

# ZDRAVLJE I ISCELJENJE

## POUKA ZA MLADE



April, maj, juni 2010.

Sadržaj:

1. Hvala neka je Bogu od koga teku svi blagoslovi! .....	4
2. Moć izbora .....	13
3. Proslavljanje duhovne i fizičke kondicije .....	22
4. Voda života .....	31
5. Naše okruženje .....	40
6. Vera i isceljenje .....	49
7. Odmor i obnovljenje .....	58
8. Atmosfera hvale Bogu .....	67
9. Umerenost .....	76
10. Integritet: celovito zdravlje i svetost .....	85
11. Optimizam: sreća i isceljenje .....	94
12. Ishrana u Bibliji .....	103
13. Društvena podrška: veza koja spaja .....	112

ZDRAVLJE I ISCELJENJE, Grupa autora  
Broj 2/2010.

Priprema:

Hrišćanska adventistička crkva, Odeljenje za subotnu školu

Odgovara:

Igor Bosnić

Saradnik na ovom izdanju:

Milan Šušljić

Izdaje:

A. K. PREPOROD, Beograd

Za izdavača:

Dragan Pejovski,

11000 Beograd, Radoslava Grujića 4

Tabele zalaska Sunca priprema mr Radomir Grujić

Štampa:

»Preporod«, Beograd, 2010.

Tiraž: 350

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.
  - »Primenam« – 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 27. juna do 3. aprila 2010.



## **Hvalite Gospoda od koga teku svi blagoslovi**

»Blagosiljaj dušo moja Gospoda i  
sve što je u meni sveto ime njegovo!«  
Psalam 103,1.

»On nas ne voli zbog onoga što smo mi, već zbog onoga što je On ...« Moj radio je bio namešten na talase radio stanice Univerziteta Severni Karibi. Svidela mi se i bojažljiva, nekako sumorna melodija, ali su me reči stvarno oduševile. I tako sam otišao u radio stanicu da se raspitam o pesmi i o grupi koja ju je izvodila. Zvala se Njusbojs – grupa od četvorice mladića, netradicionalnih po svom pristupu, ali očigledno veoma svesnih šta je to Božja blagodat: Bog nas ne voli zbog onoga što smo mi, već stvarno zbog onoga što je On!

Zbog onoga što je On? Kako da to shvatimo? Tekst u 1. Jovanovoj 4,10. kaže: »U ovome je ljubav, ne da mi pokazasmo ljubav k Bogu, nego da On pokaza ljubav k nama, i posla sina svojega da očisti grehe naše!« I zaista, kada shvatimo šta je sve Bog preduzeo da bi nas spasao, treba da slavimo Njegovo ime zato što je poslao svoga Sina da uzme naše grehe!

Autorka Kej Rico otkriva nam tajnu kako da krenemo dalje od sveopšteg religijskog oslonca – od legalističkih dela koja će Bog i naši bližnji prihvatiti kao dokaz naše dobrote, ali koja nas u stvarnosti ostavljaju praznima i iscrpljenima. Ona piše: »Hvala postavlja naš život u odgovarajuću perspektivu pred Bogom. Naša nedostojnost se pojavljuje obasjana blistavim neonskim svetlom kada svoju dobrotu upoređujemo sa Božjom.« (Kay Rizzo, On Wings of Praise, str. 46)

Kao deca, mi često pokušavamo da zadobijemo Božju naklonost slatkim osmehom i još slađim delima; ali i dalje vredi istina da nijedan od nas ne može učiniti da nas Bog voli više ili manje, jer je Njegova ljubav bezuslovna! Međutim, slaveći Njega, mi smo pozvani da gledamo dalje od sebe i haosa koji smo stvorili, da sagledamo širu sliku koju On želi da vidimo. Jevrejska reč »jadah« znači »klikovati«, dok reč »halel« znači »hvaliti, slaviti, pevati, proslavljati«. Kada je Kej počela da sprovodi u život te reči, njen život se potpuno promenio.

**Nijedan od nas ne može učiniti da nas Bog voli više ili manje.**

Zašto želimo da slavimo Boga? Da li mislite da je vaš život u takvom haosu da zaista nemate razloga da hvalite Boga? Pozivam vas da danas počnete da slavite Njegovo ime. Počnite time što ćete zatražiti od Boga da vam pokaže širu sliku tako da budete u stanju da vidite stvarnu poruku iza sveg tog haosa, i da hvalite Onoga od kojega nam dolaze svi blagoslovi. I kada to budete činili, zapazite koliko se bolje osećate – kako se popravljaju vaše mentalno, duhovno i fizičko zdravlje.

Kada su ljudi zaokupljeni grehom, njihova srca puna su nečistih misli. Danas ćemo proučavati kako srce i um utiču na ponašanje, pa ćemo naučiti kako da držimo zapovesti živeći slobodni od greha.

Tekst u Mateju 22,37.38 govori o tome kako treba da volimo Boga svim svojim srcem, umom i dušom. Ostali tekstovi za danas govore nam da svoju ljubav prema bližnjima treba da pokažemo svojim ponašanjem prema njima. Zaista je zanimljivo da srce utiče na um, a da um sa svoje strane utiče na ponašanje. Hajde da sada razmotrimo sva tri člana ovog važnog trija!

### **Srce voli i oseća uzbuđenje**

Srce čezne, želi i žudi. Srce osobe koja se nalazi u Sotoninom ropstvu voli greh i oseća uzbuđenje dok greši. Takvo srce čezne za grehom i robuje njegovim zahtevima. Srce koje je u grehu učiniće sve što do njega stoji da zadovolji te zahteve. I to je, samo po sebi, neki oblik idolopoklonstva, jer bi trebalo da naše srce čezne jedino za Gospodom.

Suprotno tome, srce onoga koji je stekao slobodu u Hristu voli Boga i oseća uzbuđenje kada raste u pravедnosti. Takvo srce iskreno želi da u sebi razvije svetost i neporočnost. Tekst u Kološanima 3,1. nas poziva da tražimo »ono što je gore gde Hristos sedi s desne strane Boga«. Drugim rečima, mi treba da svoja srca usmerimo tako da volimo Hrista. Povežite svoje srce s Njim. Uzbuđujte se zbog Njega, čeznite da budete s Njim. Težite za bliskošću s Njim, borite se da Mu se približite. Neka uzvik zaljubljenе duše postane i vaš: »Vuci me, za tobom ćemo trčati; uvede me car u ložnicu svoju.« Pesma nad pesmama 1,4.

Srce koje se predalo Hristu, to je srce koje je slobodno od greha. Srce koje je Hristos osvojio odbija da Ga pusti da ide. Takvo srce Ga grli i prijanja uz Njega. Neka to bude i vaš cilj!

### **Kada se kaže um, podrazumevaju se misli**

Um koji je u grehu neprestano se bavi grešnim mislima. Grešne misli i maštarije mogu da vas ometaju u radu, u učenju, vremenu koje je posvećeno porodici, i na drugim područjima života. Uvek treba da imamo na umu da je um bojno polje odluke i da se, kada jednom donesemo odluku, naše srce povodi za njom. Tekst u Kološanima 3,2. kaže: »Mislite o onome što je gore, a ne o onome što je dole.« Treba da se bavimo nebeskim mislima, mislima o Bogu i o Hristu, o večnosti i o Nebu. Treba da razmišljamo o svemu što je istinito, plemenito, pravo, neporočno, lepo, dostojno divljenja, izvrsno, hvale vredno. Drugim rečima, treba da mislimo o Hristu (Filibljanima 4,8). Razlog zašto treba da to činimo nalazi se u Kološanima 3,3. »Jer umreste i vaš je život sakriven s

Hristom u Bogu.« Na krstu, Isus je umro za nas, ali smo i mi umrli za Njega. Naša stara grešna priroda bila je prikovana na krst s Hristom. Možda bih mogao da kažem da je moje staro srce koje je volelo greh umrlo pre dve hiljade godina. Moj um, koji je bio zaokupljen grešnim maštanjima bio je ubijen rukom rimskih vojnika, a onda je i moje staro grešno »ja« bilo sahranjeno.

## **Ono što činimo povezano je sa onim što volimo i mislimo**

Kao hrišćani, naučili smo da niko ne može postići istinsku promenu ponašanja ukoliko nije postigao promenu srca. Biti hrišćanin znači vatreno voleti Boga, imati misli koje su zaokupljene Hristom, hoditi slobodan od greha. Nije dovoljno da samo govorimo o Hristovoj ljubavi, mi tu ljubav treba i da pokazujemo prema bližnjima čineći dela ljubavi.

Osim toga, ako u svom srcu odlučimo da ćemo slaviti Boga, onda ćemo delovati u skladu s Njim i On će nas osposobiti da činimo dobro. Ako budemo tražili slavu Božju tako što ćemo se oslobađati od greha, to će nam osigurati uspeh, jer će nam sam Bog priskočiti u pomoć i tako se proslaviti u nama. I zaista, On se proslavlja odlukama koje svakoga dana donosimo da više ne ugađamo grešnim željama svoga tela i da svoj um zaokupimo Njime. Nas kao hrišćane treba da pokreće težnja da proslavimo Gospoda u svemu, uključujući i našu slobodu od poroka.

**»Vuci me, za tobom  
ćemo trčati.«**

Prema tome, danas smo videli kako su srce, um i ponašanje međusobno povezani i da treba da volimo Boga tako što ćemo misliti u onome što je gore, da bismo mogli umreti grešnim delima i naučiti da volimo jedni druge. Evo od čega se sastoji srž hrišćanskog života: treba da tako usmerimo svoje srce da volimo Boga i da se naše misli bave Hristom. Zatim, kada se Sveti Duh bude uselio u nas, bićemo u stanju da živimo životom dostojnim žrtve koja je bila prinesena na krstu.

Slava neka bude Bogu, zato što smo dobili snagu da sve što je upravo rečeno činimo uz pomoć Njegovog Sina, Isusa Hrista!

## **ODGOVORITE:**

1. Čitajte tekst u 2. Mojsijevoj 20,4.5. U kom smislu se ove dve zapovesti odnose na današnju pouku?
2. Zašto srce, um i ponašanje treba da deluju zajednički da bismo mogli da steknemo duhovnu slobodu?
3. Tekst u Mateju 22,39 uči nas da treba da volimo svoje bližnje kao same sebe. Zašto je nemoguće voleti druge ako ne volimo sebe? Kako da volimo sebe u hrišćanskom, a ne u svetovnom smislu?
4. Šta nam sledeći tekstovi govore o prirodi onoga što treba da činimo za bližnje? Isaija 58; Matej 25,31-46.

»Crkva je Božje određeno oruđe za spasenje ljudi. Ona je organizovana da služi, i njena misija je da evanđelje odnese svetu. Od samog početka Bog je planirao da se preko Njegove Crkve svetu prikaže Njegovo bogatstvo i Njegova dovoljnost. Vernici Crkve, oni koji je On pozvao iz tame u svoje čudesno videlo, treba da prikažu Njegovu slavu. Crkva je riznica bogatstva Hristove blagodati i preko Crkve će se konačno objaviti svim 'poglavarstvima i vlastima na nebu' konačno i puno izražavanje Božje ljubavi (Efescima 3,10).« (Elen G. Vajt, *Apostolska crkva - Hristovim tragom*, str. 7)

### »Ova ljubav je ... široka kao svet.«

»Oni koji žele da obožavaju istinskog Boga moraće da žrtvuju sve svoje idole. Isus je rekao zakoniku: 'Ljubi Gospoda Boga svojega svim srcem svojim i svom dušom svojom i svom misli svojom. Ovo je prva i najveća zapovest.« (Matej 22,37.38) Prve četiri zapovesti Dekaloga ne dozvoljavaju nikakvo usmeravanje ljubavi na neku drugu stranu osim prema Bogu. Ni sa kim On ne može da deli našu vrhunsku odanost. Mi ne možemo da napredujemo u hrišćanskom iskustvu sve dok ne odbacimo sve što nas odvaja od Boga.« (Ellen G. White, *Counsels to Parents, Teachers and Students*, str. 329)

»Oni koji ljube Boga ne mogu da gaje mržnju ili zavist. Kada nebesko načelo večne ljubavi ispunjava srce, ono se izliva na bližnje... Ova ljubav nije ograničena tako da obuhvata samo 'mene i moje', već je široka kao svet i visoka kao nebo i u skladu je s ljubavlju anđeoskih radnika. Ova ljubav, kada se neguje u srcu, zaslađuje celokupni život i širi oplemenjujući uticaj svuda oko sebe. Kada je imamo, ne možemo da ne budemo srećni, bez obzira da li nam se sreća smeši ili se mršti na nas.« (Ellen G. White, *Testimonies for the Church*, str. 223.224)

### ODGOVORITE:

1. Hrišćanska ljubav je mnogo više načelo nego osećanje. Prema tome, ako izostavimo emocionalni aspekt ljubavi iz njenih fizičkih i emocionalnih svetovnih kopija, kako možemo pokazati ljubav prema Bogu i bližnjima?
2. Ako je slavljenje Boga posledica odnosa sa Bogom, kako da uskladimo svoja negativna osećanja sa Isusovim pozivom da Ga volimo svim svojim srcem, dušom i umom? Da li zaista možemo slaviti Boga ako smo nesrećni, ako smo ljuti na nekoga, ako smo osuđivački raspoloženi?

Kamala Glen-Tejlor, Sanrajz, Florida, SAD.



Ako ništa drugo, David je znao kako da slavi Boga. Međutim, mi ne možemo ni početi da razumevamo dubinu i stvarno izražavanje njegovog slavljenja ukoliko ne saznamo bar nešto o tome ko je on bio – čovek čija su iskustva sa Bogom načinila od njega psalmistu.

U Davidu je plamtela duboka ljubav prema Bogu, ljubav koju je on izražavao svojim obožavanjem. Ovaj pastir koji je postao car živio je životom poverenja i stradanja, pomirenja i opuštanja. Veliki deo njegovog dela u knjizi psalama opisuje ga kao čoveka koji priznaje svoje grehe skrušenog srca ili slavi Boga predanog srca. I da ništa drugo o Bogu nije znao, za Davida bi se moglo kazati da je bio duboko svestan Njegove silne moći. Davidovo služenje snažnim, sveobuhvatnim rečima kao što su one kada kaže: »Blagosiljaj Gospoda... i sve što je u meni...« pokazuje ne samo veličinu njegove ljubavi već i njegovog shvatanja Božje uzvišenosti. On veruje da sve što je u njemu mora da bude upotrebljeno da bi se moglo proslaviti Božje ime.

### **David je pisao poeme i pesme univerzalnog karaktera.**

Međutim, mene stvarno oduševljava činjenica da se njegovi psalmi mogu primeniti na položaj celog ljudskog roda. David je pisao poeme i pesme univerzalnog karaktera. Stolećima su se Jevreji i obraćeni neznabošci služili psalmima u svojim privatnim molitvama ili javnim bogoslužnjima, dok su Jevreji upotrebljavali psalme i u formalnoj liturgiji. Sto treći psalam pevao se u posebnim prilikama u toku službe pomirenja. Isus je citirao iz knjige psalama i proroka Isaije više nego iz ijedne druge starozavetne knjige. Kod nas je isto tako. Njegovi psalmi se upotrebljavaju u privatnim i javnim molitvama, predstavljaju deo crkvenih pesmarica – bez obzira na doba, iskustvo, rasu, obrazovanje i versku pripadnost ljudi koji se njima služe.

»Davidovi psalmi obuhvataju celu lepezu iskustva, od dubine svesti o krivici i samoosuđivanju pa sve do najuzvišenije vere i najzбудljivijeg razgovora s Bogom.« (PP 754) Zaista, Davidovi psalmi slavljenja mogu pomoći da se isceli naše srce i da se naša duša usmeri prema svom nebeskom domu.

### **ODGOVORITE:**

1. Pročitaj celi 103. psalam! Vрати se onda na drugi stih kojim nas pisac poziva da se setimo svih Božjih blagoslova. Koje od njih David posebno ističe?
2. Seti se kako se svaki od tih blagoslova pokazao u tvom životu. Slavi onda Boga zbog svih Njegovih blagoslova i razmišljaj o tome kako se slavljenje Boga odražava na tebe mentalno i fizički.
3. Kako bi pisanje nekog tvog psalma hvala moglo da uputi tvoje noge stazom duhovnog i fizičkog zdravlja?

*Kamala Glen-Tejlor, Sanrajz, Florida, SAD*

Naš nebeski Otac stvorio je naša tela i uživao dok nas je stvarao. Kada je greh ušao u naš svet, postalo je problematično održavati zdravlje našeg tela. Mnogi se pitaju zašto bolesti uopšte postoje. One postoje zbog prisutnosti greha, i one će nastaviti da postoje sve dok se Hristos ne bude vratio da nas uzme k sebi.

**»Ništa više ne unapređuje zdravlje od ... zahvalnosti i slavljenja Boga.«**

Bolesti se pojavljuju na mnogo načina. Postoje razdražljivi grip i prehlade, mučna probadanja i bolovi. Rak, autizam, teški oblici depresije. Lista ozbiljnih bolesti u svetu je beskrajna i nastavlja da raste do tačke kada nam izgleda skoro nestvarno da nam je Pavle savetovao da damo »telesa svoja u žrtvu živu, svetu, ugodnu Bogu, to da bude vaše duhovno bogomoljstvo« (Rimljanima 12,1). Ipak, naši napori da održimo što zdravije telo i um svakako da ne prolaze nezapaženi pred našim Stvoriteljem. U stvari, On sam dao nam je smernice kako da to činimo na najbolji način. Proučicemo nekoliko koraka koje možemo da preduzmemo da bismo primenili bar neke od tih smernica koje se odnose na naše zdravlje:

*Imajmo uravnoteženu ishranu.* Takva ishrana sadrži kombinaciju ugljenih hidrata, zdravih masnoća i raznovrsnog voća i povrća. Veoma lak način da se ovaj savet primeni jeste uzimati hranu u svim duginim bojama. Ponekad je dobro voditi dnevnik namirnica koje uzimamo svakoga dana. To je lak način da se ustanovi koje namirnice nedostaju u ishrani.

*Odvajte sebi vreme za vežbanje.* Kombinacija aerobika i ostalih vežbi održaće snagu vašeg srca i sačuvati vam vitku liniju. I ponovo, vođenje dnevnika o svakodnevnim vežbama i fizičkim aktivnostima pomoći će vam da ustanovite u čemu treba da se popravite.

*Pijte svežu vodu.* Osam čaša vode svakoga dana se najčešće preporučuju. Imajte na umu da kofein oduzima vodu telu i da se gazirana pića ne računaju u obaveznih osam čaša.

*Čitajte Bibliju, molite se i hvalite Boga.* Svakodnevni razgovori s našim Stvoriteljem od životnog su značaja za održavanje duhovnog blagostanja. »Ništa više ne unapređuje zdravlje tela i uma od duha zahvalnosti i slavljenja Boga. Naša je stvarna dužnost da se odupremo melanholiji, nezadovoljnim mislima i osećanjima – to je isto toliko naša dužnost kao i da se molimo.« (Elen G. Vajt, *U potrazi za boljim životom*, str. 148)

**ODGOVORITE:**

1. Šta mislite, zašto je Bogu stalo do našeg zdravlja?
2. Zašto je zdravlje toliko bitno u hrišćanskom životu?

*Deja i Nejtan Vilijams, Bomont, Kalifornija, SAD*

Zahvalnost opisuje naše držanje prema Bogu, opisuje našu zahvalnost za sve što je On učinio za nas, dok se hvala upućuje za ono što je Bog kao božanska ličnost po svojoj suštini. Psalam 18,3. kaže: »Prizivam Gospoda koji je dostojan hvale« (prema engleskom tekstu). Mi smo stvoreni da hvalimo Boga. Tekst u Mateju 22,37 traži od nas da volimo Boga svim svojim srcem, dušom i snagom. Hvala se izražava našim delima i našom ljubavlju prema Njemu.

Stormi Ojunijan je izrazila tu hvalu u molitvi koja je sve promenila. Ona kaže da su hvala i obožavanje Boga najčistiji oblik molitve, jer odvrćaju naše misli i našu dušu od nas samih i usredsređuju ih potpuno na Boga. Hvala prenosi Bogu našu čistu ljubav, odanost, poštovanje i zahvalnost. Ona uzdiže Boga zbog onoga što Bog jeste i izražava našu čežnju za Njim.

Mnogo puta u toku našeg hrišćanskog životnog putovanja, moraćemo da se suočimo s nevoljama. Činjenica da smo hrišćani ne čini nas imunima za takva iskustva. Međutim, ako smo u stanju da hvalimo Boga dok prolazimo kroz njih, to nam pomaže da postignemo pobede. U Drugoj knjizi dnevnika, car Josafat je hvalio Boga kada je čuo da se neprijatelj podiže da uništi njega i njegov narod. Nađite vremena da pročitate to prekrasno poglavlje!

Kakav su nam veliki primer u tom pogledu pružili car Josafat i njegov narod! Njihove reči i dela hvale prilikom suočavanja s ratom govore nam da je bitka sa grehom u stvari Božja bitka, da nemamo razloga da se plašimo ili da budemo obeshrabreni. Kako je divno ne ratovati razornim oružjima, već pesmom i instrumentima hvale! Božja Reč nas uverava da je Bog s nama, da će se blagoslovi pokazati kada se naša hvala bude uzdizala k Njemu.

## Proslavljajmo Boga u svom životu!

Ja sam uzbuđena zbog Božjih prekrasnih čuda. Ima trenutaka kada su reči nedovoljne da izraze moju zahvalnost Bogu koji je načinio nebo i zemlju; ali u sili Svetoga Duha mogu da podignem svoje ruke i svoje srce i da ga hvalim!

On nam je dao daleko više blagoslova nego što smo zaslužili. Kao što nam to kaže tekst u Efescima 2,8.9. »Jer ste blagodaću spaseni kroz veru; i to nije od vas, dar je Božji.« Stoga proslavljajmo Boga u svom životu i zapazimo kakvu će promenu u nama to proizvesti.

### ODGOVORITE:

1. Može li neko da bude zahvalan ako ne priznaje odakle ili od koga je primio dar?
2. Kako možeš da budeš zahvalan iako osećaš duševne ili telesne patnje?

Marcija Natricija Smit, Nasau, Bahami

**ZAKLJUČAK**

U Rimljanima 12,1 Pavle nas poziva da svoje telo posvetimo Bogu zbog velike milosti koju je pokazao prema nama. Pavle kaže da je to žrtva koju će Bog rado prihvatiti i da je to ujedno i dobar način da slavimo Boga. A onda, u drugom stihu, poziva nas da ne sledimo običaje i ponašanja sveta, već da dozvolimo Bogu da nas preobrazi u novu ličnost, menjajući naš način razmišljanja. Jasno je, dakle, da ukoliko treba da slavimo Boga svojim srcem i svojim delima, mnogo pažnje treba da posvetimo usmeravanju i oblikovanju svojih misli – u skladu s Božjom rečju – dok mnogo vremena provodimo i u negovanju svoga tela. Mi se ne možemo preobraziti ako ne obnovimo i svoje misli!

