da je svet pre greha bio »veoma dobar,« strah od koga danas patimo posledica je greha te, prema tome, čovek ga je sam izazvao. Ipak, Bog još uvek želi da nam da mir (Jovan 10,10). Božje rešenje za zabrinutost osmišljeno je tako da ukloni strah koliko god je moguće i da ojača odnos između Boga i ljudi.

Nakon pada (Matej 6,25-34; Rimljanima 8,35.38.39)

Iako je Hristos došao da bi nam dao mir i nadu, postaje sve teže živeti a da se ne oseti zabrinutost. Bez sumnje, On je bio svestan ovoga jer u svojoj Propovedi na gori naveliko govori o zabrinutosti. Na pet različitih mesta u ovoj propovedi, On svoje slušaocce posebno ubeđuje da se ne brinu (Matej 6,25.27.28.31.34). Ovim ponavljanjem hteo je to da naglasi jer, posle pada u greh, zabrinutost je postala duboko ukorenjena u ljudskoj prirodi. Ovo ponavljanje takođe nagoveštava da ćemo, u ovom grešnom svetu, biti podložni strahu, kao i da briga nije deo Božjeg savršenog plana, već posledica greha.

Izraz »ne brini« može takođe da se protumači kao »ne budi zabrinut,« »ne dozvoli da noću ne spavaš zbog brige,« »nemoj nepotrebno da se boriš,« »nemoj sebično da stremiš ka nečemu,« »nemoj da se brineš za budućnost«. Različiti prevodi istog biblijskog stiha – Matej 6,34 glase: »Nemoj previše da brineš« (Weymouth version); »Ne brini se za svakodnevni život« (New Living Translation); »Nemoj da brineš za svoj život« (Darby's).

Zabrinuti učenici (Jovan 14,1-3; 1. Jovanova 4,18)

Uprkos tome što je Isus govorio svojim učenicima da se ne brinu, oni su često bili uplašeni. Čak ni nakon što je živeo sa njima više od tri godine, oni nisu razumeli činjenicu da On treba da ih napusti. Umesto toga, počeli su da stahuju. Zato im je Isus zapovedio: »Da se ne plaši srce vaše,« jer ako su verovali u Boga, trebalo je takođe da veruju i u Njega i u činjenicu da On odlazi da pripremi bolje mesto za njih (Jovan 14,1-3).

»Da se ne plaši srce vaše« moglo bi isto tako da se izrazi: »Prestanite da dozvoljavate svom srcu da se plaši.« To ukazuje da je On apelovao na njih da imaju duševni mir. Božje rešenje za zabrinutost uključuje poverenje u Njega, tako da možemo da se oslonimo na Njega dok živimo na ovoj Zemlji.

Pobediti zabrinutost (Psalam 91; Jeremija 29,11; Matej 7,7; Rimljanima 8,31; Filibljanima 4,11-13)

Život je pun izazova i teškoća i naši srećni trenuci brzo bivaju zasenjeni neprijatnim događajima. Međutim, Bog uverava one koji Ga poznaju da ne očajavaju i da ne strahuju, već da imaju poverenja u Njegovu sposobnost da obezbedi ono što im je potrebno. Onima koji su u oskudici, On kaže: »Ištite i daće vam se« (Matej 7,7). Onima koji nisu sigurni šta im donosi budućnost, On kaže: »Jer ja znam misli koje mislim za vas... misli dobre a ne zle, da vam dam posledak kakav čekate« (Jeremija 29,11). One koji su uplašeni zbog nevolja i neizlečivih bolesti, Bog u Psalmu 91. ponovo uverava da je On njihovo utočište.

U svojoj Poslanici Rimljanima Pavle piše: »Ako je Bog s nama, ko će na nas?« (8,31). On nas savetuje da budemo zadovoljni u svakoj situaciji u kojoj se nađemo (Filibljanima 4,11-13). Vilijam Berkli, komentarišući zabrinutost, rekao je: »Budućnost je retko kad tako loša kao što mi strahujemo da će biti.« Kad bismo se brinuli samo za danas i kad se ne bismo plašili za sutra, imali bismo mnogo više mira nego što imamo. Iako živimo u grešnom svetu, Bog želi da uživamo u životu i da imamo sigurnost i mir u spoznaji Njegove sposobnosti da se brine o nama.

ODGOVORITE

1. Da li Isusova zapovest da se ne brinemo znači da ne treba da pravimo planove za budućnost? Objasnite svoj odgovor.
2. Zašto nam Hristos nije obećao život bez problema?
3. Da li briga ukazuje na to da nismo verni hrišćani? Objasnite svoj odgovor.

1. Patient UK, <http://www.patient.co.uk/health/Anxiety-Generalised-Anxiety-Disorder.htm>
2. WebMD. Health and Balance: How Worrying Affect Your Body, <http://www.webmd.com/balance/how-worrying-affects-your-body?page=2&print=true>
3. The SDA Bible Commentary, sv. 5, str. 1034.
4. William Barclay, The Gospel of Matthew, sv. 1, str. 259.

Luk Limbitu, Berkšir, Ujedinjeno Kraljevstvo

NEBESKE MISLI, ŽIVOT I STAVOVI?

SVEDOČANSTVO (Matej 6,25-34; Jovan 14,1.2)

Po bilo kom zamišljenom scenariju, nesigurnost može da se uvuče u život bilo kog pojedinca iz mnogih pravaca. Prepuštena svom toku, nesigurnost može da vodi u sumnju, sumnja u strah, strah u zebnju, zebnja u stres, stres u depresiju, a depresija (ako se ne leči) može da ubije.

»Narod koji je slušao Hristove reči, još uvek je željno očekivao da na neki način bude proglašeno zemaljsko carstvo. Dok im je Isus otvarao nebeske riznice, misli mnogih bile su potpuno zaokupljene pitanjem: Kako će veza s njim popraviti mogućnosti našeg napredovanja u svetu? Isus im je pokazao da su slični okolnim neznabožačkim narodima, jer najveću pažnju poklanjaju

»On će učiniti velike stvari za one koji se pouzdaju u Njega.«

onome što je zemaljsko, ponašaju se kao da nema Boga koji se nežno brine o svojim stvorenjima.«¹

»Možda imate teškoća na poslu; vaši izgledi postaju sve mračniji, možda vam preti gubitak; ali nemojte se obeshrabriti; prepustite svoje brige Bogu i ostanite smireni i dobre volje. Molite se za mudrost i razborito upravljajte poslovima, i na taj način sprečite gubitak i nesreću. Učinite sve što je u vašoj moći da ostvarite dobre rezultate. Isus je obećao svoju pomoć, ali ne odvojeno od vašeg napora...

Bog ne želi da Njegov narod pada pod teretom briga. Ipak, naš Bog nas ne zavarava. On nam ne govori: 'Ne plašite se; na vašem putu nema opasnosti.' On zna da postoje iskušenja i opasnosti, i On pošteno postupa prema nama. On ne namerava da svoj narod izvede iz sveta greha i zla, već mu otkriva sigurno utočište. Njegova molitva za učenike bila je: 'Ne molim Te da ih uzmeš sa sveta, nego da ih sačuvaš oda zla.' 'U svetu ćete,' nastavlja On dalje, 'imati nevolju; ali ne bojte se, jer Ja nadvladah svet' (Jovan 17,15; 16,33).«²

»Recept za isceljenje telesnih, umnih i duhovnih bolesti su reči našeg Spasitelja 'Hodite k meni... ja ću vas odmoriti' (Matej 11,28)... On će učiniti velike stvari za one koji se pouzdaju u Njega.«³

ODGOVORITE

1. Dete može da zažmuri i da skoči u naručje svog oca. Da li vi imate isto takvo poverenje u Isusa da biste Mu verovali kad kaže: »Hodite i ja ću vas odmoriti«?

Mark Ovens, Hempšir, Ujedinjeno Kraljevstvo

1 Misli sa gore blagoslova, str. 109.

2 Put Hristu, str. 122, 123 orig.

3 U potrazi za boljim životom, str. 59,60.

ŽIVOT JE SUVIŠE KRATAK

PRIMENA (Psalam 46,1; Isaija 46,10; Matej 7,11; 28,20; Filibljanima 4,6.7)

U izvesnom trenutku, svi ćemo se suočiti sa situacijama koje će nas ispuniti zebnjom. Kada se to desi, koje praktične i duhovne korake možemo preduzeti da bismo odreagovali na način kako bi to Isus želeo od nas?

Razgovarajte o onome što vas muči sa porodicom i prijateljima koji se boje Boga. Iako problem podeljen sa drugima nije uvek i bukvalno prepolovljen, oni oko nas nam mogu ukazati na novi način gledanja na stvari. Međutim, Bog ne želi od nas da se usredsredimo samo na razgovor o svojim problemima i prikupljanje saveta od drugih ljudi. Kao Onaj ko je izvajao našu psihu, Bog je duboko svestan naših strahova i zna naše misli čak i pre nas samih. On želi da Mu se obratimo u svojim nevoljama (Filibljanima 4,6.7). On je u najboljem položaju da nas podrži i da nam pomogne u najtežim situacijama (Psalam 46,1). Ako vam je teško da glasno izgovorite svoje brige pred Bogom, pokušajte da ih zapišete. Zatim se molite nad njima i tražite Njegov mir i vođstvo.

Kada se naše telo nalazi pod dodatnim stresom, potrebna mu je dodatna podrška.

Vodite računa o sebi. Čak i »blaga zabrinutost,« kako zdravstveni radnici to kažu, može da izazove neke neželjene efekte pomenute u prvom pasusu u članku Logos za ovu sedmicu. Kada se naše telo nalazi pod dodatnim stresom, potrebna mu je dodatna podrška. Potrudite se da se opustite pre odlaska u krevet da biste dobro spavali. Uzimajte redovne, hranljive obroke i vežbajte na svežem vazduhu.

Promenite svoj pogled na život. Ponekad se prepuštamo strahu i zebnji zato što zaboravljamo pravu prirodu svog položaja. Mi smo cenjena deca najmoćnijeg, najpažljivijeg Boga koji se može zamisliti. Biblija kaže da On zna kraj od početka (Isaija 46,10), da On zna šta je najbolje za nas (Matej 7,11), i da nas neće nikada ostaviti (Matej 28,20). Da bismo zaista prestali da strahujemo, treba da dostignemo nivo na kome se možemo pouzdati u Boga u svakom aspektu svog života. Kada se molite, pokušajte uvek da budete svesni da je Bog Onaj koji tvrdi da jeste. Zahvalite Mu zato što On upravlja svim i hvalite Ga zato što zna šta je najbolje za vas u svakoj situaciji.

ODGOVORITE

1. Šta mislite, zašto Isus ne želi da se Njegovi sledbenici brinu?
2. Da li je moguće živeti uopšte se ne brinući? Da li je Isus ikada bio zabrinut? Objasnite svoje odgovore.
3. Koje stvari u životu iskrivljuju našu perspektivu? Šta možemo učiniti da bismo sprečili da se to dešava?

Piter Meners-Smit, Berkšir, Ujedinjeno Kraljevstvo

VERUJTE U SUTRA

MIŠLJENJE (1. Mojsijeva 3,6-10)

Danas ima mnogo stvari o kojima treba brinuti. Ne možemo da zaspimo zato što razmišljamo o tome kako ćemo obezbediti neke stvari ili završiti neki zadatak. Brinemo o tome da li ćemo se uklopiti i o tome šta će nam doneti sutra. »Oseća se takav teret zabrinutosti da bi neko skoro mogao pomisliti da mi nemamo saosećajnog Spasitelja punog ljubavi, spremnog da čuje naše zahteve, i da nam bude na raspolaganju u svakom trenutku kad nam zatreba.«¹

Danima su žalost i zebnja lomili moj duh.

Uvodni stih za danas pokazuje da je zabrinutost ušla u svet istovremeno kad i greh (1. Mojsijeva 3, 6-10). Izgleda ponekad da zabrinutost i greh idu ruku pod ruku. Zabrinutost nas ponekad primorava da postupamo u suprotnosti sa svojim verovanjima.

Greh nas odvodi dalje od Boga, a bliže zabrinutosti. Na primer, ako se brinemo zbog novca, možemo odlučiti da radimo subotom.

Ako zaista verujemo da se Bog brine za nas, zašto uopšte brinemo o bilo čemu? Da li zabrinutost znači da nemamo dovoljno vere? Isus je rekao: »Zašto ste strašljivi, maloverni?« (Matej 8,23-26). On je razumeo da nam je potrebna vera da bismo se pouzdali u Boga i da pouzdanje u Njega, za uzvrat, jača našu veru. Od pada u greh Bog se trudi da nas uveri da se On stara za svaku našu potrebu (1. Mojsijeva 15,1; Matej 6,28-32). To ne treba samo da nas smiri, to treba da ojača našu veru.

Tokom celog našeg života jedna od najvećih briga odnosi se na to šta će nam doneti budućnost. Zastrašujuće je ići ka nepoznatom. Međutim, Bog ima plan za svakog od nas (Jeremija 29,11). Često je teško imati to na umu, ali kad se potpuno pouzdamo u Gospoda, On će nas blagosloviti više nego što možemo da zamislimo. Nedavno, izgledalo je da će me moje razumevanje određene teme sprečiti da dovršim svoje obrazovanje. Danima su žalost i zebnja lomili moj duh. Ali kad sam se setila da Bog želi samo ono što je najbolje za mene, moja briga se rasplinula, problemi su rešeni i ja sam se osetila osnaženom da pokažem svoju veru u razredu. »Ako bismo potpuno verovali /u Hrista/, odbacili bismo sve nepotrebne strahove.«²

Način da sprečimo zabrinutost, prema tome, jeste da sačuvamo dobar odnos sa Bogom. Biblija nam pokazuje da se On brine i da molitva za rešenje naših problema razvija poverenje u Njega. On odgovara. On je odgovorio meni.

ODGOVORITI

1. Koliko ste spremni da ostavite brige i da se oslonite na Boga da vas vodi u životu?
2. Zašto je teško ostaviti ih?

Edit Libhart, Berkšir, Ujedinjeno Kraljevstvo

1 This Day With God, str. 42.

2 Mind, Character, and Personality, sv. 2, str. 472.

ZAŠTO BRINUTI?

ISTRAŽIVANJE (Matej 6,19-21; 33.34)

ZAKLJUČAK

Tako je ljudski biti zabrinut zbog mnogih stvari. Međutim, Bog je rekao da, ukoliko naše srce traži Božje carstvo i Njegovu pravednost, onda će nam se i sve drugo dodati (Matej 6,33). Ako imamo dobar odnos sa Bogom, možemo da živimo životom koji je slobodan od briga. Međutim, treba vremena da bismo naučili da predamo svoje brige Bogu, da se stvarno opustimo i dozvolimo Njemu da upravlja. Ako se brinete zbog nečega što možete da popravite – onda to popravite i prestanite da brinete! Ako se brinete zbog nečeg što nije u vašim rukama, onda stavite to u Božje moćne ruke i prestanite da brinete!

RAZMOTRITE

- Razmišljajte o brigama tako što ćete stvari zbog kojih se brinete ispisati na posebne listiće papira. Zatim sedite negde gde je tiho, uzimajući jedan po jedan papirić. Predajte svaku od tih briga Bogu čekajući da čujete odgovor.
- Potražite duhovne pesme američkih crnaca, koje su ispevali kao robovi. Naučite da pevate neke od njih, one koje vam pomažu da se oslobodite briga.
- Napravite grafikon o stvarima koje vas brinu. Upotrebite različitu boju za svaku vrstu zabrinutosti. Zlatnom ili srebrnom bojom precrtajte brige kojih ste se oslobodili uz Božju pomoć.
- Okupite nekoliko prijatelja i na zajedničkom ručku napravite »kutiju za brige.« Neka svako na parčetu papira napiše nešto zbog čega se brine i neka ga zatim ubaci u kutiju. Naizmenično vadite iz kutije po jedan papirić i predložite ideje kako bi ta osoba mogla da izbegne konkretnu brigu.
- Idite na lekarski pregled ako ste zabrinuti za svoje zdravlje. Ili idite u teretanu i nađite trenera koji će vam napraviti početni program kako biste doveli telo u formu. (Možda bi trebalo da konsultujete lekara pre ovoga, da biste se uverili da nemate neki nepoznati zdravstveni problem.)
- Na levoj strani papira napravite listu stvari zbog kojih se brinete. Zatim na desnoj strani ispišite moguća rešenja ili predloge kako da prestanete da se brinete o tome.
- Opišite kakav bi bio vaš život kad ne biste morali da brinete ni o čemu. Da li je takav život realan? Saznajte šta su drugi ljudi napisali o tome kako se osloboditi zabrinutosti. Uporedite ono što su oni zamislili sa onim što Biblija kaže o oslobađanju od zabrinutosti.

POVEŽITE

Richard J. Foster, chapters 2 and 3, *Celebration of Discipline*, »Meditation« and »Prayer.«

Stephen R. Covey, *7 Habits of Highly Effective People*.

Karin Vicorek, Melburn, Australija

Pouka 3

od 8. do 14. januara 2011.



Stres

»Hodite k meni svi koji ste umorni i natovareni,
i ja ću vas odmoriti«
(Matej 11,28).

8. januar 2011.

MIR U ŠUMI

UVOD (Matej 11,28; Marko 6,31.32)

Su

Bilo je 3 sata ujutru a ja sam ležao usred šume na steni, teško dišući. Ljutito, nervozno jecanje je prestalo i sada sam bio miran, osećajući kako hladnoća kamena prodire kroz moju odeću. Emocije od poslednjih nekoliko nedelja su proključale i došao sam na ovo usamljeno mesto da dozvolim Bogu da sagleda svu moju nemoć i bes.

Šta me je dovelo dotle? Bila je to kulminacija svega što sam doživeo zbog svog izbora kako da provedem letnji raspust pre početka nastave u jesen. To što sam radio 40 sati nedeljno obezbeđujući tehničku podršku neupućenim studentima koledža i profesorima, bio je jedan faktor. Raskid sa Njom takođe je dao svoj doprinos. I dodatnih 60 sati nedeljno koje sam provodio pripremajući za objavljivanje ogroman filmski projekat u koji niko nije verovao, sigurno su uzeli svoj danak. Osim toga, bile su tu i neprospavane noći i odlazak po brzu hranu u dva sata ujutru. Nervi su mi bili na ivici.

Usled prenapetosti, ništa mi nije polazilo za rukom. Film je stagnirao dok sam ja ili buljio u prazno ili surfovao po Internetu – bilo šta, samo da izbegnem suočavanje sa problemima koje sam imao. Na poslu, ljudi su neophodnu tehničku podršku dobijali sa zakašnjenjem i u najmanjoj mogućoj meri. Ionako nisam imao više šta da pružim. Bio sam obeshrabren i ljut – na samog sebe, na sve oko sebe i na Boga.

Postepeno, preuzeo sam kontrolu nad svojim životom.

Tako sam završio radno vreme i uputio se ka svom stanu hodajući po železničkim šinama. I nekako, na putu kući, zalutao sam i našao se u šumi.

Bilo je mračno i tiho i lagana kiša je sipila kroz letnje lišće, donoseći svežinu. Stena koju sam pronašao bila je idealno mesto na koje se moglo sesti, ili kleknuti pored nje, ili stati na nju i vikati u nebo. A ja sam sve to i učinio u miru šume gde smo Bog i ja vodili prislan razgovor.

Stvari se nisu promenile istog trenutka, ali to je bila prekretnica koja je vratila Boga u moj grozničavi život. Stupio sam u akciju protiv stresa. Odustao sam od objavljivanja filma. Uzeo sam produženi slobodan vikend na poslu i naspavao se. Postepeno, preuzeo sam kontrolu nad svojim životom. Ponovo sam se osećao kao čovek.

Stres može da nas pogodi na mnogo načina i iz mnogo različitih razloga. Međutim, usred nereda, Bog je tu. Njegov glas se čuje u tišini ako samo izdvojimo vreme da Mu predamo svoje terete. To je fokus našeg proučavanja za ovu sedmicu.

Loren Smol, Nešvil, Tenesi, SAD

Begunac (1. O carevima 17; 19,1-18)

Biblija nam ne kaže ništa o Ilijinom poreklu i vaspitanju, samo to da je Tesvićanin – što najverovatnije znači da potiče iz grada Tesfe u Galadu. Koliko znamo, nije imao porodicu, samo povremenog pomoćnika. Ali, ono što Ilija jeste imao, bila je neverovatna sposobnost da govori istinu moćnicima – u njegovom slučaju, kolebljivom caru koji je uveo nove izopačene običaje u Izrailj.

U većini poglavlja koja su posvećena njegovoj priči, Ilija je oličenje hladnokrvnosti, mira i pribranosti. Zamislite ga kako staje pred Ahava da bi objavio: »Tako da je živ Gospod Bog Izrailjev, pred kojim stojim, ovih godina neće biti rose ni dažda dokle ja ne rečem« (1. O carevima 17,1). Zamišljam Ahava kako pokušava da odgovori dok Ilija samouvereno odlazi dalje. Vidim Iliju kako kampuje kod potoka Horata rezbareći neko drvo, možda radeći na svojim memoarima i oslanjajući se svakog dana na svoje slugе gavranove za dobar obrok.

Vreme prolazi, glad postaje sve veća, potok presušuje i Bog ga šalje kod još jedne osobe koja je pod stresom – kod neimenovane udovice iz Sarepte. Pošto Ilija smelo traži od nje malo hleba i vode, ona mu kaže da ima ulja i brašna tek toliko da napravi nekoliko kolačića – poslednji obrok za sebe i sina. Ona gleda u svog sina, tanjušnih nogu i isturenih rebara, zatim u Iliju, mršavog ali stasitog, i kao da hoće da naglasi svoj bol: »Da pojedemo, pa onda da umremo« (1. O carevima 17,12).

Ilija odgovara frazom koja je verovatno jedna od najuobičajenijih u Pismu: »Ne boj se« (1. O carevima 17,13). Kao da to nije bilo dovoljno da udovica razrogači oči, on joj još traži da prvo njemu ispeče nešto malo – jer, rekao je, neće joj ponestati ulja ni brašna sve dok ne prođe glad.

Sve se dobro završilo i ženino srce je verovatno malo živnulo, a onda svakim danom sve više – sve dok se jednog dana njen sin nije osetio loše, zatim mu se zavrtele u glavi... a onda je umro. Biblija jednostavno kaže da ona »reče« sledeće reči, ali pretpostavljam da se tu još dosta toga dešavalo dok je preklinjala Iliju: »Šta je tebi do mene, čoveče Božji? Jesi li došao k meni da spomeneš bezakonje moje i da mi umoriš sina?« (1. O carevima 17,18).

Ilija je odneo dečaka u sobu i svesrdno se založio kod Boga u svoje – i u majčino – ime. Kada joj je Ilija vratio sina, rumenih obraza i raširenih ruku, majka mora da ga je skoro ponovo ugušila grleći ga.

Pored takvih iskustava, pomislili biste da će Ilija imati pred očima konačnu nagradu na svakom sledećem koraku svog puta – naročito posle trijumfa na gori Karmil. Ali, bila je dovoljna jedna pretnja od strane Ahavove žene Jezavelje da on potone u samosažaljenje i pobegne u pustinju. Čovek

koji je zadenuo plašt za pojas i utrkivao se s carevim kolima niz planinu dok je nailazila oluja, ovog puta je pokunjeno pobegao da spase svoj život.

Usamljeno mesto (Marko 6,30-34)

Sumnjam da su učenici ikada znali šta mogu da očekuju od svakog novog dana sa Isusom. Upravo su se vratili sa misije na koju su bili poslani dvojica po dvojica, na kojoj su putovali od grada do grada lečeći ljude, isterujući demone i šireći reč o Isusu. Jedva su čekali da Mu sve ispričaju; ali gomila ljudi im je zadavala toliko posla da nisu imali vremena čak ni da jedu. Zato im je Isus rekao: »Dodite vi sami nasamo, i počinite malo« (Marko 6,31).

Tako su oni otplovili na »pusto mesto« osećajući potrebu da se opuste i da razmisle o svemu što im je ovaj divan novi život donosio. Međutim, kada su stigli na obalu, videli su da ih je mnoštvo pratilo; bilo je tu dece, mladih i sredovečnih ljudi, majki sa bebama i starih ljudi, koji nisu doživeli nešto ovako uzbudljivo još od žetve 12. godine pre Hrista. Kada je Isus pogledao u gomilu – željnu i punu očekivanja – »sažali mu se, jer bijahu kao ovce bez pastira« (Marko 6,34). Ove reči me svaki put pogode. One opisuju suštinu odnosa između Boga i ljudi, i podsećaju nas da nas Bog, iako poznaje naša srca, ipak beskrajno voli.

Iako poznaje naša srca, Bog nas ipak beskrajno voli.

Sušтина stvari (Galatima 6,2)

Pitajte desetak hrišćana kako mogu »ispuniti zakon Hristov.« Ako niste upravo naleteli na neku grupu za proučavanje Biblije, pretpostavljam da ćete pre čuti o tome šta treba ili ne treba činiti, nego jednostavan odgovor iz Galatima 6,2: »Nosite bremena jedan drugoga.« Ima lepote u ovim jednostavnim rečima i tek trunka tuge. Ipak, one rezimiraju Božji ideal za Njegovu decu i predstavljaju savršeni opis tela Hristovog.

Najveća ljubav (Jovan 15,13)

Nema većeg izraza ljubavi nego žrtvovati svoj život za prijatelja. Isus je izgovorio ove zapanjujuće reči usred svog poslednjeg govora učenicima, usred poruke koja ih podseća da će, bez obzira šta se dogodi, Isus biti tu za njih, i da On traži od njih da uvek budu tu jedan za drugog.

ODGOVORITE

1. Šta vas Isusove priče o saosećanju i Njegovi pozivi da brinemo jedni o drugima navode da mislite o sebi? O drugima? O Bogu?
2. Da li ste se ikada osećali kao Ilija u bekstvu, prevalivši put od proslavljanja do malodušnosti? Kako možemo da ostanemo hladne glave i da počivamo u Božjoj ljubavi?

Tompol Viler, Nešvil, Tenesi, SAD

BOŽJI RECEPT ZA STRESSVEDOČANSTVO (*Filibljanima 4,6.7*)

»Bog ne osuđuje štedljivost i planiranje u korišćenju stvari ovoga sveta; ali grozničava pažnja i preterana zabrinutost u pogledu ovozemaljskih stvari nije u skladu sa Njegovom voljom.«¹

»Bog ne želi da Njegov narod pada pod teretom briga.«²

»Da smo vaspitali svoju dušu da ima više vere, više ljubavi, više strpljenja, savršenije pouzdanje u našeg nebeskog Oca, imali bismo više mira i sreće dok prolazimo kroz sukobe ovoga života. Gospodu nije milo kada se sekiramo i brinemo kao da nismo u Isusovom naručju. On je jedini izvor svake vrline, ispunjenje svakog obećanja i ostvarenje svakog blagoslova... Naše versko putovanje bi zaista bilo samotno kada ne bi bilo Isusa. 'Neću vas ostaviti sirotne' (Jovan 14,18), kaže nam On. Cenimo Njegove reči, verujemo u

Njegova obećanja, ponavljajmo ih svakog dana, razmišljajmo o njima noću i budimo srećni.«³

»Gospodu nije milo kada se sekiramo i brinemo kao da nismo u Isusovom naručju.«

»Ljubav koju Hristos širi celim bićem je životodavna sila. Svaki životni deo – mozak, srce, živce – ona dodiruje isceljenjem. Ona pokreće na rad najuzvišenije snage bića.

Ona oslobađa dušu krivice i žalosti, brige i staranja koji potkopavaju životnu snagu. Sa njom dolaze vedrina i mirnoća. Ona usađuje u dušu radost koju ništa ovozemaljsko ne može da uništi – radost u Svetom Duhu, radost koja donosi zdravlje i život.«⁴

Kao što vidimo, najbolji način da pobedimo stres je da tražimo Isusa. Mnogo puta pokušavamo da rešimo svoje probleme, da sopstvenom snagom izađemo na kraj sa svojim mnogobrojnim planovima i pretrpanim rasporedom, zaboravljajući da je Isus spreman da nam pomogne.

ODGOVORITE

1. Ako znamo da u Hristu možemo naći olakšanje za stres, zašto Ga češće ne pozivamo u pomoć?
2. Kako su ljudi u Bibliji izlazili na kraj sa stresom? Kako vam odgovor na ovo pitanje može pomoći da odreagujete na stres na zdrav način?
3. Šta možemo učiniti da bismo podelili »Isusov recept« za stres sa drugima?

Lusijano Hose Kiske Hilario, Vila Union, Lima, Peru

1 Mind, Character and Personality, str. 469.

2 Put Hristu, str. 122 orig.

3 Ellen G. White Manuscript, str. 75.

4 U potrazi za boljim životom, str. 59.

KAKVA ZBRKA! KAKVA TAJNA!DOKAZ (*1. Mojsijeva 37,23-28; 2. Samuilova 12,16; Danilo 2,17.18*)

Stari zavet je pun priča o ljudima koji su bili pod velikim stresom. U današnjoj pouci proučićemo tri takve priče.

David. Natan je otkrio Davidu da Bog zna sve o njegovoj tajnoj aferi sa Vitsavejom i smišljenom ubistvu Urije, njenog muža. David je obično priznavao svoje grehe i napuštao ih, ali ne i ovog puta. Bog je čekao čitavih godinu dana pre nego što je Davida suočio sa posledicama (2. Samuilova 12,11-14). Kakav stres! Njegovi postupci izazvali su smrt njegovog sina i još niz kolateralnih šteta. Da ste vi bili na Davidovom mestu, šta biste uradili? Za njega, odgovor je bio jednostavan. Čitajte 2. Samuilovu 12,16. David je dobro poznao i Božju milost i Njegovu pravdu. Zbog toga je, kada je zaista trebalo, ovaj veliki car ležao ničice pred Bogom.

Danilo. Jednog popodneva Danilo je otvorio vrata svoje kuće, a pred njim je stajao zapovednik careve garde. Oni su bili poslani da ga ubiju! Car je zaboravio svoj san, a zahtevao je da dobije njegovo verno tumačenje. Šta je Danilo učinio pod takvim pritiskom? Čitajte Danilo 2,17.18. Danilo je znao samo jedan izvor koji može da otkrije tajne budućnosti.

Josif. Rođen u disfunkcionalnoj porodici, favorizovan u odnosu na svoju odraslu braću, Josif je odgajan da bude »generalni direktor korporacije«. Jednog dana, njegova ljubomorna braća smišljaju osvetu planirajući njegovu smrt. Ruvim, međutim, sprečava ovaj plan. Kasnije, Juda predlaže da ga prodaju kao roba! Prva knjiga Mojsijeva ne kaže kako je Josif reagovao. Možemo da pretpostavimo da se on molio i da je preklinjao svoju braću da ga oslobode. Ono što ipak znamo jeste da se Josif pouzdao u Boga dok se njegov život odvijao u Egiptu.

Oni su bili poslani da ga ubiju!

Možda ne razumemo svoje trenutne stresne okolnosti, i dok se stres pojačava, lako je zbuniti se. Ali ovi ljudi su svoj život poverili Bogu i ostavili nam veličanstvene pouke. Kada je naš život u haosu i kada je stres toliki da se ne može podneti, Bog nas još uvek voli i ima plan za našu budućnost sa Njim. Kakva divna tajna!

ODGOVORITE

1. Kako vas je Bog izbavljao iz stresnih situacija u prošlosti? Kako su vas ta iskustva osposobila da pomognete drugima?
2. Koje situacije u vašem životu vam izazivaju stres? Izaberite jednu od njih i razmislite kako biste mogli da posmatrate tu situaciju iz druge perspektive. Zatim isto to pokušajte i sa ostalim svojim problemima. Držite se toga. Trebaće vam vremena. Ali Bog će vas voditi.

Džimi Self, Frenklin, Tenesi, SAD

KAKO IZBEĆI STRES

PRIMENA (Matej 26,31-56)

Dok mala količina stresa može da privoli na aktivnost i najopuštenije osebe, previše stresa može da poremeti i one najprijebnije. Dok sam radila kao medicinski specijalizant, u pojedinim trenucima je trebalo da obavim toliko toga da je to izgledalo ljudski neizvodljivo; i, umesto da prionem na posao, ja sam bila paralisana strahom. Još opasnije od ovoga mogu biti one situacije kada smo

Ako smo suviše obuzeti stresom, nećemo biti u stanju da čujemo Božji odgovor na naš vapaj.

toliko pod stresom da se odlučujemo na akciju – bilo koju akciju – a to može biti gore nego ne činiti uopšte ništa.

Vidimo kako je to ilustrovano u Getsimanskom vrtu. Isus se sprema da umre strašnom smrću. Oko Njega Njegovi učeni

ci spavaju. On je sam. U brzom preokretu, Onaj koji je u Jerusalimu dočekan kao car, odjednom biva uhvaćen kao kriminalac. Mnogi beže ne preduzimajući ništa. Marko beži go ne zaustavljajući se čak ni da podigne platno koje je spalo sa njega (Marko 14,51-52). Petar, shvatajući da je potrebna akcija, odseca uvo prvosveštenikovom sluzi. Isus mu brzo nalaže da ostavi mač, jer će oni koji se dohvate mača, od mača i poginuti. On nastavlja da objašnjava da Njemu nije potrebna takva zaštita i da bi mogao, ako bi pozeleo, da zatraži od Boga vojsku anđela (Matej 26,52-54).

Dakle, šta mi da radimo da bismo izbegli stres? Evo nekih smernica.

Stanite! Udahnite duboko. Ne želite da vaš novi nadimak bude »Van Gog« (što je verovatno aluzija na odsečeno uvo – prim. prev.).

Tražite pomoć od Boga. Biblija je puna ljudi koji vape Bogu tražeći pomoć. David je možda najpoznatiji od njih. On je napisao mnoge psalme tražeći od Boga da mu pomogne. Čitajte Psalam 102,1.2 kao takav jedan primer.

Slušajte Božji odgovor. Isus je sve vreme govorio svojim učenicima o tome kakvo će biti Njegovo carstvo i ko će se naći u njemu. Ali, oni kao da nisu slušali. Ako smo suviše obuzeti stresom, nećemo biti u stanju da čujemo Božji odgovor na naš vapaj. Isus kaže da će Njegove ovce slušati i poznavati Njegov glas (Jovan 10,27).

Prihvatite činjenicu da vi sami ne možete sve da popravite. Jedino Isus može da spase svet. Usvajanje »kompleksa mesije« samo će učiniti da se osećate loše.

ODGOVORITE

1. Možete li se setiti nekog trenutka kad je Bog rešio problem bolje nego što ste mogli da zamislite? Kako ovo sećanje može da vam pomogne u stresnoj situaciji sa kojom se danas suočavate?
2. Šta vas pokreće na akciju onda kada bi, umesto toga, trebalo da slušate Božji glas?

Liza D. Herman, Nešvil, Tenesi, SAD

VOLI SVOG BLIŽNJEG, PA ČAK I SEBE SAMOG

MIŠLJENJE (2. Samuilova 9; Psalam 100,3; Matej 22,37-39; Luka 15; Dela 17,24-28; Rimljanima 12,3; Efescima 4,22-32.)

Ako Bog nije stvorio smeće, zašto se mi odnosimo prema sebi kao da smo upravo to? Uzmite mene za primer. Ja sam sav nasmejan i ljubazan. Otvaram vrata starijima i čak ćaskam sa kasirkom u prodavnici. Moj spoljašnji život je kao bolja polovina reklame za farmaceutske proizvode – onaj deo u kom vi završite na plaži puštajući zmaja. Uzdižem zlatno pravilo iznad svoje glave kao moćni trofej koji svi mogu da vide.

Za nekoga ko se ne dopada samom sebi, ja spolja izgledam sasvim dobro. Ali, moje nisko samopoštovanje je trulež za dušu, i ta žuč koju gajim počinje polako da izlazi. Noću, dok ležim u krevetu, prisećam se dnevnih aktivnosti i grdim sam sebe zbog jadnog načina na koji sam se poneo u svakoj od njih.

Siguran sam da je svaki drugi student, profesor ili malo šumsko stvorenje sasvim u redu. Samo ja ne valjam. I dok me pritiska mrak iznad kreveta, mogu da osetim tup bol u stomaku. Zamišljam kako bi, kad bih bio slika na Internetu, preko mene stajao natpis: OGROMAN PROMAŠAJ.

Bio sam samo ljuštura osobe kakva sam mogao da budem.

Većinu vremena tokom srednje škole i jednim delom tokom koledža, život mi je prolazio u tom patetičnom samosrozavanju. Suviše sam oklevao i previše analizirao bilo šta što sam radio ili je trebalo sledeće da uradim. I to se sve zasnivalo na pogrešnoj pretpostavci da sam inferioran po nekom merilu koje je Bog primenio prema meni i ni prema kome drugom. Na kraju, bio sam samo ljuštura osobe kakva sam mogao da budem.

A ipak, »voli svog bližnjeg kao samog sebe« znači upravo to. Ne možete voleti spolja ako ne volite iznutra. Ali, iz nekog razloga, većina nas previdi onaj deo »kao samog sebe.« Prihvatiti Hrista i hrišćanstvo znači voleti sebe, i priznati pravo koje Hristos sada ima nad vašim životom. U stvari, mi smo obavezni da se odnosimo prema sebi na potpuno isti način na koji se Hristos odnosi prema nama: kao prema nekome za koga vredi umreti. Nisko samopoštovanje nije ništa drugo nego glas nepoverenja prema našem Spasitelju, a to jednostavno ne funkcioniše.