**RAZMOTRITE:**

- Pročitaj Psalam 103! David je bio čovek po Božjem srcu. Zapazite kako u psalmima neprestano razmišlja o Božjoj reči i kako hvali Boga. Navedi sva ponašanja, delovanja i atribute koje David pripisuje Bogu u Njegovom odnosu prema svom narodu. Načini svoju listu načina na koje je Bog pokazao svoju blagodat u tvom životu.
- Napiši svoj psalam ili molitvenu pesmu hvale Bogu. Da bi to učinio, posluži se listom koju si načinio. Ili, uzmi neki svoj omiljeni psalam i parafraziraj ga!
- Izrazi svoju ljubav i zahvalnost Bogu tako što ćeš činiti »mala« dela ljubavnosti onima kojima je potrebno ohrabrenje. Na primer, ostavi cvet ili slatkiš na stolu nekog poznanika ili saradnika; ostavi kesu povrća pred vratima suseda ili nekoga za koga znaš da je u oskudici; ostavi nešto novca u kovertu nekome u nevoljii, ne otkrivajući mu odakle novac dolazi.
- Sačini svoju molitvenu listu koja će obuhvatiti imena suseda, prijatelja, rođaka ili vernika za koje se obično ne moliš. Mesec dana se prvo moli za ta imena. Posmatraj kako Bog deluje u njihovom životu.
- Proučavaj Božju reč s namerom da tako usmeriš svoje misli da se pripremiš za duhovne bitke s kojima se svakoga dana suočavaš. Neka ovo tvoje proučavanje bude tvoja »duhovna vežba« za usmeravanje tvog duhovnog puta.
- Svedoči drugima o Božjoj ljubavi i Hristovoj sili u tebi kao sredstvu za tvoje duhovno usavršavanje. Neka te Njegova ljubav i žrtva ohrabre da se uhvatiš za Njegova obećanja.

**POVEŽITE:**

*Battlefield of the Mind, Joyce Meyer.*

*Džin Kelnor, Kolumbija, Meriland, SAD*

# Pouka 2

---

Od 3. do 10. aprila 2010.



## »Moć izbora«

»Ali Danilo naumi da se ne skvrni obrokom  
jela careva i vinom koje on pijaše«  
(Danilo 1,8).

Bog nas je stvorio kao pojedince sposobne da donose odluke. Mi smo sposobni da analiziramo i da razvrstavamo, ali se isto pitanje koje se nekada postavljalo u Edemu i danas postavlja: »Hoće li to biti dobro ili će biti zlo?« Verujem da ono što smo sada i ono što ćemo biti kasnije zavisi od odluka koje donosimo. Mi možemo odlučiti da ostanemo bez reči u nekoj određenoj

**Nisam mogao da  
podnesem da nemam  
nikakvog drugog izbora  
osim da poslušam.**

situaciji ili da progovorimo odlučno u drugoj. Mi moramo izabrati kojem bogu ćemo služiti, koju hranu ćemo jesti, koje piće piti. I konačno, ono što izaberemo to i postajemo kao pojedinci. U toku mojih gimnazijskih dana, išao sam na časove predvojničke obuke koja je bila uključena u raspored. Nisam mogao da biram. Ako ne položim taj predmet, neću moći da maturiram. Ono što mi je najviše smetalo bilo je opšte pravilo broj dva, koje je glasilo: »Prvo izvrši naredbu, a onda se buni!« Pošto sam bio takav kakav jesam, nisam mogao da podnesem da nemam nikakvog drugog izbora osim da poslušam. Osim toga, neposlušnost je donosila kaznu od onoliko sklekova koliko starešina odredi. Strogost ove discipline i dalje me prožima dok razmišljam o značenju poslušnosti Bogu.

Od vremena Adamovog pada u greh, Bog nas stalno iznova podseća na važnost pravilnih odluka. On nam čak daje i parametre da bi nam pomogao da obnovimo u sebi Njegov izgubljeni lik (5. Mojsijeva 30,10-19). U ovim tekstovima Mojsije poziva narod da izabere život, da bude poslušan Bogu i zato nastavi da prima blagoslove. Bog svoju volju nikome ne nameće. On nam ostavlja da sami odlučimo hoćemo li Ga poslušati ili odbaciti. Međutim, ta odluka je pitanje izbora između života i smrti. Bog želi da to shvatimo, jer bi želeo da svi izaberemo život. Svakodnevno, u svakoj novoj situaciji, mi moramo potvrditi ili promeniti svoju odluku.

Ako poslušamo Njegove naredbe, zapisane u Knjizi, neće nam biti teško da postignemo obnovljenje. Gospod nam otkriva načela fizičke dobrobiti da bi nas uzdigao i na duhovnom području. Ali, imamo li dovoljno snage da donesemo pravu odluku? To će biti u središtu našeg proučavanja u toku ove sedmice.

**ODGOVORITE:**

1. Razmisli o nekim svojim odlukama. Koliko su bile važne?
2. Koliko su i kako te odluke uticale na tvoj život? Da li bi neku odluku želeo da promeniš kada bi ti se ponovo pružila prilika da odlučuješ? Zašto? Zašto ne bi?

## **ODLUKE POVODOM ISKUŠENJA U SVETU**

*DOKAZ (1. Korinćanima 10,31)*

# Ne

Kao hrišćani, mi znamo da je naše telo hram Svetoga Duha. Stoga smo dužni da se o njemu staramo najbolje što možemo. Međutim, ljudi ponekad odlučuju da u svoje telo stave i hranu koja nije korisna. Možda to čine zato što su depresivni, pa se nadaju da će hrana koju uzimaju, piće koje piju, droge koje troše učiniti da se bolje osećaju. Ponekad ljudi puše ili piju da bi zaboravili svoje probleme. Međutim, alkohol i duvan su otrovi i nanose veliku štetu našem telu. Ovi otrovi povećavaju opasnost od neodgovarajućeg ponašanja ili lošeg funkcionisanja mozga.

Istraživači su otkrili da mladi zavisnici od alkohola slabo prolaze na ispitima. Uticaj nikotina na mozak mladih osoba pokazuje se na sledeći način: (1) hemijski receptori za nikotin (znak zavisnosti) povećavaju se dva puta više kod mladih nego kod odraslih osoba; (2) izlaganje nikotinu izaziva trajne probleme u ponašanju, posebno kod ženskih osoba.

S druge strane, zdravi izbori mogu snažno podržati pozitivne promene u nama. Što se tiče nezdrave hrane, mi znamo da meso nije dobro za naše zdravlje, jer sadrži holesterol koji može da izazove mnoge različite bolesti. Upravo zato mnogi ljudi odlučuju da jedu više povrća, voća i drugih zdravih namirnica. Oni žele da uživaju u dobrom, dugom životu. Zbog svoje zdrave ishrane, poznato je da adventisti sedmog dana žive duže i da su zdraviji od ostalog stanovništva. Biranje zdravije ishrane, više vežbanja, bavljenja pozitivnim mislima pomaže nam da spavamo bolje i da jasnije mislimo.

Bog nam je dao sposobnost da biramo i odlučujemo. Mi se tom sposobnošću možemo poslužiti na dobro ili na zlo. Mi sami odlučujemo šta ćemo izabrati od onoga što nas okružuje. Kojim putem ćemo krenuti? Čije stope ćemo slediti? Koju vrstu ishrane ćemo izabrati? Dobro je znati da nam je Bog uvek blizu da bi nam pomogao prilikom svakog izbora s kojim se suočavamo na našem životnom putu. Kada se, dakle, suočiš s nekim težim izborom na području zdravlja, imaj na umu da je On spreman da ti pomogne.

**Mladi zavisnici  
od alkohola slabo  
prolaze na ispitima.**

### **ODGOVORITE:**

1. Koje ti biblijske smernice stoje na raspolaganju kada odlučuješ koju ćeš hranu uzimati, a koju odbaciti?
2. Kako se ljudi različitog starosnog doba mogu odupreti iskušenju?
3. Zašto nam je Bog sa svojom sposobnošću biranja i odlučivanja iako je znao da ćemo ponekad donositi loše odluke i birati pogrešno?

*Marijel Džojš L. Perez, Dagatan, Tajsan, Batangas, Filipini*

**SPOSOBNOST BIRANJA I ODLUČIVANJA**

LOGOS (1. Mojsijeva 2,16.17; 3,1-13; 5. Mojsijeva 30,10-19;  
Psalam 119,11; Jovan 3,16; Kološanima 3,2; Jevrejima 11,8-10.)

**PAD (1. Mojsijeva 3,1-13)**

»Usred vrta, u blizini drveta života, stajalo je drvo poznanja dobra i zla. Bog je ovo drvo posebno odredio da bude zalog Adamove i Evine poslušnosti, vere i ljubavi prema Njemu.« (Ellen G. White, *The Story of Redemption*, str. 24)

Kada su Adam i Eva bili stavljeni u prekrasni vrt imali su na raspolaganju sve što bi im moglo obezbediti sreću, ali je Bog odlučio da stavi na probu njihovu vernost pre nego što steknu večnu sigurnost. Sotoni je bilo dozvoljeno da ih isproba. Ako budu izdržali probu, uživaće trajnu božansku naklonost.

Evu nalazimo kako s pomešanom radoznalošću i divljenjem posmatra plod zabranjenog drveta. Bog joj je dao sposobnost, mudrost i slobodu da bira između dobra i zla. Kušač je uzabrao plod i stavio joj ga u ruku. Ona ga je primila, okusila i bila oduševljena njime. Učinio joj se veoma ukusan. Ali, čim je pokazala neposlušnost, postala je snažan posrednik preko kojeg se mogao izazvati i pad njenog muža. I tako je greh stigao u naš svet.

**SLOBODA IZBORA (1. Mojsijeva 2,16.17)**

Bog je obavestio naše praroditelje o drvetu poznanja dobra i zla. On im nije uskratio mogućnost da jedu plod zabranjenog drveta. On im je, kao slobodnim moralnim bićima, prepustio da veruju Njegovoj reči i da poslušaju Njegovu zapovest. Međutim, naši praroditelji su odlučili da poveruju rečima kušača umesto da veruju Bogu i da Ga poslušaju. Oni su u stvari posumnjali u Njegovu dobrotu i izabrali da prihvate Sotonine reči.

Bog je stvorio ljude sa sposobnošću da misle, da razaznaju razliku između dobra i zla. On nas nije stvorio kao robote. I kao rezultat, mi imamo slobodu da biramo i da odlučujemo šta ćemo činiti sa svojim životom. Bog želi da se tom slobodom poslužimo na naše dobro, a ne na zlo, na Njegovu slavu i na naše spasenje.

**POGREŠNI IZBORI I NJIHOVE POSLEDICE (5. Mojsijeva 30,10-19)**

»Eva je stvarno poverovala Sotoninim rečima, ali je to verovanje nije spaslo od kazne za greh. Ona nije poverovala Božjim rečima, i to je dovelo do njenog pada.« (Elen G. Vajt, *Stvaranje - patrijarsi i proroci*, str. 41)

Ne smemo zanemariti priliku da proučavamo božanske istine. One su nam pokazane da bi nas sačuvala od prevare. Ako ih zanemarimo, izazvaćemo svoju propast. Svaki pogrešan izbor ima svoje neugodne i ponekad ozbiljne posledice; ali, kada u svoje srce zatvorimo Božju Reč, kada naučimo da



hodimo Isusovim stopama, ujedno učimo i kako da donosimo odluke koje su u skladu s verom koju ispovedamo.

## **BOŽJI IZBOR (Jovan 3,16; 1. Korinćanima 6,19.20)**

Kada su Adam i Eva zgrešili, Bog je stavio u pokret plan spasenja. Taj plan je bio zamišljen iz ljubavi prema nama (Jovan 3,16). Uprkos našim gresima, Bog nas voli i želi da nas spase. I zato je poslao svoga Sina da umre za nas. Pošto smo vredni u Njegovim očima, On želi da živimo srećnim, zdravim i svetim životom. Upravo zato želi da izaberemo da poslušamo Njegovu volju; da se poslužimo svojom slobodom izbora tako što ćemo izabrati ono što je korisno našem telu. I tada ćemo biti u stanju da Ga proslavimo u svom spasenom telu (1. Korinćanima 6,19.20).

### **Bog nas nije stvorio kao robote.**

Pavle stalno naglašava da neće, iako je slobodan da čini što god hoće, dozvoliti ničemu da zavlada njime. Veličina hrišćanske vere je ne u tome što daje čoveku slobodu da greši, već u tome što čoveka oslobađa od greha. Vrlo je lako dozvoliti navikama da vladaju nama; ali, hrišćanska snaga nas osposobljava da vladamo njima. Kada čovek stekne stvarno iskustvo sa hrišćanskom silom, postaje ne rob svoga tela, već njegov gospodar. Čovek često govori: »Činiću ono što želim!« – upravo onda kada namerava da popusti svojim navikama ili strastima koje ga drže u svojim okovima; ali, tek kada u sebi ima Hristovu silu, može da kaže: »Činiću ono što želim!« i to neće značiti zadovoljavanje strasti i navika koje gospodare njime.

## **ODGOVORITE:**

1. Kako da mudrije upotrebim sposobnost odlučivanja i biranja?
2. Šta si zanemario u slučaju kada donosiš nezdrave odluke?
3. Koju su osnovnu grešku učinili Adam i Eva i na koji način ti možeš da izbegneš da je ponoviš?
4. Na koji način se mi suočavamo sa sličnim iskušenjem sa kojim su se suočili Adam i Eva?
5. Kada su odlučili da učine greh, Adam i Eva su okrivili druge za svoj pogrešan izbor. Kako možeš naučiti da preuzmeš odgovornost za svoje odluke?
6. Šta nas tekst u Jevrejima 11,8-10 uči o Avraamu i o odlukama koje je donosio? Šta ti lično možeš da naučiš iz tih odluka?
7. Mi želimo da donosimo dobre odluke, ali kada se nađemo suočeni s teškoćama ili iskušenjima, ponekad grešimo. Kako bismo mogli da programiramo svoj um da budemo uspešniji? Psalam 119,11; Filibljanima 4,8; Kološanima 3,2.

*Džervernesens Salatijel O. Flores /Florece/, Dagatan, Tajsan, Batangas, Filipini*

Kada smo zbunjeni i pitamo se kako da načinimo pravi izbor iz mnoštva mogućnosti koje nam se pružaju, to nam može ličiti na senke noći prožete samo cvrčanjem cvrčaka. Na osnovu te veoma hladne noći možemo poverovati da je oko nas sve mračno, umesto da sačekamo jutro i dozvolimo da odluka sama sazri.

Jedan od problema koji zahteva dobre odluke i koji može da nam donese ili »dan« ili »noć« jeste pitanje apetita. »U pustinji iskušenja Isus se suočio s velikim osnovnim iskušenjima koja će napadati i čoveka. Tu se suočio, prepušten sam sebi, sa zlim, lukavim neprijateljem i pobedio ga. Prvo veliko iskušenje bilo je na području apetita; drugo, na području pretpostavki; a treće na području ljubavi prema onome što je na svetlu. Sotona je pobedio milione kušajući ih da popuste apetitu. Zadovoljavanjem ukusa nervni sistem se nadražuje, a snage mozga slabe te biva nemoguće da čovek smireno i razumno razmišlja. Um postaje neuravnotežen. Njegove više, plemenitije snage se izopačuju da služe životinjskim strastima, dok se sveti, večni interesi zanemaruju.« (Elen G. Vajt, *Saveti o životu i ishrani*, str. 119.120)

»Nekontrolisana popustljivost apetitu, i bolesti i propadanje kao posledica, koje je vladalo u vreme Hristovog prvog dolaska, ponovo će se pojaviti s pojačanom snagom zla pre Njegovog drugog dolaska.« (Isto, str. 120)

»Popuštanje apetitu podrazumeva žrtvovanje fizičke snage, bistrine intelekta i duhovne sile.« (Isto, str. 155)

Sotona može da vrebava svuda oko nas, ali mi ne treba da padnemo kao njegov plen. »Svaki čovek ima priliku, u velikoj meri, da od sebe učini šta god hoće. Blagoslovi ovog života, ali i besmrtnog stanja, nalaze mu se na dohvat ruke. Treba da gradi vredan i čvrst karakter, da zadobija novu snagu na svakom koraku. Svakoga dana treba da napreduje u znanju i mudrosti, svestan novih uživanja dok korača napred, dodajući vrlinu vrlini, blagodat blagodat. Njegove sposobnosti će se povećavati upotrebom; što više mudrosti bude sticao, to će se uvećavati i njegova sposobnost da je stiče. Njegova inteligencija, znanje i vrlina razvike se na taj način i steći veliku snagu i savršeni sklad.« (Isto, str. 16)

Svaka religijska filozofija bavi se konceptom izbora. Možda birati znači biti čovek. Bez obzira da li nam se to dopada, sposobnost izbora nam pripada. Osnovno pitanje glasi: kako ćemo se poslužiti tom sposobnošću?

*Džerom B. Balbastro, Dagatan, Tajsan, Batangas, Filipini*

7. april 2010.

## OBNOVLJENJE

PRIMENA (1.Moj. 1,29; Ps. 23,3; 119,11; Matej 28,19,20; 1. Kor. 10,31; Jakov 5,16; Otk. 1,3)

Sr

Naša tela ne pripadaju nama. Mi smo samo pristavi svojih tela. Prema tome, moramo ih pažljivo negovati. U stvari, mogli bismo svoje telo uporediti sa slikom. Porođične slike, na primer, predstavljaju blago koje se može oštetiti izlaganjem vodi, svetlosti i nemarnom postupanju. Ako je reč o digitalnim fotografijama, one se mogu slučajno izbrisati ili se mogu izgubiti kada se kompjuter pokvari. Kada se naše fotografije unište ili izgube, mi na svaki način pokušavamo da ih obnovimo.

Kako greh može da ošteti i nas? I kako bismo se mogli obnoviti? Evo nekoliko načina:

*Skenirajte fotografije!* Prvi korak u obnavljanju fotografija jeste njihovo skeniranje.

Skener može da bude ogledalo na kome se vide sve pogreške. Vraćajući se prvobitnoj ishrani koju nam je Bog dao, imamo priliku da obnovimo svoje telo (1. Mojsijeva 1,29).

*Snimite!* Posle skeniranja, počinje obnavljanje delova fotografije kojima je to potrebno. Kada god počinjete da obnavljanje svoje telo, uvek imajte na umu cilj i držite se cilja. Snimite cilj u svom pamćenju, tako da ga ne zaboravite (1. Korinćanima 10,31).

*Popravite mane!* Treći korak jeste da ustanovite šta još treba da se popravi. Vaše celo telo je oštećeno zbog greha. Jedini mogući način da ga popravite jeste da tražite pomoć od Gospoda (Psalam 119,11).

*Uklonite oznake i ogrebotine!* U fotografskim radnjama mogu se nabaviti filteri koji uklanjaju nedostatke. Pošto ste obnovili svoje telo, iskušenja će vas i dalje napadati. Dva elementa koja uklanjaju ta iskušenja su molitva i proučavanje Božje reči (Psalam 23,3; Jakov 5,16; Otkrivenje 1,3).

Tekst u Psalmu 23,3 govori nam da Bog vraća moj život iz propasti, obraća moju dušu od greha, da ne bih večno propao. Ili, pošto sam odlutao od Njega, isceljuje moj otpad i vraća mi svoju naklonost.

*Isprintajte i arhivirajte!* Pošto ste obavili sve dosadašnje korake, spremni ste da isprintate i arhivirate svoje fotografije. Spremni ste da date svoje živo svedočanstvo i da budete korisnija osoba u širenju radosne vesti o Isusu Hristu i Njegovom skorom dolasku (Matej 28,19,20).

Mi treba da idemo – do susednih vrata ili neke daleke zemlje – i da zadobijamo učenike za Isusa. To nije samo jedna od opcija, već zapovest svima koji Isusa nazivaju svojim Gospodom. I dok slušamo, imamo utehu u saznanju da je Isus uvek s nama. To će se dešavati zahvaljujući prisutnosti Svetoga Duha u životu vernika. Sveti Duh će biti Isusova prisutnost koja ih nikada neće ostaviti... Isus nastavlja i danas da bude s nama svojim Duhom. Kao što je započelo, evanđelje će se i završiti – »Emanuilo, s nama Bog«.

Lika Manalo, Dagatan, Taisan, Batangas, Filipini

Na jednom seminaru za knjigovođe predavač se poslužio izrazom »in lieu«/lju/. Objasnio nam je da on znači »kao da«, »ako bude bilo« ili »pod pretpostavkom da je«. Mi smo raspravljali o temi »gotovina primljena *in lieu* od akcijskih dividendi«. Objasnio nam je kako da knjižimo akcijske dividende kada se objave i prime. Međutim, problem se pojavljuje kada se gotovina primi »in lieu« od akcijskih dividendi. Kada se to dogodi, onda se mora slediti

**Mi svi znamo da svaku odluku koju donesemo prate određene posledice – ili dobre ili loše.**

takozvani »ukoliko bude« pristup. To znači da će se akcijske dividende »pod pretpostavkom da su primljene« knjižiti i u skladu s tim »dalje prodavati«.

Kako bismo taj pristup mogli uporediti s našim odlukama? Da li to znači kazati da su naša osećanja osnova naših mogućih odluka?

Mi svi znamo da svaku odluku koju donesemo prate određene posledice – ili dobre ili loše. Međutim, ponekad ljudi ne uzimaju ozbiljno svoje odluke, jer se oslanjaju samo na svoja osećanja. Veruju da je bolje donositi odluke utemeljene na tome kako se u tom trenutku osećaju umesto na pažljivom rezonovanju. Mi smo ponekad zaslepljeni svojim osećanjima do te mere da nismo u stanju da sagledamo moguće posledice svojih odluka.

Razmislimo o paraboli o sejaču u Mateju 13,18-23. Ukoliko odlučimo da poslušamo Božju Reč i da je radosno i brzo prihvatimo, ali onda ne dozvolimo da ona uhvati korena u našem životu, brzo ćemo biti odneseni poplavom progonstva. Svakako da Bog želi da izaberemo da uzmemo seme koje je palo na dobru zemlju. On zna da ćemo tada biti mnogo uspešniji i plodonosniji kada bude došlo vreme žetve.

Naše spasenje zavisi od toga kako biramo i šta biramo. Ne bi trebalo da svoj izbor temeljimo na svojim osećanjima i ukusima, već na načelima i na Bibliji. Ako u svom životu primenjujemo Božju reč, onda ćemo donositi i dobre odluke. Nije istina da su osećanja »in lieu« naših odluka. Nije sigurno za nas da se oslanjamo na svoja osećanja. Naučimo da slušamo Boga. Njegov je plan da živimo korisnim životom.

**ODGOVORITE:**

1. Koji je lek ili koji su lekovi za popravljjanje pogrešnih odluka?
2. Kako da procenimo šta je Božja volja ukoliko smo suočeni s nekoliko dobrih mogućnosti izbora?
3. Može li biti i trenutaka kada osećanja treba da utiču na naše odluke?

Vilanueva Asis, Dagatan, Taisan, Batangas, Filipini

### **ZAKLJUČAK**

Danas više nego ikada treba da štitimo svoje pravo izbora i donošenja odluka. Mi smatramo da je pravo biranja i oblikovanja nečije budućnosti jedno od osnovnih ljudskih prava. Međutim, iako je većini od nas bila pružena prilika da uzme upravljač svog života u svoje ruke, često nam nedostaje mudrosti da donosimo zdrave odluke. Kao hrišćani, mi verujemo da nam je Bog poklonio slobodu izbora, ali ne kao pravo, već kao dar. U Njegovoj Reči mi imamo smernice kako da pravilno upotrebimo taj dar.

### **RAZMISLITE:**

- Igrajte igru udruživanja reči sa svojim prijateljima. Svaki od vas neka napiše reči koje mu dođu na um kada misli o pojmovima: izbor, odgovornost, posledice. Uporedite svoje odgovore i raspravljajte o njima.
- Sačinite listu izbora koje imate u dva različita područja svog života i razvrstajte ih po važnosti koju im pridajete.
- Razmotrite život Isusa Navina. Sastavite izveštaj o njegovom karakteru i vrlinama i čvrstini koja ga je navela da donosi dobre odluke u teškim okolnostima.
- Pevajte zajedno pesmu »Šta da za Hrista činim sada?« Napišite svoju reakciju na reči pesme.
- Postavite sebi cilj da prihvatite neko novo zdravstveno pravilo. Pratite svoje napredovanje u toku tri sedmice.
- Razgovaraj s pet osoba o pitanju: Osećaš li potrebu da doneseš neke dobre odluke na području zdravlja? Napiši izveštaj o njihovim odgovorima.
- Razmišljaj o ulozi koju imaju tvoja osećanja prilikom donošenja odluka. Moli se Bogu da ti pomogne da donosiš dobre odluke utemeljene na Njegovoj Reči.

### **POVEŽITE:**

*Stvaranje - patrijarsi i proroci, 49. poglavlje.*

*Sandra Araújo-Delgado, Apison, Tenesi, SAD*

# Pouka 3

---

Od 10. do 17. aprila 2010.



## **Proslavljanje duhovne i fizičke kondicije**

»A koji se nadaju Gospodu, dobijaju novu snagu, podižu se na krilima kao orlovi, trče i ne sustaju, hode i ne more se.«  
Isaija 40,31.

U toku ove poslednje decenije svet se suočio s mnogim novim bolestima i pretnjama zdravlju. Istraživači su bili stavljeni na probu da predlože rešenja za ove izazove; no, iako se njihovi napori objavljuju na prvim stranicama novina i časopisa, mi se moramo zapitati da li je zaista došlo do nekih poboljšanja u našem načinu života. Da li nas je sve to povećanje znanja zaista učinilo zdravijima?

Pošto je shvatio da su neki od najdebljih Amerikanaca revnosni hrišćani, dr Don Kolbert napisao je dve knjige: »Isusova ishrana« i »Šta bi Isus želeo da jede?« – kuvar. Dr Kolbert je pretpostavljao da će pacijenti biti spremni da saslušaju šta bi Isus učinio da je na njihovom mestu, čak i u slučaju da su odbacili savete svojih lekara o zdravom načinu ishrane. On preporučuje ishranu sličnu mediteranskoj, bogatu integralnim žitaricama, povrćem, maslinovim uljem, a izostavlja svinjsko meso, svinjsku mast i školjke, namirnice bogate masnoćama.

### **Neki od najdebljih Amerikanaca su i revnosni hrišćani.**

Prema dr Kolbertu, ukoliko se ljudi budu hranili prema savetima Biblije, ako budu uravnotežili svoju ishranu, mogu sprečiti pojavu ili čak olakšati lečenje nekih bolesti. Međutim, to nije ništa novo. Neke bolnice i medicinske ustanove, među njima i mnoge adventističke klinike, već se prilikom lečenja dijabetesa oslanjaju na biblijska načela ishrane i higijene.

U novemarskom broju časopisa *National Geographic* za 2005. godinu, Dan Bitner je napisao članak o dugovečnosti, utemeljen na statističkim podacima jednog istraživanja Američkog nacionalnog instituta za zdravlje. Istraživanje je pokazalo da prosečni adventista u državi Kaliforniji živi deset godina duže od prosečnog neadventiste u istoj državi. Ove dodatne godine pripisuju se vegetarijskoj ishrani, s malo masnoća, bogatoj orašastim plodovima i mahunarkama, kao i odbacivanju duvana i alkohola.

Tekst u 1. Jovanovoj 5,2.3 kaže: »Po tome poznajemo da ljubimo decu Božju kada Boga ljubimo i njegove zapovesti držimo. Jer je ovo ljubav Božja da zapovesti njegove držimo, i zapovesti njegove nisu teške.«

Zajedno s lekarima, kao što je dr Kolbert, koji se okreću Bibliji i u njoj traže zdravstvene savete, hajde da u toku ove sedmice razmotrimo biblijska načela koja nam otkrivaju šta Bog želi da činimo da bismo sačuvali i unapredili svoje zdravlje.

*Lajonel Si Jun Song, Republika Singapur*

# Ne PROSLAVLJANJE DUHOVNE I FIZIČKE KONDICIJE

LOGOS (Ps. 139, 13-16; 1. Kor. 3,16.17; 9,24-27; Efes. 2,8-10; 2. Tim. 2,3-5; 4,7; Jev. 11,6)

## OBLIKOVAN IZNUTRA I SPOLJA (Psalam 139,13-16)

Psalmista slavi Boga zato što ga je stvorio. On uzdiže činjenicu da nije nastao slučajno. Nije slučajno ni oblikovan ni sastavljen – bio je isplaniran i stvoren. Mi nismo neki sporedni proizvod prirode koji se sam od sebe razvio. Psalmista je bio duboko svestan te činjenice i zato u Psalmu 139. slavi Boga, zahvaljujući Mu na namernom stvaranju čoveka. Psalmista pokazuje jedinstvenu svesnost o Božjoj blagodati i nameri s njim, opisujući kako se oseća zato što je »divno stvoren«.

## FIZIČKO-DUHOVNA ORUĐA (1. Korinćanima 3,16.; 9,24-27)

Biti hrišćanin znači da naš život više ne pripada nama. On je Hristov (Galatima 2,20). Naše telo je stan Svetoga Duha, ono je hram Božji.

I zajednički i pojedinačno, hrišćani su »hram« Božji. Crkva, kao zajednica vernika, oblikuje »telo« Hristovo (Rimljanima 12,5), a svaki pojedinačni hrišćanin, koji prihvata Hrista kao svoga Spasitelja, jeste »hram« Božji, zato što Sveti Duh boravi u Njemu. Ti hramovi onda postaju deo Božjeg vlasništva. Oni su sveti zato što je Bog u njima. Pavle opominje one koji se usuđuju da gaze »sveto vlasništvo« da će biti pozvani na polože račun.

Bog ne može da dozvoli da se bilo koji deo ovog svetog vlasništva oštećuje nekažnjeno. Ta opomena upućena je i onima koji se usuđuju da misle da mogu surovo postupati prema Božjem narodu, ali i samom Božjem narodu. Kao stanovni Svetoga Duha, mi se moramo duhovno i fizički održavati u stanju osposobljenosti da bismo zadržali božansku prisutnost u sebi.

Celokupna duhovna i fizička osposobljenost temelji se na hrišćanskoj samodisciplini. Pavle se služi primerom korinćanskih atletskih igara, sličnih Olimpijadi, da bi pokazao kako je važna hrišćanska samodisciplina. Kao hrišćani, mi moramo učiniti svoj deo u duhovnom i fizičkom osposobljavanju nas samih. Na taj način dostići ćemo »najvišu« nagradu koju Pavle i sam opisuje (1. Korinćanima 9,17-24). Atletičari treniraju primenjujući oštre vežbe i poseban način ishrane da bi postigli najbolje rezultate. Ovde se Pavle služi primerom atletičara da bi naglasio važnost samodiscipline u hrišćanskoj veri. Same reči bez dela neće nas nikuda odvesti.

## IPAK JE U SVEMU BLAGODAT, A NE DELA (Efescima 2,8-10)

Iako mi treba da samodisciplinom sebe održavamo na pravom putu, nagrada je u stvari dar od Boga. Samodisciplina sama po sebi neće nam pomoći. Istinska ljubav prema našem Stvoritelju koji nas je namerno i s ljubavlju stvorio pomaže nam da ne obraćamo pažnju na ono što skreće naš pogled s nagrade – od večnosti s Bogom.



»Spasonosna blagodat je besplatna, nezasluzena Bozja dobrota i naklonost; mi se spasavamo ne delima zakona, vec verom u Isusa Hrista. Blagodat u duši je novi život u duši. Preporođeni grešnik postaje živa duša; on živi životom svetosti, jer je rođen od Boga; on živi, jer je oslobođen krivice zbog greha, blagodaću koja oprašta i opravdava... Naša vera, naše obraćenje i naše večno spasenje ne dolaze od dela, da se niko ne bi hvalisao. To se ne događa zbog bilo čega što smo mi učinili, pa je zato svako hvalisanje isključeno. Sve je neplaćeni dar od Boga, posledica oživljavanja Njegovom silom. Bila je to Njegova namera, za koju nas je pripremio, blagoslovivši nas poznanjem svoje volje, dok je Sveti Duh učinio takvu promenu u nama Da budemo sposobni da proslavimo Boga svojim razgovorima, svojom istrajnošću u svetosti. Niko ne može na temelju Pisma da zloupotrebi ovu doktrinu ili da je optuži za bilo kakvu sklonost prema zlu. Svi koji bi to pokušali, ostaju bez odgovora.« (Matthew Henry Concise Commentary, WORD search 7)

## **DOVRŠITI TRKU U VERI (2. Timotiju 4,7; Jevrejima 11,6)**

Bez vere u Boga mi ne možemo da dovršimo trku. Pavle to naglašava jer je sam održao veru, istrčao trku i nagrada očekuje njega i sve koju su trku trčali kao i on. Fizički i duhovno govoreći, Pavle priznaje da je bio stvoren s jedinom svrhom da trči trku u kojoj će se okušati njegova vera i fizičko biće. Verom, on je istrčao svoju trku i odrekao se sebe. Verom, završio je trku i zahteva nagradu.

### **Same reči bez dela neće nas nikuda odvesti.**

Razmislimo o tekstu u Jevrejima 11,6: »Doći Bogu ima dve pretpostavke: (1) čovek mora da veruje da postoji Bog i onda (2) da veruje da Bog nagrađuje one koji ga iskreno traže. Verovati da Bog postoji je samo početak; čak i demoni veruju u Božje postojanje (Jakov 2,19.20). Bog se neće zadovoljiti samo priznavanjem Njegovog postojanja. On želi lični, dinamički odnos s tobom, odnos koji će preobraziti tvoj život.« (Life Application Concise New Testament Commentary, WORD search 7)

## **ODGOVORITE:**

1. Da li si sam iskusio život vere koji bi se mogao uporediti s trčanjem trke ili s nekim drugim fizičkim poduhvatom?
2. Kada ne obavljamo fizičke vežbe, naši mišići slabe. Na isti način, kada ne vežbamo svoju veru u Boga, ona postaje slaba. Da li vežbate svoju veru? Kako često vežbate svoju veru?
3. Fizičko vežbanje i zdrava ishrana su vrlo važni. Međutim, sami po sebi, oni nam ne daju večni život. Samo naša vera u Isusa to može. Zašto je tako važno da shvatimo tu razliku?
4. Zašto nije dovoljno verovati u 28 osnovnih verovanja naše Crkve?

*Nataniel Tan, Republika Singapur*

»Čisti vazduh, umerenost, odmor, vežbanje, odgovarajuća ishrana, upotreba vode, poverenje u božansku silu – to su pravi lekovi. Svaki čovek treba da ima znanje o prirodnim lekovitim sredstvima i kako se ona primenjuju.« (Elen G. Vajt, *U potrazi za boljim životom*, str. 67)

## **Mi se moramo suočiti s nevidljivim neprijateljima.**

»Nikadani je previše podsećati da zdravljenje zavisi od slučaja. Ono je posledica poslušnosti zakonima. Ovo pravilo priznaju suparnici u atletičarskim disciplinama i oprobavanju snage. Ti ljudi obavljaju najbrižljivije pripreme. Oni se podvrgavaju temeljitom treningu i stro-

goj disciplini. Svaka telesna navika se pažljivo podešava. Oni znaju da zanemarivanje, preterivanje ili nebriga kojom bi se oslabio bilo koji organ ili telesna funkcija, donosi poraz.

Koliko je tek važnija takva vrsta brižljivosti da se osigura uspeh u borbi života! Bitka u kojoj učestvujemo nije samo prividna. Mi se borimo u ratu koji izaziva večne posledice. Mi se moramo suočiti s nevidljivim neprijateljima. Zli anđeli pokušavaju da zavladaju svakim ljudskim bićem. Sve što ugrožava zdravlje ne samo da umanjuje životnu snagu već slabi i mentalne i moralne sposobnosti. Popuštanje bilo kojoj nezdravoj navici otežava čoveku da prepozna razliku između dobra i zla, i da se usprotivi zlu. Ono povećava opasnost od neuspeha i poraza.« (Isto, str. 68)

»Sve što umanjuje fizičku snagu slabi i um i čini ga manje sposobnim da razlikuje između onoga što je pravo i onoga što je pogrešno. Mi postajemo manje sposobni da izaberemo dobro i imamo manje snage volje da činimo ono što znamo da je pravo.« (Elen G. Vajt, *Vaspitanje*, str. 187)

»Vi shvatate, zar ne, da ste vi hram Božji, i da je sam Bog prisutan u vama? Niko se neće provući bez kazne ako ošteti Božji hram, možete zaista biti sigurni u to! Božji hram je svet – a vi ste, imajte to na umu, Njegov hram« (1. Korinćanima 3,16.17, prema engleskom).

## **ODGOVORITE:**

1. Objasni zašto fizička slabost i nesposobnost vrlo često znači isto što i »oštećenje« Božjeg hrama!
2. Koje tri male promene možeš da učiniš u toku ove sedmice kojima bi označio da si krenuo putem popravljavanja zdravlja i fizičkog osposobljavanja?

*Fejt Toh, Republika Singapur*

Treća knjiga Mojsijeva je knjiga koju mnogi smatraju nevažnom za savremeno društvo. Međutim, kada istražujemo biblijske razloge za duhovnu i fizičku osposobljenost, uskoro otkrivamo da ta knjiga nije toliko zastarela koliko smo isprva mislili. U stvari, ona čak može da bude mnogo savremenija nego što bismo uopšte mogli i zamisliti.

Levitski zakonik je samo jedna od pet Mojsijevih knjiga. Ona je prvenstveno napisana kao knjiga zakona, s malim istorijskim delom. Ona je deo mojsijevskog zaveta koji je Bog sklopio sa Izrailjem, zaveta koji je govorio da će se Bog starati o svom narodu sve dok narod bude poštovao Njegove zakone. Mnogi delovi knjige bave se ponašanjem sveštenika u Mojsijevo vreme. Međutim, ima mnogo delova koji imaju veliku praktičnu vrednost i za nas danas.

U jedanaestom poglavlju knjige Bog govori o čistoj i nečistoj hrani. U toku stoleća hrišćanske Crkve, mnogo toga je zanemareno kao nevažno i zastarelo. Međutim, nauka sve više i više otkriva činjenice koje potvrđuju da su Božji zakoni stvarno korisni. Tekst u 3. Mojsijevoj 11,7.8 kaže da svinja nije za ljudsku ishranu. Danas, Svetska zdravstvena organizacija ima stroge smer-nice za izvoz svinja, jer nose veliku opa-snost od raznih bolesti. Druge vrste mesa, zabranjene propisima ove knjige, kao što su školjke i druga morska hrana, takođe su nosioci mnogih bolesti.

## **Kada je reč o zdravom načinu života, Biblija je zaista stolecima ispred svoga vremena.**

Kada je reč o zdravom načinu života, Biblija je zaista stolecima ispred svog vremena. Mnogo pre nego što su naučnici shvatili zdravstvene blagodati biblijske ishrane, Bog je već poučio svoj narod kako da se pravilno hrani i živi. U 3. Mojsijevoj 11,45 Bog nas poziva da budemo sveti, zato što je On svet. Time je obuhvaćeno sve što jedemo, pijemo i činimo. Bog nam je dao takve zakone da bismo bili srećni. On nam daje savete kako da živimo ispravno, tako da naša tela budu zdrava. Mi ćemo moći da mnogo više uživamo u životu kada živimo u skladu s Njegovim pravilima.

### **ODGOVORITE:**

1. Koje namirnice, u skladu s biblijskim načelima jedanaestog poglavlja 3. knjige Mojsijeve, treba da izbacimo iz svoje ishrane?
2. Na koji način bi trebalo da promeniš svoju ishranu da bi poslušao Božja načela ishrane?

Mnogi naučnici veruju da postoji veza između našeg duhovnog i našeg telesnog zdravlja. Istraživanja su pokazala da su bolesnici, oboleli od raka, sposobniji da se odupru bolesti ukoliko veruju u Boga.

Čuda izlečenja bolesnika od smrtonosnih bolesti prijatno su iznenađivala lekare koji su već govorili članovima porodice da se pripreme za smrtni ishod.

Često stres i depresija u životu počivaju na činjenici da smo se udaljili od Boga. Osim toga, kada ne vodimo brigu o svom telu uviđamo da smo postali i vrlo loši Božji ambasadori. Ne samo da nam nedostaje snage da uspešno obavljamo svoje poslove već postajemo i loši primeri Njegovog »života u obilju« (Jovan 10,10).

Isus je rekao da je On čokot, a da smo mi loze. I zato moramo da ostanemo u vezi s Njim kao izvorom svoje snage. Treba da budemo fizički osposobljeni da izvršavamo Njegove naloge, da idemo kuda nas On vodi, da jasno pokazujemo da biti hrišćanin znači izabrati zdraviji put života. Prema tome, kako da postanemo jake loze?

Druži se sa Isusom svakoga dana. On nas poziva da tražimo Njegove mudrosti, da razmišljamo o Njegovoj Reči, da se oslanjamo na Njegovu snagu. A za uzvrat, On obećava da će nam dati sve što nam je potrebno (1. Dnevnika 28,9; Matej 6,33).

## **Isus želi da budemo na blagoslov onima s kojima živimo.**

*Trči istrajno.* Pisac Poslanice Jevrejima nam hrabri: »S trpljenjem da trčimo u bitku koja nam je određena« (Jevrejima 12,1). Da bismo to mogli, treba da budemo fizički, duhovno i mentalno osposobljeni. Treba da vežbamo mišiće svoje vere da bismo izdržali nevolje s kojima ćemo se suočiti. Iako naš trening može da bude bolan i malo ugodan, on će dovesti do »žetve u pravедnosti i miru« (Jevrejima 12,11).

*Budimo svetlost!* Isus je videlo svetu, i On želi da Njegovu svetlost odnesemo svima oko nas. I dokle god ostanemo povezani sa čokotom, pozvani smo da donosimo rod. Isus želi da budemo na blagoslov onima s kojima živimo. On želi da donosimo svetlost i ohrabrenje ljudima koji su izgubili nadu i mir i onima koji su uplašeni. Naša vertikalna veza sa Bogom osposobiće nas da se horizontalno povežemo sa svojim bližnjima. Radost zajedništva s Njim obasjaće nas zdravim sjajem i duhovno i fizički (Jovan 8,12; 15,2).

*Džimi Kvek, Republika Singapur*

Imam prijatelja koji se hrani isključivo voćem. On kaže da je svaka druga hrana osim voća veoma štetna po zdravlje. Kada nas vidi da jedemo bilo šta drugo, grdi nas i drži nam predavanje o zdravoj ishrani i čuvanju tela za Božje delo. Taj moj prijatelj pripada mojoj Crkvi.

Drugi moj prijatelj je toliko savestan da radi dovoljno vežbi da šeta i svoga psa jedan sat svakoga dana. Vitak je i zdrav. Vrlo je strogi vegetarijanac, ne upotrebljava ni začine u svojoj hrani zato što Duh proroštva upozorava i na to. Brz je da ukorava druge ili da obaveštava one koji imaju ono što on smatra nezdravim navikama.

### **Kako definišemo sebe?**

Brz pogled na njihove prehrambene navike i vreme koje posvećuju vežbanju pokazuje da je reč o odanim sledbenicima Hristovih zdravstvenih načela. Međutim, da li je to sve na šta treba obratiti pažnju u našem odnosu s Njim? Kako definišemo sebe? Kao revnitelje koji idu unaokolo opominjući druge ljude, čineći da se neugodno osećaju samo zato što su odlučili da pojeduju sendvič s kajmakom?

Pobožni vernici se prepoznaju po svojim rodovima – rodovima Duha. Taj izraz je biblijski izraz koji sabira devet vidljivih atributa pravog hrišćanskog života. Prema našem prevodu Svetog pisma to su: ljubav, radost, mir, trpljenje, dobrota, milost, vera, krotost i uzdržanje. Mi znamo na temelju Pisma da to nisu pojedinačni rodovi koje možemo izabrati i uzbrati. U stvari, u pitanju je jedan rod s devet faseta, koje predstavljaju karakteristike onih koji zaista hode u Duhu Svetome. Zajednički posmatrano, to treba da budu karakteristike svih hrišćana koje se ogledaju u njihovom životu zahvaljujući pomoći Svetoga Duha.

Tekst u 1. Timotiju 4,8 nas izveštava: »Jer telesno obučavanje malo je korisno, a pobožnost je korisna za svašta, imajući obećanje života sadašnjega i onoga koji ide.« Zapazite da ovaj tekst ne kaže da je vežbanje nekorisno! On kaže da je vežbanje korisno, ali postavlja prioritete, govoreći da je pobožnost mnogo korisnija!

### **ODGOVORITE:**

1. Da li se uzdržavate da prihvatite neke zdrave navike samo zato što ih preporučuju oni koji vas svojom fanatičnom revnošću odbijaju?
2. Kako da propagirate zdrav način života bez preterivanja i isticanja samoga sebe?

**ZAKLJUČAK**

Bog je naš Stvoritelj i načinio je naše telo da bude hram Njegovog Svetog Duha. Po blagodati, kao nezarađeni dar, mi smo dobili Svetoga Duha, koji nas vodi ka sve većem fizičkom i duhovnom zdravlju. Nama je data i Biblija, kojom se Sveti Duh služi kao priručnikom u staranju oko fizičkog i duhovnog zdravlja i dobrobiti. Kada sledimo biblijske smernice, možemo da živimo duže, zdravije, srećnije. Kada se ne staramo za svoje telo, slabimo sebe fizički i duhovno. Zdrav život obuhvata i fizičko i duhovno blagostanje.