ODGOVORITE

1. Iako nisko samopoštovanje nije isto što i poniznost, kako se oni ponekad pomešaju?
2. Da li je lakše biti kritičan prema drugima ili prema samom sebi? Objasnite svoj odgovor.

Ben Protasio, Kaizer, Oregon, SAD

ZAKLJUČAK

Naš tehnološki orijentisan svet dozvoljava nam globalnu komunikaciju sa virtuelnim prijateljima. Možemo odmah da objavimo svaku svoju misao. Slušalice mobilnog telefona u ušima ili spikerfon u automobilu omogućavaju nam da budemo neprestano povezani sa svojom mrežom. Laptop nam omogućava da sve vreme radimo – kod kuće ili na odmoru. Okruženi konstantnim zujanjem, rizikujemo da izgubimo sposobnost da postignemo smirenost i da budemo u stanju da čujemo isceljujući glas Božjeg Duha, koji unosi mir, radost i unutrašnju snagu u naš život. Dakle, da li smo pod stresom? I te kako. Šta je protivotrov za anksioznost koja pulsira ispod površine našeg umreženog života? Isusove reči iz prvog veka danas pokreću impuls u našim dušama koje odzvanjaju, i da ne bismo propustili Njegov poziv iz Mateja 11,28, Petar ga još jedanput ponavlja: «Sve svoje brige bacite na nj, jer se on brine za vas» (1. Petrova 5,7).

RAZMOTRITE

- Isključite radio, televizor, kompjuter, mobilni telefon i usmerite svoju pažnju na Isusa. Ne morate da čekate subotu da biste to učinili. Učinite to sada. Tražite od Boga da vas nauči umetnosti dubokog razmišljanja i dozvolite Mu da osveži vašu pretrpanu ili suviše praznu dušu. Možda vam to u početku neće izgledati prirodno ni prijatno, ali ne odustajte. Pratite biblijski obrazac meditiranja preusmeravajući svoje misli dalje od sebe i od dnevnih briga. Zatim se usredsredite samo na Isusa. Setite se obećanja iz Njegove Reči zajedno sa duhovnim himnama i pesmama koje nas dovode u Njegovo prisustvo.
- Pročitajte jedan psalam svakog dana kad se ujutru probudite i pre nego što zaspate uveče. Doživite obožavanje, razmišljanje, zahvalnost i zavisnost koju psalmista otkriva kroz svoje stihove. Zapazite kako se on divi Stvoritelju uživajući u delima Njegovog stvaranja i kako pronalazi Njegovu pomoć u trenucima nevolje. Potražite Boga i sebe u svakom psalmu koji čitate.
- Vodite dnevnik hvale Bogu ili razgovarajte o hvaljenju Boga sa kolegama i prijateljima umesto prepričavanja vesti ili ogovaranja. Pavle nam kaže da se uvek radujemo (1. Solunjanima 5,16). Ako se uzdamo u Boga kada je reč o našem zadovoljstvu i radosti, onda čak i ako okolnosti oko nas izgledaju kao da će nas uzdrmati do srži našeg bića, nećemo biti savladani stresom i zabrinutošću. Njegova radost će nas održati.
- Redovno vežbajte. Telo je hram Božji, a vežbanje je prirodni lek protiv stresa. Endorfini su prirodna »droga« za dobro raspoloženje koju mozak oslobađa po celom našem telu dok vežbamo, dajući nam osećaj blagostanja. Ako pozovete nekog prijatelja ili rođaka da vam se pridruži, imaćete dodatnu prednost od razvijanja pozitivnih odnosa sa drugima koji vas jačaju – još jedan protivotrov kad je u pitanju virus zabrinutosti!

POVEŽITE

Elen Vajt, *U potrazi za boljim životom*, poglavlje 18, »Iscljenje uma«, str. 141-151. Karl Haffner, *The Cure for Soul Fatigue*. Džin Kelner, *Kolumbija, Merilend, SAD*

Pouka 4

od 15. do 21. januara 2011.



Međuljudski odnosi

»Sve dakle što hoćete da čine vama ljudi, činite i vi njima: jer je to zakon i proroci«
(Matej 7, 12).

»Diplomatija nije ništa drugo do mnogo toplog vazduha,« rekao je jedan prijatelj francuskom državniku Žoržu Klemansou dok su putovali na mirovnu konferenciju. »Sva uglađenost je topao vazduh,« rekao je Klemanso. »Ali to je ono isto što se nalazi u našim automobilskim gumama, a zapazi kako to ublažava prelazak preko džombi.«¹

»Mrzim te.« Ima li ikoga ko nije izgovorio ove dve male ali jake reči? Ako vi niste, kladim se da su vam bar prošle kroz um. Prvi put kad sam ih ja uzviknula, bile su upućene mojoj majci, kada sam kao dete želela da nešto bude po mome. Ipak, sećam se ovog incidenta samo zbog njene reakcije. Kazala je: »Ja ne želim tvoju ljubav. Želim tvoje poštovanje. Prvo me poštuju. Onda ćeš

Poverenje je ugaoni kamen svakog odnosa.

Naravno, ovo nije nagovestilo kraj mojoj »vladavini terora.« Moja majka i ja smo i dalje imale buran odnos. Međutim, s vremenom sam postala manje tvrda zahvaljujući razumevanju koje smo postigle. Odlučila sam da ne uzvraćam, jer sam mislila da će mi to pomoći da izbegnem kaznu kad uradim nešto što sam znala da je loše. Međutim, ubrzo sam shvatila da ću, i pored toga što se ne svađam, ipak biti kažnjena. Tako sam zaključila da mogu da kažem ono što mi je na umu, jer ću ionako trpeti kaznu. Začudo, ovo je otvorilo liniju komunikacije između moje majke i mene tako da sam, tokom godina, naučila da joj bezuslovno verujem. Sada mogu iskreno da govorim s njom o svemu i svačemu. Poverenje je ugaoni kamen svakog odnosa. Frenk Krejn je to najbolje izrazio rekavši: »Bićete prevareni ako suviše verujete, ali živećete u agoniji ako ne verujete dovoljno.«²

Moje iskustvo me je naučilo da su ljubav, poštovanje i poverenje od suštinske važnosti za uspostavljanje pozitivnih i inspirativnih odnosa sa onima oko nas. Ima li još nečega što treba naučiti o ovome? Da. Mnogo toga. Zato ćemo ove sedmice razmotriti biblijsko shvatanje međuljudskih odnosa i kako, kao hrišćani, možemo sačuvati zdrave odnose u ovom životu i u onom koji dolazi.

Kimberli Kadogan, Sent Filip, Barbados

1 Saxton Speakers Bureau. Words of Wisdom. Diplomacy. <http://www.saxton.com.au/default.asp?sc8=152>
2 Thikexist.com. Frank Crane quotes. http://www.quotationspage.com/quotes/Frank_Crane

Poverenje je važan sastojak zdravih odnosa. Bez njega, živimo pod oblakom sumnje i straha. Ljudi su imali poverenja u Isusa jer je, kao čovek, bio toliko sličan njima i poistovetio se sa njima:

1. Voleo je ljude i ljudi su voleli Njega (Jovan 3,16; 12,13).
2. Bio je tužan i plakao je kad je Njegov voljeni prijatelj umro (Jovan 11,35,36).
3. Uživao je u proslavama (Jovan 2,1,2).
4. Isus je imao sažaljenja prema onima koji su u oskudici i pomagao im (Jovan 6,1-12).
5. Uživao je u društvu drugih (Luka 10,38).

Josifov život takođe ukazuje na to da je poverenje važan sastojak u međuljudskim odnosima. U 1. Mojsijevoj 50, čitamo da je Josif, kad je njegov otac umro, želeo da ga sahrani u Hananu. Faraon mu je to dozvolio zato što se »Josif pokazao dostojnim poverenja kao faraonov savetnik. Zbog njegovog dobrog ponašanja, faraon nije sumnjao da će se on vratiti u Egipat kao što je obećao, nakon što sahrani svoga oca u Hananu.«¹

Kad su doživljavali teškoće i stresove na svom putu za Obećanu zemlju, Izraelci su gubili poverenje u one koji su ih vodili, pa i u svog božanskog Vođu. Čak i kad su stajali na granicama zemlje koju im je Bog obećao, poverenje im je u toj meri nedostajalo da im Bog nije dozvolio da u nju uđu. Samo onima koji su u tom trenutku bili mlađi od 20 godina, bilo je dozvoljeno da uđu u Hanan, i to posle 40 godina lutanja.

Kada su ušli u Obećanu zemlju, Bog je dao narodu uputstva za svaku oblast života, uključujući i važnost poverenja. U 4. Mojsijevoj 30,1,2, On im je naložio da se drže zaveta koje daju jedan drugom. Ovo je važno jer »zdravlje društva može se održati samo zahvaljujući čvrstini karaktera muškaraca i žena koji ga sačinjavaju.«²

Konačno, tokom života moramo naučiti da poverenje u svim našim odnosima sa drugima može biti snažno samo onoliko koliko je snažan naš odnos sa Bogom. Kada se potpuno pouzdamo u Njega, mi smo »kao gora Zion, ne pomera se, ostaje dovek« (Psalam 125,1).

ODGOVORITE

Džordž Mekdonald, škotski sveštenik iz 18. veka, rekao je: »Biti neko kome se veruje veći je kompliment nego biti voljen.«³ Zbog čega je, po vašem mišljenju ovo istinito?

Liza Torn, Sent Filip, Barbados

1 Life Application Study Bible (Wheaton, Ill.: Tyndale House, 1991), str. 99.
2 The Interpreter's Bible, sv. 2, George Arthur Buttrick, ed. (New York: Abington Press, 1953), str. 282.
3 Your Dictionary.com. Trusted Quotes. <http://www.yourdictionary.com/quotes/trusted>

Visoka cena (Jevrejima 4,15)

Isus Hristos se poistovetio sa čovečanstvom (Jevrejima 4,15), ne samo pre pada u greh već i nakon toga, jer je za Njega bilo od suštinske važnosti da razume bol i dubinu duga i bespomoćnosti u koju smo zapali zbog neposlušnosti.

»Žalost je ispunila nebo kada se doznalo da je čovek izgubljen i da će se svet koji je Bog stvorio ispuniti smrtnicima osuđenim na nevolju, bolest i smrt, te da nema načina da prestupnici to izbegnu. Svi Adamovi potomci moraće da umru. Tada sam videla voljenog Isusa i na Njegovom licu opazila izraz saosećanja i žalosti.«¹

Nebeske vojske plakale su od bola i žalosti, ali ne zbog nedostatka rešenja, već zbog odvojenosti od krune Božjeg stvaranja. Adam i Eva će uskoro saznati cenu jednog zalogaja voća – cenu koju će jedino Božji Sin svojim životom moći da plati.

Jedna loša »jabuka« pokvari celo bure (Rimljanima 5,12.13)

U trenutku kada su Adam i Eva zgrešili, bio je prekršen zakon ljubavi (Rimljanima 5,12.13). Stoga je Bog postao čovek da bi obnovio božansko-ljudski odnos (Jovan 1,1-3; 14; 3,16.17). Jedino kroz ovaj čin ljubavi mi možemo naći večni život. »Anđeli su pali pred Njim i ponudili svoje živote kao žrtvu. Isus im je

rekao da će On svojom smrću otkupiti mnoge«² i da život anđela ne bi mogao da plati dug. Jedino Njegov život je mogao biti prihvaćen od strane Njegovog oca kao otkup za ljude. Međutim, ljudi će morati verom da prihvate ispruženu ruku ljubavi i blagodati da bi bili izbačeni od gneva (Efescima 2,1-9). Ovaj odnos otkupljenja omogućuje dve stvari. On daje duševni mir i

Bogu i nama (Matej 6,25-34; Rimljanima 5,1). Osim toga, on pomaže u procesu našeg obnavljanja u Božje obličje (Efescima 4,22-27; Filibljanima 4,11-13).

Obnovivši odnos sa nama krvlju Hristovom, Bog je obezbedio da čovečanstvo dobije Njegov lik. Ovo novorođenje se svakodnevno pokazuje u životu hrišćanina. Hrišćani ne prihvataju ništa što bi moglo da iskvari dušu ili da ih spreči da donesu rodove Svetog Duha (Galatima 5,22.23; Jakov 3,16-18). Njihov plodonosan život je nešto što prepoznaju i doživljavaju njihovi supružnici, rođaci i prijatelji. On je obeležen praštanjem, saosećanjem i ljubavlju bez pristrasnosti i društvenih ograničenja. Manje je verovatno da će hrišćanin koji gradi mir biti sklon lošim odnosima (Matej 5,9).

1 The Story of Redemption, str. 43.

2 Isto, str. 44.

Drvo protiv drveta (Isus Navin 24,14.15)

Adam i Eva su odlučili da prekrše Božji zakon. Od tada je ljudski rod izopačen i lišen punine Božje ljubavi i Njegovog prisustva (1. Mojsijeva 3,1-24). »Adam je razumeo šta je greh – prekršaj zakona. Pokazano mu je da će posledica njegovog pada biti moralna, mentalna i fizička degradacija ljudske rase, sve dok svet ne bude ispunjen ljudskom bedom svake vrste... Ipak, uprkos slabosti i smanjenoj mentalnoj, moralnoj i fizičkoj snazi ljudskog roda, Hristos, veran cilju zbog kog je napustio nebo, nastavlja da se interesuje za nemoćne, ponižene predstavnike čovečanstva i poziva ih da sakriju svoje slabosti i nedostatke u Njemu.«¹

Dok žanjemo posledice Adamovog i Evinog greha, najbolja odluka koju možemo doneti jeste da napustimo drvo poznanja dobra i zla i da izaberemo drvo života. Sotonina prvenstvena namera je da obezbedi našu vernost da bismo ga mi obožavali. Taj motiv se nije promenio. Dok se približavamo kraju vremena, moramo biti odlučni kao Isus Navin u pogledu toga kome ćemo služiti (Isus Navin 24,14.15). Kao jevrejski mladići, moramo da odlučimo kome ćemo se pokloniti (Danilo 3,15-18). Sotona nikad ne odustaje od svojih prevara. On nastavlja da prikazuje Boga kao nepravednog. Okeani gorkih suza izazvanih grehom i dalje stoje između Boga i Njegovog naroda. Ipak, Isus nas poziva da mu verom pridemo (vidite Matej 14,28-31).

Put vere može povremeno biti naporan i monoton, ali suze radosti čekaju verne (Psalam 31,24; Otkrivenje 21), čak i one koji su umrli u veri. »Svi izlaze iz svojih grobova isti po rastu kao kad su bili sahranjeni. Adam, koji stoji u sredini vaskrslog mnoštva, naročito je visok i veličanstvenog izgleda, po rastu samo malo niži od Božjeg Sina. Njegov stas pokazuje upadljivu suprotnost prema ljudima docnijih pokoljenja; tu se vidi koliko se ljudski rod degenerisao. Ali svi ustaju u svežini i snazi večne mladosti... Pošto će imati pristup ka drvetu života u zadugo izgubljenom Edemu, otkupljeni će 'rasti' (Malahija 4,2) do pune visine ljudskog roda u njegovoj prvobitnoj slavi.«² Neće proći mnogo vremena, a otkupljeni će zameniti svoje breme nevolja za krunu slave, i svi odnosi će biti obnovljeni.

ODGOVORITE

1. Kako je Adamov i Evin greh uticao na vaše odnose sa drugima?
2. Kako Isusova želja da vas obnovi prema svom liku može da utiče na vaše odnose sa drugima?
3. Pročitajte svaki od tekstova koji su pobrojani na početku ovog proučavanja. Kako bi izgledali naši odnosi kada bi hrišćani živeli prema tim stihovima? Da li mislite da bi više ljudi bilo privučeno hrišćanstvu kada bi više hrišćana živelo u skladu sa tim stihovima? Objasnite svoj odgovor.

Džordž Mekalum, Sent Majkl, Barbados

1 The Story of Redemption, str. 50

2 Velika borba, str. 520, 521.

»...AKO U NJEMU BUDE LJUBAVI«

SVEDOČANSTVO (1. Petrova 3,8-12)

Elen Vajt je pisala jednom evanđelisti o njegovom odnosu prema ljudima: »Dobila sam od Gospoda ovu poruku za tebe: Budi ljubazan u govoru i nežan u postupcima. Čuvaj se, jer si sklon da se ponašaš surovo i diktatorski,

Budi ljubazan u govoru i nežan u postupcima.

i da govoriš neprijatne stvari... Grube reči žaloste Gospoda; nemudre reči povređuju. Zadužena sam da ti kažem da budeš blag u svom govoru; dobro pazi na svoje reči; ne dozvoli da se ikakva grubost pokaže u tvom govoru ili u tvom izrazu lica...

Kada gledanje u Isusa i učenje od Njega postanu tvoje svakodnevno iskustvo, ti ćeš otkriti zdrav, uravnotežen karakter. Ublaži svoje izlaganje i ne dozvoli da osuđujuće reči izađu iz tvojih usta. Uči od velikog Učitelja. Ljubazne i saosećajne reči delovaće kao lek i isceliće duše koje očajavaju. Poznavanje Božje Reči primenjeno u praktičnom životu imaće umirujući uticaj. Grubost u govoru nikada neće doneti blagoslov ni tebi, ni nekoj drugoj duši.«¹

Bračnim parovima, Elen Vajt je imala da kaže: »Trebalo bi da bude... mnogo više nežnosti i ljubavi, veselosti i hrišćanske učtivosti među članovima doma. Mnogi treba da nauče kako da učine dom privlačnim, da ga učine mestom uživanja. Zahvalna srca i ljubazni pogledi vredniji su od bogatstva i luksuza, a zadovoljstvo u jednostavnim stvarima učiniće dom srećnim ako u njemu bude ljubavi...

Male pažnje, brojni sitni postupci i jednostavna životna učtivost: to je ono što čini zbir životne sreće, a zapostavljanje ljubaznih, ohrabrujućih, saosećajnih reči i malih životnih učtivosti, doprinosi uvećanju jada i bede. Na kraju će se pokazati da odricanje od sebe zarad dobrobiti i sreće onih oko nas čini veliki deo životnog izveštaja na nebu.«²

ODGOVORITE

1. Iskreno ocenite sebe u svetlosti prethodna dva citata. Gde mislite da se nalazite na potezu između »grubih reči« i »jednostavnih životnih učtivosti«?
2. Razmislite o nekom teškom odnosu u kome se trenutno nalazite, možda sa prijateljem, članom porodice, kolegom sa studija ili sa posla. Na koji način bi saveti koje je Elen Vajt uputila ovom evanđelisti i bračnim parovima mogli da vam pomognu da poboljšate taj odnos?

Jan Van Valkenburg, En Arbor, Mičigen, SAD

1 *Gospel Workers*, str. 163.

2 *The Adventist Home*, str. 108, 109.

OBRASCI ZA DIVNE ODNOSI

PRIMENA (Filipljanima 2,7-9)

Odnos koji je Bog preko Isusa Hrista uspostavio sa nama je jedinstven, odnos kakav je samo Bog koji voli mogao da stvori. Uzvišeni i sveti Bog ponizio je sebe do krajnosti, spustio se do sličnosti sa čovekom koga je stvorio i uzео na sebe obličje slugе. On je čak i umro »drugom« smrću – konačnom smrću kojom će morati da umru svi koji se ne pokaju. On je to učinio na krstu – što je bila najgora kazna tog vremena.

On je živео i umro za nas da bismo mogli da imamo isti onakav odnos sa Njim kakav su imali Adam i Eva pre svog pada – odnos koji nije zasnovan na pravilima i propisima već na onoj vrsti ljubavi na kojoj se zasnivaju Njegove zapovesti – ljubavi prema Bogu i ljubavi prema bližnjima (Matej 22,37-40). Mi treba da dozvolimo tom semenu ljubavi da raste u našem srcu. Kako možemo da uzgajamo to seme?

Molite se. Molite se posebno za prisutnost Svetog Duha. Kada On živi u našem srcu, možemo biti promenjeni tako da naš život odražava život Hristov.

Proučavajte. Čitajte Njegovu Reč kao vodič za svakodnevni život. Čitajte takođe i knjige Elen Vajt i druge knjige proverениh hrišćanskih autora.

Svedočite. Govorite drugima о čudesnoj Isusovoj ljubavi koju ste doživeli kao Njegov učenik.

Služite. Pomozite drugima u svojoj zajednici. Služite u javnoj kuhinji, u sklopištu za beskućnike ili učite nepismene da čitaju. Mogućnosti za službu su mnogobrojne. Sigurno postoji neka koja odgovara vašim talentima i sposobnostima.

Dok rastemo u svom odnosu sa Hristom, bićemo u stanju da izgradimo zdrave odnose sa svojim prijateljima i porodicom. Evo nekih načina da se pomogne tim odnosima da napreduju:¹

Budite realni. Ne možete svima biti sve. Niti bilo koja osoba može vama biti sve. Prihvatite ljude takve kakvi su. Bog još uvek nije završio ni sa jednim od nas!

Tražite ono što je najbolje u drugima. Bez sumnje, neki od vaših prijatelja ili članova porodice će vas povrediti. Bez sumnje, vi ćete povrediti njih. Zaboravite to i krenite dalje. Što više budemo tražili ono što je najbolje u drugima, to će bolji biti naši međusobni odnosi.

Budite ono što jeste. Nemojte se pretvarati da ste nešto što niste. Dobri odnosi se uspostavljaju sa pravim ljudima, a ne sa onima koji se pretvaraju i glume.

ODGOVORITE

Šta biste vi dodali svakom od ova dva obrasca?

Greg Džordan, Sent Filip, Barbados

1 »Tips on How to Have Healthy Relationship,« Joyce Woodford. Healthy Place.

<http://www.healthyplace.com/relationships/healthy-relationships/tips-on-how-to-have-healthy-relationships/menu-id-63>

Kada sam kao bruoš došla da pogledam svoju studentsku sobu, na svoje iznenađenje, našla sam pismo koje me je čekalo u sandučetu. Napisao ga je prijatelj koji je bio nekoliko godina stariji od mene, i ono je bilo puno mudrosti u pogledu studentskog života.

Dok sam razmišljala kakav savet da dam svom sinu Danijelu, koji je sada bruoš, došla sam do zaključka da se najveća mudrost koju mogu da mu ponudim vrti oko međuljudskih odnosa. Zato, evo četiri strategije za uspostavljanje odnosa koje bih želela da on zna, sad kad započinje studentski život:

Svet je pun divnih ljudi, a jedna od najboljih avantura u životu je pronalaziti ih.

različitim situacijama – jer način na koji ta osoba tretira druge način je na koji će tretirati i tebe. Zapamti da: »Ko hodi s mudrima postaje mudar, a ko se drži s bezumnicima postaje gori« (Priče Solomunove 13,20).

2. *Uloži vreme u svoje odnose.* Neke kulture pridaju veliki značaj vremenu i materijalnim preimućstvima. Druge pridaju veći značaj međuljudskim odnosima. Trudi se da nađeš ravnotežu između te dve vrednosti. Iako su vreme i postizanje ciljeva važni (posebno na fakultetu), ne potcunjuj radost i smisao koje značajni odnosi mogu uneti u tvoj život. Neke od mojih najdražih uspomena odnose se na vreme koje sam provela sa prijateljima – dobro vreme kao i ono teško. Zapamti da će tvoj karakter i odnosi sa drugima nadživeti materijalna sredstva.

3. *Nastavi da razvijaš intresovanje za nove odnose.* Svet je pun divnih ljudi, a jedna od najboljih avantura u životu je pronalaziti ih. Budi otvoren prema širenju svog kruga zdravih odnosa – u kojima jačate jedni druge u veri i učite jedni od drugih.

4. *Održavaj čvrst odnos sa Bogom.* Ovo je najvažnija tačka. Ako ovo učiniš svojim prvim prioritetom, sve ostalo će na kraju doći na svoje mesto. Odvoj vreme da čitaš Bibliju svakog dana. Druge religiozne knjige su dobre, ali nema zamene za način na koji Bog može da govori direktno tvom srcu. Odvoj vreme za molitvu. I odvoj vreme da slušaš – Bog stvarno govori. Dok budeš slušao, naučićeš da prepoznaješ Njegov glas.

ODGOVORITE

1. Kako odnosi utiču na naš život i zašto je tako važno izgraditi zdrave odnose?
2. Šta Bog može da nas nauči o odnosima?

ZAKLJUČAK

Ljubav, poštovanje i poverenje su od suštinske važnosti za uspostavljanje pozitivnih odnosa sa onima oko nas. Ovi osnovni elementi mogu postojati samo ako imamo jak, pouzdan odnos sa Bogom. Tada ćemo, dok rastemo u odnosu sa Njim, biti sposobni da negujemo zdrave odnose sa prijateljima i porodicom. Molitva za prisustvo Svetog Duha u nama i za primenu Božje Reči u našem životu je moćno sredstvo koje nam pomaže u tome. Redovna dela nesebične službe, prihvatanje drugih (i sebe samih) takvih kakvi jesu, i iskrena poniznost u našim odnosima, pokazuju da smo sposobni za zdrave veze sa drugima.

RAZMOTRITE

- Kreirajte logo da biste ilustrovali stih iz Knjige propovednikove 4,12. Dodajte boje u svoj dizajn. Počnite od detaljnih skica za tri različita pristupa istoj zamisli. Doradite najbolju u završni dizajn.
- Odsvirajte na klavijaturi niz akorda od dva tona u razmaku od jedne oktave, a zatim smanjujte udaljenost između tonova. Menjajte note polako, uživajući u zvuku svake kombinacije pre nego što pređete na sledeću. Zapazite promenu zvuka dok menjate razmak između tonova. Šta možete zaključiti o udaljenosti u međuljudskim odnosima na osnovu ovog muzičkog istraživanja?
- Uzmite tri niti vune i pokušajte da ih pokidate jednu po jednu. Zatim uzmite još tri niti iste dužine, napravite pletenicu i pokušajte nju da pokidate. Šta možemo iz ovoga da naučimo o snazi zdravih odnosa?
- Organizujte večeru, ali neka gosti učestvuju tako što će doneti hranu i kasnije učestvovati u čišćenju. Promenite izreku »mnogo ruku znači lak posao« u »mnogo ruku znači zabavu.«
- Odvojte značajan period vremena kad vas niko neće ometati. Počnite ovo vreme molitvom. Zatražite od Boga da vam da jasan uvid u vaše srce i da vas vodi u ovom vremenu u skladu sa svojim planom.
- Nabrojte dva ili tri najprisnija odnosa koja imate. Uključite tu i odnos sa samim sobom. Tražite od Boga da vam pokaže kako ste pokvarili svaki od ovih odnosa. Slušajte Njegov glas i zapišite ono što čujete. On neće govoriti na osuđujući način. Pitajte Ga šta bi On želeo da učinite kako biste popravili te odnose, uključujući i onaj sa samim sobom. Zatim tražite od Njega snagu i vođstvo da biste to uradili na Njegov način.

POVEŽITE

Emerson Eggerichs, *Love and Respect: The Love She Most Desires, The Respect He Desperately Needs*; Brennan Manning, *The Rabbi's Heartbeat*.

Džil Bansen, Oburn, Vašington, SAD

Pouka 5

od 22. do 28 januara 2011.



Osećaj krivice

»Ako ćeš na bezakonje gledati, Gospode:
Gospode, ko će ostati?
Ali je u tebe praštanje, da bi te se bojali«
(Psalam 130,3.4).

22. januar 2011.

SAN I POZIV NA BUĐENJE

UVOD (Psalam 32)

Su

Noćas sam nešto sanjala.

Sanjala sam da su to poslednji dani pre Isusovog povratka i da ja bežim – bežim od vlasti, bežim od zakona, bežim zbog svoje vere u Isusa.

I dok sam trčala, odjednom, bacila sam pogled na nebo. Ono je bilo potpuno svetlo i ispunjeno srećom. Prestala sam da trčim i osetila kako me preplavljuje olakšanje i mir. Nikad ranije nisam osetila tako nešto. Stajala sam tamo i pred svojim očima ugledala Isusa na Njegovom prestolu kako pruža ruku prema meni.

Ali tada, stojeći pred Njim, počela sam da razmišljam o svojoj prošlosti: o svojim gresima, o nečistoj savesti, o stvarima za koje se nisam pokajala. U snu me je obuzela krivica; suze su mi se kotrljale niz obraze i počela sam da ispovedam svoje grehe Isusu, moleći za oproštaj zbog svakog lošeg dela. Dok sam se molila za oprostjenje, sa svakim priznanjem koje je prešlo preko mojih usana, nešto se podizalo sa moje duše i letelo ka Isusu. Kada sam konačno začutala, pogledala sam u lice mog Gospoda i On mi se osmehnuo.

Tada sam se probudila.

Ležala sam na krevetu prilično dugo razmišljajući o ovom snu. Bilo je još uvek mnogo greha i tereta na mojoj duši za koje nisam tražila oproštaj. Moji takozvani »tajni« gresi. Stvari za koje nisam želela da iko zna. Grizla sam se zbog njih jedno vreme, ali sam ih uvek ponovo potiskivala, dok nisam skoro zaboravila da postoje. Odjednom sam znala. Ništa – NIŠTA! – neće stajati između mene i mog Isusa! Ništa – NIŠTA! – ne вреди sakrivati pred Njim, jer On ionako sve zna. Kao što se dogodilo i u mom snu, mir je preplavio moju dušu, i osetila sam se spokojno. Ponovo sam se popela na krevet - mirne savesti prvi put posle mnogo godina – i slatko sam zaspala.

Svako od nas oseti krivicu u nekom trenutku svog života. Naše proučavanje za ovu sedmicu baviće se ulogom krivice u našem duhovnom životu i time kako je možemo upotrebiti da nas približi Isusu umesto da nas odvaja od Njegove beskonačne ljubavi.

Alison Zolman, Sentervil, Ohajo, SAD

Prve negativne emocije (1. Mojsijeva 3,7-13)

Interesantno je ono što možemo da zapazimo ako obratimo pažnju na osećanja koja su obuzela Adama i Evu nakon što su zgrešili. U 1. Mojsijevoj 3,7, oni sa zaprepaščenjem otkrivaju da su goli. Mi to prepoznamo kao stid. Ovo ih je tako uznemirilo da su smislili kreativan način da se sakriju (danas je to industrija koja donosi milijarde!). Onda su začuli Boga kako hoda po vrtu i osetili potrebu da se »pognu i beže.« Mi to zovemo strah. Kada je direktno upitan zašto je go i uplašen, Adam, koji je okusio voće zbog svoje duboke ljubavi prema Evi, utire put koji mi sledimo do današnjeg dana – optužujući nekog drugog za svoje postupke.

Eva to hitro podiže na viši nivo, bacajući krivicu indirektno na Boga. Naše pogrešne odluke čak i danas mogu u nama da izazovu neprijatna osećanja koja bi trebalo, u idealnoj situaciji, da nas navedu da se odmah popravimo. Krivica nam stavlja do znanja da smo prešli liniju. Možemo da tražimo izgovore. Možemo da racionalizujemo. Možemo da se pravdamo. Ali na kraju krajeva, mi znamo istinu, bez obzira u šta uspeli da ubedimo druge. Od nas zavisi da li ćemo uraditi pravu stvar i platiti cenu. A nositi teret nečiste savesti zaista je prevelika cena (kao što mnogi od nas znaju).

Psalam olakšanja (Psalam 32)

Iako može biti lakše dobiti oprostaj nego odobravanje, Psalam 32 odzvanja grehom i krivicom u ljudskom iskustvu. Naša grešna dela nas tište, kao što i treba; ali ovaj psalam počinje zahvalnošću a potom nas vodi unazad kroz Davidovo iskustvo. On krije svoj greh i teško mu je sve dok ne odluči da prizna. U tom trenutku on doživljava slobodu oprostjenja i prirodnu zahvalnost koja je prati. Davidovo iskustvo je ljudsko iskustvo sa kojim svi mi možemo da se poistovetimo, bez obzira da li smo prošli celim putem od priznanja, preko pokajanja, do dobijanja oprostjenja. Suviše često se zaustavljamo prerano i propuštamo da doživimo slobodu koju je Bog spreman da nam da.

Kukurikanje koje opominje (Matej 26,75)

Gorak plač. Petar je bio odrastao čovek, ali je gorko plakao. Svest o tome šta je učinio prodrla je duboko i izazvala dramatičnu reakciju. Greh je ozbiljna stvar i ne bi trebalo olako da se shvati. (Petar verovatno nikad više nije mogao na isti način da sluša oglašavanje petla.) Ali mi smo skloni da se u izvesnoj meri naviknemo na greh i, stoga, propuštamo da shvatimo njegovu ozbiljnost onako kako bi trebalo. Greh prekida odnose. On oštećuje ono što smatramo vrednim. Trebalo bi da gorko plačemo mnogo češće nego što to činimo!

Bez osude (Rimljanima 8,1)

Kada Pavle koristi reč *dakle* u Rimljanima 8,1, to znači da on donosi zaključak za koji mu je verovatno trebalo nekoliko prethodnih poglavlja. Obično je dobra ideja vratiti se unazad i pratiti njegove korake, ali, u ovom slučaju, on je potpuno jasan. »Nikakva dakle sad nema osuđenja onima koji su u Hristu Isusu i ne hode po telu nego po Duhu. Jer...« (Rimljanima 8,1.2). Kakva izjava! Reči *nema osuđenja* su fantastične! Ali reč *sad* je još bolja! Ključno je, naravno, biti »u Hristu Isusu.«

Rečeno nam je da je »plata za greh smrt, a dar Božji je život večni u Hristu Isusu Gospodu našem« (Rimljanima 6,23). Plata je zarađena i očekivana. U ovom stihu, smrt nije dar. To je plata za naše grehe. Uporedite to sa onim što Bog nudi: dar – nezarađen, neočekivan i nezasluzen! Dar je besplatan za onog ko ga prima, ali košta darodavca, a u ovom slučaju, Darodavca! Zbog onoga što je »Bog u Hristu« učinio na krstu, Pavle može da kaže »sad nema osuđenja«! Rimljanima 8,2 nastavlja i kaže: »Jer zakon Duha koji oživljava u Hristu Isusu, oprostio me je od zakona grehovnoga i smrti.« To je sjajna vest za krivicom opterećene ljude kojima je potrebno ono što samo Bog može da da. Gorko plakanje nam pomaže da cenimo dar »neosuđenja« koji Bog nudi. Bez razumevanja veličine našeg greha ne može biti stvarne zahvalnosti za Božji oproštaj!

Dobrota topi kamen (Rimljanima 2,4; Jezekilj 11,19)

Pavle kaže u Rimljanima 2,4 da nas »dobrota Božja na pokajanje vodi«. To je neobičan pristup za pokretanje promene. Dobrota. Izgleda pomalo slabo na površini, ali, u stvari, ona je kao seme u pukotini na asfaltu, koje počinje da klija, raste i s vremenom probija beton! Božja dobrota počinje da omekšava to kameno srce koje mi tako često imamo i, ako Mu dopustimo, On zamenjuje to srce jednim mesnatijim! Nije loša trampa! Što nas ponovo vraća na Davidove reči hvale i proslavljanja: »Radujte se o Gospodu, i pevajte, pravедnici; veselite se svi koji ste prava srca!« (Psalam 32,11). (To bi bilo jedno novo i bolje srce!)

ODGOVORITE

1. Da li vaš greh utiče na vas tako da »gorko plaćete«? Kada ste poslednji put pustili suzu zbog svog greha? Zašto je često lakše prolići suze nad nečijim tuđim grehom?
2. Da li se Božje oprostjenje previše lako dobija? Objasnite svoj odgovor.
3. Šta se dešava kad odlučimo da ne dopustimo da nas krivica vodi ka boljem rešenju?
4. Da li vas je nečija neočekivana dobrota ikad razoružala? Šta dobrotu čini tako moćnom?

U PODNOŽJU KRSTA

SVEDOČANSTVO (1. Jovanova 1,9)

»Osećanje krivice mora biti položeno u podnožje krsta sa Golgote. Svest o grehu je zatrovala izvore života i prave sreće. Sada Isus kaže: Stavite sve to na mene, ja ću nositi vaš greh. Ja ću vam dati mir. Ne narušavajte više svoje samopoštovanje, jer sam vas ja otkupio po cenu svoje sopstvene krvi. Vi ste moji, ja ću ojačati vašu slabu volju, ja ću ukloniti vašu žalost zbog greha.«¹

»Bog je u Hristu dao sebe za naše grehe. On je pretrpeo svirepu smrt na krstu, nosio breme krivice umesto nas, 'pravednik za nepravednike', da bi nam otkrio svoju ljubav i privukao nas k sebi. Božja reč kaže: 'Budite jedan drugome blagi, milostivi, praštajući jedan drugome, kao što je Bog u Hristu oprostio vama' (Efescima 4,32). Neka Hristos, božanski Život, boravi u nama i preko nas otkriva nebesku ljubav koja će uliti nadu onima koji su je izgubili i doneti nebeski mir srcu koje je greh ranio. Kada dolazimo k Bogu, već na samom pragu stoji uslov da, primajući Njegovu blagodat, moramo pristati da Njegovu milost pokažemo drugima.«²

»Kada bismo sami morali da nosimo svoje krivice, to bi nas slomilo.«

»Sotona hoće da odvuče našu pažnju od moćnog Pomoćnika, da nas navede da razmišljamo o iskvarenosti svoje duše. Ali, iako Isus vidi našu krivicu u prošlosti, On izriče oprostaj; i mi ne treba da Ga obeščašćujemo sumnjajući u Njegovu ljubav.«³

»Ne pokušavajmo da umanjimo svoju krivicu tražeći izgovor za greh. Mi moramo prihvatiti Božju ocenu greha, a ona je vrlo stroga. Jedino nam Golgota može otkriti strašnu odvratnost greha. Kada bismo sami morali da nosimo svoje krivice, to bi nas slomilo. Međutim, Bezgrešni je, iako nedužan, zauzeo naše mesto: On je poneo naše nepravde. 'Ako priznajemo grehe svoje', Bog je, 'veran i pravedan da nam oprost i grehe naše, i očisti nas od svake nepravde' (1. Jovanova 1,9).«⁴

ODGOVORITE

1. Kako mi kao hrišćani možemo pomoći drugima da izađu na kraj sa krivicom, pogotovu ako nemaju izgrađen odnos sa Hristom?
2. Da li se držite svoje krivice umesto da ostavite svoje grehe u podnožju krsta? Ako je tako, kako možete mene ubediti da prihvatim Isusovu oprostjenje?

Kendis Zolman, Smitsburg, Merilend, SAD

1 Mind, Character, and Personality, sv. 2, str. 451, 452.

2 Misli sa gore blagoslova, str. 128.

3 Mind, Character, and Personality, sv. 2, str. 451, 452.

4 Misli sa gore blagoslova, str. 129.

KRIVICA I OPROŠTENJE

DOKAZ (Isaija 44,22; Rimljanima 8,1)

Krivica ima dve strane, zakonsku i emotivnu. »Zakonska« je posledica legalnog ili moralnog prekršaja. »Emotivna« je ono što je Bog usadio u nas, što nas navodi na pokajanje.

Kada molimo Boga za oprostaj, On će nam oprostiti. On želi da Mu pridemo kako bi mogao da nas očisti od greha i krivice. »Rasuću kao oblak prestupe tvoje, i grehe tvoje kao maglu; vrati se k meni, jer sam te izbavio« (Isaija 44,22). »Nikakva dakle sad nema osuđenja onima koji su u Hristu Isusu i ne hode po telu nego po Duhu« (Rimljanima 8,1).

Ne smemo zaboraviti da smo svi mi, kao ljudi, skloni padu kada sklonimo pogled sa svog Spasitelja. »Jer svi sagrašiši i izgubili su slavu Božju, i opravdaće se zabadava blagodaću njegovom, otkupom Isusa Hrista« (Rimljanima 3,23.24).

Najbolji deo, međutim, je taj što mi možemo uvek da se vratimo Njegovom prestolu blagodat da bismo primili milost. »Ponizite se dakle pod silnu ruku Božju, da vas povisi kad dođe vreme. Sve svoje brige bacite na nj, jer se on brine za vas« (1. Petrova 5,6.7).

Svi smo mi ... skloni padu kada sklonimo pogled sa svog Spasitelja.

Ne zaboravite, ipak, da će sotona nastaviti da pokušava da odvuče našu pažnju od Moćnog Pomoćnika, da bi nas naveo da razmišljamo o pokvarenosti svoje duše. Kada primetite da se to dešava, setite se da »bol, zabrinutost, nezadovoljstvo, griža savesti, osećanje krivice, nepoverenje, sve teži da slomi životne snage i izazove propast i smrt.«¹ Sotonin cilj je da nas odvoji od Božje ljubavi i spasenja. On koristi krivicu da bi usmerio našu pažnju na greh umesto na slavni dar oprostjenja ponuđen svakome od nas kroz Isusovu smrt na krstu.

»Ali, iako Isus vidi našu krivicu u prošlosti, On izriče oprostaj; i mi ne treba da Ga obeščašćujemo sumnjajući u Njegovu ljubav.«²

ODGOVORITE

1. Koji nam još biblijski tekstovi pomažu da se setimo da možemo otići Bogu sa svojom krivicom?
2. Šta još možemo da uradimo da bismo zapamtili da ne treba da se stidimo da izađemo pred Boga sa svojim gresima?
3. Kako možemo da preispitamo sami sebe kako bismo bili sigurni da smo dovoljno ponizni da preduzmemo ove korake?

Suzan Galant, Luiston, Mejn, SAD

1 U potrazi za boljim životom, str. 141.

2 Lift Him Up, str. 256.

Greh i krivica su povezani kao drvo i njegova senka. Zamislite svetao, sunčan dan. Javorovo drvo u prednjem dvorištu je puno lišća. Kako sunce osvetljava drvo, tako ono stvara senku iza sebe. Jednog dana, drvo je posečeno i odneto. Sledećeg dana, kad je granulo sunce, drveta tamo više nije bilo. Da li je bilo senke? Ne. Kada je drvo nestalo, nestalo je i senke – jednostavna lekcija iz poznavanja prirode.

Na duhovno carstvo možemo primeniti ovakvu ilustraciju: Sunce (Bog) obasjava greh u našem životu (drvo) stvarajući senku. Tu senku zovemo krivica. Krivica je ono što osećate kada vas muči savest zbog nečeg lošeg što ste učinili. Ali, Bog ima Svoj plan sa krivicom. On stvara tu senku u našem životu s razlogom – da bismo tražili Njegov oprostaj.

Bog šalje krivicu – da bi nas naveo da se pokajemo, da tražimo oprostaj i da budemo spaseni.

U 2. Korinćanima 7,8-11, Pavle kaže Korinćanima da zna da im je, koreći ih u svojoj prvoj poslanici, izazvao žalost, i da je učinio da se osećaju krivim ukazavši na njihove grehe. Ali, on takođe kaže: »Ali se sad radujem... što se ožalostiste na pokajanje« (stih 9). Njihova žalost po Bogu izazvala je pokajanje koje vodi u spasenje (stih 10). *To je ono što Bog želi za nas. Zbog toga On šalje krivicu – da bi nas naveo da se pokajemo, da tražimo oprostaj i da budemo spaseni.*

Kako neko može da se oporavi od osećaja krivice?

Priznajte i tražite Božji oprostaj za greh koji vam stvara osećaj krivice. »Ako priznajemo grehe svoje, veran je i pravedan da nam oprost grehe naše« (1. Jovanova 1,9).

Verujte da je Bog stvarno oprostio taj greh. Kad oprašta naše grehe, On ih i uklanja. Kad On poseče drvo, senka krivice takođe nestaje. Ako nastavite da nosite krivicu nakon što ste primili Njegov obećani oprostaj, činite Ga lažovom. U suštini, mi govorimo: »Ti nisi zaista oprostio moj greh!«

Dozvolite radosti da uzdigne vaše srce onoliko koliko ga je krivica oborila. U Psalmu 32 David kaže: »Ti skide s mene krivicu greha mojega... Radujte se o Gospodu, i pevajte pravednici« (Psalam 32,5.11).

ODGOVORITE

1. Kakav teret krivice nosite, dok bi trebalo da zatražite da od njega budete oslobođeni?
2. Kako biste mogli da podelite radost zbog oprostjenog greha i krivice sa drugima?

Frenk Zolman, Smitsburg, Merilend, SAD

Uzdignite krivicu! Uopšte uzet, to je dobra stvar. Video sam previše ljudi koji izvršavaju grozna dela bez dovoljno krivice. Društvu bi dobro došlo malo više krivice – krivice zbog sebičnosti, krađe, prevare, ubistva, ogovaranja i tako dalje.

Krivica je, na kraju krajeva, samo glas savesti koji šapuće da naša nedavna sebična dela možda nisu bila sasvim u redu. Krivica takođe može značiti da Sveti Duh dodaje svoj glas tom tihom šapatu. Zato, ura za dobru savest! Ura za večnog Boga koji nam govori! Doći će dan kada Sveti Duh neće više biti u stanju da govori bilo kome drugom osim Božjem narodu (vidite Efescima 4,30; Otkrivenje 16,14; 18,21-24; Jevrejima 13,5). To će biti kraj vremena milosti, za kojim će brzo slediti i kraj istorije. Ali do tada, neka Sveti Duh govori da bi svako ko je spreman mogao da bude spasen.

Sasvim sigurno, postoji i ona krivica koja je potpuno pogrešna. Jedna vrsta krivice donosi beznađe, mrak i destrukciju. Ova krivica je više kao sjajni kaput prebačen preko prljavih dronjaka uporne neposlušnosti, dajući joj auru dostojanstva. Zatim, tu je krivica koja se valja u bolu posledica bez i najmanje namere za promenom ponašanja. Ova vrsta krivice se nosi kao crni kaput koji pokriva ljagu mračnih dela. Ovaj kaput se takođe nosi i da bi sakrio svojevolumnu neaktivnost.

Stvarna krivica, međutim, zahteva promenu. Stvarna krivica vas postroji i kaže: »Dovedi se u red!« Tako se vi postrojite da biste se doveli u red i onda otkrijete da vi to, u stvari, ne možete. Vi pokušavate i pokušavate. A vaša pozitivna krivica nastavlja da govori: »To nije dovoljno. Treba da budeš čistiji.«

Tako Sveti Duh saopštava istinu da nam je zaista potreban Isus. I ako se osećamo dovoljno krivim, mi ćemo se okrenuti jedinom pravom rešenju za naše sebično, prevarantsko, ogovaračko biće. Isus nas čisti i odjednom, krivica utihne, zatim na vrhovima prstiju izađe i biva zamenjena mirom.

Najlepša stvar u vezi sa krivicom je to što nas ona dovodi Isusu koji uništava krivicu. Zato uzdignite krivicu! Neka vas ona odvede Isusu koji će vas očistiti i dati vam svoj mir.

RAZMISLITE

1. Zašto Sveti Duh neće biti u stanju da govori ljudima na kraju vremena?
2. Šta se dešava kad osoba ne uspe da zadovolji potrebu za promenom koju stvara krivica?
3. Da li je moguće praviti greške, a ipak živeti u miru? Objasnite svoj odgovor.

Dag Hosking, Viliams Lejk, Britišk Kolumbija, Kanada

Bog mrzi greh zato što on povređuje i uništava život Njegove dece. Greh povređuje ljude do same srži njihovog postojanja, povređuje njihov unutrašnji život, njihovo srce i dušu. Greh ima cenu – smrt. Bog je, međutim, na krstu već platio taj ceh. Praštanje je Božji način na koji On obnavlja svoj lik u svom narodu. Praštanje je Njegov način da ljudima omogući novi početak. To je Njegov način da dosegne čovekov unutrašnji svet i da nas ispuni mirom i osećanjem da smo prihvaćeni. Praštanje je Božji način da donese emocionalno, fizičko i duhovno isceljenje ljudskim bićima.

RAZMOTRITE

- Čitajte tekst u Lukinom jevanđelju 18,9-14 u različitim prevodima. Koliko ste slični ili različiti od likova u priči?
- Ponavljajte molitvu »Bože, milostiv budi meni grešnome« više puta na dan i zamišljajte kako vam Bog odgovara.
- Posetite nekoga ko je u zatvoru. Vodite beleške o svojoj poseti od trenutka kad uđete u objekat. Šta ste videli? Šta ste čuli? Kako ste se osećali? Šta ste na osnovu toga naučili o praštanju i krivici?
- Potražite na Guglu reč *praštanje* da biste saznali kako ona utiče na emotivno i fizičko zdravlje čoveka.
- Proučite reč greh u Bibliji i napišite esej o svojim zapažanjima.
- Negujte stav praštanja prema ljudima koji su se ogrešili o vas. Kako vam praštanje daje osećaj blagostanja?
- Podelite s nekim sa posla ili iz škole priču o tome kako je vama Bog oprostio.

POVEŽITE

Elen Vajt, *Put Hristu*, str. 49-55orig; Brennan Manning, *The Furious Longing of God* i *The Boy Who Cried Abba, a Parable of Trust and Acceptance*.

Serđo Tores, Majami, Florida, SAD

Pouka 6

od 29. januara do 4. februara 2011.



Pozitivno razmišljanje

»A dalje, braćo moja, što je god istinito, što je god pošteno, što je god pravedno, što je god prečisto, što je god preljubazno, što je god slavno, i još ako ima koja dobrodetelj, i ako ima koja pohvala, to mislite« (Filibljanima 4,8).

Na početku svoje knjige *Sedam tajni kako da se osećate fantastično*, dr Daren Morton priča o svom prijatelju koji je izgubio kontrolu nad automobilom dok se vozio jednog ranog jutra. Automobil je naleteo na mrlju od ulja na vlažnom kolovozu i, dok je on pokušavao da ponovo uspostavi kontrolu, krivudao je jedno vreme, pre nego što se nekoliko puta okrenuo. »Konačno se automobil zaustavio« piše Morton »i dok je sedeo držeći volan, sav oblišen znojem – potresen, ali nepovređen – na radiju se začula pesma: 'Ooooo, ooooo, ooooo, don't worry, be happy!' («... ne brini, budi srećan.»)¹

Ono što postajemo... oblikovano je Božjim delovanjem u našem životu.

Trenutak u kome se oglasio ovaj stari hit Bobija Mekferina, pomalo ironično naglašava filozofsku ispraznost ovakvog pristupa životu. Možda bi trebalo manje da se brinemo oko nekih stvari. Međutim, prava sreća ne zahteva da ignorišemo svoje stvarne okolnosti isključujući mozak. Umesto toga – kako je istaknuto u Mortonovoj knjizi – ono na šta odlučimo da se usredsredimo u svom životu, u svim aspektima onog što radimo, govorimo i praktikujemo, ima dubok uticaj na našu sreću i emocionalno blagostanje.

Sličan princip se može primeniti na našu veru. Ono što postajemo, kako se menjamo, oblikovano je Božjim delovanjem u našem životu; ali mi Ga pozivamo i dozvoljavamo Mu da deluje tako što se svesno usredsređujemo na pravednost (videti Matej 5,6). Različiti duhovni običaji i discipline od važnosti su za naše duhovno formiranje i preobražaj. Ali možda je najvažnija stalna navika da svoj um vežbamo da razmišlja pozitivno; a najbolji način razmišljanja je onaj koji je usmeren ka Bogu. Kao što je to Isus objasnio: »Blago i onima koji slušaju reč Božju, i drže je« (Luka 11,28).

Ovo je drugačija i dublja vrsta sreće od one koja je opisana u Mekferinovoj pesmi – iako je trenutak u kome je čuo tu pesmu možda pomogao Mortonovom prijatelju da se nasmeši dok se borio da prevaziđe šok koji je upravo doživeo. Pozitivno razmišljanje je usredsređeno, svesno i uči nas kako da pozitivno reagujemo na okolnosti kakve god one bile – što je često nešto više nego da samo slegnemo ramenima i kažemo: »Ne brini, budi srećan.«

Možda najbolji način da počnemo s tim jeste da se molimo zajedno sa Davidom: »Da su ti reči usta mojih ugodne, i pomisao srca mojega pred tobom, Gospode, kreposti moja i izbavitelju moj« (Psalam 19,14). Verujem da je ovo molitva na koju Bog uvek rado odgovara.

Nejtan Braun, Melburn, Australija

1 Darren Morton, *Seven Secrets for Feeling Fantastic: A Proven Plan for Vibrant Living* (Signs Publishing Company: Warburton, Australia, 2006), str. 1.

Francuski filozof, Rene Dekart, napisao je 1644. godine: »Mislim, dakle postojim.« Drugim rečima, sam čin mišljenja znači da on mora da postojiti.

Ako mišljenje dokazuje da ja postojim, da li onda predmet mog razmišljanja dokazuje kakav je moj život? Ova tvrdnja se može proširiti tako da uključi stvari o kojima razmišljam, kao i to kakva sam ja zapravo osoba. »Mislim (o čemu god želim), dakle postojim (samo zbog ličnih uživanja).« Ako je ovo moj obrazac razmišljanja, kako to utiče na moje ponašanje?

Dekartovo razmišljanje izgleda da je isključivalo postojanje Boga koji je stvorio ljude po svom obličju. U svetlu stihova iz 1. Mojsijeve 2,4-25, koji do detalja opisuju Božje stvaranje čovečanstva, možda bi njegova tvrdnja bila tačnija kada bi glasila: »Postojim, dakle mislim.« Na osnovu Božjeg veličanstvenog stvaranja čoveka kao kompletnog bića, sa telom, srcem i umom, zaključujemo da jednostavno zbog toga što čovek postoji, on obavezno mora da misli.

A kako bi izgledalo proširenje ove izjave? Postojim (kao dete Svevišnjeg Boga), dakle mislim (da me On sigurno duboko voli i stara se o meni).« Ako je ovo moj obrazac razmišljanja, kako to utiče na moje ponašanje?

O čemu danas razmišljate?

Mnogo pre nego što je Dekart postojao i razmišljao o tome da li uopšte postoji, Isus je postojao kao Čovek na zemlji i iznosio svoje misli i ideje o tome kako živeti na Njegov način. Mnogo pre nego što smo vi i ja mogli da razmišljamo o tome da li naše misli mogu ili ne mogu da utiču na to kakvi ćemo ljudi biti, Isus nam je rekao da one na to utiču. U Luki 6,45 On je kazao: »Dobar čovek iz dobre kleti srca svojega iznosi dobro, a zao čovek iz zle kleti srca svojega iznosi zlo, jer usta njegova govore od suviška srca.« Ovo »dobro« nisu samo stvari koje čine da se dobro osećamo. To su stvari na koje trošimo svoje vreme razmišljajući o njima, i svom svojom snagom stremimo ka njima. I zbog toga što tako mnogo investiramo u njih, one formiraju naše vrednosti, stavove i ponašanje. Isus kaže da će naše misli odrediti ko ćemo postati.

Šta se nalazi u vašem srcu? O čemu danas razmišljate? Kakvi biste želeli da budete?

ODGOVORITE

1. Kako zapravo naše misli utiču na naše ponašanje? Da li je moguće da misli ne utiču na ponašanje? Ako jeste, kako?
2. Možemo li da izaberemo o čemu ćemo razmišljati ili je to nezavisno od naše volje? Kako određujemo šta će ili šta neće ući u naš um? Razmotrite uticaj koji popularni mediji i drugi proizvodi pop kulture imaju na to šta mi danas mislimo.

Kendis Žak, Sidnej, Nju Saut Vels, Australija

Naša čula se ponekad poigraju sa nama. Naš vid može biti prevaren optičkim iluzijama, koje čine da mozak percipira efekte kao što su neki svetlucavi oblici ili tamni obrisi koji, u stvari, ne postoje. Naš sluh može biti prevaren muzikom, jer naš mozak selektivno prima utiske. Konkretno, on se navikava na različite vrste zvuka i može nam se činiti da čujemo tonove koje očekujemo da ćemo čuti onda kad oni, u stvari, nedostaju.

Izgleda čudno što podešenost naših čula može biti pomalo neodređena, ali šta ako je isti slučaj i sa našim misaonim procesima. Šta ako »svet« unutar naše glave – naš »mentalni sklop« na osnovu koga tumačimo život – nije u potpunom skladu sa spoljašnjom realnošću? Psihologija tvrdi da je, u izvesnoj meri, ovo istinito za svakog od nas. Neka iskustva u Bibliji ilustruju iskrivljeno mišljenje o Isusu, Njegovim glasnicima i Njegovoj teologiji.

Izopačeni um (Dela apostolska 14,2; 15,24; Galatima 3,1)

U Ikoniji su Pavle i Varnava ubedljivo govorili o Božjoj blagodati, »A Jevreji koji ne verovahu podbuniše i razdražiše duše neznabožaca na braću« (Dela apostolska 14,2). Ovaj tekst ne samo što ukazuje da može doći do neugodnog izvrtanja istine već takođe govori i kako su apostoli reagovali na taj problem. Oni se nisu odvrtili od svoje poruke da bi se okrenuli protiv onih koji su izazivali probleme. Nisu pribegli podmuklim taktikama kao što je ogovaranje i napadanje s leđa niti su se povukli u tišini i pokornosti. Umesto toga, oni su nastavili da šire jevanđelje »slobodno u Gospodu« koji je potvrđivao poruku znacima i čudima (stih 3). Takvo postupanje umalo nije Pavla koštalo života (stihovi 19 i 20).

Vernici takođe mogu biti prevareni. Neki posetioci u Antiohiji izazvali su žestoku debatu tvrdeći da je obrezanje neophodno za spasenje (Dela 15,1). Vođe u Jerusalimu su odbacile ovu tvrdnju, govoreći da putnici verne »smetoše ... rečima, i raslabiše duše« njihove (stih 24). Ova intervencija je dobro prihvaćena (stihovi 30-35) i sukob je prijateljski razrešen.

Kasnije je Pavle ukorio celu jednu oblast: »O nerazumni Galati! ko vas je opčinio da se ne pokoravate istini? Vi, kojima pred očima beše napisan Isus Hristos, a sad se među vama razape« (Galatima 3,1). Oni su zaboravili da se Sveti Duh prima verom, a ne oslanjanjem na ljudske napore i na držanje zakona (stihovi 2-14). Ovde vidimo nevernike »zatrovane« protiv jevanđelja, vernike sa »smetenom« i »raslabljenom« teologijom i druge vernike »opčinjene« u pogledu Hristove smrti i uloge Svetog Duha.

»Kognitivna terapija« pokušava da se obračuna sa nesvrshodnim razmišljanjem, ali je njen domen širi od ovog u našem primeru i njeni predstavnici nisu nadahnuti kao Biblija. Njen cilj je da prepozna i opovrgne razmišljanja koja vode ka nepoželjnom raspoloženju. Slično tome, Pismo

afirmiše celovitost ličnosti uključujući blisku povezanost između misli, osećanja i ponašanja.

Srž službe Bogu (Marko 7,21-23; Luka 6,45)

Neki verski poglavari sukobili su se sa Isusom jer su učenici jeli »neopranih ruku« (Marko 7,2). Isus ih je ukorio kao »licemere« (stih 6), što je izraz koji se prvobitno upotrebljavao za glumce u dramskim predstavama i koji je ukazivao na to da oni glume u svom životu. Ovi poglavari su glumili svetost, ali u svom srcu i umu bili su nečisti.

Isus razjašnjava koji je pravi izvor nečistote i oskvrnjenosti: »Jer iznutra iz srca ljudskoga izlaze misli zle, preljube, kurvarstva, ubistva, krađe, lakomstva, pakosti, zloće, lukavstvo, sramote, zlo oko, huljenje na Boga, ponos, bezumlje. Sva ova zla iznutra izlaze, i pogane čoveka« (stihovi 21-23). Na originalnom jeziku, reč za »srce« označava srž ili centar bića. Ovaj pojam može da se odnosi na um, a u manjoj meri i na osećanja.¹

Prema tome, dobre misli isto tako dolaze iznutra. Mi prepoznavamo osobu na osnovu njenih rodova (Luka 6,43-45). Isus tvrdi da i dobro i loše ponašanje potiče iz unutrašnjeg bića.

Podignite pogled (Psalam 19,14; Kološanima 3,1-17)

David je razumeo da mu je potrebno da pogled usmeri ka Bogu: »Da su ti reči usta mojih ugodne, i pomisao srca mojega pred tobom, Gospode, kreposti moja i izbavitelju moj« (Psalam 19,14). Bog mu je otkrio da su njegove reči i misli važne. Na početku psalma, David se divi Božjem stvaranju (stih 1). On takođe hvali Božje zapovesti kao čiste, prave i istinite, i sposobne da daju mudrost, život i pravednost (stihovi 7-9). Slično tome, »bihejvioralna terapija« predlaže bolje načine na koje bi se moglo pomoći osobi da se promeni.

Treba da tražimo mudrost (Knjiga propovednikova 1,13) i da učimo i popravljamo jedni druge (Kološanima 3,16). Biblijski pogled na svet obuhvata i duhovnu dimenziju. Dok se vaše novo biće »obnavlja za poznanje, po obličju onoga koji ga je sazdao« (stih 10), Pavle vas ohrabruje da »mislite o onome što je gore a ne na zemlji« (Kološanima 3,2). On sve nas, takođe, ohrabruje da usmrtimo zemaljska dela - »kurvarstvo, nečistotu, slast, zlu želju i lakomstvo, koje je idolopoklonstvo« (stih 5; videti isto i stihove 8 i 9). »Obučiti se« u srdačnu milost, dobrotu, poniznost, krotost, i trpljenje, praštanje i ljubav (stihovi 12-14) znači »obučiti« Hristov karakter.

ODGOVORITE

1. Koje vam je nove uvide o procesu razmišljanja Bog otkrio?
2. Da li naginjete prirodnim ili natprirodnim objašnjenjima? Šta Biblija kaže?
3. Pomislite na svoju omiljenu uspomenu na zabavu, mir, sigurnost, ili ljubav. Osetite je!

Kolin Meklorin, Melbourne, Australija

1 Larry L. Walker, »Heart« in David Noel Freedman, ed., Eerdmans Dictionary of the Bible (Grand Rapids, Mich.: Eerdmans, 2000), str. 563.

»Bog nam je poverio um. Sile uma treba da se kultivišu. One treba mudro da se upotrebljavaju kako bi napredovale u snazi. Svako treba da koristi poverene talente na takav način da se postigne najveća korist na dobro. Um treba da bude vaspitan tako da najbolje snage duše mogu doći do izražaja i da svaka sposobnost može biti razvijena.«¹

»Živite životom vere iz dana u dan.«

»Činite greh i odričete se svog Spasitelja baveći se sumornim mislima, osuđujući sebe i brinući se unapred. Ako danas proživljavate sutrašnje brige, unecete ogorčenost u sopstveno srce, i preneti teret i neraspoloženje na one oko vas, izazivajući nevolju. Dragoceno vreme probe koje vam je Bog dao da činite dobro i obogatite se dobrim delima, vi nemudro koristite da biste razmišljali o ružnim stvarima i gradili kule u pesku. Vi dozvoljavate svojoj uobrazilji da se bavi stvarima koje vam neće doneti olakšanje i sreću. Vaše sanjarenje vam direktno stoji na putu da steknete duboko, isceljujuće iskustvo u Božjim stvarima i da se moralno usavršite za bolji život.«²

»Živite životom vere iz dana u dan. Nemojte biti zabrinuti i žalosni zbog vremena nevolje i tako prolaziti kroz vreme nevolje unapred. Nemojte stalno misliti: 'Plašim se da se neću održati u veliki dan probe.' Treba da živite u sadašnjosti, samo za ovaj dan. Sutra nije vaše. Danas treba da postignete pobedu nad sobom. Danas treba da živite životom molitve. Danas treba da se borite u dobroj borbi vere. Danas treba da verujete da vas Bog blagosilja. I dok budete postizali pobedu nad tamom i neverstvom, ispunićete zahteve Učitelja, i postaćete blagoslov onima oko vas.«³

ODGOVORITE

1. Ako je naš zadatak da kultiviramo svoj um i da postanemo blagoslov onima oko nas, kako treba da se odnosimo prema takvim pitanjima kao što su nemiri u svetu, finansijska nestabilnost, fizička i mentalna onesposobljenost, pogotovu kad ona pogađaju nas lično?
2. Koje specifične stavove Isus zastupa u Propovedi na gori (videti Matej 5; 7)?
3. Kako koristite svoje talente za opšte dobro?

Kristin Majls, Danemora, Manukau, Novi Zeland

Um ima veliku snagu. Kada bi um izazvao ruku na rvanje, on bi svaki put

1 Mind, Character, and Personality, sv. 2, str. 665.

2 Testimonies for the Church, sv. 3, str. 332.

3 »The Light of the World,« The Signs of the Times, October 20, 1887.

pobedio – ako bi to hteo. Prosto rečeno, misli mogu jednostavno da stave ruku u oboren položaj i *bum* – rezultat je: um 1 – ruka 0.

Na širem planu, naše misli upravljaju našim telom. Šta radimo, kada to radimo, gde to radimo, kako to radimo i, konačno, zašto to radimo, često zavisi od našeg uma. Pošto naše misli imaju bitnu ulogu u kontrolisanju naših emocija i postupaka, mogli bismo da tvrdimo da je isto toliko važno čuvati zdravlje svog uma kao i bilo kog drugog dela tela. Stoga, evo nekih načina na koje možete najbolje da organizujete svoj um kako biste imali srećan i zdrav život:

Udubite se u ono što je dobro. Čitajte, gledajte, slušajte i učestvujte u aktivnostima koje unapređuju vaše znanje o svemu što je dobro i večno. Povremeno se zaustavite da biste razmotrili da li su TV programi koje gledate i muzika koju slušate vredni prostora koji zauzimaju u vašem umu. Šta je sa filmovima koje gledate i knjigama i časopisima koje čitate? Takođe razmotrite veb-sajtove koje posećujete, kupovine koje obavljate, sportove i hobije u kojima učestvujete i prijatelje koje birate.

Ne oštećujte namerno svoj um. Teško je dobro funkcionisati ako maltretirate svoj um lošom hranom i nespavanjem. Alkohol, cigarete, droge, kofein i nedostatak vežbanja takođe mogu da oštete vaš um.

Negujte pozitivan stav. Sreća nije nešto što možete da kupite u prodavnici i da uključite kad stignete kući. Od vas zavisi da li ćete gledati pozitivnu stranu raznih životnih situacija. Ako tako činite, to će vam pomoći da budete srećni.

Izbegavajte ogovaranje. Govoriti negativno o ljudima i zbivanjima može dovesti do toga da nam se drugi ne sviđaju i da budemo nezadovoljni životom. Bavljenje onim što je pozitivno mnogo je korisnije za naš um i životne stavove nego bavljenje glasinama o skandalima i situacijama povodom kojih možemo da učinimo malo toga i ništa.

ODGOVORITE

1. Koliko fraza iz filmova možete tačno da ponovite u poređenju sa biblijskim tekstovima?

2. Istražite kako možete odlučiti da odreagujete pozitivno ili negativno na lošu situaciju koju trenutno proživljavate.

Skot Vegener, Melburn, Australija

NEMOGUĆA PROMENA POSTAJE MOGUĆAMIŠLJENJE (*Rimljanima 7,18-25; Filibljanima 4,8*)

Bog želi da imamo srce koje čezne za onim što je istinito, plemenito, pravedno i čisto, i o tome razmišlja (vidite Filibljanima 4,8). Ja se lično borim da to postignem. Prepoznam sebe u onome što Pavle piše: »Jer znam da dobro ne živi u meni, to jest u telu mojemu. Jer hteti imam u sebi, ali učiniti dobro ne nalazim. Jer dobro šta hoću ne činim, nego zlo što neću ono činim« (Rimljanima 7,18.19).

Želim da imam ispravne misli i da odražavam Božji karakter. Ali uvek iznova padam. U ovom mom grešnom telu, u ovom složenom svetu utemeljenom na sebičnosti, teško je naći dobrotu. Mogućnost promene mog uma u pravcu pozitivnog razmišljanja i odgovarajućeg ponašanja izgleda mi nedostižna. Ja sam roba sa greškom i zarobljena na ovom mestu. Bila sam prevarena. Sotona se smeška. Ali on nije pobedio.

Sotona se smeška. Kada utonem u Božje prisustvo, Njegova ljubav me preplavi i moje srce biva pokrenuto.
Ali on nije pobedio. Moguća promena proističe iz saznanja šta ja radim povodom toga *ko je Bog i šta je On* učinio za mene. Bez Njega nema mogućnosti za postojanje dobra. Pavle se slaže: »Ja nesrećni čovek! Ko će me izbaviti od tela smrti ove? Zahvaljujem Bogu svojem kroz Isusa Hrista Gospoda našega!« (Rimljanima 7, 24.25). Ali ja moram da verujem u to. Jedino tada može da se dogodi promena. Moram da izaberem da Ga volim, da Mu služim. Zahvaljujući toj božanskoj povezanosti, mogu da se molim za snagu koju je *Bog obezbedio* da bismo izdržali do kraja.

Ovo je i te kako važno za mene poslednjih godina dok sam se borila sa ozbiljnom anksioznošću od koje sam patila. Plašeći se da ću se ugušiti od haosa u glavi, konačno sam potražila pomoć profesionalca. To je bio krupan korak za mene. Predugo sam slušala sotonine laži. Morala sam da se odlučim za promenu. Morala sam da verujem u Božju silnu ljubav prema meni – ljubav koja nikad ne prestaje. A ono što je usledilo bilo je pravo otkriće, promena u mom načinu razmišljanja za koju nikad ne bih pomislila da je moguća.

Božja ljubav može da promeni vaše srce i da uzdigne vaš um. *Da li verujete u to?*

ODGOVORITE

1. Da li ste nekad bili toliko savladani nekim osećanjem ili raspoloženjem da ste mislili da nećete nikad biti u stanju da se promenite? Šta vam je pomoglo da ostvarite pobeđu?
2. U kojim trenucima doživljavate Božju blizinu koja vam pomaže da verujete u mogućnost promene u vašem biću, u vašem razmišljanju i ponašanju?

Džordžina Hobson, Sanšajn Koust, Australija

BOLJE MISLI ZA BOLJI ŽIVOTISTRAŽIVANJE (*Filibljanima 4,8*)**ZAKLJUČAK**

U svojoj Poslanici Filibljanima, Pavle iznosi opšti stav o hrišćanskom ponašanju u kontekstu ljubavi. Bez sumnje, postoji povezanost između onoga što govorimo, što radimo i kako se osećamo. Ako imamo negativan pogled na svet, nema načina da zračimo nadom u Gospoda. Povezanost između tela i uma od suštinske je važnosti za našu dobrobit. Zbog toga treba da pazimo čime »hranimo« svoj um. U današnjem postmodernističkom, medijima preplavljenom svetu, moramo biti budni da bismo sprečili sotonu da nam priđe bliže. Moramo imati na umu da mi proslavljamo Boga svojim ponašanjem i svojim odnosom prema drugima. I najnegativnije ponašanje može da se izbegne. Sve to počinje načinom na koji hranimo i negujemo svoj um.

RAZMOTRITE

- Nacrtajte autoportret i na osnovu njega analizirajte kako doživljavate sebe.
- Napravite spisak od nekoliko negativnih vesti iz štampe ili sa Interneta i nađite način da se one pretvore u nešto pozitivno. Kako bi se naslovi promenili?
- Uzdržite se od gledanja televizije i korišćenja Interneta nedelju dana. Kakvu ste razliku primetili u svojim mislima i stavovima?
- Napravite listu kratkoročnih i dugoročnih ciljeva kada je reč o vašem obrascu razmišljanja i pratite svoj napredak prema tim ciljevima pomoću grafikona.
- Uvedite vežbanje u svoj stil života i uočite mentalne prednosti svakodnevnih brze šetnje ili dvadesetominutnog džoginga ili trčanja.
- Proučite građu mozga na Internetu da biste ispitali oblasti mozga koje proizvode zadovoljstvo, donose odluke i čuvaju memoriju. Na koji način su ovi delovi mozga u direktnoj vezi sa našim raspoloženjem, osećanjima i utiscima?
- Posetite botaničku baštu ili park i razmišljajte o Božjem odrazu u lepoti oko vas. Kako vam to pomaže da imate bolje misli i bolji život?

POVEŽITE

Psalam 19,14; Luka 6,43-45; Elen Vajt, *Mind, Character, and Personality*, sv. 2, str. 653-659; Norman Vincent Peale, *The Positive Power of Jesus Christ*.

Fabijan Karbalo, Kolton, Kalifornija, SAD

Pouka 7

od 5. do 11. februara 2011.



Nadom protiv depresije

»Gospod je blizu onih koji su skrušena srca,
i pomaže onima koji su smerna duha«
(Psalam 34,18).

5. februar 2011.

NADOM PROTIV DEPRESIJE

UVOD (Pláč Jeremijin 3,24)

Su

»Verujem da moj klijent nije beznadežan slučaj.« Ovo je bila uobičajena fraza koju smo ja i ostale moje kolege sa psihologije upotrebljavale kad god smo bili na praksi iz našeg glavnog predmeta na koledžu. Uvek smo verovali u moć savetovanja i terapije – te sigurne metode će ponovo osnažiti čoveka da živi životom kakav bi jedna prosečna osoba trebalo da ima. Međutim, kao hrišćani, učili smo takođe da ove metode ponekad nisu tako uspešne kao što je uteha, ohrabrenje i isceljenje koje dobijamo od našeg Gospoda, najvećeg od svih Utešitelja.

Svi smo se mi »nalazili na dnu« u nekom periodu svog života. Dobra stvar je što uvek možemo znati da, koliko god loša bila situacija u kojoj se nalazimo, ne moramo kroz to da prolazimo sami, zato što će sam Gospod biti sa nama. On će nam pružiti svu utehu i ohrabrenje koji su nam potrebni da bismo se vratili na pravi put. Moramo samo da zapamtimo ko je naš Bog i šta On može da učini za nas. Naše osećanje usamljenosti i obeshrabrenja neće trajati zauvek, ali Bog hoće. Sve drugo na ovom svetu može krenuti po zlu. Ljudi se mogu okrenuti protiv nas, prijatelji nas mogu razočarati, voljeni nas mogu napustiti. Bog, međutim, uvek ostaje veran. On je Jedini koji se nikad ne menja, Jedini koji ostaje postojan.

Psihoterapija obezbeđuje metode koje su psiholozima potrebne da bi pomagali drugim ljudima, ali najbolja pomoć koju ljudi mogu dobiti je ona koja dolazi od samog Gospoda. Bog je jedini koji nam može obezbediti potpunu i celovitu utehu i isceljenje koji su nam potrebni. On to može učiniti čak i pre nego što zatražimo. Baš kao što smo primili utehu, treba i da pružimo istu tu utehu onima koji se osećaju beznadežno, jer je Gospod naša svetlost, i On nas poziva da budemo oruđe Njegovog delovanja. Mi možemo biti svetionici u mračnom svetu kome je očajnički potrebno videlo. Ljudima je potrebno da polože svoju nadu u Njega. Problemi sa kojima se suočavamo su privremeni, a možda su čak i neophodni za naš duhovni rast. Jedino Gospod zna našu budućnost. On zna šta je najbolje za nas. Jedino što treba da uradimo jeste da se uzdamo u Njega. Gospod je naša najveća nada u ovo teško vreme. To je poruka našeg proučavanja za ovu sedmicu.