**RAZMISLITE:**

- Nacrtaј ili naslikaj svoju ideju o tome šta je »dobro zdravlje«.
- Napiši šta misliš o tome kako zdrave životne navike utiču na tvoj duhovni život.
- Napiši pesmu ili poemu o tome kako su tvoj život i tvoje telo postali hram Svetoga Duha!
- Razgovarajte kao grupa o tome kako zdravlje utiče na duhovnost. Navedi primere kako si to video u svom životu.
- Hodaj po 30 minuta svakoga dana u toku ove sedmice. Osećaš li se opušteniji? Da li bolje spavaš? Da li već željno očekuješ tih 30 minuta?
- Zatraži od Boga da te vodi ka boljem fizičkom i duhovnom zdravlju i da ti svojim Svetim Duhom pokaže područja na koja treba da obratiš veću pažnju!

**POVEŽITE:**

*Vibrant Life.* «Religion and Health,» Nellie Jones. <http://www.vibrantlife.com/vl/article-81.html> (pristup sajtu 2. aprila 2009).

Elen G. Vajt, *Saveti o životu i ishrani*, 2. poglavlje.

Christian-Living-Site.com. Do You Really Understand That Your Body Is The Temple Of God? <http://www.christian-living-site.com/Temple-of-God.html> (pristup sajtu 2. aprila 2009).

Čendler Rajli, Lorel, Meriland, SAD

# Pouka 4

---

Od 17. do 24. aprila 2010.



## Voda života

»A koji pije od vode koju ću mu ja dati, neće ožedneti do veka; nego će voda koju ću mu ja dati biti u njemu izvor vode koja teče u život večni.«

(Jovan 4,14)

»Voda, voda, na sve strane, a ni kapi za piće!« Ova rečenica iz poeme Semjuela Tejlora Kolridža, *Stih staroga mornara*, odjekuje od čežnje i prenosi duboku potrebu čoveka za vodom.

Voda izgleda kao nešto vrlo jednostavno. Hladna, bistra voda nema kalorija, a često ni ukusa. Obično je smatramo nečim što se samo po sebi podrazumeva, i obično je ne uzimamo u dovoljnim količinama. Međutim, u trenutku kada više nemamo pristupa vodi, ne možemo više da mislimo ni na šta drugo osim na punu čašu hladne vode.

Naše telo je sastavljeno od sedamdeset procenata vode. Naše telo može da preživi 50 do 80 dana bez hrane, ali prosečno samo tri dana bez vode. Dehidracija dolazi brzo i mi počinjemo da osećamo sve vrste fizičke iscrpljenosti kada ostanemo bez vode.

U celoj Bibliji bezbrojni tekstovi govore o vodi. Ponekad se ona spominje kao sredstvo za čišćenje (Noje prilikom Potopa). Drugi put se Bog stara da prorok u bekstvu dobije dovoljne količine vode za piće (Ilija na potoku). Bog se poslužio vodom Nila da pošalje poruku tvrdovratom Faraonu. Isus je običnu vodu pretvorio u najbolje piće na svadbenoj svečanosti. Žena Samarjanka se suočila sa svojom potrebom za vodom života na studencu koji je bio izvor vode celom selu. Upravo na tom mestu Isus je obećao vodu od koje Njegovi učenici više nikada neće ožedneti.

### **Voda izgleda kao nešto vrlo jednostavno.**

Stvoritelj je mogao da izabere neki drugi fizički prekrivač za ovaj svet. Umesto toga, odlučio je da pokrije 72 posto zemljine površine vodom. Hristos je ženi na studencu rekao da će uprkos svoj toj količini vode biti žedna ukoliko ne dobije svakodnevni pristup Vodi života.

Koliko puta pijete čašu vode ne razmišljajući o Vodi života i šta ona svakodnevno znači za vas? U toku ove sedmice, proučavaćemo izveštaje o vodi u Bibliji i njen uticaj na naš svakodnevni život. Setite se vode u krstionici kada ste imali priliku da operete svoje grehe! Mislite o tome koliko bi suh i težak bio vaš život bez Vode života koju ste dobili kada ste pošli za Hristom.

Nemojte prolaziti kroz život s vodom, s vodom na sve strane, a da ni kap ne popijete! Pijte obilno već danas sa izvora Vode života.

*Dina Bartel-Vagner, Spenserport, Njujork, SAD*



## TEČE LI OBILNO ILI SAMO KAPLJE?

*DOKAZ (1. Carevima 1,45; 2. Carevima 20,20; 2. Dnevnika 32,30; Jovan 9,1-12)*

# Ne

Jerusalim je izgrađen na brdu od čvrstog krečnjaka. Ispod krečnjaka su karstne pećine koje je iskopala podzemna voda koja teče iz izvora Giona. Gion predstavlja jedini gradski izvor vode za piće. On se u Bibliji spominje nekoliko puta, a posebno u vreme pomazanja cara Solomuna za cara nad izabranim narodom (1. Carevima 1,45). U Poslanici Jevrejima ime Gion znači »izvor koji obilno teče«. Voda iz ovog izvora ne teče uvek jednako obilno. Količina vode zavisi od godišnjeg doba i količine kiša.

Izvor se napaja podzemnom vodom, koja se prikuplja u podzemnim pećinama. Kada se pećine napune, voda se podiže do površine i stvara jezero. Voda onda teče iz pećine i sliva se u Kedronsku dolinu, omogućavajući bilju da raste. Biblija govori o tom području kao o »carskom vrtu« (2. Carevima 25,4; Nemija 3,15).

Pošto se izvor Gion nalazi izvan grada Jerusalima, u slučaju napada neprijatelja snabdevanje vodom biva ugroženo. Gradski stanovnici služili su se jednim prirodnim podzemnim vodovodnim sistemom koji se danas naziva »Vorenov prokop«, jer ga je 1867. godine otkrio arheolog toga imena prilikom arheoloških iskopavanja. Taj prokop omogućuje ljudima da ispod zemlje priđu izvoru i uzimaju vodu, služeći se užetom, ne napuštajući pri tom zaštitne gradske zidine.

Voda sa izvora Giona tekla je i Jezekijinim tunelom do jezera Siloam. Na to jezero je Isus poslao slepog čoveka da se izleči (Jovan 9,1-12). Jezekijin tunel bio je prokopan za vreme vladavine cara Jezekije i spominje se u 2. Carevima 20,20 i u 2. Dnevnika 32,30. Kada je asirska armija zapretila napadom, bio je prokopan ovaj tunel, a podignute su i nove gradske zidine. Zahvaljujući ovim promenama, jezero Siloam se našlo s unutrašnje strane jerusalimskih utvrđenja.

**Gradski stanovnici  
služili su se jednim  
prirodnim podzemnim  
vodovodnim sistemom.**

### ODGOVORITE:

1. Kako voda koja kaplje sa izvora Gion predstavlja ulogu koju Voda života treba da ima u životu hrišćanina?
2. Služeći se istorijskim činjenicama, kao što je izgradnja Jezekijinog tunela i jezera Siloam, kako biste parabolu o Vodi života, koju nam Hristos nudi, preneli nekom prijatelju?

*Džordan Vagner, Spenserport, Njujork,  
Jordan Wagner, Spenserport, New York, U.S.A.*

**MOLIM VAS VODE, A NE LEDA!**

LOGOS (1. Mojsijeva 2,10; Isaija 40,31; Matej 9,2-7;  
Jovan 4,1-26; 9,1-11; Rimljanima 6,1-6.)

**»VODA, VODA NA SVE STRANE!« (Jovan 4,14)**

Vode zaista ima na sve strane, tako da je skoro bespredmetno govoriti o njoj. Razume se, svako zna šta je voda i šta ona čini. Jedini ljudi kojima je zaista neophodno da je proučavaju jesu molekularni biolozi koji žele da razumeju građu, primenu i ulogu najsitnijih od najsitnijih čestica vode. Na drugoj strani spektra, bilo bi zaista zanimljivo proučavati dubinu najdubljeg rova u okeanu i svetleće ribe koje u njemu žive. Međutim, kada mudri ljudi koji sve to proučavaju budu došli do kraja svoga istraživanja, oni će nas sigurno o tome obavestiti preko televizije, zar ne?

Pretpostavljajući da je Bog načinio vodu zajedno sa svim ostalim materijama koje je stvorio, zašto je baš voda najobilnija i najprepoznatljivija, bar gledano iz svemira? I zašto trošimo toliko vremena i novca tragajući za njom na mestima kao što je Mars? Već spomenuti mudri ljudi kažu nam da je voda najbitnija i najpotrebnija materija za održanje života. U Božjem svemiru nema slučajnosti. On je mogao da načini svemir po svojoj volji i da mu postavi koje god želi zakone, a On ga je ipak načinio ovakvog kakvog ga vidimo.

Prema tome, šta je Isus hteo da kaže kada je rekao ženi na studentu: »A koji pije od vode koju ću mu ja dati, neće ožednjeti do vijeka; nego voda što ću mu ja dati biće u njemu izvor vode koja teče u život vječni« (Jovan 4,14). Očigledno je ova žena živela dugo vremena bez vode koju joj je Isus nudio. Ona se i udavala pet puta bez Isusove vode. Možda se upravo tu krije razlog što se toliko trudimo da nađemo takvu vodu!

**DVOSTRUKO ZNAČENJE VODE (1. Mojsijeva 2,10-14)**

Voda je fizička, ali i duhovna (simbolička) pojava. Njome se služimo da održavamo higijenu. Kada to činimo, ne samo da izgledamo lepše, već sprečavamo i pojavu bolesti. Mi možemo doslovce da isperemo sve ono što bi nam moglo naškoditi ili što nam škodi. Iznutra, održavajući vlažnost tela, onogućavamo svojim organima da prikupljaju, pročišćavaju i izbacuju strana mikroskopska tela i istrošene ćelije organizma.

Duhovna voda nas čisti od većno smrtonosnih uticaja greha. Duša koja se poveže sa Izvorom žive vode postaje čista zahvaljujući stalno obnavljanom delovanju Svetoga Duha.

Kada tekst u 1. Mojsijevoj 2,10-14 govori o reci koja je tekla iz Edema, on kaže da se delila u četiri dela od svog izvora na bezgrešnom području. Na isti način kao što četiri vetra predstavljaju četiri kraja sveta, ove četiri reke mogu da predstavljaju zdravlje i duhovno čišćenje koje se proteže na sva četiri kraja

sveta. Čak i danas se u Indiji veruje da postoje reke koja dolaze od bogova, reke koje »oslobađaju čoveka od svih njegovih greha i čine ga čistim, samo ako ih pogleda«. Ova verovanja potiču iz najstarije indijske književnosti. Nije nezamislivo da su prvobitno bile nadahnute biblijskim izveštajem u drugom poglavlju 1. Mojsijeve.

## **PRAVI IZVOR VODE (Jovan 4,12; 1. Korinćanima 10,4)**

Isus je izvor vode života (Jovan 4,12; 1. Korinćanima 10,4). »Molitva će pred Gospoda nad vojskama izneti Isusove rane, a onda će iznova poteći životodavna krv, simbolički predstavljena vodom života.« (PP 411) Na sve strane vidimo vodu – u morima i rekama, u pari u atmosferi, čak iza membrane svake ćelije našeg tela – i treba da se setimo da je spasonosna, isceljujuća blagodati Isusa Hrista upravo tamo, spremna da nam pokloni isceljenje od greha i bolesti koje greh izaziva u nama. Mi se ne možemo odvojiti od te vode i ostati živi. Mi se ne možemo odvojiti od Isusove blagodati i ostati živi duhovno.

Voda krštenja je bila određena da nam pruži upravo tu pouku. Vodeni grob (Rimljanima 6,1-6) ima fizičku snagu da ubije; ali on nosi u sebi i obećanje o isceljenju za večni život. To je sveobuhvatna priroda vode. Odbacujući predrasude, osoba koja se krštava želi da se pokvasi. I tako, spajajući fizički i duhovni aspekt vode, Bog nas uči da je voda jedan od nezaobilaznih elemenata dobrog zdravlja – voda iznutra, i voda spolja.

Snaga Isusovog obećanja u Jovan 14 vidi se dok On govori o odnosu između sebe i Oca i Svetoga Duha. Njihova zamagljena razgraničenost čini da postaje skoro nemoguće prepoznati gde jedan prestaje a gde drugi započinje. U 17. stihu, Isus je obećao Svetoga Duha koji će »živeti s vama i biti u vama«. Isus ne želi da samo bude s nama, već u svakoj ćeliji našeg fizičkog i duhovnog bića. On čezne da bude sveprisutna komponenta koja se vidi iznad svega, bilo da nas ljudi gledaju u prolazu ili detaljno, kako bi odredili izvor i funkciju naših stremljenja u životu. Naš odnos s Njim treba da bude tako blizak da više nema razlike između nas. A onda će On kazati: »Jer ja živim, i vi ćete živeti!« (Jovan 14,19).

Imate li vode?

**Imate li  
vode?**

*Gari Vagner, Spenserport, Njujork, SAD*

Jedan od darova koje je Bog dao ljudskom rodu prilikom stvaranja Zemlje bio je da se postara za obilje vode. On nas je stvorio tako da osećamo potrebu za vodom i iznutra i spolja. Bez nje, mi ne bismo dugo potrajali. Kao hrišćanima, nama je svakoga dana potrebna živa voda koju proučavanje Biblije i molitva donose u naš život.

»U zdravlju i u bolesti čista voda je jedan od najizabranijih blagoslova Neba. Njena pravilna uzpotreba unapređuje zdravlje. To je piće za koje se Bog postarao da gasi žeđ i čoveka i životinje. ...

**»Onaj koji pije od  
žive vode postaje  
izvor života.«**

»Osvežavajuća voda, koja izvire u goloj i ispucaoj zemlji, čini da procveta pustinja i teče da donese život onima koji propadaju, čisteći, osvežavajući i oživljavajući dušu.« (Ellen G. White, *My Life Today*, str. 139)

»Onaj koji čezne da ugasi svoju žeđ na izvorima ovoga sveta napiće se samo da bi opet ožedneo. Na sve strane ljudi ostaju nezadovoljni. Oni čeznu za nečim što će zadovoljiti potrebe duše. Samo Jedan može da zadovolji tu potrebu. Potreba sveta, 'Čežnja svih naroda', jeste Hristos ... Isus ne podupire misao da je primaocu dovoljan samo jedan gutljaj vode života. Onaj koji okusi Hristovu ljubav nastaviće da čezne za njom i neće tražiti ništa drugo osim nje. Bogatstva, časti, zadovoljstva ovoga sveta neće ga privlačiti. Stalna želja njegovog srca biće: 'Više Tebe, Gospode!' A Onaj koji je duši pokazao njenu potrebu, čeka da zadovolji njenu glad i njenu žeđ.« (Elen G. Vajt, *Čežnja vekova*, str. 145)

Nama je obećano da ćemo svakodnevnim uzimanjem žive vode i sami postati kao izvori, deleći sa drugima neophodno osveženje.

»Onaj koji pije od žive vode postaje izvor života. Primalac postaje davalac. Hristova blagodat u duši je kao izvor u pustinji, koji izvire da bi osvežio sve, čineći da i oni koji su na ivici propasti požele da piju vodu života.« (Isto, str. 153)

**ODGOVORITE:**

1. Kad pijemo od vode života, mamljenja ovog sveta trebalo bi da nam sasvim prirodno postanu manje privlačna. Ako je to područje na kome vodite bitku, kako se možete izboriti da vas svet ne odvuče?

*Ešli Trekartin, Loma Linda, Kalifornija, SAD*

## LEČITI DUHOVNU DEHIDRIRANOST

PRIMENA (Matej 6,34; Jovan 4,1-26; Efescima 6,11; 1. Petrova 5,8)

Sr

Ako prestanete da pijete vodu samo jedan dan, dovoljno je da dobijete glavobolju i vrtoglavicu. Ako nastavite da ne pijete, krvotok do vitalnih organa postaće usporen a vaše mentalne sposobnosti smanjene. Šta će se dogoditi ako hrišćanin prestane da pije vodu života koju mu Hristos nudi?

Novine izveštavaju o ljudima koji su se izgubili u šumama. Njima je nestalo vode bez obzira na prethodno iskustvo, pa su morali da piju zagađenu vodu da bi opstali u životu. Razboleli su se ipak nešto kasnije. Ukoliko nisu bili na vreme pronađeni i spaseni, morali su da umru.

Ako primenimo ovaj scenario na hrišćanina koji se izgubio u svetu i ostao bez žive duhovne vode, kraj će biti vrlo sličan. Takav čovek postaje uplašen i očajan, pokušava da pije bilo šta samo da bi opstao. Usredsređujući se na svoje kratkoročne instinktivne potrebe umesto na biblijska načela, takav pije »zagađenu vodu« iz svetovnih izvora. Ako ostane u takvom stanju, sigurno će umreti duhovno.

Prema tome, kako da sprečimo takvo stanje?

*Pripremaj se za svaki dan života!* Isus kaže: »Dosta je svakom danu zla svoga« (Matej 6,34). Ako ne budemo pili dovoljno duhovne vode, bićemo slični izgubljenom čoveku koji je ostao bez dovoljno čiste vode. Prema tome, »budite trezni i pazite, jer suparnik vaš, đavo, kao lav ričući hodi i traži koga da proždere« (1. Petrova 5,8). Kada svakoga dan krećete u život, budite spremni! Ne ostavljajte svoj dom ne napivši se dovoljno duhovne vode. Kada izađete, ponesite nešto vode sa sobom, jer vam se može dogoditi da skrenete s puta. Imajte na umu, čak iiskusni ljudi mogu da se izgube.

**Ako ostane u takvom stanju, sigurno će umreti duhovno!**

*Budite oprezni.* Pavle nam savetuje da se obučemo » u sve oružje Božje da biste se mogli održati protiv lukavstva đavolskoga« (Efescima 6,11). Pijte svakoga dana i pijte dovoljno vode života koju vam samo Isus može dati. Samo tako ćete imati u sebi »izvor vode koja teče u život večni« (Jovan 4,14).

*Imajte na umu simptome duhovne dehidriranosti:* lutanje bez cilja, zabrinutost bez nade, u iskušenju bez izlaza, zaokupljenost svetovnim poslovima, odbojnost prema duhovnim savetima.

ODGOVORITE:

1. Kada si bio duhovno dehidriran? Kako si se ponašao?
2. Kako da donesemo olakšanje onima koji čak i ne znaju da su duhovno dehidrirali?

*Džejson Hamel, Ročester, Njujork, SAD*

Isus priznaje naše fizičke potrebe. Njegova zemaljska služba bila je puna čuda koja su zadovoljavala takve potrebe. On je lečio mnoštvo teških bolesnika i davao hranu mnoštvu ljudi i žena. Drugi deo Njegove misije, međutim, bio je čak i važniji od toga. On je ljudima nudio vodu života. Video je da su duhovno znanje i spasenje još mnogo potrebni narodu od zadovoljavanja telesnih potreba. Ipak, nije zanemarivao nijednu od njih.

Kada volimo Boga i uspostavimo odnos s Njim, mi želimo da o tome govorimo i drugim ljudima. Pošto smo postali svesni svoje vrednosti u Božjim očima, znamo da su i drugi ljudi vredni spasenja i ljubavi. Svi ljudi, bez obzira kako su obučeni i gde se nalaze, imaju neizmernu vrednost pred našim Stvoriteljem.

### **Održati neku dugu propoved gladnom čoveku neće doneti mnogo dobra.**

Mi imamo znanje koje može da spase živote isto tako sigurno kao što je to činio neki legendarni supermen ili neki vešti posrednik koji je pregovaranjem spasao život zarobljenika. Sudbina ljudskog roda je sigurna smrt.

Spasonosni odgovor na taj problem jeste prihvatanje Isusa Hrista kao Gospoda našeg života i našeg srca. Kada to učinimo, postajemo osposobljeni da i druge vodimo Hristu.

Da li je dovoljno donositi hranu beskućnicima ili dati prilog da im se kupe namirnice? Hristos želi da se staramo o svojim bližnjima! Mi nismo pozvani da živimo izolovano. Sam Hristos je uravnotežavao svoju službu zadovoljavajući telesne i duhovne potrebe onih koji su dolazili k Njemu. Održati neku dugu propoved gladnom čoveku neće doneti mnogo dobra. Ali, kao što je to Hristos činio, treba da pružimo ruku i da pomognemo drugima. Mi treba da volimo svoje bližnje onako kako je Hristos pokazao da voli nas i njih. Prvo nešto učini, a onda govori o Njegovoj ljubavi i kaži ljudima gde je mogu naći.

### **ODGOVORITE:**

1. Šta si učinio da zadovoljiš fizičke potrebe bližnjih? Koje si duhovne potrebe nastojao da zadovoljiš?
2. Moli se da te Bog pozove na posao. Ona budi spreman da činiš sve na što te Bog pošalje, da pomažeš duhovno ili fizički.
3. Da li si dobio fizičke vode i duhovne vode u svom životu?
4. Kakva je to voda koja teče u život večni o kojoj Isus govori u Jovanu 4,14?

## DOĐITE NA VODU!

ISTRAŽIVANJE (Dela 17,24)

Pe

### ZAKLJUČAK

Voda je najobilnije zastupljen element na Zemlji i svakako najvažniji. Ratovi su bili vođeni oko vode. Dok je fizička voda bitna za fizičko zdravlje i blagostanje, duhovna voda koja je ponuđena ljudskom rodu putem života, smrti, uskrsenja i uznesenja Isusa Hrista nije samo uključena u nečije fizičko zdravlje, već je bitan sastavni deo večnog života. Kada obilno pijemo »vodu života« – Isusa Hrista – gasimo svoju žeđ i sada i za večnost. Mi time postajemo i izvori na koji dolaze naši bližnji da piju.

### RAZMISLITE:

- Nađi neki potok ili vodopad. Posmatraj njegov tok. Zatraži od nekog prijatelja da te snimi dok čitaš tekst iz Otkrivenja 22, obraćajući posebnu pažnju na 17. stih.
- Rasporedi sledeće aktivnosti prema tome koliko zadovoljavaju tvoju duhovnu žeđ, od najmanje do najveće: (1) duhovna muzika, (2) hrišćanski prijatelji, (3) proučavanje Biblije, (4) svedočenje, (5) pobožna literatura, (6) služba bližnjima.
- Seti se nekih trenutaka u svom životu kada ti je neki tekst iz Biblije poslužio kao uteha. Opiši to iskustvo i podeli ga s prijateljima.
- Napiši kratku pesmu o Isusu kao Vodi života, služeći se sledećim rečima: voda, život, Isus, čišćenje, lečenje, žeđ. Reči poredaj prema svom nahođenju.
- Pročitaj tekst u Jovanu 4,13.14 i razmišljaj o njemu. Šta će se, prema Isusovim rečima, dogoditi sa onima koji budu pili vode koju On nudi? Da li je tvoj život izvor koji teče u život večni? Ima li tvoj život pozitivan uticaj na ljude oko tebe?
- Razmisli o sledećem: ako ne možemo da postojimo bez vode više od tri dana, koliko će potrajati naš duhovni život ako prestanemo piti vodu života – Isusa Hrista?
- Započni svoj duhovni život svakoga dana time što ćeš odvojiti vreme za čitanje i proučavanje Njegove Reči, Biblije. Zasadu neku biljku kao uspomenu na taj početak i zalivaj je svakoga dana.