**Jedino Gospod
zna našu
budućnost.**

Deril Džon M. Biskaro, Paranjaku Siti, Filipini

Ne IMA LI ZAISTA NADE DA SE POBEDI DEPRESIJA?

LOGOS (Psalam 31,10; 32,1-5; 39,1-7; 42,11;
Mihej 7,1-7; 1. Jovanova 1,9; Otkrivenje 21,1-4)

Radost praštanja (Psalam 31,10; 32,1-5)

Od samog početka greh je donosio žalost, tugu, slabost, krivicu i depresiju. Ova istina se jasno vidi u Psalmu 31,10 i 32,1-5. Postoji mišljenje da je David napisao Psalam 31 na osnovu svog iskustva u pustinji Maonu (1. Samuilova 23,19-26). Psalam 32 je napisao posle afere sa Vitsavejom i nakon što je naredio da njen muž bude ubijen u bici. On kaže: »Iščilje u žalosti život moj, ... oslabi od muke krepost moja« (Psalam 31,10), i »kad mučah, posahnuše kosti moje od uzdisanja mojega po vas dan« (Psalam 32,3).

Do isceljenja je, međutim, došlo kad je spoznao svoju zavisnost od Boga i kad Mu je priznao svoje grehe. Kada ga je Bog izbavio i oprostio mu, on je doživeo radost obnovljenog odnosa sa Otkupiteljem.

Da li ste ikad bili u nevolji iz koje niste videli izlaz? Da li ste grešili prema Bogu i svojim bližnjima? U Psalmu 31,2-5, David prepoznaje da je Bog utočište u nevolji, a 1. Jovanova 1,9 uverava nas da je, ako priznajemo svoje grehe, On veran i pravedan, ne samo da nam oprostimo nego i da nas očisti od svakog bezakonja.

Živeti u nadi (Psalam 39,1-7; 42,11)

Život na zemlji je kratak u poređenju sa večnošću. Psalmista upoređuje naš život sa »parom« (Psalam 39,5). U Psalmu 39,1-7 on koristi dodatne metafore da pokaže kako je život prolazan. Molio se: »Evo s pedi dao si mi dane, i vek je moj kao ništa pred tobom. Baš je ništa svaki čovek živ.« U poređenju sa večnim Bogom, naš životni vek je ništa. Kao i Psalmista, tražimo od Boga da izmeri naše dane da bismo znali kako smo krhki, i da bismo razumeli da su naše kratke godine na Zemlji uzaludne kada ih provodimo stičući zemaljsko blago umesto nebeskog. Pošto je naš život kratak, bavljenje iskušenjima, žalošću, bolom i tugom predstavlja gubitak vremena. Psalmista pita: »Što si klonula, dušo moja?« On sam sebe savetuje: »Uzdaj se u Boga« (Psalam 42,11). Zato, živite u nadi. Naš kratki život postaje pun značenja kada ga provodimo sa Bogom. Molite se sa Psalmistom: »Nad je moj u tebi« (Psalam 39,7).

Bol i jad pretvaraju se u nadu (Mihej 7,1-7)

U Miheju 7,1-7, prorok opisuje svoj jad. Kada je tražio nešto od čega bi mogao da preživi, nije našao ništa za jelo čime bi zadovoljio svoju glad. Kad se okrenuo svom narodu, on se pokazao nevernim. Postavljali su zamke da ubiju čak i svoju rođenu braću. Kada je okrenuo svoje lice ka vlastima, video

je korupciju i nepravdu zvaničnika i sudija. Pomislio je da će možda naći nadu u svojim prijateljima i porodici. Međutim, čak ni tamo nije uspeo da je nađe. »Ne verujte prijatelju, ne oslanjajte se na vođa; od one koja ti na krilu leži, čuvaj vrata usta svojih. Jer sin grdi oca, kći ustaje na mater svoju, snaha na svekrvu svoju, neprijatelji su čoveku domašnji njegov« (Mihej 7,5.6).

Kome je onda Mihej mogao da se okrene? Zaključio je da jedino Bog može da mu da nadu (stih 7).

Živeti sa Bogom nade (Otkrivenje 21,1-4)

Bogu hvala, jer će uskoro doći vreme da Isus uspostavi svoje carstvo. Jovan je video sveti grad kako silazi od Boga sa neba. Bog će živeti sa svojim narodom i biće im Bog. Ako smo uživali u Njegovom vođstvu, zaštititi, blagoslovima, utehi, ljubavi, ohrabrenju i saosećanju dok smo živeli na Zemlji, uprkos iskušenjima koje smo imali, koliko ćemo više radosti doživeti kada Bog konačno bude boravio sa nama na novoj zemlji i novom nebu. Tada će On obrisati svaku suzu iz naših očiju. On će ukloniti smrt, žalost i bol zauvek.

»Kroz šta god da prolazite, to nije poslednja reč – Bog je napisao poslednje poglavlje...«

»Kroz šta god da prolazite, to nije poslednja reč – Bog je napisao poslednje poglavlje, a ono govori o istinskom ispunjenju i večnoj radosti onih koji Ga vole. Ne znamo o tome onoliko koliko bismo želeli, ali dovoljno je što znamo da će večnost sa Bogom biti mnogo lepša nego što smo ikad mogli i da zamislimo.«¹

ODGOVORITE

1. Postoji li nešto u vašem životu za šta vam je potreban oproštaj? Šta vas sprečava da osetite radost koja dolazi od praštanja?
2. Da li postoji neka situacija u vašem životu koja deluje beznadežno? Predajte je Bogu da bi On mogao da je reši za vas.
3. Čemu se najviše radujete kada je reč o večnom životu sa Bogom? Kako vam to daje snagu za život na Zemlji danas?
4. Odvojte nekoliko minuta da razmislite o iskušenju sa kojim se trenutno suočavate. Zatim zastanite da biste rekli sebi da to »nije poslednja reč« i da je »Bog napisao poslednje poglavlje.« Kako se osećate zahvaljujući tim dvema činjenicama?

Petronio Genebago, Malabon Siti, Filipini

¹ Life Application Study Bible, NIV (Wheaton, Ill.: Tyndale House, 1991), str. 2331.

7. februar 2011.

Moje prvo radno mesto kao propovednika pripravnika bilo je u Lubaou, u Pampangi, provinciji na najvećem filipinskom ostrvu, Luzonu. Moj prijatelj Brajan pridružio mi se kao saradnik. Bio je mesec juli. Sezona tajfuna na Filipinima je počela, što je značilo da su nas dočekale obilne kiše i poplave. Stanovali smo kod jedine adventističke porodice u gradu. Iako su oni bili ljubazni i gostoljubivi, nismo znali šta da radimo, jer, osim njih, nismo imali druge članove crkve koje bismo mogli da posetimo.

»Gledajte neprestano u Isusa. Predajte Mu sve svoje brige.«

Zbog kišne sezone, morali smo da čekamo skoro tri meseca da bismo otpočeli svoj rad na terenu. U međuvremenu, praktično nismo imali posla. Međutim, Brajan i ja smo išli po okolini, ruku punih traktata za deljenje; no, nije bilo interesovanja te smo postali depresivni. Frustracija je počela da uzima danak – prošla je već trećina godine otkako smo započeli svoju službu, a nismo postigli ništa! Imao sam ogromne planove da svakoga preobratim u našu veru, ali posle godinu dana, krstili smo samo četvoro ljudi. Pita sam Boga da li se nalazim na pravom mestu i da li sam ja uopšte za propovednika!

Osećao sam se kao da sam doživeo totalni promašaj! Srce mi je bilo slomljeno. Bilo je strašno i bio sam ljut. Počeo sam da se bavim mišlju da upišem neki drugi kurs, ili studije, ili da nađem drugi posao. Borio sam se u molitvi. Ti trenuci molitve u bašti čoveka koga sam zvao Apong Eliong, bili su za mene dragoceni. To je bilo mirno vreme razgovora sa mojim Bogom. Odlučio sam da stavim stvar u Njegove ruke. I On je još jedanput učinio ono u čemu je najbolji – učinio je čudo! Sledeći meseci bili su veoma značajni. Naši evanđeoski napori su urodili plodom. Jedna sestra iz Natividad poklonila je novac za komad zemlje i crkvenu zgradu. Bog je okrenuo našu žalost na radost!

Elen Vajt nas ohrabruje: »Gledajte neprestano u Isusa. Predajte Mu sve svoje brige. On će vas uvek razumeti. On je utočište svog naroda. Pod Njegovom zaštitom, oni mogu ostati nepovređeni. Verujte u Njega i izdajte se u Njega. On vas neće prepustiti neprijatelju. Potražite utočište i uverite se da Hristova sila da osnaži i pomogne prevazilazi svaki um. Otvorite vrata svog srca i pustite Isusa da uđe, da ispuni vaš život svojim mirom, svojom blagodaću, svojom radošću.«¹

ODGOVORITE

1. Zbog čega je često potrebno da doživimo »oluju« pre nego što konačno ugledamo svetlost?

2. Da li je moguće rasti u Hristu, a ne proći kroz neka iskušenja? Zašto da, ili zašto ne?

Isagani Valensija, Metro Manila, Filipini

1 »Words to Our Workers,« The Review and Herald, January 5, 1991.

8. februar 2011.

KOREN DEPRESIJE

DOKAZ (Psalam 32,1-5)

Neki od simptoma depresije mogu da uključuju osećanje bespomoćnosti i krivice, gubitak interesovanja za aktivnosti u kojima se nekad uživalo, pad energije, teškoće u koncentraciji, uporne glavobolje i digestivne smetnje.¹ Smatra se da depresija može nastati kao kombinacija »bioloških (uključujući genetiku), socijalnih i psiholoških faktora.«² Hrišćani takođe moraju uzeti u obzir da greh može izazvati depresiju. »Lek za depresiju, kao i za većinu mentalnih poremećaja, uglavnom se zasniva na psihoterapiji i medikamentima za najbrže i najjače efekte.«³ Osim toga, istraživanja takođe ukazuju da je »terapija nadom« moćan način za suprotstavljanje depresiji.⁴

Nada je upravo ono što Biblija nudi. Naši gresi mogu biti veliko opterećenje i mogu nas oterati prerano u grob, ali naš milostivi Bog je spreman da oprostí naše grehe kada ih priznajemo i tražimo oprostaj. To je ono što je David radio. On je shvatio da su njegova depresija i žalost bile rezultat njegovog greha. On je takođe znao da je prvi korak ka izlečenju priznanje da je izneverio Boga. Stoga je verovao da će mu Bog oprostiti.

U Psalmu 32, David je verovatno oplakivao svoj greh prema Vitsaveji i njenom mužu. U stihovima 3 i 4, vidimo poguban uticaj greha – gubitak fizičke snage i mentalnog zdravlja. Međutim, tek u Psalmu 51 (koji se takođe odnosi na greh prema Vitsaveji i njenom mužu) nalazimo biblijsku terapiju nadom za depresiju koja je izazvana našim gresima. Ovaj psalam nas uči da terapija nadom za hrišćanina znači da »Bog ne samo da čisti srce; On u svom detetu kome je oprostio stvara novo srce (videti Jezekilj 36,26)... Molitva za oproštenje treba uvek da bude praćena molitvom za obnovljenje i posvećenje.«⁵

»Terapija nadom« je moćan način za suprotstavljanje depresiji.

ODGOVORITE

1. Da li posezanje za psihoterapijom i lekovima kada smo depresivni uvek znači da smo propustili da priznamo svoj greh i nedostatak vere u Božje izlečenje i praštanje? Zašto da, ili zašto ne?
2. Čitajte Psalam 51. Kako bi glasio recept za terapiju nadom na osnovu ovog psalma?
3. Zašto terapija nadom podrazumeva da i druge poučavamo o Božjem oproštenju (Psalam 51,13)?

Žan B. Martinez, Santa Maria, Bulakan, Filipini

1 PsychCentral. »Types and Symptoms of Depression,« John M. Grohol, Psy.D. December 6, 2006. <http://psychcentral.com/lib/2006/types-and-symptoms-of-depression/#symptoms>

2 Isto, <http://psychcentral.com/lib/2006/depression-treatment>

3 Isto, <http://psychcentral.com/lib/2006/depression-treatment/?pp=3>

4 Research. Ohio State University. »You've Got Have Hope.«

5 The SDA Bible Commentary, sv. 3, str. 756.

ISPUZATI IZ RUPE

PRIMENA (Nemija 8,8)

Ima trenutaka kada doživljavamo dubok emotivni pad, čak do nivoa depresije. Problemi života mogu učiniti da se osećamo umorno i poraženo. Kada se dogode nesreće i stvari izmaknu kontroli, osećamo bespomoćnost i beznađe. Sa depresijom se nikad nije lako boriti. To je kao da ste se zaglavili u rupi iz koje nema izlaza. Ne bi trebalo da se stidite da potražite pomoć, zato što postoji dobra vest. Postoji izlaz. Moguće je popeti se!

Čitajte. Bog obećava da će nam pomoći u našim teškoćama. Biblija je puna obećanja koja smiruju povređeno srce. Zar On nije rekao da bacimo sve svoje terete na Njega (vidite 1. Petrova 5,7)? Pokušajte da čitate Njegove reči. Osetite Njegovu prisutnost kako vam govori da zavapite Njemu jer On je tu, On čeka i želi da olakša vaš bol, i da vam da blaženu sigurnost koja uklanja depresiju.

**Uz Božju pomoć,
postići ćemo više od
pukog preživljavanja.
Napredovaćemo.**

Verujte. Dok čitate Božje reči, verujte u njih. Dozvolite Mu da učini ono što je obećao da će učiniti. Prestanite da sumnjate i počnite da verujete. On drži svoju reč.

Svedočite. Dobro je imati prijatelje i dozvoliti da svetlost nade struji od njih ka vama i obrnuto. Biti sa prijateljima omogućava vam dobar razgovor, uživanje i nadahnuće. Nemojte potonuti u samosažaljenje. Budite nečim zaokupljeni i imajte srećne misli.

Naš život je pun izazova koji čine da se lako prepustimo usamljenosti kada ne dobijemo ono što smo očekivali na osnovu svojih napora. Ali, kada su sva dobra dela učinjena, kad znamo da smo postupali u skladu sa Božjom voljom, onda možemo da dozvolimo Bogu da bude Bog. Uz Božju pomoć, postići ćemo više od pukog preživljavanja. Napredovaćemo.

Služite. Pomaganje u vašoj zajednici u svojstvu volontera odvratice vaše misli od sopstvenih problema i generalno uvećati vaš osećaj blagostanja. Obavestite se kako da naučite nekoga da čita. Volontirajte u javnoj kuhinji. Pomozite u izgradnji stanova solidarnosti. Pletite ili heklajte šalove i rukavice za ljude u skloništim za beskućnike. Dajte časove deci kojoj je potrebna dodatna pomoć u čitanju ili matematici. Lista mogućnosti da budete od koristi praktično je beskrajna!

ODGOVORITE

1. Kakav plan imate za svakodnevno čitanje Biblije?
2. Zašto je važno tražiti savet u Božjoj Reči u pogledu pojedinačnih problema sa kojima se suočavate?
3. Na koji način mislite da biste mogli najbolje da date sebe drugima?

Loralin Dela Roka Sandoval, Lipa Siti, Batangas, Filipini

IZVAN PONORA DEPRESIJE

MIŠLJENJE (1. Mojsijeva 41; Psalam 84,5-7)

Da li ste čuli izreku da je život kao bombonjera? Bombonjera sadrži različite bombone. Neke su pokrivene slatkom svetlijom čokoladom, dok se druge sastoje od tamnije, gorke varijante. Tako je i u životu. Život je pun raznovrsnih iskustava. Neki doživljaji su slatki i srećni, dok su drugi mračniji i ostavljaju gorak ukus u ustima.

Josifov život je dobar primer za to. Njegova mladost je bila zaslađena ljubavlju njegovog oca. Ali, ljubomora njegove braće učinila je da njegov život postane mračan i gorak. Promena od tatinog sina koji se nalazi na listi najbolje odevenih, do nekoga ko je prodat kao rob u stranoj zemlji mogla je lako da slomi njegov duh zauvek. Kada se smestio u Egiptu, njegov život ponovo je postao sladak kada je gospodar primetio njegove talente. Međutim, ponovo postaje gorak kada biva lažno optužen od strane gospodareve žene i bačen u tamnicu. Ipak, i treći put krug se okreće. Njegov život se vraća na ono slatko kad je oslobođen iz zatvora da bi upravljao zalihama hrane u zemlji za vreme duge gladi. Ironijom sudbine, glad primorava njegovu braću da potraže hranu u Egiptu i tako ih dovodi u direktan kontakt sa Josifom. Zamislite gorke uspomene koje mora da su preplavile njegov um, dovodeći u pitanje srećan ishod ovog ponovnog susreta. Ipak, Josif se uzdigao iznad situacije.

Posle svakog pada u ambis, Josif se sve više uzdizao. Ipak, logično je pretpostaviti da se on borio da ga ne obuzmu bol, gnev, stid i strah. On je mogao da dozvoli da ga obuzmu različite fizičke reakcije i osećanja. Ali svaki put bi na kraju shvatio da, uz Božju pomoć, može da bude od koristi, čak i u tom bolnom položaju. Na taj način, on je izgradio stav koji se uzdizao iznad realnosti, do naručja Boga punog ljubavi.

Tajna u borbi protiv depresije uglavnom se nalazi u dolaženju Hristu. Kad se svojim praznim rukama uhvatimo za Njegove ranjene ruke, naša depresija biva oprana krvlju Njegove blagodati. Depresija je stvarna. Ali, gorko može postati slatko kada dopustimo Njegovoj ljubavi da nas obgrli.

ODGOVORITE

1. Da li ste se ikad borili protiv depresije? Šta vam je pomoglo da nastavite dalje?
2. Na koji način depresija, u stvari, može biti prurušeni blagoslov?

Armon Perez Torentino, Dagatan, Tajsan, Batangas, Filipini

Klinika Majo izveštava da »je depresija jedno od najčešćih zdravstvenih stanja u svetu«. ¹ Ona utiče na um kao i na telo. Simptomi depresije obuhvataju neobjašnjive bolove i patnje, nesanicu, dobitak ili gubitak težine, napade plača, gubljenje interesovanja za svakodnevne aktivnosti i beznade. ² Još otkad je greh ušao u svet, većina ljudi je doživela ili će doživeti depresiju. Mnogi ljudi o kojima čitamo u Bibliji pokazuju simptome koji ukazuju da su oni najverovatnije bili u depresiji. Ali, hvala Bogu na Njegovim obećanjima i rečima ohrabrenja koje nam svima daju nadu.

RAZMOTRITE

- Prijavite se da radite volonterski sa ljudima koji su možda skloniji da obole od depresije. Starački domovi prilično često traže dobrovoljce da čitaju njihovim štičenicima, da igraju društvene igre sa njima, ili da im dovedu svoje uredne, dobro dresirane kućne ljubimce u posetu. Skloništa za beskućnike i javne kuhinje takođe su mesta gde su volonteri dobrodošli. Volontiranje će isto tako podići i vaš duh!
- Preispitajte svoj život u toku poslednjih mesec dana. Kada ste se, tokom tog perioda, osetili depresivno? Šta je izazvalo depresiju? Šta ste učinili da biste je prevazišli? Kako biste mogli da sprečite depresiju u budućnosti?
- Pronađite duhovnu muziku koja vam podiže raspoloženje kada se osećate depresivno i umemorite je na svoj MP3 plejer da biste je slušali kad god osetite potrebu za tim.
- Pretražite Internet u potrazi za biblijskim proučavanjima koja se odnose na depresiju i/ili nadu. Pronađite seriju tekstova koji vam izgledaju dobri i proučite ih sami ili u maloj grupi.
- Izvajajte, naslikajte ili skicirajte nešto što opisuje bilo koji deo iz citata Elen Vajt koji se pojavljuje u tekstu svedočanstava za ovu sedmicu. Pokažite ih u svom subotnoškolskom razredu. Objasnite ostalima zašto ste izabrali baš taj deo citata, i na koji ga način vaše umetničko delo interpretira.
- Prošetajte po parku ili pregledajte ilustrovanu knjigu o prirodi. Da li ste se osećali bolje pre ili posle toga? Šta vam to govori o prirodi i/ili vežbanju i njihovom odnosu prema nadi i depresiji?

POVEŽITE

Ellen G. White, *Mind, Character, and Personality*, sv. 2, »Depression,« str. 482-496; John Lomacang, *Songs of Hope* (music DVD, distributed by Pacific Press Publishing Association); Dr Nil Nidli, *Izlaz iz depresije*.

Lesli Džejn Simons, *Detroit, Mičigen, SAD*

1 The Mayo Clinic. Depression. Definition. <http://www.mayoclinic.com/health/depression/DS00175>

2 Isto. Symptoms <http://www.mayoclinic.com/health/depression/DS00175/DSECTION=symptoms>.

Pouka 8

od 12. do 18. februara 2011.



Sposobnost prilagođavanja

»Bog nam je utočište i sila, pomoćnik, koji se u nevoljama brzo nalazi. Zato se nećemo bojati, da bi se zemlja pomestila, i gore se prevalile u srce morima. Neka buči i kipi voda njihova, nek se planine tresu od vala njihovih« (Psalam 46,1-3).

NIJE SRAMOTA PLAKATI

UVOD (Jovan 11,1-46)

Biblija pokazuje da ljudi nisu stvoreni na isti način kao životinje. Mi ispoljavamo čitav spektar emocija: žalost prilikom smrti voljenih, krivicu dok razmišljamo o nečemu što je trebalo da učinimo (ili smo učinili, a nije trebalo), radost prilikom rađanja, suze i plač nad gubitkom, strah i zebnju, ljubomoru kad smatramo da ne dobijamo nešto što želimo, i ljutnju kad smo suočeni sa različitim izazovima i problemima. Ove emocije nas obuzimaju svakog dana u različitim situacijama.

**Da li Bog mari za ono
šta nam se događa?****Da li On zna kako se
mi osećamo?**

Isus je pokazivao veliki raspon emocija. Iznenadio se kad Njegovi roditelji nisu razumeli da je On trebalo da razgovara sa starišinama u hramu kada mu je bilo 12 godina. Žalio je Judu koji Ga je izdao. Bio je ljut na menjače novca u hramu i saosećao sa ženom na studentu. Sprečio je neprijatnost na svadbi u Kani, pokazujući solidarnost time što je pretvorio vodu u vino. Bio je srećan kad je izlečio Petrovu taštu i vaskrsao udovičinog sina. Pokazao je brižnost kad je utišao oluju, i smisao za humor kada je tražio od učenika da spuste svoje mreže u podne kad se ribe sklanjaju od sunca. Bio je pun samilosti kada su učenici hteli da spreče decu da Mu prilaze, i saosećanja kad je nahranio više od pet hiljada ljudi, umesto da ih otpusti kao što su učenici želeli; i bio je tužan na Lazarevom grobu.

Ove emocije vidamo oko sebe svakog dana. Za moje poimanje, Isusovo plakanje je najjača emocija opisana u Bibliji. Izgleda da Mu suze nisu samo tiho sklznule niz lice, izgubivši se neprimetno u Njegovoj bradi. Verujem da je to bio glasan jauk – Njegov prijatelj je umro, i On je bio žalostan (Jovan 11,1-6). Isus je plakao (stih 35), a Jevreji su, primetivši to, rekli: »Gledaj kako ga ljubljajte!« (stih 36).

Kako onda da se odnosimo prema emocijama? Ima li ičega pogrešnog u smehu ili plaču? Šta Biblija ima da kaže o ljudskim emocijama? Da li Bog mari za ono šta nam se događa? Da li On zna kako se mi osećamo kada prolazimo kroz patnju, tugu i bol, žalosni kao žena koja je izgubila svog muža? Da li se On smeje kad se mi smejemo? Može li On da nam pomogne da razumemo svoje emocije i da se izborimo sa njima dok prolazimo kroz život?

Beverli Henri, Mandevil, Jamajka, Zapadnoindijska ostrva

MOLIM TE, O, MOLIM TE, PROBUDI SE!

DOKAZ (Psalam 31,1.2.24.; 71,14-16; Marko 14,34; Filibljanima 4,13)

Hristova čuda me uvek podsete na taj sudbonosni dan u martu 2006. godine, kada je, nakon što se požalila da joj nije dobro, moja ćerka pala u komu, dok smo je moj muž i ja vozili u bolnicu. Znala sam da Bog razume kako se osećam, ali to me nije sprečilo da izlivam svoje srce pred Njim.

Isus je želeo da preokrene žalost u radost i »On nije mogao da se uzdrži da ne pokaže izraz nežnog saosećanja.«¹ Udovica iz Naina sa svojim sinom jedincem, mrtvim na nosilima; Marija i Marta sa svojim bratom Lazarom, mrtvim i sahranjenim; rimski kapetan sa svojim slugom bolesnim kod kuće – svi su oni spoznali da Njegova prisutnost menja sve. Svi su oni imali taj osećaj da im se utroba steže, koji sam i ja imala kada su doktori rekli: »Treba da se pripremite... ne očekujemo da će preživeti.« Ponekad, kada treba da se molimo, jedino što smo u stanju da ponudimo su jecaji i šapat. Bog, međutim, ne samo da ih čuje, On ih razume, jer je i On patio. »Žalosna je duša moja do smrti« (Marko 14,34). Stoga, kad kažemo svojim voljenima: »Molim te, o, molim te, probudi se«, On čuje, razume i teši.

Bog još uvek odgovara na molitve. Ono što je učinio za Jestiru, Jova, Rutu i njenu svekrvu, učiniće isto tako i za nas. Mir nas preplavljuje kada se setimo Njegovog obećanja da nam neće dati više nego što možemo da podnesemo. Ponekad, kada su vremena teška, nije lako pouzdati se u Boga, ali ako naviknemo da se oslanjamo na Njega u malim stvarima, to će postati naša navika i kada se suočimo sa velikim životnim izazovima. Svi se ponekad nalazimo u situacijama sličnim onima u kojima su se nalazili ljudi u Bibliji. Možemo učiti na njihovom primeru i spoznati da je Hristos, kao što je nekada bio prisutan »u telu« da izleći i podigne iz mrtvih, isto tako prisutan i danas preko Svetog Duha. Moje lično iskustvo još jednom me je naučilo da su Božja obećanja istinita i, ako imamo vere koliko je zrno gorušično, videćemo izbavljenje koje je u našem Gospodu – Bogu koji je uvek tu, upravo kada nam je najpotrebniji (Psalam 46,1-3).

ODGOVORITE

1. Kako je vaša vera nedavno bila kušana? Kako ste reagovali?
2. Kada ste dobili odgovor na molitvu koji nije bio onakav kakav ste očekivali? Da li još uvek sledite put na koji ste pozvani? Zašto da, ili zašto ne?

Everi Tompson, Mandevil, Jamajka, Zapadnoindijska ostrva

¹ Čeznja vekova, str. 176, 177.

SNAGA PRILAGODLJIVOSTI!

LOGOS (Ruta 1; Jestira 2; Jov 19,25; Psalam 46,1-3; Marko 5,25-29; 2. Korinćanima 11,23-28; Filibljanima 4,11-13; Jakov 5,10.11)

Bog – sveprisutan, svemoćan (Psalam 46,1-3)

Prilagodljivost je sposobnost da se pronađe snaga i odlučnost da se prevaziđu zla, traume, tragedije, nesrećni slučajevi i bol u trenutku kada se osećamo slomljeno, a da to ipak ne utiče na nas negativno. Prilagodljiva osoba obično će izaći iz loše situacije jača nego što je bila pre nego što se suočila sa njom. Uz Božju pomoć možemo da se suočimo s teškim trenucima i da ostanemo pribrani uprkos emocijama koje doživljavamo. »Bog nam je utočište i sila, pomoćnik, koji se u nevoljama brzo nalazi« – to je «mantra» prilagodljivog hrišćanina (Psalam 46,1).

Stres, bol i razočaranje (Jov 19,25; 2. Korinćanima 11,23-28)

Bilo bi netačno kada bismo ostavili utisak da je prilagodljiva osoba imuna na stres, bol, razočaranje i patnju. Jov se navodi kao neko ko je imao sve što bi čovek mogao da poželi – dobru porodicu, dovoljno sredstava da zadovolji sve svoje želje i potrebe, sluge, kuće i zemlju, i povrh svega, služio je Gospodu.

Ko bi pomislio da će Jov doživeti takav emotivni pad kao kada je izgubio sve što je imao i kada su ga njegova žena i prijatelji kritikovali što veruje u Boga uprkos svom gubitku? Ipak, on je razumeo da je Otkupitelj živ i da će ga izbaciti. Uprkos početnoj reakciji, njegov odgovor tokom tog teškog perioda potvrdio je njegovu duhovnu snagu i potpunu zavisnost od Boga.

Apostol Pavle je trpeo progonoštvu, batinanje i razna iskušenja, a ipak je ostao do te mere odan Bogu kome je naučio da služi da je postao i mučenik za Njega.

Žene koje su pokazale sposobnost prilagođavanja (Ruta 1; Jestira 2; Marko 5,25-29)

Rutina odlučnost vidi se po tome što je rešila da se sa svojom svekrvom vrati u njenu postojbinu i da tamo pabirči u polju kako bi ih obe sačuvala u životu. Jestira je spasla ceo narod zato što je bila spremna da izađe pred cara da bi molila za svoju stvar, odlučivši: »Ako poginem, neka poginem.« Mora da je to zahtevalo mnogo hrabrosti od žene koja je болоvala od tečenja krvi da priđe Isusu kako bi bila izlečena, nakon što je potrošila životnu ušteđevinu na lekare koji joj nisu pomogli. Ista duhovna snaga i danas je na raspolaganju onima koji se suočavaju sa teškoćama i onima koji su bolesni i utučeni.

Isusove emocije (Jovan 11,35)

Najveći primer prilagodljivosti ispoljio se u Hristovom životu. Zabeležena su Njegova osećanja i emocije u različitim prilikama. Kada je izlečio čoveka sa osušenom rukom, pravednici Njegovog vremena hteli su da Ga optuže za greh, ali On ih je samo gnevno pogledao i upitao: »Valja li u subotu dobro činiti ili zlo činiti? dušu održati, ili pogubiti?« (Marko 3,4.5). Kada je Njegov prijatelj Lazar umro, Isusu su pošle suze na oči, ili, kako je to jedan nervozni mali dečak lepo formulisao recitujući Jovan 11,35 u programu za trinaestu subotu: »Bog je plakao.«

Tokom izdaje, odricanja od strane Njegovih učenika i nepoštenog suđenja, Isus je osećao žaoku usamljenosti, odbačenosti i fizičkog bola, ali ipak je ostao staložen, jer je znao da može da se suoči sa bilo kojom situacijom dokle god je povezan sa svojim Ocem. On je uvek imao vlast nad sopstvenim emocijama što je bio rezultat spoznaje da Bog upravlja i da se ništa ne može dogoditi bez Njegovog znanja. Isaija 53,3 kaže za Njega da je bio bolnik i vičan bolestima.

I mi ćemo se suočiti sa iskušenjima. Neke od tih situacija pokrenuće različite emocije u nama. Ali, ono što možemo naučiti od Isusa jeste da čak i usred neprijatnih okolnosti, možemo ostati prisebni.

Sposobnost prilagođavanja – na raspolaganju svima (2. Mojsiojeva 2,11-13; 2. Samuilova 11; Psalam 51; Matej 26,69-75; Danilo 3)

Ima mnogo biblijskih ličnosti koje su uspele da prevaziđu emocije koje bi uništile život nekih drugih ljudi. Mojsije je podlegao gnevu i gađenju zbog načina na koji se postupalo prema njegovom narodu. Gnev ga je naveo da počini ubistvo. Ipak, on je postao veliki vođa u Izrailju. David je učinio preljubu i, kada je saznao da je žena ostala trudna s njim, pobrinuo se da njen muž bude ubijen u bici. Ipak, on je pristupio Bogu da traži oprostaj i napisao danas čuveni 51. Psalam. Petar se odrekao Isusa, a Sedrah, Misah i Avdenago su bili kažnjeni zbog svoje poslušnosti Bogu. Čovek opsednut demonima, koji je živio kao izgnanik, shvatio je da je odgovor u Isusu (Marko 5,1-9).

»U svetu ćete imati nevolju« (Jovan 16,33), ali mi možemo da pobedimo. Možemo da se prilagodimo zahvaljujući poverenju i zavisnosti od Boga. »Čekati strpljivo u nadi, kada se oblaci gomilaju oko nas i kada sve postaje mračno, to zahteva veru i pokornost kojom se naša volja sjedinjuje sa Božjom voljom. Mi se tako brzo obeshrabrimo, tako željno vapimo da se nevolja ukloni od nas, onda kada bi trebalo da se molimo za strpljenje da izdržimo, i blagodat da pobedimo.«¹

ODGOVORITE

1. Da ste bili na Mojsijevom mestu, da ste ubili drugo ljudsko biće i zataškali to, da li biste bili spremni da dozvolite Bogu da vas upotrebi? Ako biste bili, objasnite zašto.
2. Zamislite Isusove emocije kada je bio kušan zbog greha sveta. Razmislite o Njegovim emocijama i stavite se na Njegovu mesto. Kako biste vi reagovali?
3. Šta možete da naučite iz pouke za ovu sedmicu o sposobnosti prilagođavanja, što vam može pomoći u školi, na poslu ili uopšte u životu?
4. Kako možemo čvrsto odlučiti da ne dozvolimo da nas emocije slome kada se uhvatimo u koštac sa onim što nam se dešava? Budite spremni da podelite sa svojim razredom iskustvo koje pokazuje vašu sposobnost prilagođavanja.

T. Bazil Sturup, Mandevil, Jamajka, Zapadnoindijska ostrva

¹ God's Amazyng Grace, str. 114.

POZNAVATI BOŽJU VOLJU

SVEDOČANSTVO (Priče Solomonove 21,13; Isaija 53,3; Matej 8,17; 1. Korinćanima 13,8; Jevrejima 4,15; Jakov 4,2)

Biblija nam pruža dokaze o Božjim osećanjima prema nama, a Elen Vajt navodi brojne primere koji pokazuju Njegovu povezanost sa ljudskim rodom. Zahvaljujući tome, mi možemo naučiti kako da se prilagodimo i kako da izbegnemo zamke đavola.

Ponekad padnemo zato što ne tražimo Božju pomoć. Mnogo puta dozvoljavamo sebi da donesemo odluke na osnovu svojih emocija umesto da se oslonimo na ono što znamo da je ispravno. Elen Vajt je pisala da »ni u jednom trenutku ne bi trebalo dozvoliti osećanjima da zadobiju nadmoć nad rasuđivanjem«.¹

»Nema žalosti, nema tuge, nema ljudske slabosti za koju On ne bi obezbedio lek.«

Ponekad kada se nalazimo pred nekim izazovom ili kada smo pod pritiskom da donesemo izvesne odluke, počinjemo da se osećamo kao na emotivnoj klackalici.

Ali, podsećamo se: »Ne čekajte da osetite

naročito uzbuđenje pre nego što poverujete da će vas Gospod uslišiti... Imajte poverenja u Njegovu Reč, predajte sve u Božje ruke.«² Upamtite, Hristos je postao čovek i zato saoseća sa našim potrebama i izazovima. I On je patio, tako da je upoznat sa našim problemima.

Podsećamo se takođe i da »nema žalosti, nema tuge, nema ljudske slabosti za koju On ne bi obezbedio lek«.³ Dok se bavimo svojim svakodnevnim zadacima i donosimo svakodnevne odluke, najbolje je da stavimo svoju volju na Gospodnju stranu, da sačuvamo hrabrost (Psalam 31,24) i da ne zaboravimo da »svaku svoju emociju... zarobimo za poslušnost Hristovoj volji.«⁴

Sotona će koristiti naše prijatelje, naše neprijatelje, naše poslodavce, pa čak i našu porodicu da bi nas odvratio od poslušnosti Božjim zapovestima. Danilo i njegova tri prijatelja uspeali su da dokažu onima koji su ih zarobili da njihov Bog može da se stara o njima bez obzira da li se radi o jelu i piću, molitvi ili obožavanju njihovog Stvoritelja.⁵

ODGOVORITE

1. Kako možemo da znamo kada su naše emocije u skladu sa Božjom voljom?
2. Navedite tri biblijske ličnosti, osim Danila, koje su bile u stanju da savladaju svoju emocije i ispune Božju volju.

Karl Henri, Biloksi, Misisipi, SAD

1 Selected Messages, knjiga 1, str. 291.
2 Poruka mladim hrišćanima, str. 71.
3 U potrazi za boljim životom, str. 147.
4 Poruka mladim hrišćanima, str. 90.
5 Isto, str. 96. orig.

JAKI NASTAVLJAJU DALJE

PRIMENA (Ruta 1,16; Jestira 4,14-16; 9,2.16; Priče 27,17; 1. Kor. 4,10-13; 2. Kor. 11,23-28)

Ruta je bila mlada žena koja je izgubila muža. Mogla je ili da se vrati u svoju zemlju, kako ju je njena svekrva nagovarala, ili da se vrati sa njom natrag u Judeju. Kako mora da su se uskomešale njene emocije dok se pitala da li je donela ispravnu odluku. Ipak, ona je izabrala pravi put i postala je predak Hristov. Kako mi možemo doneti ispravne odluke koje vode prilagođavanju u određenoj situaciji?

Oslonite se na Božje vođstvo. Ako imate sumnje kakav će biti ishod neke teške situacije, budite kao Ruta i oslonite se na Božje vođstvo. Možda ćete biti iznenađeni kako će se sve završiti.

Posvetite se molitvi i postu. Nakon što je Jestira postala carica, dekret da se istrebe Jevreji, naveo je Mardoheja da pomisli da je ona možda »za ovakvo vreme došla do carstva« (Jestira 4,14). Tako je Jestira pozvala svoj narod na molitvu i post dok se ona pripremala da izađe pred cara Asvira. Sumnje i nedoumice su sastavni deo života, ali odvojte vreme za razgovor sa Bogom i, kao i Jestira, dozvolite Mu da bude izvor vaše snage.¹

Pokažite ljubav prema drugima i vernost prema Bogu. Pavle je progonio hrišćane, ali je i sam postao posvećeni hrišćanin, te je i on bio progonjen. Pokazao je moralnu snagu čak i kada je morao da stoji sam. Iako je bio zatočenik, Bog mu je otvarao vrata. Uprkos brodolomima, stalnoj opasnosti, osudama, kamenovanju, oskudici i teškoj batinanju, Pavle je ostao veran Bogu i ohrabrivao druge hrišćane da čine isto tako.

Ove biblijske ličnosti su pokazale radost u jedinstvu sa Hristom, delile su ljubav sa drugima i sačuvale pozitivan stav uprkos svojim problemima. I pored izazovnih situacija i uzburkanih emocija koje su sigurno imali, oni su ostali verni svom Spasitelju. Ljubav je bila najistaknutiji princip za koji su se čvrsto zalagali (videti 1. Korinćanima 13). Vera, nada i ljubav su neophodni elementi hrišćanskog karaktera – ali najveća od njih je ljubav (1. Korinćanima 13), a ljubav je prvi rod Duha (Galatima 5,22)

Ljubav je bila najistaknutiji princip za koji su se čvrsto zalagali.

ODGOVORITE

1. Pažljivo preispitajte biblijske izveštaje o ličnostima koje su navedene u današnjoj pouci. Kako bi pristup koji su one usvojile mogao da bude od koristi nama danas kada se suočimo sa sličnim izazovima?
2. Zbog čega je lakše voleti one koje poznajemo nego nekog nepoznatog sa ulice?
3. Kako bismo mogli da iskoristimo Isusov primer da nam pomogne da budemo prilagodljivi?

Mark Henri, Nju Džerzi, SAD

1 Istorija proroka i careva, str. 601. orig.

BOŽJA TIHA LJUBAV – ZAŠTO BOG ĆUTI?

MIŠLJENJE (O Jovu 19,25; Psalam 27,8.9; Matej 15,22-28)

Knjiga o Jovu govori o ljudskom iskustvu koje uključuje neizbežne teškoće koje prate život. Koliko smo srećni što imamo Boga koji nas voli i brine se o nama, koji nas vodi i usmerava kada Mu to dopustimo!

Jov je bio poznat i poštovan kao mudar poslovan čovek, kao brižan i pun ljubavi porodični čovek i građanin. Izazovi sa kojima se suočio odnosili su se na njegovu porodicu i bogatstvo. U događajima koji su se velikom brzinom nizali izgubio je stoku, životinje za vuču, sluge i svojih desetoro dece. Zatim je bio pogođen čirevima od glave do pete. Tako veliki udarac mogao je u njemu da izazove obeshrabrenje, utućenost, gorčinu i ozlojeđenost prema Bogu.

Zašto u ovo moderno doba deca umiru od gladi i od nedostatka vode za piće?

U kulturi njegovog vremena smatralo se da je neko ko je doživeo takvu nesreću sigurno učinio neko veliko zlo. To mora da su bile kletve kojima je Bog pokazivao svoje nezadovoljstvo. Zato ga je njegova žena podsticala da »prokune Boga i umre« (O Jovu 2,9). Ipak, uprkos svemu tome, on se klanjao Bogu i blagosiljao Njegovu ime (O Jovu 1,20-22), a njegova društvena sredina mogla je da se uveri da je njegov kraj bio bolji nego njegov početak (O Jovu 42,12.13).

U sličnim situacijama, neki ljudi se pitaju u čemu su pogrešili i zašto im se sve to dešava. Pitaju se zašto su izgubili kuću, ili zašto su ostali bez posla, ili zašto su se razboleli. Zašto u ovo moderno doba deca umiru od gladi i od nedostatka vode za piće? Kako se Božja ljubav pokazuje u svim tim događajima?

Ponekad, kada se loše stvari dešavaju, mi ne razumemo Božje namere i pitamo se: »Zašto Bog ćuti?« To ne znači da ne treba da prizivamo Boga kao što je David činio (Psalam 27,8.9). Iz Biblije, istorije i iskustva drugih možemo saznati da je Hristos dirnut našim osećanjem nemoći (Jevrejima 4,15). I sam naš Spasitelj bio je čovek bola i upoznat sa tugom (Isaija 53,3).

ODGOVORITE

1. Navedite prilike u kojima je Bog govorio, ali vi niste obraćali pažnju. Šta ste mogli da učinite drugačije? Na koji način bi to uticalo na ishod?
2. Kako se osećate kad se suočavate sa istim problemima kao i nehrišćani? Gde je Božja ljubav u svim našim teškoćama i patnjama?
3. Zašto je važno šta mi mislimo o Božjoj ljubavi i Njegovoj spremnosti da nam pomogne u našim problemima?

Andre Henri, Rejli, Severna Karolina, SAD

DA LI ĆEŠ NA KRAJU BITI JAK?

ISTRAŽIVANJE (Psalam 46)

ZAKLJUČAK

Zar svi mi ne želimo da život neprestano bude ispunjen zadovoljstvom i mirom? Život, međutim, ima svoju meru teškoća, neuspeha i izazova. U stvari, život nije ružičast. Ljudski je osetiti gnev, strah i tugu kada prolazimo kroz teškoće. U takvim trenucima, dobro je setiti se izreke: »I to će proći.« Oni koji veruju da će im Bog pomoći da sve to prevaziđu, u stanju su da kažu zajedno sa Psalmistom: »Bog nam je utočište i sila, pomoćnik, koji se u nevoljama brzo nalazi« (Psalam 46,1). Sa ovakvim ubeđenjem, mi zaista možemo postati jaki!

RAZMOTRITE

- Napravite čestitku kojom ćete izraziti zahvalnost nekome ko vas je ohrabrio i podržao u vreme krize. Predajte čestitku toj osobi kao iznenađenje.
- Podelite list papira u dve kolone. U prvoj koloni nabrojte veće neuspehe ili razočaranja koje ste doživeli. U drugoj koloni napišite šta ste naučili iz svakog tog iskustva.
- Pošaljite mejl prijatelju koji prolazi kroz teškoće (na primer, finansijske teškoće, žalost, bolest ili probleme u odnosima), sa rečima utehe i ohrabrenja.
- Pogledajte dokumentarni film *Život bez ruku i nogu*. To je neverovatna priča o Niku Vujačiću koji je rođen bez ruku i nogu, a ipak snažno svedoči o Bogu. (Informacije o drugim video snimcima o njemu dostupni su na lifewithoutlimbs.org.)
- Napišite muziku i tekst koji će odražavati emocije koje doživljavate kad prolazite kroz nevolje i pobede koje ste ostvarili uz Božju pomoć. Iskoristite neku poznatu melodiju za svoju pesmu.
- Nabrojte »udarce« koje ste doživeli u protekloj sedmici ili mesecu. Zahvalite Bogu za pouku koju ste izvukli iz svakog od njih.
- Pročitajte biografiju ili autobiografiju nekog od poznatih ljudi kao što su Ben Karson ili Helen Keler (Helen Keller: *The Story of My Life*). Razmislite o tome šta je tu osobu učinilo uspešnom i kako se to može primeniti na vaš život.

POVEŽITE

Psalam 51; Matej 14,23-33; *Čežnja vekova*, poglavlje 9; *Sluge jevanđelja*, str. 269. orig; Max Lucado, *In the Eye of the Storm*, poglavlje 22; Philip Yancy, *Where Is God When It Hurts*, poglavlja 9 i 10.

Prema Gaikvad, Silang, Filipini

Pouka 9

od 19. do 25. februara 2011.



Samopoštovanje

»A vi ste izabrani rod, carsko sveštenstvo, sveti narod, narod dobitka, da objavite dobrodetelji onoga koji vas dozva iz tame k čudnome videlu svome«
(1. Petrova 2,9).

19. februar 2011.

SINJORA BELA I LABAVO UŽE

UVOD (Rimljanima 6,13)

Su

Sinjora Bela, velika italijanska ekvilibristkinja (šetačica po žici) poziva publiku na svoj nastup obećavajući im da će videti jednu lepu sinjoru kako hoda po veoma labavom užetu. Ne samo da hoda po labavom užetu već to čini obučena u posebnom stilu, žonglirajući ostrim turskim mačevima i upaljenim bakljama. O, da. Ona istovremeno priča i šale.

Samopoštovanje je, slično hodanju po žici, veoma opasna stvar. Ako padnete s jedne strane, završite u aroganciji otuđujući se od ljudi i nepromišljeno gazeći sve oko sebe. Padnete li s druge strane, ustanovite da vam nedostaje osećaj za sopstvenu vrednost, da ste nesposobni da se samouvereno krećete kroz život i dozvoljavajući drugima da vas iskorišćavaju.

Uspesno hodanje po užetu samopoštovanja zahteva vežbanje, kao i u slučaju Sinjora Bele. Od hrišćanina to zahteva predanje i prihvatanje. Predanje, zato što sve što imamo i sve što jesmo dolazi od Boga i pripada Bogu. »Dajte sebe Bogu... i ude svoje Bogu za oružje pravde« (Rimljanima 6,13). I prihvatanje, zato što nas Bog voli, što nas je stvorio, otkupio i hoda sa nama u svakom trenutku našeg života. On je naša snaga i naša uteha. Naš posao je da prihvatimo tu činjenicu, jer kao hrišćanima, upravo nam otuda dolazi samopoštovanje i osećanje sopstvene vrednosti.

U sebi i po sebi mi nemamo ništa i nismo ništa. Mi smo stranci, putnici namernici na ovoj planeti. Sve, od vazduha koji udišemo do sledećeg obroka koji ćemo pojesti, dolazi iz Božje ruke. On čak dopušta i iskušenja da bi nam pomogao da oblikujemo svoj karakter i budemo spremni za nebo. Naš osećaj sopstvene vrednosti potiče od činjenice da se Bog brine o svakom detalju onoga što mislimo, osećamo, čega se plašimo. Isus se odrekao svog mesta na nebu, uzeo naše obličje i umro da bismo mi bili zauvek sa Bogom na nebu. Može li postojati veći dokaz poštovanja koje Bog oseća za svako dete koje je stvorio?

Bog je učinio sve što je moguće zamisliti i učiniti da bi nam pokazao vrednost koju On pridaje svakome od nas. A to je prava mera našeg samopoštovanja i vrednosti. Kada u potpunosti usvojimo tu istinu i počnemo da crpemo iz Božjeg izvora vrednosti, labavo uže samopoštovanja će postati široki put nade. Dok proučavate pouku za ovu sedmicu, neka vaše samopoštovanje ojača u Bogu koji vas je stvorio.

Seleste Perino-Voker, Rutland, Vermont, SAD

OD IZGNANIKA I BEGUNCA DO CAREVOG SINA

LOGOS (2. Samuilova 9; Psalmi 100,3; Matej 22,37-39; Luka 15; Dela 17,24-28; Rimljanima 12,3; Efescima 4,22-32)

Čenjen od strane cara (2. Samuilova 9,1-5; Luka 15,1-10)

Zbog svoje ljubavi prema Jonatanu, David je želeo da ukaže ljubaznost bilo kome ko je preostao od Saulove kuće. Čak i kada je Saul postao Davidov neprijatelj, Davidova lojalnost prema Saulu i njegovoj porodici nikad nije posustala (1. Samuilova 24 i 26). Tako on preduzima potragu za bilo kim iz »kuće Saulove« ko je preostao i prema kome je mogao da pokaže »milost Božju« (2. Samuilova 9,3).

Jovan izjavljuje: »U ovom je ljubav ne da mi pokazasmo ljubav k Bogu, nego da on pokaza ljubav k nama, i posla sina svojega da očisti grehe naše« (1. Jovanova 4,10). Pričama o izgubljenom ovci i izgubljenom dinaru, Isus potvrđuje dobre namere Božjeg srca koje Ga navode da traga za nama. Ovca je beznađežno izgubljena u pustinji samovolje (Isaija 53,6), nesposobna da nađe svoj put do kuće. Dobri Pastir je traži dok je ne nađe (Luka 15,1-7). Dinar čak ni ne zna da je izgubljen, ali žena ga ipak ceni i traži dok ga ne nađe (Luka 15,8-10).

Vrednost u očima onoga koji traži (2. Samuilova 9,6-8; Luka 15,18.19; Dela apostolska 17,24-28)

Mefivostej je potpuno svestan zašto bi David trebalo da ga prezire. On je pripadnik rivalske dinastije. Njegova hroma noga ozbiljno ograničava njegovu korisnost. Osim toga, ona je stalni podsetnik na strašnu noć u kojoj je saznao za smrt Saula i Jonatana i za propast Saulove dinastije (2. Samuilova 4,4). Sada David, čovek koga su njegov deda Saul i njegov stric Isvostej progonili, tvrdi da hoće da mu pokaže »milost Gospodnju.« Mefivostej uzvikuje: »Ko sam ja, sluga tvoj, te si pogledao na mrtva psa kao što sam ja?« (2. Samuilova 9,8).

Kada pogledamo u sebe pošteno, ne vidimo razlog zašto bi nas Bog voleo i cenio (uporedite Luka 15,18.19). Ipak, On želi da mi pronađemo sebe u Njemu (Dela apostolska 17,28). Iako Bogu nije potrebna naša pomoć ni u čemu (Dela 17,24.25), On nas je stvorio tako da čeznemo za Njim (Dela 17,27). Daleko od toga da je primoran da nas samo trpi! On nas i održava u životu. »Jer kroz njega živimo, i mičemo se, i jesmo« (Dela 17,28). Naš rodoslov seže unazad sve do Adama, »sina Božjega« (Luka 3,38).

Obnovljena vrednost koja je bila izgubljena (2. Samuilova 9,9.10; Luka 15,11.32)

Mefivostej je s razlogom mogao da očekuje da će David prisvojiti za sebe svu imovinu poražene dinastije. Umesto toga, njemu je vraćeno sve što je bilo izgubljeno i konfiskovano i postavljen je na položaj od časti, bogatstva i uticaja u carstvu. Sve što je pripadalo Saulu, Davidovom zakletom neprijatelju, bilo je vraćeno njegovom unuku, Mefivostejju, zato što je David želeo da mu pokaže »milost Božju.«

Slično tome, izgubljeni sin, protračivši sve što se po bilo kom merilu moglo smatrati njegovim delom porodičnog bogatstva (Luka 15,11-19), primljen je u porodični dom kao sin sa svim pravima koja je to podrazumevalo – očevom ljubavlju, čašću porodičnog odevanja (haljina), pristupom porodičnoj čekovnoj knjižici (pečatni prsten) i hranom kao za gozbu (Luka 15,20-24). »Blagosloven Bog i otac Gospoda našega Isusa Hrista, koji nas je blagoslovio svakim blagoslovom duhovnim na nebesima kroz Hrista« (Efescima 1,3).

Zahvalnost i poniznost prema Obnovitelju vrednosti (Rimljanima 12,3; Psalm 100,3)

Mefivostejeva odanost Davidu jasno se vidi u njegovoj uznemirenosti za vreme Davidovog bekstva pred Avesalomom. Čitajte 2. Samuilovu 19,24. »Milost Božja« koju je David pokazao prema njemu, zadobila je njegovu večnu odanost. Prepoznavanje obilja Božje milosti i blagodati u činu našeg obnavljanja do časti i dostojanstva, daje nam zdravo razumevanje naše vrednosti. S jedne strane, shvatamo da mi nešto predstavljamo samo na osnovu Božje blagodati ispoljene u Njegovoj stvaralačkoj sili. »Poznajte Gospod da je Bog. On nas je stvorio...« (Psalam 100,3). S druge strane, to što nas je On stvorio daje nam vrednost, čast, dostojanstvo i Njegovu zaštitu. »Mi smo dostojanje njegovo, narod njegov i ovce paše njegove« (Psalam 100,3). Kada se držimo ovoga, naš um je dovoljno bistar (trezven) da bi razumeo ko smo mi zapravo (Rimljanima 12,3). Postajemo ponizni jer sagledavamo svoju zavisnost od Boga. Zahvalnost i ljubav cvetaju kao odgovor na Njegovu nezasluzenu ljubav prema nama.

Čenjeni kao članovi carske porodice (2. Samuilova 9,10-13; Matej 22,36-39; Efescima 4,23-32)

David je objavio da će Mefivostej »jesti za mojim stolom kao carski sin« (2. Samuilova 9,11). Tako su obespravljenom carskom sinu ponovo vraćene časti i privilegije. Takva je »milost Božja« prema svakom Adamovom sinu i Evinoj kćeri koji se kaju i koji verom prihvataju Sina Davidovog (Jovan 1,12.13; 1. Petrova 2,9.10). Možda se ne osećate vrednim, ali, ako Bog kaže da ste carskog porekla, ko ste vi da se ne slažete sa Njim? Ako vas Bog poštuje, vrednuje i voli, onda je sigurno da imate Njegovu dozvolu da vrednujete, poštujete i volite sebe. Duboko isceljenje koje nalazimo u učenju da volimo sebe onako kako nas Bog voli, dovodi nas u poziciju da možemo da pokažemo »milost Božju« ljudima oko sebe (Matej 22,39; Efescima 4,23-32).

ODGOVORITE

1. Koje vam je dokaze Bog dao o tome kakvu vam vrednost On pridaje?
2. Kako bi izgledala ljubav prema »bližnjem« na način na koji nas je Bog naučio da volimo sebe?

»U petak sam napisala oko 40 stranica i u subotu ujutru bila umorna, ali me to nije obeshrabrilo. Znam na čiju ruku sam se oslonila i Gospod me nije razočarao. Dok razmišljam o dobroti, milosti i ljubavi Božjoj, ne mogu a da ne slavim Njegovo sveto ime. 'Jer Bogu tako omilje svet da je i sina svojega jedinorodnoga dao, da nijedan koji ga veruje ne pogine, nego da ima život večni.'

Ako ove reči nisu dovoljne da ushite svaku dušu koja razmišlja o njima, šta onda jeste? To je cena našeg spasenja – najsravnija, najužasnjia smrt koju ljudsko biće može da doživi. A Sin Božji je podneo tu sramotu kao kaznu za greh, da bi grešnik mogao da stoji nevin i bez krivice pred Božjim prestolom. Posmatrajte visinu sa koje je naš Spasitelj došao, i dubinu poniženja koju je pretrpeo da bi dosegao do grešnika i uzdigao ga da postane učesnik u Njegovoj božanskoj prirodi i poveže svoj život, svoju dušu sa beskonačnim Bogom. Kada posmatramo krst, kada taj napaćeni, bolni krik: 'Svrši se,' zapara naše uši, žrtva je prineta. Njegova ljubav je urezala ime svakog svetog na dlanovima Njegovih ruku.

O, beskrajna blagodati! Kakva ljubav! Zar nećemo izagnati ponos iz svoje duše? Možemo li negovati samopoštovanje? Zar ćemo ostati tvrdoglavi u srcu kad vidimo i razumemo kolika je bila cena našeg otkupljenja? Zar nas pogled na krst neće navesti da se ponizimo u Božjim očima kako bi On mogao da nas uzdigne?

Treba da »imamo pravi osećaj svoje vrednosti, onako kako nas Bog ceni...«

Ali, premda treba da budemo ponizni, treba i da imamo pravi osećaj svoje vrednosti na osnovu toga kako nas Bog ceni, na osnovu cene plaćene za naše otkupljenje. Treba da vrednujemo svaku sposobnost, svaki talenat koji nam je poveren kao Gospodnji dragoceni dar, da bismo mogli da ga upotrebimo na slavu Njegovog imena.

Kad gledamo na sebe kao na one koji su otkupljeni po beskonačnoj ceni da bismo imali svaku prednost da stremimo besmrtnosti i večnom životu, učinićemo svaki dar sredstvom kojim možemo dostići puninu savršenstva u Isusu Hristu. Neka onda Danilova molitva bude i naša molitva, da bi Sveti Duh mogao da radi u našu korist.«¹

Stjuart Griffin, Maunt Holi, Vermont, SAD

¹ MR No. 1303 – Heaven and Earth Are Closely Linked; Lessons From Daniel's Prayer Experience in Daniel 9 and 10, str. 19, 20.

Jednostavno rečeno, samopoštovanje je ono što zaista mislite o sebi. Činjenica da su antidepresivi, prema Centru za kontrolu bolesti, najčešće prepisivani lekovi u Americi deluje ironično s obzirom da živimo u društvu koje je opsednuto ličnim uspehom i srećom. Mnogi gurui koji zagovaraju samopomoć pompezno govore o načinima kako da povećate samopoštovanje, da biste, na taj način, obezbedili sebi sreću i uspeh. Dakle, da li se odgovor za nedovoljno samopoštovanje i nezadovoljstvo sobom može naći u nekim posebnim mantrama za samoafirmaciju, koje se svakodnevno ponavljaju ispred ogledala da bi vas ubedile u vašu ličnu snagu i vrednost?

Pre više od jedne decenije, pročitala sam jedan od onih članaka o nedostacima američkog obrazovnog sistema. Nakon izveštaja o lošem plasmanu učenika iz matematike i prirodnih nauka, članak navodi podatak da učenici u Sjedinjenim Državama nadmašuju sve druge zemlje po jednom kriterijumu – samopoštovanju. Nastavnici su se šalili da možda naši učenici nisu najpametniji i najbolji, ali se bar svi dobro osećamo uprkos svojim manama. Ironično zvuči, ali, da li je ono što činite u vezi sa onim šta zaista mislite o sebi?

Samopoštovanje je svest o sopstvenoj vrednosti. Kao specijalista za čitanje, radim sa visoko rizičnom grupom učenika u državnoj srednjoj školi. Iako ohrabrujem svoje učenike da pozitivno misle o sebi, najveći porast samopoštovanja proizilazi iz njihovih sopstvenih poduhvata. Najbolji način da imate dobro mišljenje o sebi jeste da, u stvari, *činite* nešto dobro!

Zato nam je Pavle, prvi guru za samopomoć rane crkve, dao obrazac za zdravo samopouzdanje u Efescima 4,22-32. Izgleda da su ljubaznost, uslužnost, saosećanje, poštenje i naporan rad, u stvari, cigle kojima se gradi samopoštovanje. Njegov život uspostavljanja odnosa i služenja drugima je naš uzor ne samo u pogledu načina života i razvoja karaktera već isto tako i samopoštovanja.

Kao hrišćani, mi smo odrasli slušajući da smo izabranici Božji. Prva Petrova 2,9 garantuje nam da nas je Bog izabrao u svoj tim nosilaca svetlosti. Ovo priznanje naše vrednosti u suprotnosti je sa društvenom litanijom o načinima da se postigne uspeh i sreća. Mi smo izabrani u Božji tim i mi odlučujemo da sledimo Njegov biblijski obrazac.

ODGOVORITE

1. Kako možete imati dobro mišljenje o sebi kada nikad niste tako dobri kao »taj i taj«?
2. Razmislite o vremenu kad još niste bili izabrani. Zatim, razmislite o tome kako se osećate znajući da ste izabrani u Božji tim.
3. Kakva je veza između usredsređivanja na Isusovo propovedanje na Zemlji i izgrađivanja pravog samopoštovanja? Šta je ključno da biste zaista mogli da poštujuete sebe?

Debra Gardner-Baš, Volingford, Vermont, SAD

Kako da steknem samopoštovanje koje je po Božjoj volji? Prvo, treba da razumemo i da verujemo u vrednost koju nam Bog daje. U Rimljanima 5,8 čitamo da je, još dok smo bili grešnici, Hristos umro za nas. Kada odlučimo da verujemo u svoju vrednost na osnovu toga kako Bog gleda na nas umesto na izvitoperene poruke koje ostali grešnici ovde na Zemlji mogu da projektuju na našu sliku o sebi, počinjemo da stičemo iskreno samopoštovanje koje je po Božjoj volji – verujući da smo ono što Bog kaže da jesmo!

Kako da sačuvam samopoštovanje koje je po Božjoj volji? Kada na trenutak pogledamo sebe Hristovim očima, moramo se uzdržati od potrebe da kritikujemo ono što Bog toliko ceni. Kakvo pravo mi imamo da omalovažavamo one koje je Bog nazvao svojom decom? Prezirući sebe ili druge, mi, u stvari, kritikujemo Onoga koji nas je stvorio. Pavle govori o obnovljenju našeg uma kao o načinu da izađemo na kraj sa ovim nezdravim načinom razmišljanja. »Morate postati Božji saradnik u ovom procesu reprogramiranja i obnobljenja. To je dugotrajan proces, a ne iznenadna kriza. Ja ne znam ni za jedno jedino hrišćansko iskustvo koje bi moglo preko noći da promeni vašu sliku o sebi.

Isus nas podstiče da volimo svoje bližnje kao sebe same.

Vi treba da budete promenjeni 'obnovljenjem uma svojega' (Rimljanima 12,2). Glagoli u ovom stihu predstavljaju proces koji traje, a reč *um* opisuje način na koji razmišljate, način na koji posmatrate život kao svakodnevni proces.«¹

Kako mogu da pomognem drugima da imaju samopoštovanje koje je po Božjoj volji? Ako smo uspeli u prva dva koraka, bićemo u stanju da pomognemo i drugima da razviju zdravu sliku o sebi. Isus nas podstiče da volimo svoje bližnje kao sebe same; a mi to možemo uraditi jedino kada smo u stanju da ne gledamo u druge da bismo dobili potvrdu o tome ko smo mi. Kada vidimo sebe i druge kao sinove i kćeri našeg nebeskog Oca punog ljubavi, ponašaćemo se jedni prema drugima drugačije. Biti u odnosu ljubavi sa našim nebeskim Ocem može nam dati sposobnost da blagoslovimo svu Njegovu decu plimom Njegove ljubavi i blagodati koju sami primamo. Mi ćemo aktivno tražiti svoje bližnje sa jednim jedinim ciljem – da im budemo na blagoslov zato što volimo svoga Oca.

ODGOVORITE

1. Da li vidite sebe kao nekoga ko je neprocenjiv u Božjim očima? Ako ne, zašto?
2. Setite se nekoga kome biste mogli da budete na blagoslov samo zato što volite Oca. Zatim, učinite to.

Ejmi i Dejvid Kembel, Nort Klarendon, Vermont, SAD

1 David A. Seamands, *Healing for Damaged Emotions* (SP Publications, 1991), str. 74.

»TI OVDE PRIPADAŠ!«

MIŠLJENJE (Isaija 43; Matej 6,25-34; Luka 15; Luka 18,15-17)

Često, u našoj kući, Rejčel je u kuhinji i priprema večeru. Mašina za sudove je završila svoj ciklus i treba da se isprazni. Rejčel počinje, i kad je već pri kraju, Geri ulazi u kuhinju i kaže: »Ja sam hteo da ispraznim mašinu za sudove«, na šta Rejčel odgovara: »Znam da jesi, ali ja sam to uradila zato što moram da zaradim za svoje izdržavanje!« Nežan osmeh se pojavi na Gerijevom licu i on kaže: »O ne, dušo, ti ne moraš da zaradiš za svoje izdržavanje, ti ovde pripadaš!«

Osećanje koje se pojavi u mom srcu kad čujem reči *ti ovde pripadaš* ne može se opisati. Osećam se tako željenom, tako voljenom! Nema moćnijeg načina da u ljudima izgradite osećaj za sopstvenu vrednost nego da im stavite do znanja da su deo grupe, da moraju da daju svoj doprinos, da su potrebni i željeni!

Isus je delio ove iste emocije kad je govorio o vrednosti vrabaca i ukrašavanju ljiljana. On je rekao da su ljudi vredniji od toga. On nam je dao vrednost! Kad je pozvao decu da Mu priđu, nakon što su bila oterana, On je pokazao da su ona vredna. On je govorio o izgubljenom novčiću, o izgubljenoj ovcu i o izgubljenom sinu, završavajući svaku priču opisom radosti i slavlja koje nastaje kada svako od njih biva pronađen. Ove priče govore o vrednosti pripadanja. Isus nam je stavio do znanja da smo željeni, voljeni i potrebni!

Nema ničeg boljeg nego čuti Božje reči koje nas uveravaju u Njegovu ljubav i Njegovu pažnju. Slušajte Njegov nežni glas dok čitate ove reči koje je zapisao prorok Isaija u Isaiji 43,1-3. Ubacite svoje ime svaki put kad naiđete na reč *te*:

»Ti ne moraš da zaradiš za svoje izdržavanje, ti ovde pripadaš!«

Ali sada ovako veli Gospod, koji te je stvorio,
Jakove, koji te je saznao, Izrailju:
ne boj se, jer te otkupih,
pozvah te po imenu tvom, moj si.
Kad pođeš preko vode, ja ću biti s tobom,
ili preko reka, neće te potopiti;
kad pođeš kroz oganj, nećeš izgoreti
i neće te plamen opaliti.

Jer sam ja Gospod, Bog tvoj, svetac Izrailjev, spasitelj tvoj.«

Nebeski Oče, hvala ti što me uveravaš da pripadam Tebi!

ODGOVORITE

1. Na osnovu čega dobijate vrednost na ovom svetu a i u večnosti?
2. Kako ćete odgovoriti na Božji glas u svom životu, znajući da Mu pripadate?

Rejčel Basbi Kini, Rutland, Vermont, SAD

ZAKLJUČAK

Nije lako izgraditi samopoštovanje ako se osećate inferiornim. Ali Bog nas je stvorio. On nas voli takve kakvi smo i vidi šta možemo da budemo. Daleko od toga da mora samo da nas trpi, On nas prihvata. Bog, u stvari, obnavlja nas, grešne ljude, da bismo postali deo Njegovog carskog sveštenstva. Mi smo beskraino vredni u Božjim očima, ne samo zato što nas Isusova smrt za nas čini ispravnim u Njegovim očima već zato što nas je stvorio da se uklopimo u Njegov plan, da Ga proslavljamo svim darovima koje nam je dao. Služiti Bogu čini da mislimo dobro o sebi, zato što sledimo Njega i, na taj način, živimo prema svojim sposobnostima.

RAZMOTRITE

- Opišite kako trenutno doživljavate svoju ličnost. Zatim, napravite listu susreta koje ste imali sa Bogom i uporedite to sa svojom slikom o sebi. Izvucite zaključak o tome šta je u skladu sa Božjim postupanjem prema vama, a šta sa vašom slikom o sebi.
- Napišite pesmu o tome kako ste otkupljeni i kako služite Bogu. Zatim je uvežbajte sa prijateljima i otpevajte u crkvi. Ili uvežbajte pesmu o tome kako vas Bog voli i podelite je sa svojom crkvom ili subotnoškolskim razredom.
- Napravite autoportret okružen različitim simbolima koji pokazuju ko ste vi. Neka ga vaši prijatelji analiziraju i neka vam kažu da li vas oni vide na isti način na koji vi vidite sebe.
- Tražite od prijatelja da nabroje tri vaše najgore osobine i tri vaše najbolje osobine. Da li mislite da su u pravu ili ne? Zašto?
- Ilustrujte priču o Isusu i ženi uhvaćenoj u preljubi (Jovan 8,1-11) putem plesa ili pantomime i izvedite je u crkvi.
- Raspitajte se na Tviteru ili na Fejsbuku šta bi po mišljenju vaših prijatelja moglo da poveća njihovo samopoštovanje. Vidite da li se neki odgovori odnose na Boga. Ili sami napišite neki komentar o tome!

POVEŽITE

Richard J. Foster, *Celebration of Discipline*, chapter 9, »Service.« David D. Burns, *Feeling Good*, chapter 4, »Start by Building Self- Esteem.«

Karin Vicorek, Melburn, Australija

Pouka 10

od 26. februara do 4. marta 2011.



Ljubomora i zavist

»Jarost je nemilostiva, i gnev je plah;
ali ko će odoleti zavisti?«
(Priče Solomonove 27,4).

»Nekada sam mislila da on to radi zato što me voli. Ali, sada više uopšte tako ne mislim. Osećam da me guši. Osećam se kao da nema poverenja u mene. To zaista utiče na naš odnos, a mislim da utiče čak i na našu decu.« Alisija se priseća nekih primera koji potvrđuju da je njen muž zaista ljubomoran prema njoj. Zove je po nekoliko puta u toku dana da bi je proveravao. Naljuti se ako ona dođe kući kasno i uvek sluša njene telefonske razgovore. »Ne mogu više da izdržim«, poverila se Alisija svojoj prijateljici. »Želim razvod.«

Kaden je optužila Kristen da je »zauzela njeno mesto« i uskoro je počela da se ponaša neprijateljski i prema drugim članovima crkve.

Zatim, tu je Kaden koja je odrasla u hrišćanskom domu i predala svoj život Gospodu u mladim godinama. Bila je talentovana, otvorena, i svima je »zapadala za oko«. Ona je bila u većini odbora svoje crkve i uvek pozivana da učestvuje u crkvenim programima. Onda je jednog dana

Kristen počela da posećuje crkvu, krstila se i bila pozivana da radi mnoge stvari na koje su ranije pozivali Kaden. Kaden je optužila Kristen da je »zauzela njeno mesto« i uskoro je počela da se ponaša neprijateljski i prema drugim članovima crkve. Prestala je da posećuje tu crkvu i počela da odlazi na drugo mesto.

Ljubomora je snažna emocija koja može dovesti čak i do razornijih posledica nego u prethodne dve priče. Ljubomora može da izazove mnoštvo drugih emocija i postupaka uključujući bes, žudnju, uvređenost, sumnjičavost, nepoverenje i klevetanje (Kološanima 3,5.8) – navike koje ne bi trebalo da pokazuje niko ko ima nameru da gradi hristoliki karakter.

Biblija tvrdi da je Bog »ljubomoran Bog« (2. Mojsijeva 20,5; 34,14; 5. Mojsijeva 4,24; 5,9; 6,15; Isus Navin 24,19), što može da nas navede da opravdavamo svoju ljubomoru. Međutim, Božja ljubomora podrazumeva da On »odbija da deli svoju slavu sa idolima«¹ i da »On ne prihvata obožavanje i službu podeljenog srca«.² On zna da mi ne možemo iskreno govoriti da Ga volimo dok dajemo mesta đavolu koji je podstrekač ljubomore i zavisti (Isaija 14,12-14).

Ljubomora i zavist imaju mnoge negativne efekte na nas i na druge, a neki od njih su loše zdravlje i narušeni odnosi. Kao hrišćani, mi nismo imuni na ovakva osećanja. Stoga ćemo ove sedmice sagledavati ljubomoru i zavist, njihove posledice i kako možemo savladati te pogubne emocije.

Džulija Kembel, Vesčester, Portmor, Sent Ketrin, Jamajka

1 The SDA Bible Commentary, vol. 1, p. 602.

2 Isto.

Boginja Hera¹ iz grčke mitologije bila je prekomerno ljubomorna i osvetoljubiva. Mrzela je boga Parisa zato što je nije izabrao za najlepšu boginju. Mrzela je takođe i decu svoga muža Zeusa. Jedna verzija ove legende kaže da se, iz ljubomore zbog Zevsovog vanbračnog odnosa sa Atinom, osvetila tako što je i sama dobila vanbračno dete. Onda je bila toliko nezadovoljna izgledom tog deteta da ga je bacila sa planine Olimp.

Prema tome, vidimo da ljubomora normalno rađa konflikt. Ko od nas nije pao kao žrtva njenih zamki? Ljubomora može da dovede do toga da postanemo osvetoljubivi, neosetljivi i nabusiti. Pomislite samo na Lucifera (Isaija 14,12-14). Njegova priča je dobra analogija za naše stanje danas. Kao i Lucifer, mnogi od nas imaju sve što im treba.² Ipak, uvek postoji još nešto što želimo ili neko na koga smo ljubomorni zato što ima nešto što bismo mi voleli da imamo. Lucifer je bio prvi do Hrista po sili i stoga je imao velike odgovornosti. Ipak, on je želeo više: »Izaći ću u visine nad oblake, izjednačiću se s višnjim« (Isaija 14,14).

Mnoge porodice su se raspale, mnogi ratovi su vođeni, i mnogo života je izgubljeno zbog ljubomore. Ljubomora i zavist su greh (2. Mojsijeva 20,17), i to s razlogom. Zašto onda Bog uporno ponavlja da je On ljubomoran? Na starogrčkom, reč za »ljubomoran« glasi *zelos*, što može značiti revnitelj isto kao i ljubomoran.³ Revnost označava »energičan i postojan entuzijazam, posebno za neki cilj ili ideju.«⁴ Jedno od značenja reči *ljubomoran* je »onaj koji zahteva isključivu lojalnost i privrženost.«⁵ Zar ta dva značenja ne opisuju savršeno našeg Boga? Njegova ljubomora nije ružna ni destruktivna. Mi vidimo Njegovu revnost za nas u životu kojim je Njegov Sin živeo i, još više, u smrti kojom je umro umesto nas. »Ali Bog pokazuje svoju ljubav k nama što Hristos još kad bejasmu grešnici umre za nas« (Rimljanima 5,8). Ovde se ne radi o grčkoj boginji ili o Luciferu, »bogu« ovoga sveta, već o iskreno saosećajnom i punom ljubavi Bogu, čija nas ljubomora drži u Njegovom naručju.