### POVEŽITE:

*Čežnja vekova*, 19. poglavlje.

Max Lucado, *Come Thirsty*, poglavlja 1–3.

*Dvejn Esmond, Hedžesvil, Zapadna Virđžinija, SAD*

# Pouka 5

---

Od 24. aprila do 1. maja 2010.



## Naša životna okolina

»Gospodnja je zemlja i što je god u njoj,  
vasiljena i sve što živi na njoj.«

Psalam 24,1.



Stigla je na obalu Aljaske. Zelena plastična flaša soda-vode, bačena možda na plaži La Jola na obali Kalifornije, ležala je zajedno sa ostalim smećem na pesku ostrva Svetog Lorenca na severu Beringovog mora. Aljaska i ostale severne teritorije trpe zagađenje koje potiče iz dalekih krajeva. Danas, sve više i više ljudi baca svoj otpad na sve strane, ne misleći o šteti koju nanose životnoj sredini. Kada sam joj ispričao o flaši, jedna od mojih koleginica sa seminara mi je odgovorila: »Zabrinuta sam zbog polarnih medveda!« Svi bi morali da budu zabrinuti! Životinje trpe zbog naših nemarnih postupaka. Da, Zemlja, uprkos svim našim pogreškama, mora da se stara da zadovolji sve potrebe svih svojih stanovnika!

Nemarna upotreba prirodnih izvora svaka-ko će nam se osvetiti. Naučnici predviđaju manjak hrane i vode u bliskoj budućnosti. Kažu da bismo morali da se kraće tuširamo, da kupujemo manje hrane, da čuvamo prirodne izvore, reciklirajući ih mnogo više, da se vozimo manje. U jednom govoru na Univerzitetu Endrus, dr Metju Slit je rekao da bi prosečna osoba morala da smanji potrošnju goriva na polovinu, i da mnogo češće ostavlja svoja kola u garaži. Takvo ponašanje ne samo da bi smanjilo zagađenje već bi pomoglo da se prirodni izvori pravednije rasporede među zemljama i narodima.

Zemlja sadrži mnoge znamenitosti kao što su Veliki kanjon, Veliku koralnu barijeru, pa čak i beskrajnu pustinju Saharu. Zar ne bi bilo tragično kada bi sve te lepote bile unakažene otpacima, kojima bismo mi zagadili čisti sjaj Božjeg dela stvaranja? Bog je stvorio Zemlju za nas, da bismo je s ljubavlju i pažnjom održavali. Kao Njegova deca, mi smo odgovorni za dragocene darove koje nam je dao. Ja moram da preuzmem odgovornost za sebe, ne samo da budem dobar građanin već i da učinim svoj deo da se domaće smeće uklanja i životna sredina održi u zdravom stanju.

Tekst u Psalmu 24,1 kaže da zemlja pripada Gospodu. Zašto se, onda, tako nemarno odnosimo prema njoj? Mi treba da preuzmemo odgovornost da kao Njegovi pristavi upravljamo Njegovim svetom i Njegovim blagom. I polarni medvedi imaju pravo da imaju svoj dom u kome će živeti. Životna sredina je dar koji smo dobili od Boga, pa je naša dužnost da je štitimo do Njegovog dolaska. Ta odgovornost je naša tema za ovu sedmicu.

**I polarni medvedi  
imaju pravo da  
imaju svoj dom u  
kome će živeti.**

*Emili Helen Adams, Veli Senter, Kalifornija, SAD*

**IDILIČNO DELO STVARANJA****(1. Mojsijeva 1,1-2,7; Marko 2,27.28; 3,4)**

»I zemlja beše bez oblička i pusta, i beše tama nad bezdanom, i duh Božji dizaše se nad vodom. I reče Bog: neka bude svetlost i bi svetlost« (1. Mojsijeva 1,2.3). Tako je počelo Božje čudesno delo stvaranja. Ovih prvih šest dana u istoriji naše Zemlje pružilo nam je vidljivu predstavu Njegove slave i Njegove ljubavi. Psalmista kaže: »Nebesa kazuju slavu Božju, i dela ruku njegovih glasi svod nebeski« (Psalam 19,1). Bog se često povlačio korak unazad da bi gledao ono što je stvorio i onda objavljivao: »I sve beše veoma dobro« (1. Mojsijeva 1,4.10.12.18.21.25.31). Delo stvaranja doživljavalo je svoj vrhunac Subotom, danom druženja sa Bogom i svetom prirode koji je On poklonio ljudskom rodu. Subota, kao i cela Zemlja, stvorena je za naše dobro – da bismo bolje shvatili našeg Stvoritelja i Spasitelja. Bog je nameravao da Subota postane odmor za sve stvoreno, a ne samo za čoveka (2. Mojsijeva 23,10-12).

**ODNOS IZMEĐU LJUDSKOG RODA I ZEMLJE****(1. Mojsijeva 1,26.28; 2,18-24; Matej 25,34-46)**

Prva knjiga Mojsijeva opisuje odnos Adama i Eve prema ostalim delima stvaranja: »I uzevši Gospod Bog čoveka namesti ga u vrtu edemskom, da ga radi i da ga čuva« (1. Mojsijeva 2,15). Jevrejska reč »mišmar« znači »odgovornost«, »dužnost«, »zadatak«. Ta reč ima isti koren kao i reč koja je upotrebljena u 5. Mojsijevoj 18 da se opišu dužnosti levita u Svetilištu. Bog ih podseća da je ta dužnost dragoceni dar, isto onako kao što je bila dragocena i Adamova dužnost da se stara o celoj Zemlji. Ista odgovornost i prednost pažljivog staranja o Zemlji postoji i danas i poverena je nama svima. Zemlja pripada Gospodu (Psalam 24,1), ali je Gospod zastrašujuću odgovornost staranja o njoj poverio nama (Psalam 8,6-8).

Naš odnos prema Zemlji dalje se objašnjava tekstovima koji govore o pristavskoj službi. Isus se bavio ovom idejom u nekoliko svojih parabola. U Mateju 25,14-30 govori nam o čoveku koji je otišao na dugo putovanje, a svojim slugama poverio staranje o svom imanju. Prstav koji je mudro uložio povereni novac i zaštitio interese svoga gospodara bio je nagrađen još većom odgovornošću. Mi svi imamo različite sposobnosti i izvore, i Bog je pokazao da svi treba da činimo što možemo s darovima koje smo dobili, da prema njima postupamo kao dobri prostavi, a posebno prema Njegovom prvobitnom daru – našoj Zemlji (Luka 12,42-48).

U tekstu u Mateju Isus nastavlja da govori o ovcama i jarcima, odnosno o ljudima koji će biti razdvojeni prema tome kako su postupali prema svojim

bližnjima u nevolji (Matej 25,34-46). I ponovo, Isus naglašava misao o dobrim pristavima dobara koja su im poverena.

## **ZEMLJA JE POKVARENA GREHOM (1. Mojsijeva 3)**

Posle ulaska greha, Božja zamisao je bila narušena. Sebičnost je unela sklonost da se dobra zemaljska upotrebljavaju bez nastojanja da se sačuvaju prirodni izvori. Kada su Adam i Eva shvatili da su neodeveni, nabrali su lišća da od njega načine grubu odeću (1. Mojsijeva 3,7). Kasnije je Bog iskoristio prvu životinjsku žrtvu da od njene kože načini trajniju odeću za njih (1. Mojsijeva 3,21). Simbiozni odnos koji je Bog zamislio bio je poremećen.

Božji narod je nastavio da zloupotrebljava Zemlju. Mnogo kasnije u istoriji sveta, i Izraeljci su zloupotrebili zemlju koju im je Bog dao. Njegova zapovest da se zemlji dozvoli subotni odmor svake sedme godine bila je zanemarena. Jeremija kaže da je to bio jedan od razloga što je narod bio odveden u ropstvo (Jeremija 2,7). Kada je narod otišao u ropstvo, zemlja je konačno dobila priliku da se odmori (2. Dnevnika 36,20.21).

Ne samo da naše iskorišćavanje Zemlje šteti njoj samoj, ono šteti i nama i svim živim stanovnicima ove planete. Sada moramo da se brinemo oko izlaganja sunčevim zracima, oko otrovnog smoga, zagađene vode, hemikalija u hrani, i mnogih drugih problema s našom životnom sredinom, problema koje smo sami sebi stvorili.

## **OBNAVLJANJE**

Dokle god budemo živeli na Zemlji, imaćemo i odgovornost da kao hrišćani čuvamo dela Božjeg stvaranja ulažući sve svoje sposobnosti.

Iako će Isus ponovo stvoriti Zemlju kada bude opet došao (Otkrivenje 21,1), tu činjenicu ne smemo koristiti kao izgovor da zanemarimo svoju dužnost. U stvari, Bog je jasno rekao da će doći vreme kada će nagraditi one koji su obavili dobar posao, u šta je sigurno uključeno i staranje o našoj planeti (Psalam 62,12). On izričito naglašava da će kazniti one koji su uništavali Zemlju (Otkrivenje 11,18).

Na Božjoj novoj Zemlji, moći ćemo da vidimo ponovo ideal Božjeg stvaralačkog delovanja, koje više nikada neće biti pokvareno grehom. Bićemo u stanju da kažemo zajedno sa serafimima: »Svet, svet, svet je Gospod nad vojskama, puna je sva zemlja slave njegovе!« (Isaija 6,3)

## **ODGOVORITE:**

1. Koje promene svaki od nas može da unese u svoj svakodnevni život da bi zaštitio Zemlju?
2. Na koji način i dalje možemo da vidimo Božju ljubav i silu u delima stvaranja, iako su pokvarena grehom?

*Kristi Jinglyng, Berijen Springs, Mičigen, SAD*

Šta je Bog mislio kada je rekao Adamu: »Napunite zemlju i vladajte njome« (1. Mojsijeva 1,28). Očigledno je želeo da poštujemo sva dela Njegovog stvaranja, iako smo nadmoćni. Ali, da li treba da potrebama prirode damo prednost pred potrebama čoveka?

## **Bog je naredio svom vernom sluzi Noju da seče stabla u šumi da bi načinio kovčeg.**

Kada je stvorio Adama, Bog ga je postavio da vlada nad celom Zemljom. Očekivao je od Adama da vlada mudro, upravljajući onim što je stvoreno radi zadovoljenja čovekovih potreba. Međutim, posle pada u greh, stanje se promenilo. Ljudski rod i priroda počeli su da se bore oko vlasti. Priroda je pretrpela svoj prvi gubitak kada su Adam i Eva »otkinuli« lišće smokve da načine sebi odeću i kada je jedna životinja bila žrtvovana da bio se načinile pregače za grešni par. Ljudi danas moraju da se služe prirodom da bi preživeli u ovom novom, grehom zagađenom svetu. Bog nikada nije govorio protiv ovog običaja. U stvari, u 1. Mojsijevoj 6,14 Bog je naredio svom vernom sluzi Noju da seče stabla u šumi da bi načinio kovčeg i preživeo Potop koji se spremao. Čak i kada se voda povukla, Noju je bilo rečeno da može da jede meso čistih životinja. Očigledno je, na temelju tih tekstova, da je ljudima dozvoljeno da se služe prirodom da bi zadovoljili svoje osnovne životne potrebe i tako preživeli.

Bog je utemeljio i stari jevrejski sistem prinošenja žrtava, u kome je žrtvovano jagnje predstavljalo Hrista. U mnogim slučajevima, kao što su žrtve paljenice (3. Mojsijeva 6), cela životinja je stavljana na žrtvenik i spaljivana pred Gospodom. Narod je dobio Božju zapovest da uzima život životinjama da bi bolje mogao da shvati buduću Hristovu žrtvu. U stvari, od ljudi se to tražilo da bi ugodili Bogu.

Mi uvek moramo mudro upravljati prirodom, kao što nam je to Bog zapovedio. Bog nam nikada nije dao dozvolu da zloupotrebimo ono što je Njegova stvaralačka sila stvorila. U stvari, Bog jasno kaže da će uništiti one koji zemlju uništavaju (Otkrivenje 11,8). Ali, On sam nam je dao dozvolu da se služimo izvorima koje nam je stavio na raspolaganje, pod uslovom da se njima služimo mudro.

## **ODGOVORITE:**

1. Do koje se mere smemo služiti izvorima koji su nam stavljeni na raspolaganje? Treba li da dozvolimo korišćenje podvodnih izvora nafte i drugih ruda?
2. Kog načela bi trebalo da se držimo da bismo zadržali zlatnu sredinu između korišćenja i nepotrebnog uništavanja prirodnih bogatstava?

*Majkl Ris, Berijen Springs, Mičigen, SAD*

»Kada je Zemlja izašla iz ruke svoga Stvoritelja, bila je savršeno lepa. Njena površina bila je prošarana planinama, bregovima i ravnicama, ispresecana plemenitim rekama i prekrasnim jezerima; ali bregovi i planine nisu bili strmi i nazubljeni, puni užasnih padina i strašnih ponora, kao što su sada; oštre, nazubljene ivice stenovitih formacija su bile prekrivene plodnom zemljom, tako da se na sve strane mogao videti bogati zeleni pokrivač. Nije bilo odvratnih močvara ni golih pustinja. Elegantni žbunovi i nežni cvetovi pozdravljali su oko na svakom koraku. Uzvisine su bile krunisane drvećem, veličanstvenijim od bilo kojega koje danas postoji. Vazduh, nezagađen otrovnim isparenjima, bio je čist i zdrav. Celokupni predeo nadmašivao je lepotom ukrašene prostore i najponosnije palate.« (Elen G. Vajt, *Stvaranje - patrijarsi i proroci*, str. 30)

»Priroda i otkrivenje na isti način svedoče o Božjoj ljubavi. Naš nebeski Otac je izvor života, mudrosti i radosti. Pogledajte čudesna i prekrasna dela prirode! Razmislite o njihovoj zadivljujućoj prilagođenosti potrebama i sreći, ne samo čoveka već i svih živih stvorenja.

Sunčeva svetlost i kiša, koje ulepšavaju i osvežavaju zemlju, bregovi i mora i ravnice, sve nam govori o Stvoriteljevoj ljubavi. Bog je onaj koji zadovoljava svakodnevne potrebe svih svojih stvorenja.« (Elen G. Vajt, *Put Hristu*, str. 11)

»U svom poučavanju iz prirode, Hristos je govorio o onome što su Njegove ruke načinile, što ima sposobnost i snagu koje im je On sam dodelio. U svom prvobitnom savršenstvu, sve što je stvoreno predstavlja izraz Božjih misli. Adamu i Evi u njihovom edemskom domu priroda je bila puna znanja o Bogu, puna božanskih pouka. Mudrost je govorila oku i bila primana u srce, jer je stanovala s Bogom u Njegovim stvorenim delima. Ali, čim je sveti par prekršio zakon Najvišega, sjaj s lica Božjeg napustio je lice prirode. Zemlja je sada uprljana i zagađena grehom. Ali, čak i u svom potamnjenom stanju zadržala je mnogo od svoje prvobitne lepote. Božje očigledne pouke nisu izbrisane; kada se pravilno shvati, priroda govori o svom Stvoritelju.« (Elen G. Vajt, *Pouke velikog Učitelja*, str. 7.8)

## ODGOVORITE:

1. Zašto je dobro da se sačuva zdravlje i nezagađenost čovekove prirodne sredine, iako će ona jednog dana biti uništena zajedno s grehom?
2. Teško je izbeći zagađivanje Zemlje. Koliko smo napora spremni da uložimo da bismo je sačuvali od zagađenja?

U toku prvih šest dana stvaranja, Bog je pripremio poseban dar Adamu i Evi i njihovom potomstvu – njihovu životnu sredinu. Kako da postupamo prema Njegovom daru? Evo vam dva predloga:

Nemojte ga stavljati na ivicu stola odakle bi mogao da bude oboren ili čak oštećen. Moramo da razmislimo o činjenici da je naša životna sredina isto tako dragocena kao i sam naš život. I jedno i drugo su dar od Boga. Tekst u 1. Mojsijevoj 1,26 jasno objavljuje da je s tim darom povezana i odgovornost za njegovo očuvanje. Zašto, onda, tako spremno zloupotrebavamo Božji dar da bismo zadovoljili svoje želje? Mi smo uništavali i zagađivali

svoju životnu sredinu u toku poslednjih nekoliko stotina godina. Uništavali smo cele šume. Iskusili smo surove klimatske promene zbog probijanja ozonskog omotača. Najveći deo vodenih zaliha je zagađen. Ali, tvrdoglavo nastavljamo svojim putem. Na sreću, još ima nade. Kada bi mnogo ljudi prihvatilo male promene – kao što su neznatno snižavanje sobne temperature u toku zime, recikliranje, gašenje svetla kada izlazimo iz prostorije, upotreba stonog posuđa umesto jednokratnog – mogli bismo dovesti do promene.

Nemojte ove promene stavljati na gornju policu da sakupljaju prašinu! Da li ste ikada dobili dar za koji ste smatrali da ga nikada nećete upotrebiti, pa ste ga stavili na najgornju policu gde i dan-danas čeka na veliko spremanje? Ne smemo prema prirodi postupati na takav način. Ona nas preklinje da je poštujemo i da prema njoj obzirno postupamo. Bog nam je poklonio prekrasan svet. Izadimo, onda, i otkrivajmo ga! Nema potrebe da trošimo novac i da putujemo oko pola sveta. Umesto toga, prođite kroz prirodu i parkove u svojoj okolini! Čak i ako ste prezaposleni studenti na putu u studentsku menzu, krenite kroz park. Jedan od najlepših trenutaka za posmatranje prirode je subota popodne. Nagovorite nekoliko prijatelja da pođete u šetnju uz reku ili na neko drugo mesto. Posmatrajte zvezde posle zalaska sunca. Ako možete, izađite na morsku obalu i osetite pesak među nožnim prstima. Potrudite se da svake sedmice organizujete sebi bar jedan susret s prirodom.

### **ODGOVORITE:**

1. Kakva je veza između prirode i stanja uma?
2. Kako način na koji postupamo prema prirodi utiče na naš odnos prema Bogu?
3. Na koje bi još načine mogao da se zahvališ Bogu na Njegovom daru u vidu prirode?

Kada je Adam bio stvoren, Bog mu je poverio zadatak da svim životinjama nadene imena. Zašto je Bog to učinio? Zašto to nije sam uradio i samo kazao Adamu kako se koja životinja zove? Ja verujem da je to Bog učinio zato da se Adam sam upozna sa svojom životnom okolinom i da stekne poštovanje prema drugim staniarima na istoj planeti. Adam nije osećao nikakav strah od kopnenih životinja niti je mislio da ga ptice ugrožavaju, jer su to sve bili njegovi drugovi i saputnici. To je bilo pre greha, dok je još svet bio savršen. Nije tada još bilo straha od globalnog zagrevanja ili prirodnih katastrofa. Uvek je bilo hrane i lepog vremena. A onda se sve promenilo!

Kada je greh ispunio svet, nisu samo ljudi bili njime ugroženi već i sama zemlja koju nam je Bog dao. U tekstu u 1. Mojsijevoj 3,17 Bog govori Adamu da je i tlo prokletu njega radi zato što je jeo ploda sa zabranjenog drveta, i da će od sada teško raditi da nabavi sebi hranu. Zašto su zemlja i stvorenja na njoj bili kažnjeni zbog delovanja ljudi? Zemlja je bila načinjena čoveka radi, ali je čovekovo uživanje u njoj umanjeno zbog greha. Umesto da samo bere plodove sa drveta u polju, Adam i Eva su bili prisiljeni da sami gaje i sabiraju svoju žetvu. Klima se pogoršala, pa je postalo i napornije raditi poljoprivredne poslove. Životinje koje su bile stvorene za uživanje i druženje, sada su morale da obavljaju teške radove za čoveka ili da gube život da bi bile upotrebljene za hranu. To svakako nije bio deo Božjeg prvobitnog plana.

## **Zašto su zemlja i stvorenja na njoj bili kažnjeni zbog delovanja ljudi?**

Greh je uticao ne samo na prirodne izvore Zemlje, nego i na naš odnos prema njima. Mi smo dovoljno sebični da želimo velika kola koja sagorevaju velike količine goriva i time zagađuju vazduh; mi se služimo plastičnim vrećicama kada kupujemo hranu, jer smo suviše komotni ili lenji da nosimo torbe. Ima toliko mnogo načina da se spreči štetno delovanje na čovekovu prirodnu sredinu – ali ih mi skoro sve vešto izbegavamo.

Ponašajući se s poštovanjem prema svojoj prirodnoj sredini, činimo ono što Bog očekuje od nas od samog početka. Zemlja pripada Njemu; nemojmo je puniti praznim konzervama ili plastičnim vrećicama! Nebo je Njegovo, nemojmo ga ispunjavati štetnim hemijskim isparenjima i gasovima. Pogledajte svu tu lepotu koja je još preostala u svetu i potrudite se da je zaštitite i sačuvate.

### **ODGOVORITE:**

1. Kako bismo se mogli hraniti da na takav način poštujemo dela Božjeg stvaranja?
2. Kako bi se ti mogao više i aktivnije uključiti u čuvanje čovekove okoline? Koji tvoji svakodnevni običaji štetno deluju na čovekovu prirodnu sredinu?
3. Koje bolesti nastaju zbog zagađenosti čovekove životne sredine?

*Erin Džonson, Berijen Springs, Mičigen, SAD*

**ZAKLJUČAK**

Pošto je stvorio svet koji je izgledao kao vrtlar ev san, Bog je u njemu zaposlio ljudski rod. Dao nam je dar koji se mora čuvati kao veliko blago, odgovornost koja se mora posmatrati kao velika čast, područje kojim treba da vladamo ne gvozdеноm pesnicom, već zelenim srcem. Zbog greha i sebičnosti, izneverili smo kao pristavi svoje životne sredine, ali i na drugim zadacima. Cena tog promašaja može da bude vrlo velika za našu životnu sredinu, za naše zdravlje i dobrobit, ali i za našu večnu budućnost. Zato se moramo truditi da smanjimo sve negativne uticaje na životnu sredinu. Danas je najbolje vreme – naše mesto boravka je najbolje mesto – da počnemo!

**RAZMISLITE:**

- Istraži jedno ili dva imena koja su se pojavila u vestima o prirodi, na primer: klimatske promene, pojava neprijateljskih klica, bio-raznovrsnost, štetni insekti ili životinje.
- Načini knjigu isečaka o naporima adventista ili drugih organizacija i pojedinaca u tvom mestu, u zemlji ili u svetu, da se sačuva, zaštititi i li unapredi čovekova životna sredina.
- Razmisli o navodima iz Starog zaveta koji govore o Božjem staranju o životnoj sredini. Ima li nekih tekstova i u Novom zavetu? (Jovan 6,12)
- Napiši kako izgleda tvoja zamisao o čovekovoј životnoj sredini! Čista soba? Nezagađene plaže? Recikliranje?
- Napiši nešto o tome kako priprema, reklamiranje i konzumiranje hamburgera u Evropi i Severnoj Americi može da utiče na stanje prašuma u Africi i Južnoj Americi.
- Pronađi ili napravi veb-sajt koji uzdiže napore hrišćana da zaštite ili unaprede čovekovu životnu sredinu.
- Odgaji organski neku biljku u svom vrtu ili u saksiji.