Piter Lopez, Bronks, Njujork, SAD

1 Wikipedia. »Hera.« <http://en.Wikipedia.org/wiki/Hera#cite.note-15>

2 The SDA Bible Commentary, vol. 4, p. 179.

3 Wictionary. »Jealous.« <http://en.wiktionary.org/wiki/jealous>

4 Encarta Dictionary: English (North America). »Zeal.«

5 Encarta Dictionary: English (North America). »Jealous.«

LJUBOMORA – KANCER UMA*LOGOS (1. Mojsijeva 37; 1. Samuilova 18; Priče Solomonove 6,34;**Pesma nad pesmama 8,6; Jakov 3,16.17)***Savremene posledice ljubomore (Jakov 3,16.17)**

Oral i Roksana bili su u braku pet godina. Oral je bio harizmatičan i samouveren, a Roksana veoma nesigurna, jer je nosila »prtljag« iz prethodne veze. U nekoliko navrata, ona je otvorila svoje srce Oralu, moleći ga da bude osećajni za njenu situaciju dok se ona trudi da je prevaziđe. Međutim, svaki put kada bi ga Roksana ispitala o bilo kojoj ženi koja je obraćala pažnju na njega, on se osećao kao da ona dovodi u pitanje njegovu lojalnost prema njihovom braku.

Povređenost i ljutnja su rasli i brak se završio razvodom. Roksana se pomirila s tim da živi sama, zato što nije sigurna da li će ikad više biti u stanju da veruje nekom muškarcu. Iako je Oral uvek bio veran Roksani, ona je ipak osećala veliko nepoverenje prema njemu.

Ljubomora upoređena sa grobom (Priče Solomonove 6,34; Pesma nad pesmama 8,6)

Ljubomora je za um ono što je kancer za telo. Ona boli i deformiše. Ona polako crpi vašu energiju, vaš entuzijazam, vaš život. Ona zarobljava čoveka i čini da se on oseća kao da gubi kontrolu. Biti ljubomoran duže vreme stvara dubok emotivni bol, ostavljajući čoveka u uverenju da ne postoji izlaz.

Ljubomora može dovesti do toga... da se pretvorimo u nešto što nikada nismo želeli da budemo.

Mudri Solomun u Pesmi nad pesmama 8,6 upoređuje ljubomoru sa grobom. Iako bi se reći »ljubavna sumnja« u ovom stihu mogle bolje prevesti kao »revnost« ili »strast«,¹ upoređivanje ljubomore sa grobom stvara u našem umu neka zanimljiva poređenja. Grob predstavlja realnost nepovratne odvojenosti od naših milih i dragih. A ono što još pogoršava tu realnost jeste činjenica da odvojenost ponekad nastupa iznenadno. Baš kad ste pomislili da će sve biti po vašem, voljeni umire i vi se osećate kao da vam se svet srušio. Ljubomora može da stvori isti osećaj očajanja.

Druga sličnost između ljubomore i groba je u tome što osoba koja je preminula neće nikad saznati za bol koji ste vi doživeli kao posledicu njene ili njegove smrti. Isto tako, kada se borimo sa ljubomorom, može izgledati kao da oni oko nas nisu svesni naših osećanja i potreba.

Možda se najveća od svih sličnosti između ljubomore i groba ogleda u tome da grob predstavlja smrt, a ljubomora ima snagu da iscedi život iz onoga ko je oseća. Ako se sa njom ne postupa ispravno, ljubomora može dovesti do toga da izgubimo sebe, da se pretvorimo u nešto što nikad nismo želeli da budemo, simbolično ubijajući osobu kakva smo bili u početku. Stih u Pričama Solomonovim 6,34 kaže da ljubomora može da izazove veliki gnev. Ljubomora može toliko da

obuzme um da počne da diktira ponašanje i smanjuje moć rasuđivanja kod osobe koja u normalnim okolnostima ne bi učinila nikakvo zlo. I uskoro, osoba čiji um je obuzet ljubomorom više nije dobronamerna osoba. Ta osoba je umrla.

Voditi evidenciju (1. Mojsijeva 37)

Josifova braća su osećala ljubomoru prema njemu – ljubomoru koja je bila podstaknuta time što je njihov otac favorizovao Josifa. (Ipak, to nije opravdanje za njihova osećanja i ponašanje.) Jakov je favorizovao Josifa »jer mu se rodio pod starost« (1. Mojsijeva 37,3). Ova pristrasnost ga je navela da Josifu da odelo koje je verovatno bilo slično onoj vrsti odela koje su nosili plemići. To je izazvalo još veću ljubomoru kod braće. A kad je Josif dobio snove koji su ukazivali na to da će on postati vladar i vladati nad svojom braćom, to je bilo dovoljno da ih navede da požele da ga ubiju.

»Može li ljubomora ikad da vas navede da poželite nekoga da ubijete? Pre nego što kažete: 'Naravno da ne,' pogledajte šta se desilo u ovoj priči. Desetorica ljudi su bili spremni da ubiju svog mlađeg brata zbog jedne haljine i nekoliko prepričanih snova. Njihova duboka ljubomora je prerasla u ljuti gnev, potpuno ih zaslepljujući za ono što je ispravno. Prepoznati ljubomoru može biti teško, jer joj razlozi koje imamo za nju naizgled daju smisao. Ali, ostavljena bez nadzora, ljubomora brzo raste i dovodi do ozbiljnih greha. Što duže gajite osećanje ljubomore, biće vam teže da ga iskorenite. Pravi trenutak da se pozabavite ljubomorom i zavišću je kada uhvatite sebe kako vodite evidenciju o tome šta drugi imaju.«¹

Carska ljubomora (1. Samuilova 18)

Još jedanput u Bibliji čitamo o tome kako ljubomora i zavist mogu imati ozbiljne posledice. Saul je bio toliko ljubomoran na Davidov uspeh i popularnost da je pobesneo, podigao koplje i bacio ga prema njemu, nadajući se da će ga prikovati za zid (stihovi 8-11). Tokom ostatka svog života, Saul je nastavio da ugrožava Davidov život. Ipak, uprkos ovome, David je dva puta pošteđeo Saulu život iako je mogao da ga ubije. Ovo prikazuje drugu stranu ljubomore. Ako znate nekoga ko je ljubomoran na vas, usuđujete li se da budete kao David? Da li biste mogli da se sprijateljite sa tom osobom umesto da uzvratite udarac?

ODGOVORITE

1. Da li ste se ikad borili sa ljubomorom? Ako jeste, da li su neke vaše dobre osobine zbog toga umrle?
2. Da li je ljubomora ikad određivala kako ste se odnosili prema nekim ljudima? Ili ste se uvek trudili da se odnosite prema njima na hrišćanski način?
3. Na koje još načine ljubomora može da se uporedi sa smrću?
4. Posle proučavanja današnje pouke, šta mislite zašto nas jedna od deset zapovesti uči da ne zavidimo? Na osnovu današnje pouke, koje se još zapovesti nadovezuju na ovu? Šta iz te povezanosti učimo o prirodi Dekaloga?

Rikardo Ker, Sent Ketrin, Jamajka, Zapadnoindijska ostrva

¹ The Interpreter's Bible, vol. 5, p. 143.

¹ Life Application Study Bible, NIV (Wheaton, Ill.: Tyndale House, 1991), p. 77.

BOŽANSKI LEK ZA LJUBOMORU

SVEDOČANSTVO (2. Petrova 1,4)

Da li vam se čini da vas ljubomora žive izjeda? Da li se osećate jadno zato što ste ljubomorni na ono što drugi ljudi imaju? Onda se pouzdajte u Isusa za protivotrov. On čezne za tim da vas izleči. Čitajte šta je Elen Vajt imala da kaže o tome kako On može da vam pomogne da savladate zavist.

»Kakva lepota karaktera se ogledala u Hristovom svakodnevnom životu! On treba da bude naš uzor. Postoji veliko delo koje treba obaviti u oblikovanju karaktera da bi bio sličan božanskom. Hristova blagodati mora oblikovati celo biće i uspeh tog dela neće biti potpun sve dok nebeska bića ne postanu svedoci ispoljavanja nežnih osećanja, hristolike ljubavi i svetih dela u ponašanju Božje dece.

Neprestanim učenjem od božanskog Učitelja... mi saradujemo sa Bogom u pobeđivanju sotoninih iskušenja.

Svaka osoba mora steći iskustvo za sebe. Niko za svoje spasenje ne može da zavisi od iskustva ili navika bilo kog drugog čoveka. Svako od nas se mora upoznati sa Hristom da bi mogao ispravno da Ga predstavi svetu. 'Sve božanstvene sile njegove, koje trebaju k životu i pobožnosti, darovane /su nam/ poznanjem onoga koji nas pozva slavom i dobrodetelju' (2. Petrova 1,3). Niko od nas ne treba da opravdava svoju naglost, svoj iskvareni karakter, svoju sebičnost, zavist, ljubomoru, ili ma kakvu nečistotu duše, tela ili duha...

Moramo učiti od Hrista. Moramo znati šta On predstavlja onima koje je otkupio. Moramo shvatiti da verom u Njega imamo privilegiju da budemo učesnici u božanskoj prirodi, i da tako pobeđujemo od pokvarenosti koja, kroz požudu, vlada u svetu. Tada ćemo biti očišćeni od greha, od svih mana karaktera. Ne treba da zadržimo nijednu grešnu sklonost.

Pošto imamo udela u božanskoj prirodi, nasleđene i stečene sklonosti ka zlu su odstranjene iz karaktera i mi postajemo živa sila za dobro. Neprestanim učenjem od božanskog Učitelja, svakodnevnom sudelovanjem u Njegovoj prirodi, mi saradujemo sa Bogom u pobeđivanju sotoninih iskušenja. Bog radi i čovek radi, da bi čovek mogao da postane jedno sa Hristom, kao što je Hristos jedno sa Bogom. Tada smo zajedno sa Hristom na nebesima. Um počiva u miru i pouzdanju u Isusa... U Njemu postoji neiscrpna punina...

Bog nam je dao svaku sposobnost, svaki blagoslov. On je obezbedio bogatstvo nebeskih riznica i mi imamo privilegiju da stalno uzimamo od tog kapitala.«¹

Džin Bove, Detroit, Mičigen, SAD

1 God's Amazing Grace, p. 235.

ZELENOOKE FANTAZIJE

PRIMENA (2. Mojsijeva 20,17)

Domaći tim preuzima loptu od protivničkog tima. Igrač koji je uhvatio loptu baca je Marku koji se velikom brzinom probija napred. Imajući pet sekundi za napad, dok protivnik vodi sa bodom razlike, Mark uspeva da predribluje protivničkog igrača, izvodi bacanje i postiže pobednički pogodak! Navijači skaču od radosti dok saigrači ushićeno podižu Marka i nose ga na svojim ramenima. Entoni je, međutim, ostavljen da stoji sam i poražen na sred terena. »To je trebalo da budem ja«, tiho uzdiše u sebi.

Znoj curi niz njegovo lice i klizi niz leđa dok Džoel, teško zadihan, oštro korača da ne bi zakasnio na čas. Brrrrmm! On zastaje i okreće se dok glasna muzika i zvuk motora tutnje iz novog sportskog automobila koji vozi kapiten fudbalskog tima. Džoel žuri ka školskom dvorištu i vidi kapitena i njegovu devojkicu kako izlaze iz automobila i, držeći se za ruke, idu na čas. »Kad bih samo mogao da budem on,« uzdiše Džoel. »Tada bih mogao da osvojim najlepšu devojkicu u školi i da dobijem sportsku stipendiju.«

Koliko puta uhvatimo sebe kako smo ljubomorni na nekog drugog, pitajući se kako je moguće izaći na kraj sa emocijom zvanom »zelelooko čudovište«? Evo nekoliko predloga koji će vam biti od pomoći:

»Kad bih samo mogao da budem on«, uzdiše Džoel.

Čitajte duhovnu literaturu. Dobar početak bi moglo da bude 59. poglavlje knjige *Stvaranje – patrijarsi i proroci*. Ovo poglavlje govori o želji Izrailja da ima svog sopstvenog cara, zasnovanoj na ljubomori prema okolnim carstvima.

Pomažite onima koji imaju manje sreće od vas. Pomaganje onima koji su u oskudici daje nam osećaj dobrobiti i uspeha. Osim toga, pomaganje drugima odvlači naše misli od onoga što nemamo i omogućava nam da cenimo ono što imamo.

Molite se usrdno. Tražite od Boga da bude centar vašeg života. »U sva vremena i na svakom mestu, u svim tugama i svim nevoljama, kada su izgledi mračni, a budućnost neizvesna, kad se osećamo bespomoćnima i usamljenima, Utešitelj će biti poslat kao odgovor na molitvu vere. Okolnosti nas mogu odvojiti od svakog zemaljskog prijatelja, ali nikakva prilika, nikakva udaljenost ne može nas odvojiti od nebeskog Utešitelja. Gde god se nalazili, kuda god išli, On nam je uvek sa desne strane da nas podupre, podigne, pomogne i obodri.«¹

ODGOVORITE

Pročitajte 2. Mojsijevu 20,17. Onda razmislite o nekim stvarima na kojima zavidite nekome. Ponovo pročitajte 2. Mojsijevu 20,17, samo ovog puta zamenite reči *kuće, žene, sluge, sluškinje, vola i magarca* nazivima onih stvari na kojima vi zavidite drugima.

Linval Luis, Sent Ketrin, Jamajka, Zapadnoindijska ostrva

1 Čežnja vekova, str. 576.

NESLOGA ILI MIR? VI BIRATE

MISLJENJE (Jezekilj 28,12-15; Isaija 12-14; Jakov 3,16.17)

Često se pitam kako bi svet izgledao kada ne bi bilo ljubomore. Možda bi neke veze još uvek trajale, ili možda vi ne biste potrošili svu ušteđevinu na novi auto zato što zavidite komšiji na njegovom novom BMW-u. Ali, što je najvažnije, svet bi bio bez greha.

Da li ste vi zaista bili u prilici da osvojite tu nagradu?**Da li ste, iskreno, učili isto tako vredno kao vaš drug iz razreda da biste zaslužili visoke ocene?**

Sotona je želeo da bude kao Svevišnji. On je zavelo na »slavi kojom je večni Otac obdario Svog Sina...«¹ Zato je skovao zaveru da zbaci nebesku vladu, što je na kraju dovelo do toga da on i anđeli koji su ga slušali budu

zbačeni sa neba. Tako je započeo rat koji je još uvek u toku i koji je pun konfuzije i nesloge. To je rat kroz koji svako od nas prolazi kad god oseti ljubomoru.

Vi možda gledate u najboljeg učenika u svom razredu i mislite: *Zašto je on tako pametan?* ili: *Zašto je on osvojio tu nagradu?* Možemo čak doći dotle da počnemo da mrzimo takve ljude i da se izolujemo od njih. Kada gajimo osećanje zavisti u svom srcu, na kraju bivamo povređeni. Moramo biti pažljivi u tome kako gledamo na tuđa dostignuća. Jakov 3,16 kaže: »Jer gde je zavist i svađa onde je nesloga i svaka zla stvar.« Dakle, šta ako okrenemo reflektor ka sebi samima? Da li ste vi zaista bili u prilici da osvojite tu nagradu? Da li ste, iskreno, učili isto tako vredno kao vaš drug iz razreda da biste zaslužili visoke ocene? Da li ste jednostavno ljubomorni na svaku pažnju koja se ukazuje vašim drugovima? Šta ako vaši talenti leže u nečem drugom, a ne u obrazovanju i sportu? Možda vi imate neki drugi talenat koji biste mogli da iskoristite, na primer, talenat za slikanje ili muziku. Trebalo bi da pitamo Boga: »Da li je to ono što Ti želiš da ja radim? Da li je ovo staza kojom treba da krenem?«

Bog želi da imamo kvalitetne odnose sa drugima. Međutim, đavo se mršti kad je Božji narod srećan. Zato je on uvek spreman da nam nanese teške povrede. Čula sam za mnogo primera u kojima je ljubomora prevladala u odnosima do te mere da je jedna ili više osoba u tom odnosu bila emotivno, a ponekad čak i fizički, povređena. To je nesloga.

Kada Bog vlada u našem srcu, naša prva reakcija na takvu situaciju nije ljutnja. Umesto toga, mi se oslanjamo na Njega da bismo proniknuli u sebe, da nam On pomogne da jasno sagledamo svoje misli i emocije, i da odreaugujemo na način koji će odražavati Njegovu ljubav. To je mir.

Sada izvagajte argumente da biste videli šta vi želite da iskusite – neslogu ili mir?

Šareka Mekfarlin, Grejter Portmor, Sent Ketrin, Jamajka, Zapadnoindijska ostrva

1 Stvaranje – patrijarsi i proroci, str. 35 orig.

DA LI SE LJUBOMORA I ZAVIST ZAISTA ISPLATE?

ISTRAŽIVANJE (2. Mojsijeva 20,17)

ZAKLJUČAK

Jedna od velikih biblijskih priča o zavisti uključuje Davida i Vitsaveju. David je imao gomilu žena. Ali Urija je imao samo Vitsaveju. David se nije na to obazirao, video je Vitsaveju, pozeleo je i udovoljio svojoj želji. Ali, da li se to zaista isplatilo? Davidov čin je doveo do stravičnih greha, čak i do ubistva. Biblija ne kaže eksplicitno da li je David bio ljubomoran na Uriju, ali on je želeo nekoga ko je, na osnovu braka, pripadao nekom drugom. To je sigurno bilo posledica ljubomore i zavisti, zar ne?

Kada nešto činimo iz ljubomore, ne dobijamo mnogo, ali možemo da izgubimo sve, uključujući i svoj položaj pred Bogom. Vernici su pozvani da budu zadovoljni onim što imaju, i da budu zahvalni na onome što im je Bog obezbedio.

RAZMOTRITE

- Isecite iz časopisa fotografije stvari za kojima žudite. To mogu biti materijalne stvari, fotografije ljudi koji imaju uzbudljiv posao ili žive u lepim kućama. Zalepite te slike na pano i razmotrite zašto zavidite ljudima na tim stvarima ili položaju. Zapišite se: *Da li zaista verujem da će Isus zadovoljiti moje najdublje potrebe?*
- Osvrnite se nakratko na vreme kad ste bili ljubomorni na nekoga i kad ste nešto činili iz ljubomore. Šta se dogodilo? Da li je bilo povređenih osećanja? Da li ste morali da popravljate situaciju? Kako je to uticalo na vaš odnos sa Isusom? Šta je bilo sa vašim unutrašnjim mirom i harmonijom sa drugima?
- Razmislite o nekim pesmama koje prikazuju ljubomoru kao nešto dobro. Prodiskutujte o tome sa prijateljem. Da li su autori bili iskreni ili su samo pokušavali da ubede sebe (i vas) da loše ponašanje može imati dobar ishod?
- Koristeći glinu za modeliranje napravite figurice koje predstavljaju ljude koje poznajete. Inscenirajte situaciju u kojoj bi mogla da se javi ljubomora i pokažite kako bi sve moglo da se završi na hrišćanski način.
- Napravite intervju sa nekim o situaciji u kojoj su se on ili ona našli, a koja je uključivala ljubomoru. Postavite pitanje kako je ta osoba izašla na kraj sa tim i šta bi on ili ona mogli da urade drugačije ukoliko bi se ponovo našli u toj situaciji.

POVEŽITE

Elen G. Vajt, *Stvaranje, patrijarsi i proroci*, poglavlje 71, »Davidov greh i pokajanje,« str. 717-726 orig.

Džin Kelner, Kolumbija, Merilend, SAD

Pouka 11

od 5. do 12. marta 2011.



Sloboda od zavisnosti

»Ako vas dakle sin izbavi,
zaista ćete biti izbavljeni«
(Jovan 8,36).

5. mart 2011.

KOG VUKA ĆETE VI HRANITI?

UVOD (1. Korinćanima 6,12)

Su

Jedan postariji deda iz Čiroki plemena bio je uznemiren zbog onoga što je video da se dešava sa njegovim unukom. Izgledalo je da svet odvlači dečaka od svega čemu je bio naučen. Deda se borio sa ovom mišlju. Danima je razmišljao šta da kaže svom voljenom unuku što bi ostavilo utisak za ceo život i odvučlo ga od zla koje samo što nije počeo da sledi.

Konačno, reči su došle. Dok je sedeo pored vatre, uputio je dug značajan pogled prema svom unuku. »U meni se odigrava jedna borba«, rekao je deda. »To je užasna borba i odvija se između dva vuka. Jedan vuk predstavlja strah, gnev, zavist, tugu, žaljenje, pohlepu, drskost, samosažaljenje, krivicu, uvređenost, inferiornost, laži, lažni ponos, nadmetanje, superiornost i ego.«

»Kakav je drugi vuk, deda,« pitao je unuk.

»Drugi vuk simbolizuje radost, mir, ljubav, nadu, zajedništvo, vedrinu, poniznost, ljubaznost, prijateljstvo, saosećanje, velikodušnost, istinu, sažaljenje i veru. Ova ista borba se odvija i u tebi i svakom drugom čoveku.«

Unuk je razmišljao o priči koju mu je deda upravo ispričao. Osećao je da se ta dva ista vuka bore unutar njega. Borba je bila duga i iscrpljujuća. Bilo je dana kad je unuk želeo da se preda. Nije bio siguran kakav će biti ishod u njegovom životu. Želeo je da zna i zato je pitao, sa strahom u glasu: »Deda, koji vuk će pobediti?«

»Deda, koji vuk će pobediti?«

Deda je tada shvatio da je postigao svoj cilj, te je jednostavno odgovorio: »Onaj koga hraniš.«

Dedin savet je bio mudar. Vuk koga hranimo u svom životu je onaj koji će nas »progutati«. Jedan prijatelj mi je jednom prilikom rekao da svi mi patimo od zavisnosti, ali neke zavisnosti su prihvatljivije od drugih. Ima mnogo istine u toj tvrdnji. Zašto se narkoman koji samo čeka svoju sledeću »dozu« smatra izgubljenim slučajem, a »kupoholičarka« koja ne može da dočeka da se tržni centar otvori u 10 sati pre podne da bi mogla da dobije svoju dozu šopinga, ne izaziva čak ni prigovor kod većine ljudi.

Ima mnogo vrsta zavisnosti i, kao što ćemo videti u pouci za ovu sedmicu, svi mi patimo od zavisnosti jer smo svi inficirani grehom. Možemo izabrati da hranimo vuka zavisnosti ili vuka slobode od zavisnosti. Kog vuka ćete vi hraniti u svom životu ove sedmice?

Dina Bartel – Vagner, Spenserport, Njujork, SAD

Definicija zavisnosti (Rimljanima 7,14-18)

Reč *zavisnost* je postala politički korektan izraz da se opiše greh. To ne znači da zavisnost nije stvarna. Ali sam izraz i osećanja koja on izaziva, po mišljenju ovog autora, vode društvenom prihvatanju zla. Alkoholizam je, na primer, od »nečeg neprihvatljivog« postao »bolest« zavisnosti, koja je zapisana u nečijim genima i, prema tome, neizbežna. Mnogi oblici ponašanja sada se smatraju nepoželjnim, ali prihvatljivim, zbog genetske predispozicije koju neki ljudi imaju prema njima.

Jednostavno rečeno, mi smo svi zavisnici – zavisni smo od greha.

Tako mi postajemo sve bolji stručnjaci za pronalaženje načina da opravdamo ponašanje koje Bog ne odobrava i zabranjuje.

Čak i termin »zavisnost« je evoluirao. Ne tako davno, do 2003. godine, bio je definisan

kao »uporno, kompulzivno korišćenje supstance poznate korisniku kao štetne.«¹ Međutim, danas zavisnost nije više ograničena na korišćenje neke supstance. Mnogi su, na primer, zavisni od pornografije i seksa. Ovo bi se moglo bolje opisati kao ponašanje nego kao supstanca. Pojam zavisnosti nije samo ograničen na nešto na šta osoba pristaje, iako zna da je štetno. Nikotin je supstanca za koju se sada zna da je štetna i da stvara tešku zavisnost. Ipak, decenijama, određene industrije poriču da duvan stvara zavisnost i milioni puše nesvesni ove opasnosti. Njihova neinformisanost ne čini ih ništa manje zavisnim. Mogli bismo, stoga, preciznije da definišemo zavisnost kao »uporno, kompulzivno, destruktivno ponašanje.«

Svi su zavisni (Rimljanima 7,19,20)

Tekstovi koji su navedeni na samom početku ovog članka, daju nam primere ponašanja i emocija od kojih je moguće postati zavisni. Oni variraju od pijenja alkohola do požude i neverstva kao njene posledice, od ljubavi prema novcu i spoljašnjem ukrašavanju do lenjosti. Evoluiranje definicije unutar jedne kulture ne menja realnost zavisnosti, ali je, u mnogim slučajevima, jednostavno institucionalizuje kao društveno prihvatljivu pojavu.

Zavisnost počinje od malih stvari, od semena koje dovodi do dubokog emotivnog ranjavanja. Mlada osoba uzima gutljaj piva iz konzerve koju je ostavio stariji rođak, ili dete naleti na pornografiju na Internetu, ili gleda TV program koji kao da glorifikuje voajerstvo. Popuštanje ovakvom ponašanju i ovakvim emocijama, iako ih Bog osuđuje, u određenom trenutku stvara zavisnost.

Pavle jasno opisuje sposobnost greha da izazove zavisnost: »Odlučim da činim dobro, ali, u stvari, to ne činim; odlučim da ne činim zlo, ali onda ipak to učinim. Moje odluke, takve kakve su, ne sprovode se u delo. Nešto je pošlo naopako duboko u meni i svaki put uspeva da nadvlada onaj bolji deo mene« (Rimljanima 7,19,20, *The Message*).

Jednostavno rečeno, mi smo svi zavisnici, zavisni smo od greha – od navike da, u svom srcu, uzdižemo sebe na Božji tron. Da, svako greši i gubi

1 Meriam-Webster's Collegiate Dictionary, 11. ed.

Božju slavu (Rimljanima 3,23). Pavle se borio sa zavisnošću. Neki kažu da ju je on redefinisao i prihvatio. U 1. Korinćanima 6,12 on je rekao: »Sve mi je slobodno, ali neću da što oblada mnome.«

Neki su izabrali da se usredsrede na deo »sve mi je slobodno,« i kažu da, ukoliko je neko prihvatio Hrista, nikakvo ponašanje nije grešno. Međutim, Pavle izravno osuđuje seksualni nemoral (bez obzira da li se odvija između parova različitog ili istog pola), kao i one koji tvrde da je to samo prirodna potreba, te da, stoga, nije pitanje morala.¹ U jednoj popularnoj pesmi starije generacije, stav da »ne može biti pogrešno nešto što čini da se osećam tako dobro,«² pokazuje da je isti stav koji Pavle osuđuje prisutan i danas.

Slično tome, alkoholizam nije posebno zabranjen u Deset zapovesti, ali je, bez sumnje, neprihvatljiv zbog saznanja da je naše telo hram Svetog Duha (1. Korinćanima 6,19,20), i da mi u njemu treba da proslavljamo Boga. Pavle je odbio da njime »ovlada« bilo koji oblik ponašanja koji bi oduzeo slavu njegovom Spasitelju.

Petar objašnjava zašto su takvi oblici ponašanja opasni. Čitajte 2. Petrovu 2, 17-19. Bilo šta što nas drži u ropstvu i zarobljeništvu, kontroliše nas u svojoj sopstvenu pre nego u našu korist. Snaga zavisnosti je, stoga, u tome, što bivamo kontrolisani od bilo koje sile koja upravlja ponašanjem.

Ima nade (Rimljanima 7,24,25; 1. Jovanova 1,9)

Dobra vest je da svaka vladajuća sila može biti nadvladana. Pavle pripisuje ovu pobedu Isusu. Ona uključuje prepoznavanje da je neko ponašanje grešno i da se mora napustiti. Taj korak je početak putovanja koje vodi do pobeде. Prva Jovanova 1,9 daje nam nadu da naši gresi mogu biti oprošteni, i da naša nepravednost – to naše uporno, kompulzivno ponašanje – može biti očišćeno.

Evangelisti izveštavaju da su ljudi koji su godinama pokušavali da ostave pušenje, pijenje ili drogiranje, ostvarili pobedu u roku od pet minuta kada su predali svoje navike Isusu u molitvi. To se ne dešava uvek na taj način, ali to ipak znači da Bog ima vlast nad zavisnošću i da je spreman da daruje tu silu onima koji je iskreno traže. Božji krajnji cilj sa svakim od nas je da ponovo uspostavimo svoj odnos sa Njim i sa drugim ljudima. Stoga On koristi najpogodnije metode da bi to postigao. Za veliki broj oporavljenih zavisnika, jedan od tih metoda je program »12 koraka.«

ODGOVORITE

1. Koje zavisnosti su se razvile u vašem životu pre nego što ste shvatili da one imaju toliku moć nad vama?
2. Ko bi bio u stanju da zaustavi razvijanje takvih zavisnosti u vašem životu?
3. U kojim biste slučajevima zavisnosti mogli da pomognete nekom drugom da ih se reši? Kako?
4. Kako potreba da se uvek bude zauzet onim što zovemo »koristan rad« može postati zavisnost?

Geri Vagner, Spenserport, Njujork, SAD

1 Lawrence O. Richards, *The Bible Readers Companion*, electronic ed. (Wheaton, Ill.:Victor Books, 1991; objavljeno u elektronskoj formi od strane Logos Research Systems, 1996), str. 762.

2 »You Light Up My Life« by Debbie Boone.

NAŠA JEDINA SNAGA

SVEDOČANSTVO (Matej 17,14-20)

»Svi su lično izloženi iskušenjima koja je Hristos nadvladao, ali im je obezbeđena snaga u svemoćnom imenu velikog Pobjednika.«¹

»Neka niko ne misli da može da pobedi bez Božje pomoći. Vi morate imati energiju, snagu, silu unutrašnjeg života koji je razvijen u vama. Tada ćete doneti rod pobožnosti i osetićete snažnu odbojnost prema poroku.

»Božji Duh će odgovoriti na vapaj svakog pokajničkog srca.«

Treba neprestano da se trudite da se udaljite od svega ovozemaljskog, od jeftinih razgovora, od svega senzualnog, i da težite plemenitosti duše i čistom, besprekornom karakteru.«²

»Mnogi su na mestu iskušenja prepušteni sami sebi, zbog toga što nisu uvek imali Gospoda pred očima. Kada dozvolimo da se naša zajednica sa Bogom prekine, naša odbrana prestaje. Svi vaši dobri ciljevi i dobre namere neće vas osposobiti da se oduprete zlu. Vi morate biti ljudi i žene molitve. Vaše molitve ne smeju da budu slabe, povremene, nestalne, već ozbiljne, istrajne i stalne. Nije uvek potrebno da kleknete na kolena da biste se molili. Gajite naviku da razgovarate sa Spasiteljem kada ste sami, kada šetate ili kada ste zauzeti svojim svakodnevnim poslom. Neka se srce stalno uzdiže u tihoj molitvi za pomoć, svetlost, snagu i mudrost. Neka svaki udisaj bude molitva.«³

»Božji Duh će odgovoriti na vapaj svakog pokajničkog srca; jer pokajanje je Božji dar i dokaz da Hristos privlači dušu sebi. Ne možemo se ništa više pokajati za greh bez Hrista nego što nam može biti oprošteno bez Hrista, a ipak čovek sa ljudskim strastima i ponosom smatra poniženjem da ode pravo Isusu, verujući i uzdajući se u Njega za sve što mu je potrebno.«⁴

»Jedina vera koja će nam koristiti je ona koja Ga prihvata kao ličnog Spasitelja; koja usvaja Njegove zasluge kao svoje. Mnogi drže da je vera određeno mišljenje. Spasonosna vera je sporazum kojim se oni koji prime Hrista sami pridružuju zavetnom odnosu sa Bogom. Prava vera je život. Živa vera znači povećanje životne snage, potpuno poverenje pomoću koga duša postaje pobedonosna sila.«⁵

Džordan Vagner, Koledždej, Tenesi, SAD

1 My Life Today, str. 317.

2 Medical Ministry, str. 144.

3 U potrazi za boljim životom, str. 318, 319.

4 Selected Messages, knjiga 1, str. 381.

5 Čeznja vekova, str. 290.

KORACI KA SLOBODI

DOKAZ (Jovan 3,36; Psalam 139,23.24)

Kod mnogih oblika zavisnosti, posebno kod onih koji podrazumevaju zloupotrebu određenih supstanci, fiziološka zavisnost koja se stvara savlađuje otpor snage volje. Ovo posebno važi za nedozvoljene droge, ali postoje i mnogi drugi načini da se razvije fiziološka zavisnost. Stav društva varira zavisno od vrste supstance. Zavisnost od kofeina je odličan primer nečega što se u nekim profesijama ohrabruje kao očekivani deo poslovne kulture.

Za mnoge ljude, zavisnost je rezultat određenih obrazaca ponašanja, pre nego zloupotrebe supstanci. Kockanje je jedan primer, ali postoji širok spektar navika koje takođe vode ka zavisnosti. Upotreba Interneta, video igrice, seks, pornografija, šoping, pa čak i rad, prepoznaju se kao zavisnosti. Između zloupotrebe supstanci i navike, za svakoga postoji mnoštvo mogućnosti da oboli od nekog oblika zavisnosti.

Etiketa zavisničkog ponašanja odvaja žrtvu od celokupne društvene mreže. Stid je lanac koji zarobljava. Toliko mnogo žrtava čezne za snagom da se odupre iskušenju, za lekom protiv njihove slabosti ili bar za priznanjem da je njihova borba stvarna. Oni koji su robovi neke navike naći će utehu i pomoć u onome o čemu govori uvodni stih za ovu sedmicu. Isus nas opisuje kao robove greha, zavisne od navike da se bunimo protiv Boga. Naše lične borbe da postignemo pravednost imaju samo delimičan uspeh, i postoji stalna opasnost od vraćanja na staro. Ali, ako vas »Sin izbavi, zaista ćete biti izbaavljeni« (Jovan 8,36).

Društvo anonimnih alkoholičara osnovala su dva čoveka koja su našla nadu u deljenju svog tereta sa drugim zavisnicima, i u stavljanju svoje navike pod Božju vlast. Njihov program od 12 koraka uključuje priznanje, pokoravanje, svakodnevnu molitvu, oporavak i pomaganje drugima. Danas, preko 2 miliona članova AA (anonimnih alkoholičara) u 180 zemalja, na ovaj način traži pomoć u svojoj borbi, a formula »12 koraka« prihvaćena je i u grupama posvećenim borbi protiv drugih oblika zavisnosti.

Pošto uviđam da je moja volja suviše slaba da pobedi navike koje me vezuju, moram da se molim Davidovom molitvom: »Okušaj me, Bože, i poznaj srce moje, ispitaj me, i poznaj pomisli moje. I vidi jesam li na zlu putu, i vodi me na put večni« (Psalam 139, 23.24). Ne samo danas, već i sutra i prekosutra. I u svakom narednom danu, sve dok me Sin konačno ne oslobodi.

ODGOVORITE

1. Koje od vaših navika bi Bog smatrao uvredljivim?
2. Pronađite na Guglu jedan od programa »12 koraka« koji su proizašli iz Anonimnih alkoholičara. Koji bi od ovih koraka za vas bio najteži i zašto?

Stiven Dž. Dovič, Endover, Masačusets, SAD

VI TO MOŽETE!... UZ NJEGOVU POMOĆ

PRIMENA (Marko 10,27)

Koraci koje mnogi koriste da bi pobedili zavisnost od alkohola i droge iznenađujuće su dobar lek protiv bilo koje navike zavisnosti koja možda truje naš duhovni život, lični napredak ili naše odnose sa drugima.¹

Često moramo da tražimo da želimo da se odrekemo svojih starih navika.

Ne možemo sami pobediti zavisnost. Ovo je prva stvar koju treba da shvatimo. Jedino nam Bog može dati snagu da se otrgnemo iz začaranog kruga koji smo stvorili. Treba da Mu prepustimo kontrolu nad svakim aspektom svog života. Svima nam je poznata tenzija između onoga što bi trebalo i onoga što želimo da radimo. Ako dozvolimo Bogu da bira naš put, živećemo ispunjenijim životom.

Važno je da priznamo svoje grehe. Molite se Bogu da vam otkrije vaše nesavršenosti, a onda ih priznajte i pokajte se. Biće možda potrebno da ih priznate i drugim ljudima, kao i Bogu.

Moramo biti spremni da to napustimo. To nije lako, zato što su zavisnosti nešto za čim posežemo kada nam je teško, dosadno ili kada smo pod stresom. U Marku 10,21 Isus kaže bogatom mladiću da proda svu svoju imovinu kako bi stekao večni život. Bogatstvo nije obavezno jedina stvar koja nas zadržava od potpunog predanja Bogu. Bilo šta čemu smo privrženi, što nas navodi da biramo svoje želje umesto Njegovih, štetno je za naš odnos sa Njim. Često moramo da tražimo da želimo da se odrekemo svojih starih navika.

Krenite napred uzdajući se u Njega. Vi to možete ukoliko ste spremni da budete u potpunosti Njegovi. Bog od početka zna kraj. Koliko god mi racionalizovali svoje želje i navike, mi ne znamo čemu nas one vode. Njegov put je uvek najbolji put. Mnogi ljudi znaju priču o bogatom mladom knezu i pozivu koji mu je upućen da se žrtvuje za Gospoda. Ali ono što bi moglo da vas iznenadi, to je da jedan drugi, isto tako poznati tekst, predstavlja zaključak ove priče. Govoreći o borbi da se odrekemo svojih želja radi Boga, Isus obećava: »Ljudima je nemoguće, ali nije Bogu: jer je sve moguće Bogu« (Marko 10,27).