**POVEŽITE**

Pesma nad pesmama, 2. poglavlje.

*Our Planet.* »Whispers and Waste,« Frank A. Campbell. [http://www.unep.org/OurPlanet/imgversn/103/07\\_whisp.htm](http://www.unep.org/OurPlanet/imgversn/103/07_whisp.htm) (pristup sajtu 2. aprila 2009).

Institute of Christian Teaching. Education Department of Seventh-day Adventists. »Expanding the Garden: A Christian's View of Nature,« Henry A. Zuill. [http://www.aiaas.edu/ict/vol\\_14/014cc\\_409-427.htm](http://www.aiaas.edu/ict/vol_14/014cc_409-427.htm) (pristup sajtu 2. aprila 2009).

*Frank A. Kemberl, Otava, Ontario, Kanada*



# Pouka 6

---

Od 1. do 8. maja 2010.



## Vera i izlečenje

»Ko se tebe drži, čuvaš ga jednako u miru,  
jer se u tebe uzda«  
(Isaija 26,3).

Tekst u Mateju 15,21-28 je prekrasna priča o tome kako vera može da dovede do isceljenja:

»I izišavši odande Isus otide u krajeve tirske i sidonske. I gle, žena Hananejka iziđe iz onih krajeva i povika k njemu govoreći: pomiluj me, Gospode, sine Davidov, moju kćer vrlo muči đavo! A on joj ne odgovori ni reči. I pristupivši učenici njegovi moljahu ga govoreći: otpusti je, kako više za nama! A on odgovarajući reče: ja sam poslan samo k izgubljenim ovcama doma Izrailjeva. A ona pristupivši pokloni mu se govoreći: Gospode, pomoz mi! A on odgovarajući reče: nije dobro uzeti od dece i baciti psima. A ona reče: da, Gospode, ali i psi jedu od mrva što padaju s trpeze njihovih gospodara.

### **Došla je s nekom vrstom sujeverja kao što bi došla bilo kom vračaru.**

Tada odgovori Isus i reče joj: o ženo, velika je vera tvoja; neka ti bude kako hoćeš. I ozdravi kćer njezina od onoga časa.«

Ova žena je imala vere. (a) Bila je to vera koja je rasla iz susreta sa Isusom. Žena je počela nazivajući Isusa sinom Davidovim; bila je to uobičajena titula, politička titula. Bila je to titula koja je Isusa predstavljala kao velikog i snažnog čudotvorca, ali koja je polazila od zemaljske sile i slave. Ona je došla tražeći naklonost od Njega, smatrajući Ga velikim i moćnim čovekom. Došla je s nekom vrstom sujeverja kao što bi došla bilo kom vračaru. Završila je nazivajući ga Gospodom. Vera počiva na obećanjima Božje reči. Samo oni koji slušaju Njegovu Reč mogu da se pozivaju na njena slavna obećanja. Čitaj tekstove u Jovanu 15,7 i u 1. Jovanovoj 3,22.

Baš kao što je ova žena dobila pravo isceljenje, ne samo za sebe nego i za svoju kćer, tako i mi možemo da budemo izlečeni ako se potpuno predamo Bogu. Ovo predanje je dragovoljna odluka ne samo srca već i uma. U toku ove sedmice tema naše pouke biće snažan uticaj našeg uma na naše telo.

### **ODGOVORITE:**

1. Tekst koji smo upravo pročitali kaže da je ženina vera rasla dok je išla za Isusom. Kako bi to moglo biti pošto se ona tada prvi put srela sa Isusom?

*Dvejn Darma Riki, Džakarta, Indonezija*

## BRONZANA ZMIJA

DOKAZ (4. Mojsijeva 21,4-9; Priče 17,22; 1. Korinćanima 13,13)

# Ne

Dok sam još bio dete, pitao sam se zašto treba da se molim pre nego što uzmem lek. Kao odrastao, sada shvatam da mi molitva pre uzimanja leka pomaže da se usredsredim na istinskog Lekara, Isusa Hrista.

Ovaj svet je zagađen usled greha. Greh je izazvao mnoštvo bolesti. On je tako uništio ili umanjio izdržljivost našeg tela. Međutim, vera u Isusa Hrista, naša ljubav prema Njemu, nada koju nadahnjuje u nama, sve to može da posluži kao snažan lek kada je reč o izlečenju od tih bolesti.

Događaj o kome čitamo u 4. Mojsijevoj 21,4-9 predstavlja dokaz da vera u Isusa može da dovede do izlečenja. Gospod je rekao Mojsiju: »Načini zmiju vatrenu i metni je na motku, i koga ujede zmija, neka pogleda u nju, pa će ozdraviti.« U ovom slučaju, zmija na motki simbolički je predstavljala Isusa Hrista. Kada su ljudi gledali na zmiju na motki, oni koji su imali vere u svoga Spasitelja bi ozdravljali. Dr Dejvid Larson bio je predsednik Internacionalnog centra za integraciju zdravlja i duhovnosti u Rokvilu, Merilend, SAD. Dr Larson je bio pionir u naučnom istraživanju odnosa između vere i zdravlja. On piše: »Vrsta ponašanja koja pomaže (kada je neko bolestan) je ona u kojoj bolesnik vidi sebe u zajedničkom poduhvatu s Bogom: 'Radim na tome zajedno s Bogom i učim iz tog iskustva!' Druga vrsta ponašanja koja pomaže je stav: 'Božja volja će se ispuniti, ja ću se osloniti na Njega u svemu ovome!«

**»Ja ću se osloniti  
na Njega u svemu  
ovome!«**

Mohamad Siapuš predaje predmet Unapređenje zdravlja na medicinskom centru Univerziteta Nebraska. On tvrdi da »ukoliko je sve ostalo isto, ako ste zadovoljni i srećni u svom životu sada, vrlo je verovatno da ćete biti zdravi i u budućnosti. Važno je da se naglasi da su naši rezultati nezavisni od nekoliko faktora koji utiču na zdravlje, kao što su pušenje, fizička aktivnost, trošenje alkohola i starost.«

### ODGOVORITE:

1. Proučite izjavu dr Larsona. Ako se u ovom trenutku ne osećaš kao da radiš zajedno sa Bogom, šta bi mogao da učiniš da ojačaš svoj odnos s Njim?

*Gustina Varo Liza Riki, Bandung, Zapadna Java, Indonezija*

**NEMAŠ SE ČEGA PLAŠITI!****KOREN SVIH BOLESTI (1. Mojsijeva 3,8-10)**

Pad Adama i Eve doveo je do odvajanja od Boga, izvora svakog života. Odvojeno od Njega, čovečanstvo je prepušteno samouništenju. Savršena tela koja su nekada bila odevena u svetlost, sada su postala podložna bolestima i slabostima. Nekada uravnoteženi karakteri postali su sada skloni lošim navikama. Dva ljudska bića, najbliža fizičkom savršenstvu na ovoj Zemlji, sakrila su se sa stidom od Stvoritelja svemira.

A ipak, upravo Onaj od koga su se sakrili bio je jedini koji je mogao da popravi štetu nastalu zbog nekoliko trenutaka popuštanja grešnim sklonostima. Iako Bog nije obećao da će ukloniti svaku bolest s kojom ćemo se suočiti na Zemlji, obećao je da će ih sve potpuno iskoreniti jednoga dana. Bog je više zaokupljen večnim nego prolaznim. Hristovo delo ovde na Zemlji svedoči o Njegovoj želji da nas izleči i telesno i duhovno. On je umro da bi nas ponovo povezao sa izvorom sveg života – sa samim Bogom.

Tekst u 1. Mojsijevoj 3 i Hristova služba pokazuju usku vezu između tela i uma. Čim su Adam i Eva sagrešili, njihova tela su počela da trpe posledice njihovog dela. Smrt je sada očekivani deo našeg postojanja. Ipak, bol koji osećamo kada nam umre neko od najbližih pokazuje kako je smrt neprirodna pojava. Ona nikada nije bila deo Božjeg prvobitnog plana. Naš duhovni život, veza koju imamo sa Bogom, sve je to usko povezano s našim fizičkim blagostanjem. To dvoje se ne može razdvojiti jedno od drugoga.

**USPOSTAVITI ODNOS POVERENJA SA BOGOM  
(Psalam 118,6; Matej 6,27-34; Jevrejima 13,6)**

Tekst u Psalmu 118,6 nas uverava da je Bog na našoj strani. Nemamo potrebe da se brinemo. Budući da imamo obećanje da će Bog biti na našoj strani kada Mu poklonimo svoje puno poverenje, ne treba ni da se plašimo. On nas sluša kada ga pozovemo. On je s nama kada se suočavamo s najtežim okolnostima na ovoj Zemlji.

Stres i briga se već dugo povezuju s visokim krvnim pritiskom, srčanim problemima, depresijom, napadima straha i mnoštvom drugih fizičkih bolesti. Ima mnogo toga u ovom životu oko čega bismo se mogli zabrinjavati: sigurnost zaposlenja, zdravlje, dovoljno hrane i odeće, vlastito obrazovanje i školovanje dece, odnosi s drugim ljudima, lista je naizgled beskrajna. Ipak, u Mateju 6,27-30. Hristos nam savetuje da se ne brinemo za sutra, pa čak ni za svoje osnovne potrebe. Zašto? Zato što je Bog za upravljačem. Osloniti se na Onoga koji zna sutrašnjicu može nam dati mir i odmor danas. Taj mir u duši unapređuje naše duhovno i telesno zdravlje. Mi se možemo hrabro osloniti na Gospodnje staranje i na Njegovu mudrost i ljubav (Jevrejima 13,6).

## **VESELO SRCE (Priče 17,22)**

Kaže se da smeh ima lekovita svojstva. Zato neke bolnice unajmljuju komičare da dođu i učine da se bolesnici smeju. Mi nismo u stanju da osetimo stvarnu radost bez prisutnosti onih koje volimo i koji nas vole. Kada osetimo radost zbog zajedništva, onda možemo iskusiti i isceljenje koje dolazi od širenja naše vere i povezivanja s bližnjima. To isceljenje može se pokazati u vidu fizičke stvarnosti kao što je snižavanje krvnog pritiska i veće otpornosti prema bolestima. Čak ima slučajeva da su se tumori smanjivali kada je bolesnik osećao intenzivnu radost. Ono što je mnogo važnije, radost na temelju zajedništva leči naše emocionalne i duhovne rane koje nam izazivaju toliko bola.

### **Neke bolnice unajmljuju komičare da dođu i učine da se bolesnici smeju.**

Zacelo, bez zajedništva i radosti koju ono izaziva, naše srce se gasi i mnogo je verovatnije da ćemo se sporije lečiti i fizički i duhovno.

## **NEMAMO SE ČEGA PLAŠITI (1. Jovanova 4,18)**

Posledica greha je strah. Zato su se Adam i Eva sakrili od Gospoda u vrtu (1. Mojsijeva 3,8-10). Kao ljudi, mi često dozvoljavamo strahu da upravlja našim ponašanjem i da utiče na izbor naših vrednosti. Mi se plašimo smrti, pa pokušavamo da ostanemo zdravi i da izgledamo mladi. Mi se plašimo poraza, pa činimo sve što je u našoj moći da budemo uspešni. Plašimo se mraka, pa i noću držimo upaljena svetla. Plašimo se da ćemo izgubiti one koje volimo, pa ostajemo dugo budni i brinemo se za njih. Plašimo se drugih ljudi, pa se naoružavamo štapovima ili oružjem. Plašimo se šta će drugi misliti o nama, pa se trudimo da kontrolišemo sliku koju im pružamo. Sve te vrste straha udaljuju nas od našeg Stvoritelja. Svi ti strahovu ukazuju na smrt i prevaru. Biblija nam kaže u 1. Jovanovoj 4,18 da »savršena ljubav izgoni strah«. Više ne treba da se plašimo, zar ne?

Nauka potvrđuje vezu između vere i fizičkog zdravlja. Ali i više od toga, mi sami možemo da iskusimo ozdravljenje svog duhovnog života koje će se poširiti na sva ostala područja našeg postojanja. Takva vrsta ljubavi može doći samo od našeg Stvoritelja. Potrebna je vera da bismo mogli verovati, ali ne može se poreći da u srcu koje je prihvatilo Božju savršenu ljubav postoji sila. Konačno izlečenje stoji nam na raspolaganju ako dozvolimo Njemu da deluje na naše slomljeno srce i život. Onda ćemo moći da prestanemo da se krijemo od svoga grešnog srca i da počnemo da živimo u sili Njegove ljubavi.

## **ODGOVORITE:**

1. Koje bi svoje strahovanje trebalo da danas predaš Bogu?
2. Na koji način si stekao islustvo s verom i isceljenjem?

*Džil Manoukijan, Ejvon, Indijana, SAD*

»Vera, spasonosna vera se mora propovedati. Definicija te vere u Isusa Hrista može se opisati u nekoliko reči: to je delo duše kojim se celokupni čovek predaje upravi i vlasti Isusa Hrista. Ona nastava u Hristu i Hristos nastava u duši verom kao vrhovni vladar. Vernik posvećuje svoju dušu i telo Bogu i sa sigurnošću može da kaže: Hristos je moćan da održava to što sam Mu posvetio ... Svi koji to budu učinili biće spaseni za večni život. Postojeće sigurnost da je duša oprana u krvi Hristovoj i odevena u Njegovu pravednost, da je dragocena u Njegovim očima. Naše misli i naše nade usmerene su na drugi dolazak našeg Gospoda. To je dan kada će Sudija cele Zemlje nagraditi poverenje svoga naroda.« (Ellen G. White, *Mind character and personality*, sv 2, str. 531)

»Hrabrost, nada, vera, naklonost, ljubav unapređuju zdravlje i produžavaju život. Zadovoljan um, radostan duh, to je zdravlje tela i snaga duše. 'Srce veselo pomaže kao lek.' (Priče 17,22)«

**»Hrabrost, nada, vera,  
naklonost, ljubav  
unapređuju zdravlje i  
produžavaju život.«**

»Čovek čije su misli smirene i zadovoljne nalazi se na putu ozdravljenja...«

»Zdravlje, život i sreća posledica su poslušnosti fizičkim zakonima koji upravljaju našim telom. Ukoliko su volja i naš put u skladu s Božjom voljom i putem, ukoliko činimo ono što je ugodno našem Stvoritelju,

On će održati naš organizam u dobrom stanju i obnavljati naše moralne, mentalne i fizičke snage da bi mogao da deluje preko nas sebi na slavu. Njegova obnoviteljska sila se neprestano pokazuje u našem telu. Ukoliko saradujemo s Njim u Njegovom delu, zdravlje i sreća, mir i korisnost biće sigurne posledice.« (Isto, str. 648)

»Naše želje i interesi moraju se izgubiti u Njegovoj volji. Iskustva u kojima se vera ispituje služe nam na blagoslov. Ona pokazuju da li je naša vera istinita i iskrena, da li se oslanja samo na Božju reč, ili se vlada prema okolnostima, te je nesigurna i promenljiva. Vera se jača iskustvima. Mi moramo dozvoliti da strpljenje obavi svoje savršeno delo, imajući na umu da u Pismu postoje dragocena obećanja namenjena onima koji čekaju na Gospoda.« (Elen G. Vajt, *U potrazi za bljim životom*, str. 231)

**ODGOVORITE:**

1. Šta će se dogoditi s našom verom ako se istrajno molimo za ozdravljenje, a ozdravljenje ne dolazi?

*Dejvid Dejn Riki, Bandung, Zapadna Java, Indonezija*

Ukoliko želimo da iskusimo istinsko ozdravljenje, moramo da gajimo vrt vere. To je važno, jer vera u Boga može da unapredi zdravlje. Da biste zasadili vrt vere, posadite četiri reda ljiljana, a onda u centru, zasadite jedan red runolista:

Prvi red: *Navodi nas da održavamo odnos sa Bogom.* Avram je bio otac Izrailjaca. Kuda god je išao, podizao je oltare i prinosisio žrtve da bi pokazao svoju veru u Boga. Svojoj najvećoj probi bio je izložen kada je trebalo da prinese na žrtvu svoga sina Isaka. Avram je izdržao probu. Njegovi žrtvenici pokazuju njegov poseban odnos vere sa Bogom. Ako budemo slavili Boga isto tako verno i odano kao Avram, i naša vera će rasti kao što je njegova rasla.

### Vera i dela idu zajedno, ruku podruku.

Drugi red: *Navodi nas da gajimo vatrenu želju za Isusom.* U Mateju 9,20-22 Isus je izlečio ženu koja je bila bolesna 12 godina. Rekao joj je posle toga da joj je njena vera donela zdravlje. Da bi stigla do Isusa, progurala se kroz veliko mnoštvo, iako je znala da je njena bolest čini nečistom i da joj zabranjuje da se pojavljuje u javnosti. To je vera!

Treći red: *Navodi nas da budemo jaki kao Isus.* Svaki put kada padnemo, moramo ustati i nastaviti da hodamo. Naši problemi nas čine slabima jedino kada se ne oslonimo na Isusa i Njegovu pomoć.

Četvrti red: *Navodi nas da držimo sve Božje zapovesti.* Nemanovo iskustvo u 2. Carevima 5,1-27 uči nas da naša vera, da bi bila istinska, mora da se pokaže na delu. Da se Neman nije sedam puta okupao u Jordanu, ne bi bio izlečen. Vera i dela idu zajedno, ruku podruku.

Srednji red: *Naučite svoj um da veruje svim srcem da je Isus pravi odgovor za sve naše probleme.* Mnogi ljudi boluju od bolesti duše mnogo više nego od bolesti tela. Oni neće naći olakšanje sve dok ne dođu Hristu, koji je izvor života. Umor, usamljenost, i nezadovoljstvo tada će prestati i radost će doneti zdravlje umu i telu.

### ODGOVORITE:

1. Zašto i kako su žrtve koje činimo danas i naše sveukupno ponašanje bolji dokazi naše vere nego same reči?
2. Kakvo značenje u vaspitanju našeg uma ima upravo postojanje srednjeg reda? Da li je vera samo vaspitanje ili je ona nešto mnogo više? Šta?

Veliki deo svoje mladosti proveo sam u Indiji. I mnoge od tih godina potrošio sam u borbi protiv neke bolesti koju medicinari nisu uspevali da objasne. Na kraju svojih snaga, lekarka me je proglasila žrtvom droge iako nikada nisam ni probao tako nešto. Onda je objasnila drugima da je to jedini logični uzrok. Lokalni pastor se ponudio da dovede iscelitelja iz svoga mesta. Kada je ovaj došao, tražio je od mene da priznam svoje grehe, jer sam sigurno bolestan zbog njih. Usred sveg tog mudrovanja počeo sam da verujem da su istinite mnoge glasine koje su lekarka i ostali širili o meni. Zar me je zaista Bog kažnjavao? Šta ako sam zaista učinio nešto zlo? Šta ako moja vera nije bila dovoljno dobra?

Sećam se kako sam se jednom molio Bogu da umrem, jer su lekovi koje sam dobijao izazivali grčeve, pa mi je lekarka davala i velike doze valijuma da bi me umirila, kako bih mogao da uzimam svoje lekove. Sve to zaista je bilo previše da bih mogao da izdržim.

**Sve to zaista je  
bilo previše da bih  
mogao da izdržim.**

Jedne noći kada su grčevi počeli i kada je moja majka otrčala da nađe mog oca, ja sam se molio da me Bog umiri dok ne stignem do bolnice. Uzeo sam Bibliju u ruke i počeo da čitam. Čudesno, ali grčenje se smirilo. Moji roditelji su se vratili i bili zadivljeni kada su videli moje stanje. Međutim, u trenutku kada sam stupio u bolnicu grčevi su se vratili i ja sam se srušio kao sveća. I da, lekari su me smirili.

Godinama kasnije, lekari su otkrili da mi je lekarka prepisivala lekove na koje sam bio alergičan. Nisu bili u pitanju moji gresi. Nisam bio ni narkoman. Nije došlo ni do nedostatka vere. Radilo se samo o pogrešnom leku!

Kada sam svoju priču ispričao svom poznaniku pastoru, on je rekao da me molitva i čitanje Biblije nisu smirili, da je sve to bio samo sticaj okolnosti.

Stvarno?

Kako često odbacujemo čuda kao sticaj okolnosti! I ipak, čuda se događaju! Da, mi moramo da učinimo svoj deo. I, da, moramo da se molimo! Međutim, na neki način tu je neka kombinacija koja uliva snagu. Kada se Božja blagodät, naša vera i ljubav i staranje ljudi oko nas sjedine i iskombinuju, dolazimo u dodir sa silom koja nadilazi naše razumevanje. I tada zaista počinje izlečenje.

*Falvo Fauler, Silver Spring, Marilend, SAD*



### ZAKLJUČAK

Isusova služba je puna izveštaja o ljudima koji su stekli zdravlje verom u Njega. Čak i starozavetni izveštak o Mojsiju i zmiji simbolički predstavlja lečenje verom u Isusa. Naše telo – naša životna sredina – sve je to pokvareno grehom. Samo Onaj koji nas je stvorio može nam pomoći da nađemo isceljenje. Kada se oslonimo na Njegova obećanja i Njegovu moć, možemo izbeći mnoge zdravstvene probleme povezane sa stresom i brigama. Bog želi da živimo radosnim životom, da budemo slobodni od straha. On želi da bude centar našeg postojanja.

### RAZMISLITE:

- Načini zbirku tekstova iz Biblije o zdravlju i izlečenju.
- Napiši poemu kao čovek koji je tražio izlečenje i nije ga dobio.
- Otpjevaj pesmu: »Naš slavni lekar Isus...«
- Vodi dnevnik svojih molitava za izlečenje, svoje ili nekog drugog.
- Napravite scenski prikaz da biste predstavili nekoliko različitih osoba koje su došle Isusu radi izlečenja. Neka bar jedan od vaših likova bude neko ko nije iskusio željeno isceljenje; pokažite zatim da je ta situacija ipak mogla da posvedoči o Božjoj blagodati.
- Opišite razliku između hrišćanskog holističkog gledanja na zdravlje i gledanja tradicionalne savremene medicine.
- Porazgovaraj s nekim medicinskim radnikom o gledištima iz ove pouke.

### POVEŽITE:

*60 Ways to Energize Your Life*, sakupili Jan W. Kuzma, Kay Kuzma, and DeWitt S. Williams.

*Dynamic Living or Health Power*, by Hans Diehl, Dr.H.Sc., Aileen Ludington, M.D.

*U potrazi za boljim životom*, od Elen G. Vajt.

*None of These Diseases: The Bible's Health Secrets for the 21st Century*, by S. I. McMillen & David E. Stern.

*Why Christians Get Sick*, by George H. Malkmus.  
Sharon E. Wright, Silver Spring, Maryland, U.S.A.

# Pouka 7

---

Od 8. do 15. maja 2010.