Predajte svoju volju Bogu svakog dana. On ne očekuje da mi sami sebe očistimo. On je jedini koji poseduje silu da pobedi zavisnosti.

ODGOVORITE

1. Pročitajte Marko 10,21. Pre nego što je Isus rekao mladiću da treba da se promeni, Biblija kaže da ga je On »zavoleo.« Šta to znači za vas dok postajete svesni mana u svom sopstvenom životu i u životu drugih?
2. Koje stvari su postale vaša navika?
3. Gde se nalazite na putu odustajanja od svojih zavisnosti?

Keri Parkipajl, Citrus Hajts, Kalifornija, SAD

1 Rezimirano iz 'Alcoholics Anonymous' »Big Book«

RAVNOTEŽA U SVAKODNEVNOM ŽIVOTU

MIŠLJENJE (1. Petrova 4,1-11)

Bolesti zavisnosti obuzimaju život miliona ljudi po celom svetu. Ljudi mogu da razviju zavisnost od alkohola, droge, pornografije, seksa, novca i rada – da navedemo samo neke. Evo nekih zavisnosti koje nas često čine zadovoljnim sobom:

Sport/vežbanje. Možete to videti na naslovnim stranama časopisa, na televiziji, u prodavnici, u teretani. Ljudi čeznu za tim posle dugog dana provedenog na poslu ili u učenju, ili posle pada na ispitu. Zabavno je. Dobro je za vas. Zato ne prestajte s tim. Vežbanje može postati, a da toga nismo ni svesni, nešto što ublažava bol ili olakšava usamljenost, dok sport može da nas učini zadovoljnim sobom a možda čak i da nas učini herojima.

Internet. Mnogi domovi koje sam posetio imaju kompjuter u svakoj sobi. Gosti se podstiču da surfuju Internetom kako bi se zabavili umesto da razgovaraju sa svojim domaćinima. Kada stignemo kući, sedamo za svoj kompjuter da bismo kupili stvari, snimili muziku, preuzeli slike ili preuredili svoj profil na Fejsbuku. Pre nego što primetimo, sati prolete i kućni poslovi ostanu nezavršeni.

Hrana. Prejedaње i loš izbor hrane ugrožavaju ljudsko zdravlje u mnogim zemljama. Knjižare su pune raznih kuvara, reklame bombarduju naša čula ukusnim zalogajima i mnogi od nas popunjavaju svoje frižidere kao da nam preti smak sveta. Teško je da ne jedemo sve vreme kad nam se hrana nameće na tako mnogo mesta.

Zavisnosti mogu da se uvuku u naš život, a da mi toga ne budemo ni svesni. Privremeno, one čine da se osećamo bolje u svojoj koži pogotovu ako nam nešto u životu nedostaje. Prva Petrova 4,1-11 usredsređuje se na življenje za Boga. On je taj koji će nam pomoći da uspostavimo ravnotežu da bismo potpunije uživali u životu i proslavljali Ga.

Postoji rešenje za one koji se bore sa zavisnošću. Sila molitve, povezanost sa Bogom putem Pisma, i pronalaženje osobe od poverenja kojoj ćete se poveriti, može vas osloboditi zavisnosti.

ODGOVORITE

1. Sa kojim se još oblicima zavisnosti borite i vi i ostali iz vašeg okruženja?
2. Kako biste opisali proces prevazilaženja zavisnosti?
3. Kako biste mogli da ohrabrite nekog drugog da prevaziđe neku zavisnost?

Ešli Trekartin, Loma Linda, Kalifornija, SAD

Pe OVO JE PITANJE ŽIVOTA ILI SMRTI. UPRAVO SADA!

ISTRAŽIVANJE (2. Mojsijeva 20,3)

ZAKLJUČAK

Do zavisnosti dolazi kada strategije koje preduzimamo da bi život funkcionisao pod našim uslovima preuzmu kontrolu nad nama. Koren svih zavisnosti učvršćuje se kad zaboravimo na prvu od Božjih Deset zapovesti – kada na najviše mesto u svom životu postavimo sebe umesto zdravog, rastućeg odnosa sa Bogom. Tada u našem srcu raste emotivni kancer koji guši i ubija sve ono zdravo što se tu nalazilo. Pravi zavisnici su nemoćni da zaustave njegovo napredovanje. To postaje pitanje života i smrti. Potrebna je radikalna, bolna »operacija« da bi se zaustavila ova bolest koja uništava život, posle čega počinje dug period oporavka.

RAZMOTRITE

- Nađite kopiju knjige o umetnosti u koncentracionim logorima (The Living Witness: Art in the Concentration Camps and Ghettos by Mary S. Costanza). Reprodukcije radova sadržanih u ovoj knjizi svedoče o užasima i o tami kakvu doživljavaju pravi zavisnici. Istražite svoje srce praveći crteže ugljenom ili crno-bele fotografije.
- Slušajte pažljivo album »The Altar and the Door« od grupe Casting Crowns. Pesme: »Every Man,« »Slow Fade,« »The Altar and the Door,« i »Somewhere in the Middle« odnose se na zavisnike. Pesme: »What This World Needs,« »East to West,« »The Word Is Alive« i »All Because of Jesus« bave se rešenjem za problem zavisnosti.
- Pronađite na Youtube portalu muzički komad pod nazivom »Everything.« Izvedite komad tri puta. Prvi put, igrajte ulogu đavola. Drugi put, zamislite sebe kao ženu. Konačno, stavite se u ulogu Isusa. Kad to učinite usredsredite se na Njegovo osećanje čežnje i ljubavi prema vama. Ovaj komad se može naći na: <http://www.youtube.com/watch?v=cyheJ480LYA>
- Pronađite oporavljenog zavisnika koji je nedavno završio program »12 koraka« i koji je sada »sponzor« ili »mentor« drugom zavisniku koji je na početku programa. Postavite mu pitanje kako je njegov život donedavno izgledao kad je »dotakao dno« i započeo program oporavka. Pitajte ga kako se njegov stav zavisnika menjao tokom oporavka. Saznajite koji je bio najveći blagoslov koji je primio.
- Preispitajte svoj život odgovarajući na ova pitanja: Kako reagujete kada vam se dešavaju loše stvari koje ne možete da kontrolišete? Ili kad se vaš život odvija onako kako vi želite? Koliko je napora s vaše strane potrebno da biste održali takvo stanje u svom životu? Šta činite da biste se osećali bolje kada doživljavate emotivni bol ili stres u odnosima sa ljudima ili na poslu? Koliko često pribegavate tome? Da li primećujete da to činite sve češće? Da li vas to kontroliše?

POVEŽITE

J. Keith Miller, *A Hunger for Healing: The Twelve Steps as a Classic Model for Christian Spiritual Growth*; Lawrence J. Crabb, *Inside Out and Shattered Dreams: God's Unexpected Pathway to Joy*.

Džil Bansen, Oburn, Vašington, SAD

Pouka 12

od 12. do 18. marta 2011.



Priroda kao izvor zdravlja

»Nebesa kazuju slavu Božju,
i dela ruku njegovih glasi svod nebeski.
Dan danu dokazuje, i noć noći javlja«
(Psalam 19,1.2).

MOJE USAMLJENO MESTOUVOD (*Matej 6,25-27*)

»Tata se neće vratiti. Umro je.« Moj svet je iznenada postao hladan i prazan kao neki mračni grad – pun ljudi, ali lišen života. Ko je mogao da zna šta je za mene značilo to što sam izgubio svog heroja? Zato sam pobegao od hladnih sivih zgrada, od automobila i sirena koje nisu mogle da učutkaju moje jecaje. Pobegao sam iz sveta u kome nema utehe za slomljeno srce.

Pošto sam se oslobodio tame ljudskih tvorevina, sunčeva svetlost je ogrejala moje slomljeno srce koje je krvarilo. Napustivši asfalt, zakoračio sam u svet isceljujućeg zelenila. Na svakom koraku, vlati trave milovale su moju dušu. Pisma poljske ševe pružala se iz njenih svetlih smeđih grudi da bi još malo uzdigla moje srce. Propinjao sam se prema suncu kao poljsko cveće svetlih boja koje me je podsećalo na radost. Kikotavi potok je govorio o veselju koje će se ponovo vratiti dok su njegovi hladni talasići preko mojih

**Našao sam da su mi, usred
žalosti, dela Njegovog
stvaranja govorila o
isceljenju i ljubavi.**

tabana odnosili još jedan delić moje tuge. Meko zeleno lišće otrlo mi je suze. Vetar u drveću šaputao je: »Mir.«

Na ovom mestu mira i osame, isceljenja i ljubavi, proveo sam sate, dane i mesece tokom sledeće tri godine, plačući, jecajući, moleći se, postavljajući pitanja, čitajući i, konačno, shvatajući da je Božje srce slomljeno isto kao i moje; učeći da je Njegov plan bio da sva stvorenja žive u miru i harmoniji; da u svakom gubitku zbog koga tugujemo, On tuguje zajedno sa nama. Našao sam da su mi, usred žalosti, dela Njegovog stvaranja govorila o isceljenju i ljubavi, o Bogu koji nas nikada ne napušta.

U godinama koje su prošle posle tog groznog jutra kad sam saznao za smrt svog oca, doživljavao sam Boga i Njegovu ljubav na različite načine. Stajao sam na planinskim vrhovima gledajući dole na svet, ponizan pred spoznajom koliko sam zaista mali. Posmatrao sam veličanstvene životinje koje tumaraju ravnica Južne Afrike. Sprijateljio sam se sa ljudima koji me zaista razumeju. Prošao sam kroz mnoge uspone i padove u životu, ali uvek ću se sećati da je onda, kada je izgledalo da su i sami temelji života uzdrmani, Bog bio tu, u prirodi, i čeznuo da obnovi, zaleći i isceli sve koji Ga traže. Uvek ću se sećati da mi je On govorio o svojoj ljubavi na tom mestu isceljenja, mom mestu osame.

Da Bog učini da i vi budete zaista blagosloveni dok budete proučavali pouku za ovu sedmicu o prirodi kao izvoru zdravlja.

Vilijam Helbli, Berijen Springs, Mičigen, SAD

DNEVNA DOZA PRIRODEDOKAZ (*Rimljanima 1,20*)

Može li priroda da ima isceljujuće dejstvo na ljude sa emotivnim problemima? U drugoj polovini osamdesetih godina, sprovedeno je empirijsko istraživanje da bi se proverila hipoteza koja je predviđala takvu mogućnost.¹ Istraživači Dženifer Dejvis - Berman i Den Berman proučavali su grupu od dvadeset troje problematičnih adolescenata koji su učestvovali u seriji od četiri izleta u divljinu kao sastavnom delu svakodnevne terapije. Studija je bila usmerena na otkrivanje promena u samokontroli, ponašanju, efikasnosti i samopoštovanju. Bermanovi su otkrili da su ovi tinejdžeri pokazali značajan napredak u proučavanim sposobnostima.

Razlog koji je doveo do takve promene nije bio obuhvaćen ovom studijom. Međutim mi, kao hrišćani, znamo da je Bog koji je stvorio prirodu utisnuo u nju sliku svog karaktera da bismo mogli da je nađemo. Pavle govori o snazi kojom priroda svedoči u prilog Bogu: »Jer što se na njemu ne može videti, od postanja sveta moglo se poznati i videti na stvorenjima, i njegova večna sila i božanstvo, da nemaju izgovora« (Rimljanima 1,20). Čak i oni koji nemaju znanja o Bogu, mogu da Mu se približe i da pronađu isceljenje u dodiru sa Njegovim stvorenjima.

Studija Bermanovih, u najužem smislu, pokazuje da vreme provedeno u divljini može biti korisno, u terapeutskom pogledu, za tinejdžere sa emotivnim problemima. Vreme provedeno u Božjem svetu prirode korisno je ne samo za problematične tinejdžere, već za svakoga ko se nalazi pod teretom života. Svima nam je potrebno da odvojimo vreme kako bismo se povezali sa Bogom kroz prirodu. Vreme provedeno u prirodi donosi mir i isceljenje koje je često teško pronaći usred svakodnevne buke života. Iako medicinske intervencije ponekad mogu biti neophodne, priroda sama po sebi obezbeđuje dragocen mir i podsećanje na Božju brigu i staranje za nas.

Prva knjiga Mojsijeva iznosi iskustvo koje su Adam i Eva imali u vrtu koji je Bog stvorio za njih. Ne samo da je Bog stvorio savršeno prirodno prebivalište za njih, već ih je blagoslovio i svojim prisustvom. Čak i posle pada u greh, priroda nam još uvek govori o Stvoritelju. Možemo se, isto tako, radovati i vremenu kada će priroda biti obnovljena i vraćena u svoje bezgrešno stanje. Tada ćemo ponovo biti u mogućnosti da govorimo sa Bogom licem k licu.

ODGOVORITE

1. Kako povlačenje u prirodu može biti korisno, u duhovnom smislu, za grupe ili pojedince?
2. U kakvom su odnosu emotivno i duhovno zdravlje?

Kristi Jangling, Flečer, Severna Karolina, SAD

1 Jennifer Davis – Berman and Dene S. Berman, »The wilderness therapy program: An empirical study of its effects with adolescents in an outpatient setting,« Journal of Contemporary Psychotherapy, 19:4, Dec. 1989, pp. 271-281.

Početak (1. Mojsijeva 1,27-2,25)

Biblija počinje stvaranjem novog sveta od strane beskrajno mudrog i moćnog Boga. Prvo, u vrtlogu akcije, On stvara nebo i more. Zatim, iz novostvorenog tla niče drveće i bilje. Nebo biva osvetljeno pojavom sunca i meseca. Sledeće, voda i nebo doživljavaju eksploziju aktivnosti riba i ptica. Vazduh se ispunjava glasovima životinja i insekata. Konačno, nakon svega ovog, Bog stvara muškarca i ženu. Možda su anđeli koji su posmatrali ovo kreativno komešanje mogli da pomisle da stvaranje ljudi i nije baš neki vrhunac, ali promašili bi poentu. Muškarac i žena stvoreni su po Božjem liku i svet je stvoren posebno za njih. Oni su se bez stida povezali u intimnu zajednicu i konačno je Bog proglasio da je Njegovo delo stvaranja »veoma dobro.«

Bog je obezbedio zdravu sredinu sa voćem koje je bilo dobro za jelo. On je pozvao čoveka i ženu da rade u vrtu u kome su bili blagosloveni i okruženi lepotom. Bog je još stavio i zlato i drago kamenje u zemljište pored reka koje su navodnjavale predeo. On je blagoslovio muškarca i ženu zajednicom. Završni kreativni čin Vrhunskog Umetnika bio je stvaranje i odvajanje za ljude celog jednog dana svake sedmice, da bi se odmorili i družili sa Njim na poseban način. On je za njih stvorio mesto koje je predstavljalo idealno fizičko, mentalno, duhovno i društveno okruženje.

Bolest (1. Mojsijeva 3)

Treće poglavlje 1. Mojsijeve kaže nam zašto ovo zdravo, okrepljujuće okruženje nije potrajalo. Savršeno delo stvaranja bilo je inficirano grehom, što je dovelo do promene u prirodi i u čovekovom odnosu prema prirodi. Kada je stid ušao u svet, Adam i Eva su pokušali da se pokriju smokvinim lišćem (stih

7). Rad koji je nekad donosio radost, sada je postao mukotrpan (stih 17). Priroda je počela da se menja. Tamo gde je nekad sve bilo dobro, počelo je da raste trnje i čkalj (stih 18). Božje stvaralačko delo nije više bilo savršeno zdravo za ljude. Sada je priroda mogla da povredi i ljudi su mogli da umru (stih 19). Odnos pun ljubavi između Adama i Eve pretvorio se u borbu za vlast. Osim toga, nisu više mogli da komuniciraju sa Bogom licem k licu. Uprkos tim turobnim zbivanjima, Bog je predvideo lek (stih 15). On sam će postati melem za isceljenje.

**Uprkos zloćudnom
napredovanju greha, u
prirodi još uvek možemo
da vidimo naznake
izgubljenog raja.**

Lek (Matej 4,23.24)

Hiljadama godina kasnije, rođeno je jedno dete. Njegovo ime je bilo *Emanuil*, što znači »Bog s nama« (Matej 1,21-23). Prvi put nakon pada u greh, ljudi su ponovo mogli da govore sa Bogom licem k licu. Ime *Isus* znači »Gospod je spas.« Isus je došao da spase svoj narod od njihovih greha.

Uobičajena grčka reč za *izbaviti* koja se nalazi u Mateju 1,21, ne koristi se samo za večno spasenje (Jovan 3,17) već isto tako i za fizičko izlječenje (Matej 9,21.22), mentalno i duhovno isceljenje (Luka 8,36), pa čak i za vaskrsenje iz mrtvih (Luka 8,50). Sveobuhvatnost Njegove službe vidi se u tekstu u Mateju 4,23.24, koji govori o Isusu koji poučava u sinagogi, propoveda jevanđelje o carstvu i leči ljude od svake vrste bolesti, uključujući opsednutost, epilepsiju i paralizu.

Isus nam je pokazao pravu prirodu Boga onako kako niko drugi ne bi mogao (Jovan 14,9). Konačno, On će svima pokazati Božju ljubav tako što će žrtvovati sebe da bismo mi mogli da živimo (1. Petrova 2,24).

Oporavak (Rimljanima 1,20)

Prošlo je skoro dve hiljade godina otkad se Isus vratio na nebo. Ljudi su ponovo ostali bez mogućnosti da razgovaraju sa Bogom licem k licu. Ipak, uprkos zloćudnom napredovanju greha, u prirodi još uvek možemo da vidimo naznake izgubljenog raja i ljubavi Onoga koji je stvorio taj raj za nas. U svojoj isceliteljskoj misiji na Zemlji, Isus nas podseća da priroda i dalje otkriva Božji karakter. On je često iznosio učenja o Bogu kroz primere iz prirode. Na primer, koristio je ptice i cveće da bi nas učio poverenju u ljubav i staranje našeg nebeskog Oca (Matej 6,25-34).

Psalam 19,1.2 kaže: »Nebesa kazuju slavu Božju i dela ruku njegovih glasi svod nebeski. Dan danu dokazuje i noć noći javlja.« Posmatrajući prirodu, možemo isto tako učiti i o Božjoj pravednosti i Njegovoj vernosti (Psalam 50,6; 89,1-5). Pavle kaže: »Jer što se na njemu ne može videti, od postanja sveta moglo se poznati i videti na stvorenjima, i njegova večna sila i božanstvo« (Rimljanima 1,20).

Ono što je Bog zamislio za Adama i Evu tokom stvaranja – dobra hrana, fizički rad, čista voda, sunčeva svetlost, svež vazduh i odmor – još uvek je dobro i za nas danas. Osim toga, odnos poverenja prema Bogu značajno doprinosi lečenju mnogih naših fizičkih, mentalnih, duhovnih i društvenih problema.

Kraj (Otkrivenje 21; 22)

Na kraju vremena, Biblija opisuje novi početak koristeći slike prirode i isceljenja. Ona obećava vreme duhovnog i emotivnog isceljenja (Otkrivenje 21,3.4) i grad nevidene lepote izgrađen od zlata i dragog kamenja (Otkrivenje 21,18-21). Isto kao u početku, Nova Zemlja će imati reku i drvo. Samo što će sada to biti reka vode života i drvo života sa raznovrsnim plodovima. Slikajući nešto što ćemo verovatno tek tada potpuno razumeti, Jovan kaže da će lišće drveta biti »za isceljivanje narodima« (Otkrivenje 22,1.2). Više neće biti prokletstva zbog greha i ljudi će ponovo biti u mogućnosti da razgovaraju sa Bogom licem k licu (Otkrivenje 22,4).

ODGOVORITE

1. Koje ste lekcije o Bogu naučili iz prirode?
2. Šta Isusova dela otkrivaju o Božjoj prirodi?

Stiven Giz, Flečer, Nort Kerolajna, SAD

»OSLUŠKIVATI PULS MIRA«

SVEDOČANSTVO (3. Jovanova 2-4)

»Iz dana u dan, iz sata u sat, od trenutka do trenutka, Bog nas preko prirodnih sredstava održava u životu, izgrađuje i obnavlja. Kad neki deo tela pretrpi povredu, postupak isceljivanja odmah otpočine; prirodna sredstva počinju svoj rad na obnovi zdravlja. Međutim, sila koja deluje preko ovih sredstava je Božja sila. Sve životodavne sile potiču od Njega...

Reči izgovorene Izrailju i danas su istinite za one koji obnavljaju zdravlje tela ili duše. 'Jer sam ja Gospod, lekar tvoj' (2. Mojsijeva 15,26). Božja želja za svako ljudsko biće izražena je rečima: 'Ljubazni, molim se Bogu da ti u svemu bude dobro, i da budeš zdrav, kao što je tvojoj duši dobro' (3. Jovanova 2).«¹

»Svako dete može steći znanje kao što ga je Isus stekao. Dok pokušavam da se upoznamo s našim nebeskim Ocem pomoću Njegove Reči, anđeli će nam se približiti, naš um ojačati, naš karakter uzdići i oplemeniti. Postaćemo sličniji Spasitelju. Dok posmatramo ono lepo i veličanstveno u prirodi, naša osećanja

»Dok posmatramo ono lepo i veličanstveno u prirodi, naša osećanja usmeriće se ka Bogu.«

usmeriće se ka Bogu. Dok je duh ispunjen divljenjem, duša se okrepljuje dodirom sa Beskonačnim preko Njegovih dela.«²

»I reče im: dođite vi sami nasamo i počinite malo. Hristos je pun nežnosti i saosećanja prema svima koji su u Njegovoj službi. Želeo je da pokaže svojim učenicima

da Bog ne zahteva žrtvu, već milost. Svim srcem su radili za narod, a to je iscrpljivalo njihovu telesnu i umnu snagu. Njihova dužnost je bila da se odmore.

Videći uspeh u svom radu, učenici su bili u opasnosti da to pripišu sebi, da gaje duhovni ponos i tako pokleknu pod sotoninim iskušenjima. Pred njima se nalazio veliki posao, pa su pre svega morali naučiti da njihova sila nije u njima samima, već u Bogu. Kao i Mojsije u Sinajskoj pustinji, kao i David na judejskim brežuljcima ili Ilija kod potoka Horata, učenicima je bilo potrebno da se odvoje od prizora svoje stalne delatnosti i budu u zajednici s Hristom, prirodom i svojim srcima.«³

ODGOVORITE

1. Na koji način je vaša duša bila nadahnutna ili isceljena prirodom?
2. Koje korake možete preduzeti da biste našli isceljenje i obnovljenje u delima Božjeg stvaranja?

Marla Keler, Boiz, Ajdaho, SAD

1 U potrazi za boljim životom, str. 58.

2 Čeznja vekova, str. 44.

3 Isto, str. 304.

OBNOVITE ŽIVOTNU SNAGU U PRIRODI

PRIMENA (1. Mojsijeva 2,4-9.15.19; Psalam 19,1-4)

Bog je ukrasio Edemski vrt svojim sopstvenim rukama, ispunivši ga rastinjem i divljim životom. Naši praroditelji su imali sve što su ikad mogli da sanjaju da će im zatrebati ili da će poželeti. Međutim, svet u kome se mi nalazimo zastrašen je grehom i opustošen našim sopstvenim tvorevinama. I pored toga, »među deset hiljada predmeta u prirodi, od hrasta u šumi do ljubičice koja cveta u njegovom podnožju, vidi se ljubav koja obnavlja. Priroda nam još uvek govori o Božjoj dobroti.«¹ Da, Bog otkriva sebe kroz prirodu koja još uvek postoji i mi možemo pronaći mir i osećaj blagostanja kada smo njome okruženi. Da bismo izrekli najveću korist iz toga, potrebno je da svesno unesemo prirodu u svoj život.

Potrebno je da svesno unesemo prirodu u svoj život.

Nađite duhovno utočište negde napolju.

Nađite usamljeno mesto (npr. tihi park, izletišta ili rekreativni centar). Zapazite svaku životinju, pticu, insekta, drvo i cvet koji se vidi. Razmišljajte o svemu što ste primetili. Pročitajte kratak odlomak iz Svetog pisma i zapitajte se šta vam Bog govori kroz te stihove. Psalmi su naročito dobri za to. Molite se. Zatim sedite u tišini, osluškajući Božji glas. Konačno, napišite ili nacrtajte svoj odgovor Bogu na osnovu iskustva koje ste doživeli.

Ako živite na selu ili u predgrađu, zasadijte baštu. Zadovoljstvo je posmatrati kako to što ste posadili izrasta u nešto prelepo i živopisno. Zamislite da korov koji čupate predstavlja vaše terete i da ih se vi na taj način oslobađate. Potražite insekte koji prave svoj dom u parčetu zemlje i posmatrajte ih kako rade. Zapazite simetriju i različite oblike u biljkama koje rastu.

Unesite prirodu u svoj dom, pogotovo ako živite u gradu ili u veoma hladnoj klimi. Napravite sobnu baštu ili negujte kućne biljke koje su korisne za prečišćavanje vazduha u vašem domu.² Napunite akvarijum živopisnim ribicama i posmatrajte ih da biste odvratili pogled od svojih briga. Usvojite kućnog ljubimca i osetite kako se vaš stres topi a raspoloženje popravlja dok ga dresirate i igrate se s njim.³

Vodite dnevnik o tome kako doživljavate Boga u prirodi. Kada se osećate loše, podsetite se šta ste zapisali.

ODGOVORITE

1. Zašto je priroda od tako velike koristi za naše zdravlje?
2. Kako ćete uneti prirodu u svoj život u predstojećoj godini?

Dajen Helbli, Berien Springs, Mičigen, SAD

1 Vaspitanje, str. 65. orig.

2 Gardening with The Helpful Gardener. »Indoor Gardening/Container Gardening Indoors, <http://www.helpfulgardener.com/container/2003/indoor.html>

3 About.com. In stress Management: pets, <http://stress.about.com/sitesearch.htm?terms=pets&SUName=stress&TopNode=99>

BITI POTPUNO PRISUTAN

MIŠLJENJE (1. Mojsijeva 2,23-25; Matej 4; 26,36-40)

Najbolji primeri za to kako je Bog nameravao da se ljudi odnose prema prirodi su Adam i Isus. Adam je bio nastanjen u vrtu i bio je toliko opušten da, iako su on i Eva bili goli, »ne beše ih sramota« (1. Mojsijeva 2,25). Kada je pritisak Isusove službe postajao veoma težak, ili kada je znao da će biti iskušen, On je odlazio u prirodu. Ako ovde stanemo, mogli bismo da zaključimo da bi trebalo redovno da odlazimo na kampovanje kako bismo se izborili sa svojim stresovima. Međutim, to bi bila žalosna greška. To što su se Adam i Eva šetkali nagi po šumi nije bilo ono što im je obezbeđivalo miran, jednostavan život. Niti su duge šetnje bez hrane bile ono što je Isusu davalo snagu.

Čista voda, sveže voće i životinje nisu bili ono što je Adamu i Evi omogućavalo bezbrižan život.

To bi bilo kao kad bismo rekli da je odlazak u crkvu ono što vam osigurava večni život. Suština jednostavno nije u tome. Imaćemo mnogo više koristi od učestvovanja u crkvenim okupljanjima, molitvi ili izletima u prirodu, ako to činimo zato što imamo lični odnos sa Isusom Hristom, Bogom Ocem i Svetim Duhom. Čista voda, sveže voće i životinje nisu bili ono što je Adamu i Evi omogućavalo bezbrižan život. Bilo je to »hodanje sa Bogom« i potpuna povezanost sa Njim. Isto je bilo i sa Isusom. Upravo su Mu Njegove molitve u vrtu i u pustinji davale snagu da ispuni naizgled nemoguć plan koji je Bog Otac imao za Njega.

Moja lepa žena i ja svake nedelje šetamo pored reke Boiz. To je blagosloveno vreme samo onda kada smo sasvim otvoreni i iskreni jedno prema drugom, ili kada smo, kako mi to kažemo, »uključeni.« Otkrili smo da nije dovoljno ako samo razmenjujemo priče. Moramo da delimo jedno sa drugim svoje najdublje emocije dok prizivamo Sveti Duh da se izlije na nas i da nas ispuni. To je ta potpuna povezanost koja je isceljujuća, i zbog koje smo od sveg srca zahvalni za reku, za ribe, ptice, drveće, pa čak i za druge ljude oko sebe.

ODGOVORITE

1. Kada ste u crkvi, na molitvi, ili u prirodi, da li ste potpuno povezani sa Isusom Hristom i sa onima koji su pored vas?
2. Možete li lako da prepoznate svoje najdublje emocije i da ih slobodno izrazite pred Bogom i pred onima s kojima ste bliski? Zašto da, ili zašto ne?
3. Kako to izgleda kada pažljivo slušate i osetite uticaj koji prisustvo Boga ili drugih ima na vas?

Džeimi Keler, Boiz, Ajdaho, SAD

VRATIMO SE PRIRODI!

ISTRAŽIVANJE (Psalam 19,1-6)

Danas mnogo slušamo o povratku prirodi. Izgleda da svi govore o tome. Međutim, govoriti o tome nije dovoljno. Od svih ljudi, hrišćani bi trebalo da budu najviše uzbuđeni zbog povratka prirodi i življenja u njoj. Mi verujemo u Boga koji je stvorio svet pun lepote. Osim toga, priroda je i način na koji nam se On otkriva. Trebalo bi da budemo poznati kao zagovornici povratka prirodi, jer se brigom o delima Njegovog stvaranja odaje čast Njemu, Stvoritelju. Ako ovaj svet učinimo lepšim, zdravijim mestom za život, to će biti korisno za sve. Ljudi će koristiti njegove resurse da izgrade zdraviji, potpuniji život. Zato, vratimo se prirodi!

RAZMOTRITE

- Posvetite se svakodnevnoj šetnji po parku. Ponesite kameru sa sobom. Posle nedelju ili dve, postavite svoje slike na Fejsbuk, uz odgovarajuće biblijske komentare.
- Posetite poljoprivredno imanje da biste kupili prirodno gajeno voće i povrće. Zapazite izgled i boju namirnica. Zapazite, takođe, i koliko je ukus bolji.
- Volontirajte jednom mesečno sa grupom prijatelja da biste očistili plažu, park ili prilaz putu.
- Napravite ličnu procenu o tome koliko vi činite ovu planetu zdravijim mestom.
- Čitajte knjigu o povratku prirodi. Koje biste principe i predloge mogli da primenite u svom životu?
- Podstaknite svoju crkvu da nekoliko puta godišnje ima bogoslužjenje u prirodi.

POVEŽITE

Elen G. Vajt, *Put Hristu*, str. 7, 8 i *Stvaranje – patrijarsi i proroci*, str. 44-48 orig; Caring for Creation – A Statement on the Environment, http://www.adventist.org/beliefs/statements/main_stat5.html; Adventist News Network, »Adventist leaders comment on Copenhagen climate summit,« Dec. 14, 2009, <http://news.adventist.org/2009/12/adventist-leaders-co.html>.

Serđo Tores, Majami, Florida, SAD

Pouka 13

od 19. do 25. marta 2011.



Zajednica sa Isusom

»Budite u meni i ja ću u vama.

Kao što loza ne može roda roditi sama od sebe
ako ne bude na čokotu, tako i vi ako u meni ne budete«

(Jovan 15,4).

19. mart 2011.

POVEZANOST SA BOGOM

UVOD (Psalam 46,10)

Su

Logično bi bilo pretpostaviti da su pre pada u greh, Adam i Eva uživali u savršenom zdravlju, što je uključivalo fizičko i mentalno blagostanje, uzajamno druženje, neometan odnos sa Bogom, sigurnost, hranu i piće. Štaviše, bili su okruženi lepotom.

Kako izgleda spisak stvari koje je Bog obezbedio za nas? Obezbedio nam je najveći od svih darova – sebe samog u obliku Svetog Duha. Bog nam je dao svog jedinorodnog Sina, Isusa Hrista, da bi On mogao da živi u nama preko Svetog Duha, da nas poučava, vodi i osposobljava da prevaziđemo bilo koju prepreku koja se pojavi na našem putu. Dalje, Bog nam je dao talente i darove koji su nam potrebni da bismo uspeali. Čak i u trenucima najveće slabosti, kada pomislimo da nema izlaza, Bog moćno deluje da bi nam pomogao. Njegova blagodat nam je uvek na raspolaganju posebno u trenucima naše najveće potrebe. Povezanost sa Njim daje smer našem životu. Ne treba da budemo pod stresom ni zbog čega jer Bog ima spremno rešenje za naše probleme i pre nego što Mu se obratimo za pomoć!

Kada pomislimo da nema izlaza, Bog moćno deluje da bi nam pomogao.

Često nam je teško da razumemo svoj odnos sa Bogom i da ga primenimo u svakodnevnom životu. Neki od nas su skloni da preuzmu odgovornost i da sve drže pod kontrolom. Skloni smo da istrčavamo ispred Boga i da mnoge stvari radimo na svoju ruku. U tim trenucima, nismo povezani sa Njim. Neki od nas, naprotiv, veruju da smo bespomoćni i bez ikakve sile. Treba da se zapitamo: »Koju ulogu ja igram u svojoj zajednici sa Bogom? Šta On očekuje od mene? Koja je Njegova uloga?« Faktor ravnoteže je interesantan. On se nalazi u odgovoru na sledeća pitanja: Šta je moja odgovornost? Šta je Božja odgovornost?

U srcu svakog odnosa nalazi se dinamička tenzija koja vodi ka rastu i sazrevanju. I naš odnos sa Bogom je takav. U njemu postoji ritam i tok, vreme za preuzimanje kontrole i vreme za prepuštanje. To je proces otkrivanja i odgovaranja na Božji poziv.

Ove sedmice, počecemo da učimo kako da umremo svojim egocentričnim željama i da se pokorimo Božjoj volji. Naučićemo nešto i o prihvatanju Njegovog poziva za naš život, o tome kako da savladamo izazove koji su pred nama i kako da ispunimo svoj zadatak. Dok budete proučavali, setite se da ne treba da se nervirate zbog problema, jer ih je Bog već rešio!

Šeron Enis, Toronto, Ontario, Kanada

REPROGRAMIRANJE NAŠEG UMA

LOGOS (Psalam 31,24; Matej 6,14-18; 25,31-46; 26,36-44; Marko 1,21-35; Luka 4,14-22; 9,23.24; Jovan 15,4.5; 2. Korinćanima 5,17)

Pouke od mog laptopa (Luka 4,14-18)

Moj laptop od koga, kao pastor, veoma zavisim, počeo je da radi sasvim sporo tako da sam ga odneo u servis na »re-programiranje.« Dok sam bio tamo, otkrio sam da postoji mnogo načina za reprogramiranje. Možete da iskoristite poseban CD koji briše sve i vraća vaš kompjuter u stanje u kakvom je bio kad ste ga izvadili iz kutije. Možete takođe pokušati da očistite kompjuter tako što ćete obrisati: (a) kukije (male delove teksta koji se nagomilaju u kompjuteru dok surfujete po Internetu), (b) privremene fajlove skinute sa Interneta i (c) fajlove koji zauzimaju mnogo memorije, kao što su slike i video snimci. Dobar antivirus program može, osim toga, da ukloni i svaki »šerver« ili »malver« (štetni softver instaliran na kompjuter bez znanja njegovog vlasnika).

Ponekad idemo jedni drugima na nerve i, u gnevu, možemo izgovoriti ružne stvari.**Božansko reprogramiranje (Marko 1,21-35; 2. Korinćanima 5,17)**

Ono što se dešava u svetu tehnologije, može se isto tako primeniti na naš emotivni život. Mi smo takođe pogođeni ili »zaraženi« događajima koji su nam ostavili unutrašnje ožiljke. Mi takođe treba da se oslobodimo dela memorije koja zauzima previše prostora. Ako hoćemo da ikad budemo obnovljeni prema prvobitnom planu, potrebno nam je božansko reprogramiranje kroz odnos ljubavi sa Isusom. Čitajte 2. Korinćanima 5,17.

Tajni sastojak (Matej 6,14-18; Marko 1,21-35; Luka 4,16-22)

Za mene nikad nećete pomisliti da sam neki veliki kuvar, niti se ja hvališem gomilom zadivljujućih recepata. Međutim, znam ponešto o eksperimentisanju u kuhinji – a moja porodica i ja smo još uvek živi da bismo mogli da svedočimo o tome! Vidao sam kako jedan jedini sastojak menja stari dodijali recept. Neki sastojci, ako se dodaju čak i u najmanjoj količini, mogu potpuno da promene ukus jela, tako da se ono smatra nečim potpuno novim. Neki kuvari to nazivaju svojim »tajnim« sastojkom. Srećom, za hrišćane taj sastojak nije tajna. Pavle nije rekao hrišćanima u Korintu da će u momentu kad dođu Hristu sve u njihovom životu odjednom izgledati potpuno drugačije. On im je rekao da kada dodaju Isusa u stari recept svog života, njihov život postaje nov jer sadrži sastojak koji ranije nije bio u njemu.

Gubi se! (Psalam 31,24; Matej 26,36-44; Luka 9,23.24)

Baš kao što novi sastojak promeni ceo recept, zajednica sa Isusom utiče na svaku oblast vašeg života – duhovnu, društvenu, fizičku i mentalnu. Glavni izazov, međutim, leži u nama i u tome koliko smo spremni da dozvolimo Isusu

da potpuno preuzme kontrolu. »Ko hoće da ide za mnom neka se odreče sebe i uzme krst svoj i ide za mnom. Jer ko hoće dušu svoju da sačuva, izgubiće je; a ko izgubi dušu svoju mene radi onaj će je sačuvati« (Luka 9,23.24). Ponekad idemo jedni drugima na nerve i, u gnevu, možemo izgovoriti ružne stvari kao: »Sklanjaj mi se s očiju!« Ili još gore: »Gubi se!« Isus nam u prijateljskoj nameri kaže da »se izgubimo« i da se sklonimo sa nekog puta da bismo mogli zaista da budemo ono za šta nas je On stvorio.

»Kao kompjuter, naš mozak beleži sva iskustva koja smo imali u životu. Novorođene bebe dolaze na ovaj svet sa čistom prošlošću. Jedini svet koji one poznaju je onaj koji mogu da vide, čuju, osećaju, okuse i omirišu. Ništa nije isprogramirano u njihovom kompjuteru. One nemaju fond reči i stoga nemaju načina da komuniciraju sa onima koji su zaduženi da vode brigu o njima. One nemaju Božje prisustvo u svom životu niti su im poznati Njegovi putevi. Tako, tokom ranih godina u kojima se formiraju kao ličnosti, one uče da žive nezavisno od Boga. Kada ove ličnosti u kasnijim godinama dođu Hristu, njihov um je još uvek isprogramiran da živi nezavisno od Boga.«¹

Prelazak iz nezavisnosti u zavisnost (Psalam 31,24; Matej 26,36-44; Jovan 15,4.5)

Teško je ići nasuprot onome na šta nas popularne TV emisije i knjige o samopomoći ohrabruju – da dostignemo svoju mentalnu celovitost potpuno sami. Ovo na pogrešan način jača našu nezavisnost, te stoga i našu potrebu da reprogramiramo svoj um. Isus ne instalira u nama CD za restartovanje niti briše i uklanja naše stare obrasce razmišljanja. Ali, On nam daruje svoju prisutnost i naša zavisnost od Njega osposobljava nas da iskusimo optimalno mentalno zdravlje. »Budite u meni i ja ću u vama. Kao što loza ne može rođati sama od sebe ako ne bude na čokotu, tako i vi ako u meni ne budete. Ja sam čokot a vi loze: i koji bude u meni i ja u njemu on će rođati mnogi rod; jer bez mene ne možete činiti ništa« (Jovan 15,4.5). »Naš rast u blagodati, naša radost, naša korisnost – sve zavisi od našeg jedinstva sa Hristom... Život u Hristu je život mira. Možda u njemu neće biti nikakvog ushićenja, ali će postojati stalno spokojno pouzdanje.«² Sa Isusom, ne samo da imamo silu da iskusimo mentalnu celovitost već imamo i primer koji je On uspostavio načinom na koji je živeo dok je boravio na Zemlji.

ODGOVORITE

1. U kojim ste važnim pitanjima u svom životu propustili da tražite od Boga da preuzme kontrolu?
2. Pokušajte da prepoznate prepreke koje vas sprečavaju da potpuno zavisite od Isusa.

Patrik E. Žak, Ajaks, Ontario, Kanada

1 Neil Anderson and Robert Saucy, The Common Made Holy (Eugene, Ore.: Harvest House Publishers, 1997), str. 150, 151.

2 Put Hristu, str. 56, 57.

»Hodite k meni svi koji ste umorni i natovareni i ja ću vas odmoriti' (Matej 11,28). 'Mir vam ostavljam, mir svoj dajem vam: ne dajem vam ga kao što svet daje' (Jovan 14,27). Ovaj mir nije nešto što On daje odvojeno od sebe. On je u Hristu i mi možemo da ga primimo samo primanjem Njega.«¹

»Svoju volju treba da potčiniš Hristovoj volji. Čim to učiniš, Bog će te primiti, i učiniće u tebi da hoćeš i učiniš ono što Mu je ugodno. Onda će cela tvoja priroda biti potčinjena Hristovom duhu; čak i tvoje misli će biti potčinjene Njemu.«²

»Hristova blagodat deluje da bi dovela u red kompletno ljudsko biće.«

»Kada Duh Božji obuzme srce, On preobražava život. Grešne misli se izgone, zla dela se odbacuju; ljubav, poniznost i mir zauzimaju mesto gneva, zavisti i svađe. Veselje zauzima mesto žalosti, i lice odražava nebesku radost. Niko ne vidi ruku koja podiže teret, niti svetlost koja se spušta iz nebeskih dvorova. Blagoslov dolazi kada se duša verom preda Bogu. Tada sila koju nijedno ljudsko oko nije u stanju da vidi, stvara novo biće po ugledu na Boga.«³

»Svojom snagom čovek ne može da vlada duhom. Ali kroz Hrista, on može da stekne samokontrolu. U Njegovoj sili on može da dovede svoje misli i reči pod vlast Božje volje. Hristova vera stavlja emocije pod kontrolu razuma, i obuzdava jezik. Pod njenim uticajem nagao temperament biva savladan i srce postaje puno strpljenja i nežnosti.«⁴

»Naš Spasitelj je Spasitelj celog čoveka. On nije Bog samo jednog dela bića. Hristova blagodat deluje da bi dovela u red kompletno ljudsko biće. On je sve stvorio. On je sve otkupio. On je stvorio um, snagu, telo i dušu kao deo božanske prirode.«⁵

ODGOVORITE

1. Koliko je za vas važno da ostanete usredsređeni na Isusa?
2. U kojoj meri vas prevelika obuzetost nebeskim mislima može ometati u obavljanju zemaljskih dužnosti?
3. Kako je moguće postići smirenost uma u ovom svetu nemira, sebičnosti i straha?

Ričard i Florens Brejk, Otava, Ontario, Kanada

1 U potrazi za boljim životom, str. 146.

2 Poruka mladim hrišćanima, str. 152. orig.

3 My Life Today, str. 46.

4 Reflecting Christ, str. 293.

5 That I May Know Him, str. 331.

Početak odnosa sa Isusom ne razlikuje se mnogo od bilo kog drugog odnosa zasnovanog na ljubavi. Uvek je reč o dvoje ljudi koji počinju zaista da upoznaju jedno drugo. Sa Isusom, to može biti čak i veći izazov. Možda je to razlog što Isaija 55,8 upozorava: »Jer misli moje nisu vaše misli, niti su vaši putevi moji putevi, veli Gospod.« Ironija je u tome što se, budući da je Bog tako mudar, prvi korak u upoznavanju sa Njim sastoji u tome da imamo veru u sve što On jeste i u sve što On može da učini za nas dok smo u zajednici sa Njim (Jevrejima 11,3).

U početku, zajednica sa Isusom može da nas poremeti. Učenici su napustili svoje domove i svoje mile i drage zbog nečega što je mnogima izgledalo kao tri godine besciljnog lutanja. Pioniri naše crkve hvatali su se u koštac sa prividnom uzaludnošću zajednice sa Isusom kada se On nije pojavio 22. oktobra 1844. godine. Međutim, kada su sporna pitanja razrešena i kad je Isus shvaćen na način na koji je On to želeo, postalo je jasno da nas život sa Njim može poremetiti samo privremeno, i to samo zato što Ga ne poznajemo onako kako bi trebalo.

Početak svake veze može biti napet dok ne počnemo da gledamo na stvari onako kako druga osoba gleda na njih. Možda je to razlog zašto nas Pavle ohrabruje da imamo isti onakav stav kakav je u Hristu (Filibljanima 2,5-8). Kada je Isus bio na Zemlji, On je tako dobro poznavao i toliko voleo svog Oca, kome je apsolutno verovao, da je instinktivno radio ono što bi Njegov Otac uradio i govorio ono što bi Njegov Otac govorio.

Isto važi i za nas. Nije reč o tome da mi treba nešto da rešavamo, već da upoznamo Isusa kao nekoga kome možemo verovati i da se onda naše ponašanje sastoji u tome da dopustimo Njemu da nas vodi u onome što činimo. Ova zajednica je idealna za zdravlje uma, zato što se naše ponašanje ne sastoji u tome da budemo uvek u pravu, već u dopuštanju Isusu da nam otkrije sebe. To nas isto tako čuva u savršenom miru, jer je naš um usredsređen na Njega (Isaija 26,3).

ODGOVORITE

1. U kom trenutku izvor našeg mira postaje izvor našeg nemira, a kada izvor našeg nemira postaje izvor našeg mira?
2. Možete li imati veru u Isusa Hrista a da nemate mir? Objasnite svoj odgovor.
3. Ako se Isus nije suočio sa potpuno istom situacijom sa kojom se vi suočavate, koji drugi Njegovi postupci mogu da vam pomognu da odredite kakav stav je On zauzimao?
4. Kada bi se suočio sa izazovima sa kojima se vi danas suočavate, šta bi Isus učinio?

Ninera Čener, Berien Springs, Mičigen, SAD

POSTIĆI JEDINSTVO UMA SA HRISTOM

PRIMENA (Matej 26,36-44)

Dok je Hristos živeo na Zemlji, sotona ga je kušao da počne da preispituje ono što je znao da je istina o Bogu. Međutim, On nije podlegao lukavstvu đavola. Matej 4 nam iznosi priču o Isusovom kušanju u pustinji. Đavo je prišao Isusu u trenutku kada je bio najslabiji, jer nije jeo 40 dana. Sotona je iskoristio Hristovu slabost, želeći da zapodene istovremeno psihološki i duhovni rat. Srećom, Hristos je dobro poznao Pismo tako da je bio svestan ko je On i kakva je Njegova misija. Osim toga, upravo je bio kršten i čuo je glas svoga Oca kako govori: »Ovo je sin moj ljubazni, koji je po mojoj volji; njega poslušajte« (Matej 17,5). Sotonine lukave reči bile su osmišljene tako da

Hristos nije olako shvatao duševnu patnju, pa ne bi trebalo ni mi.

navedu Hrista da posumnja u svoju misiju. Sećate li se Eve u vrtu? »Ako si sin Božji...« (Matej 4,3; videti 1. Mojsijeva 3,1-7).

Često se dešava da nam đavo priđe kada smo najslabiji. Onda nas on navodi da sumnjamo u to ko smo i kuda idemo. Mi razbijamo glavu, doživljavamo stres i trošimo mnoge emocije i pored toga što nam se Bog obratio i odredio naš cilj. Hristos nije olako shvatao duševnu patnju, pa ne bi trebalo ni mi.

Da bi nam pomogao da dostignemo jedinstvo uma sa Njim, Hristos nam daje nekoliko smernica koje treba da sledimo (1. Petrova 2,21):

Molite se (1. Solunjanima 5,17). Vi upoznajte ljude tako što provodite vreme sa njima. Ako očekujemo da upoznamo Boga i Njegove planove za nas, onda moramo da provodimo vreme sa Njim.

Čuvajte svoju dušu (Filibljanima 4,8). Ako punimo sebe smećem, naš um neće biti u stanju da prepozna glas našeg Oca.

Primenite u praksi ono što ste naučili o tome šta znači biti dete Božje (Filibljanima 4,9). To obezbeđuje mir. To isto tako omogućava drugim ljudima da vide na čijoj ste strani! Naučite da praštate drugima i da služite onima u vašoj zajednici koji su u nevolji.

Proučavajte Pismo (Psalam 119,11). Hristos je bio naoružan Rečju svoga Oca tako da nijedanput nije bio uzdrman kada Ga je đavo napadao.

ODGOVORITE

1. Razmišljajte o borbi s kojom se trenutno suočavate. Ko se u Bibliji suočio sa sličnom borbom i kako je ta osoba uspela da ostane verna Bogu?
2. Isus je pomogao mnogim ljudima tokom svoje službe na zemlji. Pronađite humanitarni program u svom gradu u kome biste mogli da učestvujete.

Samanta Šiam, Silver Spring, Merilend, SAD i Šeron Delgado, Vinipeg, Manitoba, Kanada

MOGUĆNOST IZBORA

MIŠLJENJE (Psalam 31,24)

Od trenutka kad se probudimo ujutru, pa sve dok ponovo ne odemo na spavanje, mi neprestano pravimo izbore. Sloboda izbora je jedan od najvećih darova koje nam je Bog dao. On nas *nikad* neće naterati da učinimo nešto protiv svoje volje, bez obzira kakve bi mogle da budu posledice. Zajednica sa Isusom je *izbor* koji svako od nas mora da donese u kojoj god oblasti pokušavao da bude uspešan.

Psalam 31,24 je obećanje koje dolazi uz dva uslova. Morate napraviti svestan izbor - prvo, da »bude jako srce vaše« i onda, da se »u Gospoda uzdate.« Jovan 15,4 kaže: »Budite u meni i ja ću u vama.« Bog ne može da boravi u nama ukoliko mi ne odlučimo da boravimo u Njemu.

Na Zemlji, Isus je stalno potčinjavao sebe volji svoga Oca, bez obzira da li je doživljavao emotivne krize ili ne. U molitvi, On je govorio svom Ocu sve što Ga je mučilo. Ako Isus, koji je savršen, nije mogao da se izbori sa svojim iskušenjima bez molitve, onda je za nas imperativ da tako isto činimo!

Psalam 31,24 je obećanje koje dolazi uz dva uslova.

Bog nam kaže da *tražimo* šta god nam je potrebno i to će nam biti dato (Matej 7,7). »Uslov da možemo doći Bogu, nije da budemo sveti, već da želimo da nas On očisti od svakoga greha i opere od svakog bezakonja. Naša velika potreba, naše stanje potpune bespomoćnosti, koje Njega i Njegovu spasonosnu silu čini neophodnom, i sada i uvek daje nam pravo da se molimo.«¹

Zato što se neprestano borimo protiv svojih grešnih instinkata, moramo svakog dana da posvetimo sebe Bogu i da tražimo da Sveti Duh nadgleda naše misli i dela. Pre nego što uopšte ustanete iz kreveta ujutru, tražite Božji oklop (Efescima 6,10-17). Na taj način »Gospod će se biti za vas, a vi ćete mučati« (2. Mojsijeva 14,14).

ODGOVORITE

1. Zašto ponekad, kada tražimo od Boga da nas izbavi iz neke situacije, izgleda kao da se ništa ne dešava?
2. Bog uvek ima savršen plan (Jeremija 29,11), čak i kad mi zabrljamo. Moguće je da On dozvoljava da doživite iskušenja kako biste jednog dana mogli da budete moćan svedok nekome ko prolazi kroz isto iskustvo?

Sara Venditi, Karlton Plejs, Ontario, Kanada

¹ Misli sa Gore blagoslova, str. 144.

ZAKLJUČAK

Iskustva u zajednici mogu biti i zabavna i teška. Od toga s kim ste u zajednici mnogo zavisi sveukupan uticaj vašeg odnosa. Svako od nas je pozvan da bude u zajednici sa najvećim dobrotvorom koji je ikada postojao – Isusom. Ovaj odnos je strogo ličan. Vaša veza sa Njim može da napreduje ako svakodnevno odvajate vreme da biste razmišljali o tome šta je On voleo da radi i šta Mu je bilo važno. A što je najbitnije, ako ste voljni, On je spreman da vam pomogne da i vi to isto radite. To je pravo druženje – Isus i vi.

RAZMOTRITE

- Zapišite iskustva koja ste imali sa Isusom proteklih nekoliko dana ili sedmica. Naglasite trenutke u kojima vas je On provodio kroz teške situacije.
- Pažljivo proučite bar jednu zajednicu u prirodi (na primer: lišaj – alga i gljiva; leptir ili pčela i cvet) da biste naučili da cenite prednosti ovakvih odnosa. Uporedite svoj odnos sa Bogom sa onim što ste naučili na osnovu takvih posmatranja.
- Napravite u koordinatnom sistemu grafikon svog životnog puta u obliku linije koja pokazuje vaše uspone i padove. Neka horizontalna osa predstavlja vreme (od detinjstva do danas), a vertikalna osa bliskost sa Bogom (daleko od Njega ili blizu Njega). Uočite najviše tačke i razmišljajte o tome šta ih je učinilo takvim.
- Čitajte Luka 9,23 i razmišljajte šta znači »odreći« se sebe da bismo sledili Isusa.
- Odslušajte pesmu »Moj Bog i ja« (»My God and I«, tekst: Austris Whithol, kompozicija: Wolfgang Amadeus Mozart i Austris Whithol). Obratite pažnju na značenje reči i zamislite put koji je opisan u pesmi. Pisma se može naći na: <http://www.jesusoutpeace.com/Music/Hymn%20Lyrics/mygodandi.html>.
- Parafrazirajte Psalam 121,1.2.
- Napravite prezentaciju pomoću medija koji vam stoje na raspolaganju o sopstvenom iskustvu hodanja sa Isusom. To može da uključuje vaš molitveni život, plan za čitanje Biblije redom, način na koji svedočite, itd. Planirajte da upotrebite ovu prezentaciju na okupljanju male grupe.

POVEŽITE

Psalam 121; Jovan 15,13; 1. Jovanova 4,10; *Čežnja vekova*, str. 55, 56; *U potrazi za boljim životom*, str. 99; *Put Hristu*; Morris Venden, *How to make Christianity Real*, poglavlje 5; Erich W. Baumgarner (Ed.), *Passport to Mission*, poglavlja 7 i 8; Philip Yancy, *The Jesus I Never Knew*, poglavlje 14.

Prema Gaikvad, Silang, Filipini

**JANUAR
UZDIGNITE HRISTA BOŽJEGA SINA****Uzdignite Hrista**

Uzdignite Hrista Božjega Sina

Božji Sin

Božji Sin postoji pre svega

Samopostojeći Božji Sin

Jednak s Ocem

Izdaja na Nebu

Adam i Eva obožavaju Isusa

Sloboda izbora

Put Spasenja

Nada vekova

Vrata nade za grešnike

Samo je Hristos zadovoljio

zahteve Božjeg zakona

Oltar i žrtva

Žrtve i obredi otkrivaju božansku ljubav

Nada vekova

Božji karakter u Hristu

Biti prorok

Primer bez mrlje

Mudraci Ga pozdravljaju

Isus svetkuje prvu pashu

Poslušan svojim zemaljskim roditeljima

Primer bez mrlje

Onaj koji je veći od anđela

Da nađe i spase što je izgubljeno

On predstavlja Oca

Samo jedan nepogrešivi uzor

Obnovitelj

Naš zaštitnik

Izložen najtežim iskušenjima

Odeveni u Hristovu pravdu

Samo jedan nepogrešivi uzor

Priroda je saučestvovala u Njegovim patnjama

Veličina Njegove žrtve

Okruženi Njegovom ljubavlju

Novi put za sve

Okruženi Njegovom ljubavlju

1. S Filibljanima 4,8.

2. N Jovan 17,5.

3. P Jovan 8,58.

4. U Filibljanima 2,5.6.

5. S O Jovu 38,4-7.

6. Č 1.Mojsijeva 2,9.

7. P 2.Korinćanima 11,3.

8. S Jovan 14,6.

9. N 1.Jovanova 4,14.

10. P 1.Timotiju 2,5.6.

11. U 2.Mojsijeva 20,24.

12. S Jevrejima 10,11.12.

13. Č Rimljanima 5,5.6.

14. P 1.Mojsijeva 3,15.

15. S 5.Mojsijeva 18,15.

16. N Matej 2,1.2.

17. P Luka 2,41.42.

18. U Filibljanima 2,8.

19. S Jevrejima 4,15.

20. Č Jevrejima 1,4-6.

21. P Luka 19,10.

22. S Jovan 17,25.26.

23. N Isaija 58,12.

24. P 2.Korinćanima 8,9.

25. U Jevrejima 2,18.

26. S Psalam 4,5.

27. Č 1.Petrova 2,21.

28. P Luka 23,44.45.

29. S Matej 27,46.

30. N Jovan 19,30.

31. P Efescima 5,2.

FEBRUAR

UZDIGNITE HRISTA KAO STVORITELJA

Stvoritelj je pripremao našu sreću

1. U Psalam 102,25. Zakon života u svemiru
2. S 1.Mojsijeva 1,1. Stvaranje sveta
3. Č 1.Mojsijeva 1,26. Stvoren po Božjem obličju
4. P 1.Mojsijeva 2,8. Stvoritelj je pripremao našu sreću
5. S Kološanima 1,16. Božja ljubav izražena je delima stvaranja

Njegovi stvaranjem i otkupljenjem

6. N Otkrivenje 14,7. Obožavanje Stvoritelja
7. P 2.Mojsijeva 20,11. Prva sedmica na zemlji
8. U 2.Mojsijeva 31,13. Subota ukazuje na Stvoritelja
9. S Psalam 19,1. Nebesa objavljuju slavu Božju
10. Č Psalam 119,73. Njegovi stvaranjem i otkupljenjem
11. P Jovan 6,63. Ponovo stvoreni po obličju Božjem
12. S Marko 4,39.40. Vlast nad olujom

Neograničeno moćan

13. N Rimljanima 12,2. Ponovo stvoreni
14. P 5.Mojsijeva 29,29. Dela stvaranja potvrđuju dokaze za veru
15. U 1.Dnevnika 16,26-29. Sve istine se slažu
16. S Psalam 33,9. Neograničeno moćan
17. Č 2.O carevima 4,42.43. Bog ima moć da umnožava
18. P Psalam 105,20-22. Josif je poštovao Stvoritelja
19. S 1.Mojsijeva 5,5. Naša životna snaga

Božja sila u nama i u prirodi

20. N Isaija 64,8. Pokoriti se majstoru Lončaru
21. P Psalam 33,6. Božja Reč stvorila je Njegova dela
22. U Psalam 147,8.9. Božja stvaralačka moć održava svemir
23. S Rimljanima 1,20. Božja sila u nama i u prirodi
24. Č Matej 13,3. Nebeski sejač
25. P Osija 14,7. Rast potiče od Boga
26. S Dela 17,28. Zavisni od Stvoritelja

On zadovoljava naše potrebe

27. N Matej 6,28. Život u svemu što je stvoreno
28. P Matej 6,25. On zadovoljava naše potrebe

MART

UZDIGNIMO HRISTA KAO SINA ČOVEČIJEGA

Neshvatljiva tajna

1. U Jovan 1,14. Hristos je uzeo ljudsku prirodu
2. S Isaija 7,14. Hristovo rođenje - neshvatljiva tajna
3. Č Jevrejima 2,16.17. Dve prirode spojene u jednu
4. P Luka 2,42. Duh u Hristu od mladosti
5. S Luka 3,21. Potvrđena Isusova pripadnost

Mi nađosmo Mesiju

6. N 2.Korinćanima 5,21. Isus je naš primer
7. P Matej 4,7. On je pokazao kako da pobedimo
8. U Jovan 1,45. Mi nađosmo Mesiju
9. S 1.Jovanova 4,7. Braća grešnicima i svetima
10. Č Filibljanima 2,8. Primer poslušnosti
11. P Matej 8,28. Poklonjena milost
12. S Luka 8,48. Verujmo u Njega

On je uvek blizu

13. N Malahija 4,2. On je sunce pravde
14. P Matej 9,6. On je uvek blizu
15. U Marko 12,43. On poznaje naše pobude
16. S Marko 89,2. Njegovo saučešće
17. Č Isaija 61,1-3. Razumevanje za sve
18. P Psalam 16,11. Izvor zadovoljstva i radosti
19. S Luka 10,26. Uvek je objavljivao Božju Reč

Izaberi Njega

20. N Matej 28,20. Tražite pomoć od Isusa, a ne od grešnih ljudi
21. P Matej 7,12. Isus je Knez mira
22. U Isaija 50,4. Hristova nenadmašna nežnost
23. S Matej 5,48. Težnja za savršenstvom
24. Č Matej 11,29. Spasitelj nam donosi odmor
25. P Jovan 15,15. Izaberi Njega za svog poverljivog prijatelja
26. S Jovan 20,6.7. Sve što je činio odlikuje se redom i savršenstvom

S desne strane Bogu

27. N 1. Korinćanima 15,20. Uzdignite Ga kao vaskrslog Spasitelja
28. P Dela 1,11. Vazneo se na nebo u ljudskom obliku
29. U Jovan 17,4. Proslavljen pred svemirom
30. S Jovan 20,17. U očevim rukama
31. Č Dela 7,56. S desne strane Bogu

ČITANJE BIBLIJE REDOM

Januar		Februar		Mart	
1. 1. Mojs.	1-3	1. 3. Mojs.	10-12	1. I. Navin	5-9
2. «	4-6	2. «	13-15	2. «	10-12
3. «	7-9	3. «	16-20	3. «	13-15
4. «	10-12	4. «	21-23	3. «	16-19
5. «	13-15	5. «	24-27	5. «	20-24
6. «	16-20	6. 4. Mojs.	1-4	6. O Sud.	1-3
7. «	21-23	7. «	5-7	7. «	4-6
8. «	24-26	8. «	8-10	8. «	7-9
9. «	27-31	9. «	11-13	9. «	10-12
10. «	32-34	10. «	14-16	10. «	13-15
11. «	35-38	11. «	17-19	11. «	16-18
12. «	39-41	12. «	20-22	12. «	19-21
13. «	42-44	13. «	23-26	13. O Ruti	1-2
14. «	45-47	14. «	27-29	14. «	3-4
15. «	48-50	15. «	30-32	15.1. Sam.	1-3
16. 2. Mojs.	1-3	16. «	33-36	16. «	4-6
17. «	4-6	17. 5. Mojs.	1-3	17. «	7-9
18. «	7-9	18. «	4-6	18. «	10-12
19. «	10-12	19. «	7-9	19. «	13-17
20. «	13-15	20. «	10-13	20. «	18-20
21. «	16-18	21. «	14-16	21. «	21-23
22. «	19-21	22. «	17-19	22. «	24-26
23. «	22-26	23. «	20-22	23. «	27-31
24. «	27-29	24. «	23-25	24. 2. Sam.	1-3
25. «	30-32	25. «	26-28	25. «	4-6
26. «	33-35	26. «	29-31	26. «	7-11
27. «	36-38	27. «	32-34	27. «	12-14
28. «	39-40	28. I. Navin	1-4	28. «	15-17
29. 3. Mojs.	1-3			29. «	18-20
30. «	4-6			30. «	21-24
31. «	7-9			31. 1. Car.	1-3

VEČERNJE BOGOSLUŽENJE U PORODICI

Januar	Februar	Mart
1. Psalam 1.	1. Psalam 29.	1. Psalam 53.
2. Psalam 2.	2. Psalam 30.	2. Psalam 54.
3. Psalam 3.	3. Psalam 31,1-14.	3. Psalam 55.
4. Psalam 4.	4. Psalam 31,15-24.	4. Psalam 56.
5. Psalam 5.	5. Psalam 32.	5. Psalam 57.
6. Psalam 6.	6. Psalam 33.	6. Psalam 58.
7. Psalam 7.	7. Psalam 34.	7. Psalam 59.
8. Psalam 8.	8. Psalam 35,1-14.	8. Psalam 60.
9. Psalam 9.	9. Psalam 35,15-28.	9. Psalam 61.
10. Psalam 10.	10. Psalam 36.	10. Psalam 62.
11. Psalam 11.	11. Psalam 37,1-19.	11. Psalam 63.
12. Psalam 12.	12. Psalam 37,20-40.	12. Psalam 64.
13. Psalam 13.	13. Psalam 38.	13. Psalam 65.
14. Psalam 14.	14. Psalam 39.	14. Psalam 66.
15. Psalam 15.	15. Psalam 40.	15. Psalam 67.
16. Psalam 16.	16. Psalam 41.	16. Psalam 68.
17. Psalam 17.	17. Psalam 42.	17. Psalam 69,1-16.
18. Psalam 18,1-15.	18. Psalam 43.	18. Psalam 69,17-36.
19. Psalam 18,16-30.	19. Psalam 44,1-12.	19. Psalam 70.
20. Psalam 18,31-50.	20. Psalam 44,13-26.	20. Psalam 71,1-14.
21. Psalam 19.	21. Psalam 45.	21. Psalam 71,15-24.
22. Psalam 20.	22. Psalam 46.	22. Psalam 72.
23. Psalam 21.	23. Psalam 47.	23. Psalam 73,1-15.
24. Psalam 22,1-15.	24. Psalam 48.	24. Psalam 73,16-28.
25. Psalam 22,16-31.	25. Psalam 49.	25. Psalam 74.
26. Psalam 23.	26. Psalam 50.	26. Psalam 75.
27. Psalam 24.	27. Psalam 51.	27. Psalam 76.
28. Psalam 25.	28. Psalam 52.	28. Psalam 77.
29. Psalam 26.		29. Psalam 78,1-14.
30. Psalam 27.		30. Psalam 78,15-28.
31. Psalam 28.		31. Psalam 78,29-42.

Predlažemo vernicima da ove tekstove čitaju u toku večernjeg bogoslužjenja u svojoj porodici.

POČETAK SUBOTE U JANUARU 2011. GODINE

MESTO	DATUM			
	7.	14.	21.	28.
Kladovo, Negotin	16,08	16,17	16,26	16,35
Vršac , Bor, Zaječar	16,10	16,19	16,28	16,37
Kikinda , Srpska Crnja, Alibunar, Požarevac, Knjaževac , Pirot	16,12	16,21	16,30	16,39
Subotica , Senta, Bečej, Zrenjanin , Pančevo, Kovin, Smederevo, Smederevska Palanka, Svetozarevo, Paraćin, Niš , Leskovac	16,14	16,23	16,32	16,41
Bačka Topola, Kula, Vrbas, Novi Sad , Beograd , Aranđelovac, Kragujevac , Kruševac, Vranje, Radoviš, Strumica	16,16	16,25	16,34	16,43
Sombor , Bačka Palanka, Sremska Mitrovica, Ruma, Šabac, Čačak , Kraljevo, Priština, Kumanovo, Kavadarci, Đevđelija	16,18	16,27	16,36	16,45
Beli Manastir, Osijek , Dalj, Vukovar, Vinkovci, Šid, Bogatić, Bijeljina , Užice, Novi Pazar, Kosovska Mitrovica, Skoplje, Veles, Prilep	16,20	16,29	16,38	16,47
Loznica, Peć , Đakovica, Prizren, Tetovo, Bitolj	16,22	16,31	16,40	16,49
Virovitica, Podr. Slatina, Slavonska Požega, Sl. Brod, Tuzla, Pljevlja, Kolašin , Berane, Debar, Ohrid	16,24	16,33	16,42	16,51
Murska Sobota, Ormož, Čakovec, Varaždin, Koprivnica, Bjelovar, Daruvar, Bos. Gradiška, Nova Gradiška, Derventa, Doboje, Sarajevo , Foča	16,26	16,35	16,44	16,53
Maribor, Ptuj, Krapina, Banja Luka , Zenica, Podgorica , Ulcinj	16,28	16,37	16,46	16,55
Dravograd, Slovenj Gradec, Rogaška Slatina, Celje, Zagreb, Sisak, Prijedor , Jajce, Mostar, Bileća, Trebinje, Zelenika , Bar	16,30	16,39	16,48	16,57
Mežica, Zidani Most, Livno, Karlovac, Metković, Dubrovnik	16,32	16,41	16,50	16,59
Kranj, Ljubljana , Slunj, Knin , Bihać, Drvar, Pelješac, Mljet	16,34	16,43	16,52	17,01
Kranjska Gora, Jesenice, Postojna, Gospić, Šibenik, Split, Brač, Hvar, Korčula	16,36	16,45	16,54	17,03
Gorica, Rijeka, Krk, Cres, Rab, Pag, Zadar, Vis, Biograd na moru	16,38	16,47	16,56	17,05
Koper, Rovinj, Lošinj, Dugi otok	16,40	16,49	16,58	17,07

Podaci iz ove tabele izvedeni su po zimskom računanju vremena.

POČETAK SUBOTE U FEBRUARU 2011. GODINE

MESTO	DATUM			
	4.	11.	18.	25.
Kladovo, Negotin	16,44	16,54	17,04	17,13
Bor, Zaječar, Knjaževac , Pirot	16,46	16,56	17,06	17,15
Vršac, Niš , Leskovac, Radoviš, Strumica	16,48	16,58	17,08	17,17
Kikinda, Srpska Crnja, Alibunar, Kovin, Smederevo , Požarevac, Smederevska Palanka, Jagodina, Paraćin, Kruševac , Vranje, Kavadarci, Đevđelija	16,50	17,00	17,10	17,19
Senta, Bečej, Zrenjanin , Pančevo, Beograd , Aranđelovac, Kragujevac, Kraljevo, Priština, Kumanovo, Skoplje, Veles, Prilep	16,52	17,02	17,12	17,21
Subotica, Bačka Topola, Kula, Vrbas, Novi Sad , Ruma, Čačak, Novi Pazar, Kosovska Mitrovica, Tetovo, Bitolj	16,54	17,04	17,14	17,23
Sombor , Dalj, Vukovar, Šid , Bačka Palanka, Sremska Mitrovica, Bogatić, Šabac, Valjevo, Peć, Užice, Prizren, Đakovica, Debar, Ohrid	16,56	17,06	17,16	17,25
Beli Manastir, Osijek , Vinkovci, Bijeljina, Kolašin, Loznica, Pljevlja, Berane	16,58	17,08	17,18	17,27
Tuzla, Podgorica	17,00	17,10	17,20	17,29
Virovitica, Podravska Slatina, Doboje, Slavonska Požega, Slavonski Brod, Bar, Derventa, Sarajevo , Foča, Ulcinj	17,02	17,12	17,22	17,31
Koprivnica, Bjelovar, Bosanska Gradiška , Daruvar, Nova Gradiška, Zenica, Bileća, Trebinje, Zelenika	17,04	17,14	17,24	17,33
Murska Sobota, Ormož, Čakovec, Varaždin, Prijedor, Banja Luka , Jajce, Mostar, Metković, Dubrovnik	17,06	17,16	17,26	17,35
Maribor, Ptuj, Celje, Krapina, Zagreb, Sisak, Livno, Pelješac, Mljet	17,08	17,18	17,28	17,37
Dravograd, Slovenj Gradec, Rogaška Slatina, Zidani Most, Karlovac, Slunj, Bihać, Drvar, Knin , Split, Brač, Hvar, Korčula	17,10	17,20	17,30	17,39
Mežica, Ljubljana , Gospić, Šibenik, Vis	17,12	17,22	17,32	17,41
Jesenice, Kranj, Postojna, Rijeka, Crikvenica, Krk, Rab, Pag, Zadar, Biograd na moru, Dugi Otok	17,14	17,24	17,34	17,43
Kranjska Gora, Gorica, Cres, Lošinj	17,16	17,26	17,36	17,45
Koper, Rovinj, Pula	17,18	17,28	17,38	17,47

Podaci iz ove tabele izvedeni su po zimskom računanju vremena.

POČETAK SUBOTE U MARTU 2011. GODINE

MESTO	DATUM			
	4.	11.	18.	25.
Kladovo, Negotin , Pirot, Strumica	17,22	17,31	17,40	17,48
Bor, Zaječar, Knjaževac , Radoviš, Kavadarci, Đevđelija	17,24	17,33	17,42	17,50
Niš , Leskovac, Vranje, Kumanovo, Veles	17,26	17,35	17,44	17,52
Vršac, Požarevac, Svetozarevo, Paraćin, Kruševac , Priština, Skoplje, Prilep, Bitolj	17,28	17,37	17,46	17,54
Kikinda , Srpska Crnja, Alibunar, Pančevo, Kovin, Smederevo , Smederevska Palanka, Aranđelovac, Kragujevac , Kraljevo, Kosovska Mitrovica, Prizren, Tetovo, Ohrid	17,30	17,39	17,48	17,56
Senta, Bečej, Zrenjanin, Beograd , Čačak, Novi Pazar, Peć, Đakovica, Debar	17,32	17,41	17,50	17,58
Subotica, Bačka Topola, Kula, Vrbas, Novi Sad , Ruma, Sremska Mitrovica, Šabac, Valjevo, Užice, Berane	17,34	17,43	17,52	18,00
Sombor, Bačka Palanka, Dalj, Vukovar, Šid, Bogatić, Bijeljina, Loznica, Pljevlja, Kolašin , Podgorica , Ulcinj	17,36	17,45	17,54	18,02
Beli Manastir, Osijek , Vinkovci, Tuzla, Foča, Bar, Murska Sobota, Čakovec, Koprivnica, Daruvar, Slavonska Požega,	17,38	17,47	17,56	18,04
Slavonski Brod, Derventa, Doboj, Sarajevo , Bileća, Trebinje, Zelenika	17,40	17,49	17,58	18,06
Virovitica, Podravska Slatina, Slavonska Požega, Zenica, Mostar, Dubrovnik	17,42	17,51	18,00	18,08
Bjelovar, Daruvar, Bosanska Gradiška , Nova Gradiška, Banja Luka , Jajce, Metković, Pelješac, Mljet, Koprivnica	17,44	17,53	18,02	18,10
Murska Sobota, Čakovec, Varaždin, Sisak, Prijedor, Livno, Brač, Hvar, Korčula	17,46	17,55	18,04	18,12
Maribor, Ptuj, Ormož, Krapina, Zagreb, Drvar, Knin , Split, Vis	17,48	17,57	18,06	18,14
Slovenj Gradec, Rogaška Slatina, Celje, Karlovac, Slunj, Bihać	17,50	17,59	18,08	18,16
Dravograd, Mežica, Zidani Most, Gospić, Pag, Zadar, Dugi Otok, Biograd na Moru	17,52	18,01	18,10	18,18
Kranj, Ljubljana, Postojna, Rijeka, Crikvenica, Krk, Rab, Cres, Lošinj	17,54	18,03	18,12	18,20
Kranjska Gora, Jesenice	17,56	18,05	18,14	18,22
Gorica, Koper, Rovinj, Pula	17,58	18,07	18,16	18,24

Podaci iz ove tabele izvedeni su po zimskom računanju vremena.

Ako se prelazi na letnje vreme dodati 1 sat.