## Odmor i obnavljanje

»I reče im: dođite vi sami nasamo i počinite malo. Jer ih bijaše mnogo koji dolaze i odlaze i ne imahu kada ni jesti«  
(Marko 6,31).

Posmatrao sam svoju porodicu u toku jedne tipične radne sedmice i video kako naporan može da bude teret škole i rada. Napori naših svakodnevnih aktivnosti zahtevali su zasluženi odmor. Međutim, izgledalo mi je da nikada nismo nalazili vremena za to.

Razmislite o svom radnom rasporedu. Koliko ste opterećeni predavanjima, domaćim zadacima, radom, porodicom? Tu je i pripremanje obroka, čišćenje spavaonica ili bar vaše sobe. Ako imate porodicu koja raste, zahtevi koji se postavljaju vašem vremenu još su veći. Šta da se čini?

Kaže se da je odmor neophodan da bi neko mogao da deluje fizički, mentalno i duhovno na najbolji mogući način. Davanje prilike za odmor bilo je deo Božjeg plana kada je svakoga dana činio da se spušta mrak i kada je odvojio sedmi dan, Subotu,

kao dan odmora. On je znao da nam je potreban svakodnevni odmor, ali i da nam je na kraju sedmice neophodno vreme da zaboravimo sve nevolje koje su nas progonile u toku šest radnih dana. Kakvog li veličanstvenog načina da zaboravimo sve svoje brige – da slavimo Stvoritelja u toku 24 sata koje za Njega odvajamo svake sedmice! Ako bismo se držali toga pravila, ne bi se događalo da tokom Subote brinemo zbog škole ili rada.

Čitajmo ponovo tekst u Mateju 11,28-30! »Ovim rečima Hristos se obraća svakom ljudskom biću. Bez obzira da li su svesni toga, svi su umorni i natovareni. Svi su opterećeni bremenima koje im samo Hristos može skinuti. Najteži teret koji nosimo jeste teret greha. Kada bi nama bilo prepušteno da nosimo taj teret, mi bismo se srušili pod njim. Međutim, Bezgrešni je zauzeo naše mesto. 'Gospod stavi na njega bezakonja svih nas!' On je poneo teret naše krivice. On će skinuti teret s naših pleća. On će poneti i teret briga i žalosti. On nas poziva da sve svoje brige bacimo na Njega, jer nas nosi na svom srcu.« (Elen G. Vajt, *Čežnja vekova*, str. 276. 277)

Potreba za odmorom uvek će biti u središti naših misli, jer naše telo i naš um nisu stvoreni samo za rad. Telu je neophodan odmor, zato što je stalno izloženo napadima fizičkih i duhovnih bolesti. Međutim, treba da imamo na umu da će nam samo božanski Lekar, Isus Hristos, dati potpuni počinak.

## **Kakvog li veličanstvenog načina da zaboravimo sve svoje brige!**

*Kortni-Kler Hajnes, Kingston, Jamajka*

**RAD I ODMOR PRE PADA U GREH (1. Mojsijeva 1 i 2)**

Uzimajući u obzir da je prema grčkoj posloviци: »Početak polovina svega!« odlučio sam da razmotrim celokupni izveštaj o stvaranju. Oduševio sam se kada sam shvatio da se čovekovo početno iskustvo s Bogom najvećim delom odnosilo na odmor. Bog je stvarao šest dana i onda se odmorio sedmog, pošto je dovršio svoje delo. Međutim, za Adama i Evu proces je krenuo suprotnim smerom. Oni su se prvo odmarali u subotu, a posle toga su radili šest radnih dana. Oni nisu učestvovali u Božjim stvaralačkim aktivnostima. Pojavili su se na poprištu događaja na kraju sedmice stvaranja. Oni su jednostavno primili svoj život od Njega i sve blagoslove Edema kao ... dar.« (R. Folkenberg, We still believe.... p. 63)

Pre nego što je zaraza greha stigla na svet, Bog je Adamu i Evi poverio posao, dao im je da čuvaju vrt u Edemu i da rade u njemu. Adamu je, osim toga, poverio i zadatak da svim životinjama nadene imena (1. Mojsijeva 2,20). To potvrđuje da nismo stvoreni da samo razmišljamo. Mi smo stvoreni da budemo u vezi sa stvorenim bićima i stvorenim delima, služeći se svojim mišićima i svojim umom.

**OSVEŽAVAJUĆI SUBOTNI ODMOR****(2. Mojsijeva 20,8-11; 23,12; Marko 2,27)**

Bog nikada nije nameravao da Subota bude fizički ili ceremonijalni teret. U kontekstu rabskog ceremonijalizma, Isus je objavio da je »subota načinjena čoveka radi, a nije čovek subote radi« (Marko 2,27). Subota je u suviše velikoj meri dar da bi smela da bude opterećena ceremonijama ili prenaprezanjima. Pošto su Adam i Eva sagrešili, počeli su da propadaju zajedno sa svom prirodom. Počeli su da osećaju umor, bol, glad. Svakodnevni odmor u toku sna postao im je veoma važan, ali i deo Subote predstavljao je priliku za neophodni fizički odmor. Čitajte tekst u 2. Mojsijevoj 20,8-11; 23,12. Tek kada se telo osveži, um je spreman da deluje onako kako mu je Bog u početku odredio da deluje.

»Zapovest o Suboti je jedinstvena među svih deset. To je jedina zapovest koja ne predstavlja očiglednu moralnu dužnost. Zašto? Usred strogih zakonskih zahteva Bog nam je ponudio odmor u četvrtoj zapovesti. Ostalih devet nam govore šta moramo činiti za Boga i za svoje bližnje. Međutim, subota nas uči da počinemo u onome što je Bog učinio za nas. Tekst u 2. Mojsijevoj 20 podseća nas da je Bog nas radi dovršio svoje delo stvaranja. Tekst u 5. Mojsijevoj 5 poziva nas da se odmorimo u Subotu u znak sećanja na otkupljenje koje je On postigao za nas.« (M. Weber, Some Call it Heresy, str. 94)

## **POČINITE MIRA RADI (Marko 6,30-32)**

Nekoliko puta između večeri u petak, 26. juna, i poslepodneva u subotu, 27. juna 1999. godine, imao sam priliku da budem, da putujem i da ručam s pokojnim dr Samjuelom Bakiokijem prilikom njegove prve posete Jamajki.

Ne znam uopšte kako je došlo do toga da ustanem rano u subotu i da krenem na put s pastorom Velingtonom, dr Bakiokijem i mojim prijateljem Šonom Bruksom do mog rodnog Kingstona radi posete crkvi. Ipak, dobro se sećam subotnog ručka u domu brata Aštona Taja i posebnog zahteva dr Bakiokija posle ručka. Tražio je da se odmori jedan sat pre nego što krenemo na poslepodnevno bogoslužje. Ta potreba me je podsetila na tekst u Marku 6. kada je Isus pozvao svoje učenike: »Dođite i vi sami nasamo i počinite malo« (Marko 6,31). Kao Hristovi ambasadori, a posebno propovednici i medicinski radnici, i mi moramo »počinuti malo«, potražiti malo okrepljujuće samoće.

## **POČINUTI U ISUSU (Matej 11,28-30)**

I na kraju, ako naše misli nisu u Isusu, fizički odmor neće potpuno obnoviti naše telo. Isus je izjavio: »Dođite k meni svi koji ste umorni i natovareni i ja ću vam dati mir. Uzmite jaram moj na sebe i naučite se od mene, jer sam ja krotak i smeran u srcu i naći ćete pokoj duši svojoj. Jer je jaran moj blag i breme je moje lako« (Matej 11,28-30). Volim melodiju i reči pesme koja je komponovana po ovim tekstovima. Jedini način da se nađe konačni skladni odmor dok se trudimo za svoje večno dobro jeste da prihvatimo Isusa, da učimo od Njega i da Ga sledimo.

**Subota nas uči da  
počinemo u onome što  
je Bog učinio za nas.**

## **ODGOVORITE:**

1. Kada ste se poslednji put probudili bez pomoći budilnika? Da li stvarno imate dovoljno sna?
2. Koje korake možete preduzeti da biste smanjili stres u toku sedmice?
3. Koje korake su ljudi u Starom zavetu preduzimali da bi smanjili stres u toku subotnog dana? Koje korake su Isus i Njegovi učenici preduzimali da bi smanjili stres u subotni dan u Novom zavetu? Šta bismo iz toga mogli da naučimo o koracima koje mi treba da preduzmemo da bismo smanjili stres u Subotu?
4. Slušajte neku dobru duhovnu pesmu o druženju sa Isusom i zamišljajte da ste i vi s Njim.

*Rajan O'Nil Siton, Kingston, Jamajka, Zapadnoindijska ostrva*

Kao medicinska sestra naučila sam da postoji samo jedan poziv koji mogu da uputim teško bolesnim pacijentima. To su Isusove reči zapisane u Mateju 11,28-30. Pročitajte ih sada ukoliko to već niste učinili. »Te utešne reči bile su izgovorene mnoštvu koje je sledilo Isusa. Spasitelj je rekao da se samo preko Njega ljudi mogu upoznati sa Bogom. Govorio je o svojim učenicima kao o ljudima kojima je dato znanje o nebeskim istinama. Ali, nikoga nije ostavio da se oseća isključenim iz Njegove ljubavi i Njegovog staranja. Svi koji su umorni i natovareni treba da dođu k Njemu.

**»Isus je . . . pozivao sve da u Njemu nađu odmor.«**

Književnici i rabini, sa svojim sitničavim obraćanjem pažnje na religiozne forme, imali su osećaj potrebe koju obredi pokajanja nikada nisu mogli da zadovolje. Carinici i grešnici mogli su da se pretvaraju da su zadovoljni čulnim i zemaljskim, ali u njihovim srcima živelo je nepoverenje i strah. Isus je posmatrao žalosne i one čije je srce bilo opterećeno, one koji su izgubili nadu i koji su pokušavali zemaljskim radostima da umire dušu ispunjenu čežnjom i pozivao sve da u Njemu nađu odmor.

Nežno je pozivao ljude koji su naporno radili: «Uzmite jaram moj na sebe i naučite se od mene, jer sam ja krotak i smeran u srcu i naći ćete pokoj dušama svojim!» (DA 328)

»Jaram se stavlja na vrat volovima da im pomogne da povuku tovar, da im se olakša teret. Tako je to i sa Hristovim jarmom. Kada se naša volja izgubi u Božjoj volji, i kada se služimo Njegovim darovima da blagosiljamo bližnje, ustanovićemo da su nam naši životni tereti laki. Onaj koji hodi putem Božjih zapovesti nalazi se u zajedništvu sa Hristom, i u Njegovoj ljubavi njegovo srce nalazi svoj odmor. Kada se Mojsije molio: 'Pokaži mi put svoj da te upoznam!' Gospod mu je odgovorio: 'Moja će prisutnost biti s tobom i ja ću ti dati odmor!...'

»Oni koji se uhvate za Hristove reči i predaju svoju dušu Njemu na staranje, svoj život Njemu na upravljanje, naći će mir i spokojstvo. Ništa na svetu neće moći da ih rastuži kada ih Isus obraduje svojom prisutnošću. U savršenom prepuštanju krije se savršeni odmor.« (Elen G. Vajt, *Čežnja vekova*, str. 279)

**ODGOVORITE:**

1. Da li je uzimanje Hristovog jarma isto ili slično uzimanju Hristovog krsta? Objasni!
2. Kako bi ti uzimanje Hristovog jarma moglo doneti odmor?

*Rita En Njuman, Kingston, Jamajka, Zapadnoindijska ostrva*

Upitao sam neke prijatelje na šta pomisle kada čuju reč »odmor«. Za neke je to bio popodnevni san, mir i spokojstvo, ljuljanje u omiljenoj fotelji, ili boravak u sigurnoj luci daleko od stresnog i užurbanog sveta. Svakako, odmor igra vitalnu ulogu u našoj dobrobiti. Danas ćemo se usredsrediti na odmor kao na sastavni deo zdravstvene vesti Crkve iz dve perspektive: duhovnog odmora i fizičkog odmora.

Duhovni odmor je isto toliko važan kao i fizički odmor. Naučne studije su pokazale da nedovoljan odmor ili, što je još gore, uskraćivanje sna ima razoran uticaj, da dovodi do preranog starenja, nervne nesređenosti, do promene raspoloženja. U toku sna, telo obavlja vitalne funkcije koje su ključne za zdravlje i dugovečnost. Činjenica da se neke funkcije koje dovode do obnavljanja obavljaju u toku sna podsećaju nas na naš odmor u Isusu Hristu, koji dovodi do duhovnog obnavljanja. Jedino kada se odmaramo u Njemu, možemo da doživimo iskustvo duhovnog obnavljanja.

### **Neodgovarajući odmor ... dovodi do preranog starenja.**

Fizičko obnavljanje se dešava kada poštujemo prirodne zakone, a jedan od tih zakona je odmaranje. Paralelno duhovno odmaranje nalazi se u Mateju 11,28-30 gde Isus poziva one koji su umorni, dakle nas, da dođemo k Njemu i da nađemo odmor. Tekst u Propovedniku 5,12 kaže: »Sladak je san onome koji radi, jeo malo ili mnogo; a sitost bogatome ne da spavati!« Hrišćanin koji teško radi i uzda se u Gospoda – ili koji se odmara u Isusu – fizički će dobro spavati, ne plašeci se sutrašnjice. Nema nikakve sumnje da će nedostatak odgovarajućeg odmaranja u toku sedmice uticati na našu sposobnost da učestvujemo u subotnom odmoru. Osim toga, važno je da shvatimo da će duhovni odmor u kome nas Isus poziva da učestvujemo ukloniti osećanje krivice koje često navodi na nezadovoljstvo i nedostatak mira.

Upravo onako kao što je fizički odmor neophodan za život, tako je i duhovni odmor neophodan za život, ne samo ovaj, nego i u večnosti. I kao što se Bog odmorio sedmoga dana posle stvaranja ovoga sveta (1. Mojsijeva 2,2.3; 2. Mojsijeva 20,8-11), ista ta Subota, taj sedmi dan, i danas nam služi kao podsetnik da je Isus naš Stvoritelj i Spasitelj.

### **ODGOVORITE:**

1. Tekst u Propovedniku 8,16 govori kako »ni danju ni noću ne dolazi san na oči čoveku«. Da li je tim rečima opisan tvoj život? Ako je tako, koje promene treba da uneseš?
2. Potraži literaturu o blagodatima sna. Uporedi te koristi sa duhovnim odmorom!

Odmor je veoma važan i u životu hrišćanina. Neposredno posle stvaranja, Bog se odmorio od sveg svog dela (1. Mojsijeva 2,2,3; Jevrejima 4,10). Pošto Bog zna važnost odmora za obnavljanje uma, tela i duha, On je ustanovio Subotu kao dan odmora za celi ljudski rod. Za Isusa, odmor je bio važan.

## **Sotona ništa ne voli više od toga nego da dobije u svoje ruke iscrpljenog i pospanog hrišćanina.**

Shvativši da su Njegovi učenici veoma umorni, kazao im je da zastanu i da se odmore (Marko 6,31).

Odmaranje u Gospodu ne može se ograničiti na nekoliko užurbanih minuta molitve u rano jutro. Ono zahteva da uzmemo sebi vremena da usporimo i da sagledamo perspektivu svog života. Poslanica Jevrejima nas uverava da sve do kraja našeg putovanja »ostaje subotno odmaranje narodu Božjemu« (Jevrejima 4,9).

U današnjem društvu, postaje nam sve teže da se odmaramo. Naša prezauzetost radom, školom, i drugim aktivnostima oduzima nam priliku za zdravi odmor. Ponekad izgleda kao da nas i samo naše telo primorava da se razbolimo kako bismo se bar malo odmorili. Međutim, postoji i lakši put da se dođe do odmora:

*Osiguraj sebi kvalitetan san u toku noći!* Kao i kompjuteri i druge mašine koje zahtevaju servis, tako i naše telo zahteva popravljanje. Spavanje oživljava mozak i popravlja telo od umora i napora. Odredi sebi najmanje 6-8 sati sna. Nedostatak sna u toku dužeg vremenskog razdoblja može da ugrozi našu sposobnost razmišljanja i donošenja odluka. Sotona ništa ne voli više od toga nego da dobije u svoje ruke iscrpljenog i pospanog hrišćanina čija je sposobnost razumnog razmišljanja i odlučivanja ugrožena nesanicom.

*Jedi dobro!* Planiraj svoje obroke da sadrže namirnice iz sve četiri grupe. Najedi se dobro za doručak i za ručak, ali uzimaj samo laku večeru. Teško je spavati sa punim stomakom.

*Vežbaj redovno!* Vežbanje može pomoći da mozak i telo razmene uloge i da mozak pripremi telo za spavanje. Međutim, nemoj vežbati neposredno pre odlaska u postelju, jer će ti telo biti suviše razbuđeno da bi moglo spavati.

*Provodi kvalitetno vreme sa Bogom!* Bogoslužjenje nas približava Bogu, pomaže nam da se usredsredimo na ono što je zaista važno i čini nas spokojnima. Izbegavaj da breme svojih greha nosiš sa sobom u postelju. Predaj taj teret svome Spasitelju. U stvari, On je već uzeo teret tvojih greha na krst, gde je umro zbog naših greha.

*Razrešavaj svoje sukobe!* Čitaj tekst u Efescima 4,26. Koliko god je to moguće, sredi nesporazume i sukobe pre odlaska u postelju, a posebno u krugu porodice. To će ti omogućiti spokojan san.

*Latoja Natali MakFarlejn, Kingston, Jamajka*



Da li ste ikada primili neki e-mail ili pismo sa obavještenjem da ste dobili put oko sveta kao nagradu ili veliku novčanu nagradu koju možete dobiti ukoliko uplatite neku neznatnu svotu na ime troškova poštarine. Ove velikodušne ponude predstavljaju prevare koje svoje žrtve ostavljaju u mnogo lošijem stanju posle ponude nego što su bile pre nje. Posledica je da sam ja vrlo sumnjičavo raspoložen prema svim ponudama koje izgledaju suviše dobro da bi bile istinite. Međutim, tekst u Mateju 11,28-30 daje nam ponudu koju nisam u stanju da odbijem. Ona glasi: »Da li si umoran? Iscrpljen? Razočaran religijom?« Dođi k meni! Pođi sa mnom i vratićeš se u život. Ja ću ti pokazati kako da se stvarno odmoriš. Prošetaj se sa mnom, radi sa mnom – posmatraj kako ja to činim! Nauči se neusiljenom ritmu blagodati. Neću na tebe staviti ništa preteško ili neugodno za nošenje. Budi sa mnom i naučićeš da živiš slobodno i bez okova. Ko bi se mogao odupreti privlačnosti takve ponude?

Isus zna da nam je s vremena na vreme neophodan predah. Njegova ponuda odmora nam garantuje da ćemo se zaista odmoriti i rasteretiti ako pođemo za Njim. To je ponuda koju nikada ne bismo smeli izbrisati iz svog kompjutera. Onaj umetnik u laganju, Sotona, pokušava da nas prevari da poverujemo da svoje terete treba sami da nosimo. S druge strane, naš Stvoritelj nam je poslao dar odmora i samo treba da ga zatražimo.

Odrastajući kao adventista, uvek sam se radovao Suboti. To je onaj jedan dan u sedmici u koji nam Bog zapoveda da prestanemo sa svakim poslom. Meni to nije trebalo govoriti dva puta! Subotom, u toku ta 24 sata, bio sam slobodan od svih svojih briga i napetosti. Nije trebalo da se prepirem oko rokova ili da naporno razmišljam kako da sve svoje poslove smestim u vreme koje mi stoji na raspolaganju. Sa svim fizičkim, mentalnim i emocionalnim odmorom koji dobijam subotom, ja sam očišćen, popravljen, podmlađen, osvežen i osposobljen da se suočim sa svim zadacima koji će me dočekati u toku sledeće sedmice. Odmor je prilično jeftin lek za svakog iscrpljenog pojedinca. Zašto se već danas ne odlučiš za takav odmor?

**To je ponuda koju nikada ne bismo smeli izbrisati iz svog kompjutera.**

### ODGOVORITE:

1. Zašto ljudi koji nikada nemaju vremena za odmaranje nikada nisu u stanju da posvršavaju svoje poslove na vreme i da predahnu?
2. Zašto se i naš svemoćni Otac odmarao posle stvaranja našeg sveta?

**ZAKLJUČAK**

Ovom užurbanom svetu Bog kaže: Stani! Stani s radom, ispavaj se pošteno u toku cele noći! Prestani da se brineš, predaj Meni sve svoje brige! Prestani da trčiš, uzmi sebi vremena da budeš sa Mnom. Subota je Božji posebni sedmični znak za zaustavljanje, koji nas poziva da odložimo sav svoj posao i da se odmorimo usred onoga što je Bog učinio i primremio za nas. I kada budemo naučili da se odmaramo, povećaće se i naša vera i naša ljubav prema Gospodu i mi ćemo se obnavljati iznutra i spolja. I zato, obrati pažnju na Božji znak za zaustavljanje u svom životu.

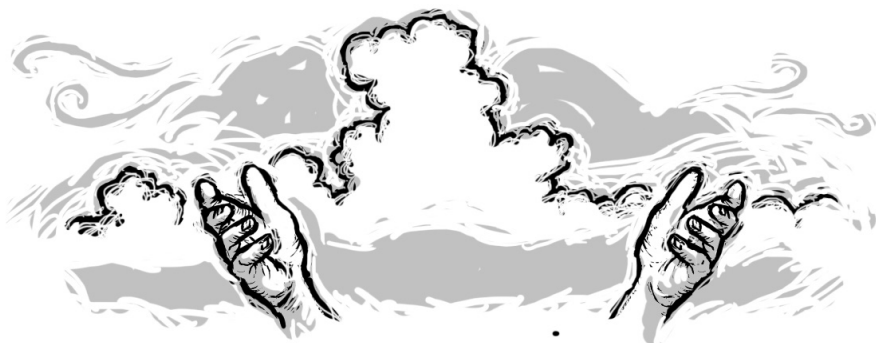
**RAZMOTRITE**

- Nacrtaj crtež kojim ćeš predstaviti kako ti zamišljaš pravi odmor. Okači ga u svojoj spavaćoj sobi da te podseća na ono što Bog traži od tebe.
- Sredinom sedmice organizuj u crkvi trenutke molitve i razmišljanja. Ljudi mogu da dolaze i odlaze u tišini. Stvorite atmosferu opuštenosti i odmaranja u crkvi sa tihom muzikom, ali imaj na umu – nema glasnog razgovora!
- Odluči se da pričuvaš decu neke porodice tako da roditelji mogu provesti večer zajedno. Predaj im karticu sa Isusovim rečima: »Dođite vi sami nasamo!«
- Ponovi korake za bolji odmor iz pouke za sredu. Kako uspevaš u svom nastojanju da odrediš dovoljno vremena za odmor? Koje korake misliš da preduzmeš u tom pogledu?

# Pouka 8

---

Od 15. do 22. maja 2010.



## **Atmosfera slavljenja Boga**

»I stvori Bog čoveka od praha zemaljskoga i dunu mu  
u nos dah životni; i posta čovek duša živa«  
(1. Mojsijeva 2,7).

Psalam 100,4 traži od nas da »ulazimo na vrata njegova sa slavom«, u »dvore njegove sa hvalom«, da »slavimo i blagosiljamo ime njegovo«. Zašto se od nas traži takvo ponašanje? Da li smo mi kao ljudska bića zaista stvoreni sa unutrašnjom potrebom da slavimo svoga Stvoritelja?

U 1. Mojsijevoj 1, čitamo kako je Bog svaki deo stvaranja tako oblikovao da odgovara određenoj svrsi. On je želeo da sve bude veoma dobro. Cela priroda je bila stvorena s namerom da slavi Boga. Čitaj Psalam 148!

Boje i živopisnost prirodne sredine kao da su stvarale atmosferu slavljenja. Kada se lepota koja je blistala na morima i na kopnu pokazala Adamu i Evi, nisu mogli da ne slave Boga za sve ono što doživljavaju, i njihova hvala je bila slična čistom, svežem vazduhu i neba i zemlje.

### **Hvala ... mora da dolazi isto tako prirodno kao i disanje.**

Međutim, dolazilo je do sve većeg kvarenja Božjih prekrasnih dela stvaranja, ali i ljudske sposobnosti slavljenja. Mnoge životinje nisu više mogle da mirno žive zajedno. Vodeni tokovi su se zagadili, pa je u mnogim delovima sveta postalo teško naći čistu vodu za piće. Vazduh koji udišemo je prepun otrova, koji izazivaju rak pluća i astmu. Ljudi sada gaje nezdravu želju da obožavaju zlato, novac, drago kamenje, grešne aktivnosti i sve to dalje truje našu želju da slavimo i hvalimo našeg Stvoritelja. Kao i vazduh, i atmosfera hvale i slave treba da bude čista i sveža. Hvala je delatnost koja mora da dolazi isto tako prirodno kao i disanje, jer stoji napisano u Božjoj stvorenoj prirodi da smo mi bića koja moraju da slave Boga da bi uživala zdrav duhovni život.

Međutim, sve još nije izgubljeno. Uz pomoć Svetoga Duha, ljudi ponovo mogu da nauče da slave Boga i da se ponovo predaju radosti ispunjavanja svrhe koju im je Bog postavio. Zadovoljstvo koje prati takvo slavljenje je upravo ono što je Bog želeo da se dogodi.

Ali, kako da definišemo slavljenje? Biblija opisuje slavljenje Boga uz harfu, uz liru, uz tamburine, i uz radosnu pesmu. Ljudi imaju razne omiljene načine na koje slave Boga. Mnogi su raspravljali o slavljenju i pitali se da li bi bilo neophodno da se postave neke granice takvim aktivnostima. Možda je samo jedno sigurno u vezi sa slavljenjem Boga – ono je neophodno u hrišćanskom životu kao što je vazduh neophodan našem fizičkom postojanju. Ove sedmice, raspravljaćemo o zdravstvenim blagoslovima i slavljenja Boga i vazduha.

*Alexis Bodi, Daglasvil, Džordžija, SAD*

Valtasar je od Navuhodonosora čuo za Boga nebeskog. Slušao je o oholosti Navuhodonosora i kako je Bog dozvolio da se razboli od mentalne bolesti da bi se pokajao. Međutim, Valtasar je doneo svoju odluku protiv Boga, tako da je Bog uklonio svoju zaštitu oko njega. Dvanaestog oktobra 539. godine pre Hrista Valtasar je sa svojim ljudima priredio raskošnu gozbu na kojoj je upotrebio posude Hrama da posluži vino. Bilo je lažnog slavljenja bogova od zlata, srebra i kamena. Bogu to nije bilo po volji. Tekst u Pričama Solomunovim 29,5 opisuje to na ovaj način: »Ko laska prijatelju svajemu, razapinje mrežu nogama njegovim.« Bio je to kraj Valtasarovog puta. Te noći Vavilon je bio osvojen.

Definicija slavljenja glasi: »izraziti pohvalno mišljenje«, »uzdizati... posebno pripisivanjem savršenstva«. Suprotno tome, laskanje je »prekomerno uzdizanje, posebno iz sebičnih razloga«. Ono bi moglo biti i »neiskreno ili prekomerno hvaljenje«. Na temelju ovih definicija i Valtasarovog ponašanja, vidimo na koji način i naše hvaljenje može da postane zagađeno i baš zato razorno po naše duhovno zdravlje.

Isto onako kao što pravilno hvaljenje pomaže zdravom hrišćanskom rastenju, tako i čisti, sveži vazduh štiti od solarne radijacije i od arktičke hladnoće svemirskog prostora, pruža kiseonik plućima i odnosi ugljen-dioksid koji telo proizvodi. Upravo sada imate oko dva litra kiseonika u svojoj krvi, plućima i tkivima. Svaka ćelija u vašem telu traži vazduh da bi mogla da pravilno funkcioniše. Ako moždanim ćelijama kuseonik bude uskraćen duže od četiri minuta, one počinju da izumiru.

Isto onako kao što postoje zdravi načini i prikladna mesta da se slavi Bog, tako postoje i zdravi načini da se dođe do svežeg vazduha. Važno je da slavimo Boga u društvu drugih hrišćana za vreme društvenih sastanaka i bogoslužjenja. To će nam pomoći da rastemo duhovno. Na sličan način, važno je da tražimo svež vazduh tamo gde ima drveća, biljaka i tekuće vode. Vegetacija upija ugljen-dioksid i u zamenu daje kiseonik u vazduh.

### ODGOVORITE:

1. Razmisli na koji način bi mogao dodati više hvale Bogu i svežeg vazduha svojim plućima.

*Karen Pajres /Pires/, Leksington, Južna Karolina, SAD*

Kada je Bog stvorio zemlju, stvorio je i životnu sredinu u kojoj ćemo se ugodno osećati i u kojoj ćemo rasti i napredovati u svom odnosu prema Njemu. On je želeo da se razvijamo i da gajimo blizak odnos sa svojim Stvoriteljem. Želeo je da budemo u skladu s Njegovom voljom i da nam slavljenje Stvoritelja pada isto tako lako kao i disanje. Međutim, kada je greh jednom ušao u naš svet, nestalo je te savršene životne sredine. Ljudska bića više ne udišu svetu atmosferu. Veza koja je trebalo da nas usreći bila je prekinuta. Počela je doživotna borba da se ponovo povežemo s Nebom. Svojim životom i svojom smrću, naš Spasitelj se potrudio da obnovi tu vezu i da uspostavi i takvu atmosferu. Konačni rezultat biće obnavljanje savršene životne sredine na novoj Zemlji, na kojoj će slavljenje i hvaljenje Boga ponovo teći isto tako prirodno kao i u početku.

## **ŽIVOT DOBIJEN OD BOGA**

### **(1. Mojsijeva 1,1.2.9-12.20-26; Psalam 104,29; Danilo 5,23)**

Bog je udahnuo u Adama i Evu dah (vazduh, atmosferu) života. Bog im je dao život i sposobnost da Ga slave. Početak njihovog života bio je i početak Božjih napora da uspostavi blizak odnos s ljudima. Putem njihove savršene životne sredine i pokazivanjem staranja o njima, Bog je pokušao da privuče Adama i Evu sebi i da nadahne njihovo slavljenje iz dubine srca. Stalno su imali pred svojim očima dokaze Božje stvaralačke sile. Ali, pošto je greh ušao u njihov raj, postali su mnogo čvršće osvedočeni da Bog drži u svojim rukama njihov život (Danilo 5,23) i da im On može dati i oduzeti život u skladu sa svojom voljom (Psalam 104,29). Ta istina, iako nije trebalo da u njima probudi strah, bila je bitna za njihovu sposobnost da uvide razliku između jedinog pravog Boga Stvoritelja i mnogih lažnih idola koji će im biti predstavljeni kao alternativni bogovi. Međutim, Bog nikada nije nameravao da ljudima omogući to znanje. Njegov savršeni plan s njima bio je da žive večno u atmosferi obožavanja, hvaljenja i slavljenja.

## **PRVOBITNA ATMOSFERA (1. Mojsijeva 1,1.2.9-12.20-26)**

U 1. Mojsijevoj opisuje se početak istorije ljudskog roda i naglašava Božja stvaralačka sila. Ovdje dobijamo i uvid u zbivanja na početku sveta. Vidimo kako Bog s ljubavlju stvara savršeni svet. Stvorena je tako besprekorna životna sredina u kojoj se moglo razvijati vrhunsko delo stvaranja – ljudska bića stvorena po Božjem obličju. U svemu što ih je okružavalo, Adam i Eva nalazili su dokaze Božje stvaralačke moći, ljubavi i saučešća. I dok su se »radosne pesme ptica uzdizale na slavu njihovog Stvoritelja, Adam i Eva su se sjedinjavali s njima u zahvalnosti Ocu i Sinu« (Ellen G. White, *God s Amazing Grace*, str. 40). Svaka

dolina i planina, svaki izlazak i zalazak sunca, svaka zelena biljka, svaki nežni povetarac, ukazivao im je na Stvortelja i nadahnjivao najiskrenije slavljenje iz njihovih srca. Bog im je stvorio životnu sredinu koja ih je stalno podsećala na Njegovu veličinu i pozivala da Ga od celoga srca slave i hvale.

## **ŽIVETI NA SLAVU BOGU (Danilo 5,23; Luka 15,7)**

Kada je greh ušao u Božje savršeno delo stvaranja, veza s Njim je dobila sasvim drugu perspektivu. Sada se moramo boriti da održimo bar nešto što podseća na vezu sa Stvoriteljem. Svakoga dana se moramo truditi da stvorimo i održimo atmosferu u kojoj će slavljenje i hvaljenje Boga biti isto tako prirodno kao i disanje. Za one koji se trude da trajno budu povezani s Njim »slavljenje Boga predstavljaće trajni cilj njihovog života« (Isto, str. 236). Oni će svakoga dana rasti u Gospodu i »stanovaće u ovom svetu u atmosferi Neba, prenoseći žalosnima i kušanima na Zemlji misli nade i čežnje za svetošću... ostvarujući sve bliže zajedništvo s Nevidljivim, kao i onaj iz starih vremena koji je hodio s Bogom, približavajući se sve više i više pragu večnoga sveta, dok se jednoga dana vrata nisu otvorila i on mogao da uđe« (Elen G. Vajt, *Vaspitanje*, str. 114. 115). Oni koji se trude da stvore zemaljsko boravište koje podržava slavljenje Boga i duh službe Bogu očekivaće dan kada će izgubljena veza biti obnovljena i savršena atmosfera ponovo uspostavljena.

**Njegov savršeni  
plan s njima bio je  
da žive večno.**

## **OBNOVLJENA ATMOSFERA (Otkrivenje 21,4)**

U Otkrivenju se vidi kako stanovnici nove Zemlje neprestano slave Gospoda. »Dostojan si Gospode da primiš slavu i čast i silu; jer si ti sazdao sve, i po volji tvojoj jest i stvoreno je« (Otkrivenje 4,11). Svakoga dana će biti u prisutnosti Svemogućega koji ih je stvorio i otkupio. Njihova prirodna sklonost biće da slave Boga koji je toliko mnogo učinio za njih. »Otkupljeni su zapevali pesmu hvale koja je odjekivala i ponovo odjekivala svodovima Neba: 'Spasenje Bogu našem koji sedi na prestolu i Jagnjetu!' (Otkrivenje 7,9) Nikada više neće morati da se bore da bi održali vezu sa svojim Stvoriteljem. Oni će doveka živeti u savršeno obnovljenoj atmosferi u kojoj će Ga neprestano obožavati i slaviti 'uvek i doveka' (Otkrivenje 5,13) (Elen G. Vajt, *Velika borba*, str. 640).

## **ODGOVORITE:**

1. Šta je to što činite svakodnevno a čime biste mogli da unapredite ili da ometate atmosferu slavljenja Boga?
2. Šta biste mogli da uradite da održite atmosferu u kojoj bi slavljenje bilo isto tako prirodno kao i disanje?
3. Šta je to što, možda, činite i time zagađujete atmosferu slavljenja drugim ljudima?

*Džesika Mari Vajt, Oltvah /Ooltewah/, Tenesi, SAD*

»Duh Hristove samopožrtvovane ljubavi je duh koji prožima nebo i predstavlja istinsku suštinu njegovog sjaja. To je duh koji će imati Hristovi sledbenici, to je delo koje će oni obaviti.« (Elen G. Vajt, *Put Hristu*, str. 100)

Ljubav je prava atmosfera Neba. Oni koji očekuju Nebo i večni život nastoje da usavrše svoj karakter da odgovara duhu koji će prožimati Nebo.

»Ako želite da budete svetac na Nebu, prvo morate biti svetac na Zemlji. Osobine karaktera koje gajite u životu neće se promeniti ni smrću ni uskrsnućem... Delo preobraženja se mora obaviti sada. Naš svakodnevni život će odrediti našu budućnost.« (Ellen G. White, *The Adventist Home*, str. 16)

Življenje u atmosferi Neba nije nešto što tek treba da primimo. Živeći životom koji Bog očekuje od nas da živimo možemo okusiti ukus Neba već ovde na Zemlji.

Čovek »može u ovom svetu boraviti u atmosferi Neba, prenoseći žalosnima i kušanima na Zemlji misli nade i čežnje za svetošću;... ostvarujući sve bliže zajedništvo s Nevidljivim; kao i onaj iz starih vremena koji je hodio s Bogom, približavajući se sve više i više pragu večnoga sveta, sve dok se vrata nisu otvorila i on mogao da uđe. On sebe neće smatrati strancem. Glasovi koji će ga pozdraviti biće glasovi svetih, koji su, nevidljivi, bili njegovi pratioci na Zemlji – glasovi koje je ovde naučio da prepozna i da voli« (Elen G. Vajt, *Vaspitanje*, str. 115). »Oni koji ne nalaze nikakvog zadovoljstva u razmišljanju o Bogu i razgovoru s Njim u ovom životu, neće ni uživati život koji će doći, kada će Bog biti uvek prisutan, boraveći među svojim narodom. Ali, oni koji vole da misle o Bogu biće u svom elementu, udišući atmosferu Neba.« (*In Heavenly Places*, 370)

## **Ljubav je prava atmosfera Neba.**

### **ODGOVORITE:**

1. Kada biste upravo sada bili preneseni na Nebo, da li bi vam glasovi svetih bili glasovi stranaca ili biste se osećali kao da ste se vratili kući?
2. Pošto je ljubav atmosfera Neba, kako biste više ljubavi mogli uključiti u svoj život?
3. »Da biste imali dobru krv, treba da dobro dišete.« (MH 272) Na temelju današnje pouke, šta bismo morali da učinimo da bismo mogli da slavimo Boga na pravi način?

*Sara Vajt, Oltvah /Ooltewah/, Tenesi, SAD*



Očigledno je da živimo u grešnom svetu. Ali, zadivljuje nas činjenica da samo prihvatanjem Isusovog dara spasenja postajemo građani Njegovog carstva. Čak i dok živimo ovde na Zemlji, možemo da živimo u atmosferi Neba, da svakoga dana slavimo Boga svojim rečima i svojim delima.

Kako da udišemo sveži vazduh nebeske ljubavi dok smo još na Zemlji? Kako da udahnemo prirodni sveži vazduh u svoja pluća? Evo nekoliko smernica:

### **Božja ljubav prema nama je nezamisliva.**

*Prepoznaj vrednost koju imaš kao Božje dete.* Čitaj tekst u 2. Korinćanima 6, 18. Božja ljubav prema nama je nezamisliva. Mi nismo u stanju ni da počnemo da je shvatamo, ali možemo da hvalimo Boga i da Mu zahvaljujemo. Putem Isusove žrtve na krstu svaki čovek može da postane član carske porodice. Svakoga dana zato iznova posveti sebe Isusu i nastojanju da živiš kao Božje dete, što zaista i jesi.

*Odluči da proslaviš svoga Oca u Njegovom hramu.* Čitaj tekst u 1. Korinćanima 6,19,20. Ne smemo postupati prema svome telu s nekom nemarnom površnošću. Moramo obratiti pažnju na to kako se odevamo, šta jedemo i pijemo, kako se zabavljamo, šta govorimo. Redovno vežbanje nam pomaže da bolje dišemo i da bolje mislimo. Kada naše misli postanu bistrije jer smo dovoljno vežbali, bićemo sposobniji da se odupremo iskušenju. Razmislite o svojim navikama i svakodnevним aktivnostima. Pronađi u svom životu ono što treba da promeniš ili popraviš, a onda slavi Gospoda zbog toga.

*Pruži drugima dobar primer.* Kada tvoj odnos s Bogom postane čvršći, kada budeš živeo na čast i slavu Njemu, videćeš da će i tvoja svetlost, Njegova svetlost, sijati iz tebe i prenositi se na druge. Mi treba da nalazimo izgubljene i da ih vodimo Isusu. Kada se samo jedna osoba odluči da prihvati Isusa, celo Nebo se raduje (Luka 15,4-9). Nemoj biti izbirljiv s kime ćeš podeliti Isusovu ljubav. Vodi primerom i svedočenjem sve do kojih možeš da dođeš. Isus je platio strahovito visoku cenu da bi nas otkupio i izbavio iz naših besmislenih, grehom opterećenih života. Čitaj tekst u 1. Petrovoj 1,18,19. Ne smemo zanemariti Hristove dragocene darove. Potraži način da ih upotrebiš već danas.

### **ODGOVORITE:**

1. Na koje posebne načine bi mogao da gore navedene korake preduzmeš u svom životu?
2. Šta misliš, zašto se Bog raduje spasenju svakog grešnika?
3. Zašto je tako važno da već danas živimo kao da smo na Nebu? Na koje još načine bi mogao da to postigneš?

Neki hrišćani misle da je Bogu svejedno kako postupamo prema svom telu. Oni smatraju da više ne postoji razlika između »čiste« i »nečiste« hrane. Temelje svoju misao da Petrovom viđenju platna koje se spustilo s neba (Dela apostolska 10,9-16). Međutim, Biblija već u sledećim stihovima objašnjava da nije tako. Bogu je zaista stalo šta jedemo i pijemo. Samo, reč je o nečemu što je daleko šire od čiste i nečiste hrane, čak i šire od toga da li ćemo biti vegetarijanci ili vegani. Tekst u Danilo 5,23 ističe da je vavilonski

### **Bogu je zaista stalo šta jedemo i pijemo.**

vladar vređao Boga ne poštujući svete predmete ukradene iz Hrama i upotrebljavajući ih da slavi svoje nepostojeće bogove od zlata, srebra, kamena i drveta. Iako više nemaju neki Hram u kome bi mogli da slave Boga, hrišćani imaju i drugih načina da slave i hvale Boga.

Tekst u 1. Korinćanima 6,19 kaže nam da su naša tela hram Svetoga Duha i da ne pripadaju nama. Tekst u 1. Mojsijevoj 1,26 naglašava da smo načinjeni po ugledu na obličje našeg nebeskog Oca. Pošto je Bog odredio da treba da Ga slavimo i svojim telom, protivno je Njegovoj volji da uzimamo u svoje telo ono što ga zagađuje ili da postupamo prema svom telu na bilo koji nezdravi način. Droge, duvan, alkohol očigledno spadaju u tu kategoriju, ali i ne vežbati dovoljno ili piti suviše malo vode takođe slabi naše telo i na taj način vređa Boga. Ako je idol sve što uzdižemo iznad Boga, i ako namerno živimo suprotno Njegovoj volji, onda i svaka opasna navika koja ugrožava naše zdravlje predstavlja idola koji nam je važniji od Boga.

Tekst u 1. Korinćanima 6,20 kaže: »Jer ste kupljeni skupo. Proslavite, dakle, Boga u telesima svojim!« Ako je Hristos mogao da žrtvuje sve za ljudski rod, onda nije suviše mnogo ako zahteva da živimo na najzdraviji mogući način. Mi možemo da slavimo Boga tako što nećemo popuštati ničemu što nanosi ozbiljnu i često nepopravljivu štetu našem telu. Iako ljudi ne obožavaju idole od zlata, srebra, kamena ili drveta kao nekadašnji vavilonski vladar, mi ipak možemo obožavati idole ako odlučimo da činimo ono što je suprotno Božjoj volji. Odluči danas da ćeš služiti Bogu živeći zdravim životom na slavu Njemu.

### **ODGOVORITE:**

1. Šta treba da promeniš u svom životu da bi mogao da slaviš Boga svojim telom, svojim hramom Svetoga Duha?
2. Koliko ćeš još čekati da to učiniš?

*Nejtan Ernst, Daglasvil, Džordžija, SAD*

### ZAKLJUČAK

Disanje. Izgleda tako prirodno. Zašto bi trebalo da razmišljamo o tome kako dišemo? Činjenica je da je stvarno veoma važno kako dišemo. Pevači, oni koji sviraju duvačke instrumente i oni koji započinju fizičke vežbe moraju to da nauče. Međutim, pravilno disanje nam pomaže i u savladavanju stresa, povećava priliv kiseonika u naša tkiva, hrani mišiće, pomaže da nam mozak bolje radi. Mi možemo disati i samo toliko da preživimo. Ali, pravilno disanje povećava zdravlje i osigurava dugovečnost. Sam Bog je udahnuo prvi udah u čovekova pluća i Isus nas je oživeo duhovno tim udahom. Jovan je zapisao da je Isus pre odlaska na Nebo udahnuo silu Svetoga Duha u svoje učenike (Jovan 20,22). Trebalo bi da vežbamo duboko duhovno disanje, da primimo sav život koji je Isus udahnuo u svoje učenike dajući im priliku da se nadahnu Svetim Duhom.

### RAZMISLITE:

- Prošetaj se u prirodi. Udiši duboko sveži vazduh. Učini da tvoja šetnja postane tvoj susret sa Stvoriteljem. Kaži Mu kako je predivno Njegovo delo stvaranja. Zahvali Mu se na zdravlju i životu. Proslavi Ga i dozvoli Mu da te blagoslovi.
- Pomozi i nekom drugom da udahne »atmosferu neba«! Izvedi neku stariju osobu u šetnju. Odvedi je da posedi na klupi u parku, odvedi je u muzej, ili na malu zakusku. Ili je samo provezi autom kroz prirodu.
- Uzmi sebi vremena za vežbe dubokog disanja. Ustani od stola, protegni se, hodaj da razbistriš misli. I dok duboko dišeš, slavi Boga. Pavle nas poziva: »Radujte se svagda. Molite se Bogu bez prestanka. Na svačemu zahvaljujte, jer je ovo volja Božja u Hristu Isusu od vas« (1. Solunjanima 5,17.18). Mi to možemo činiti ako odlučimo da molitva i zahvaljivanje budu isto toliko prirodna pojava u našem životu kao i disanje.
- Vodi dnevnik svoga slavljenja Boga i zahvaljivanja da bi tako izrazio svoju zahvalnost Bogu i učvrstio odnos koji si uspostavio s Njim. Neka ti taj dnevnik posluži da ustanoviš kako te Bog vodi kroz život.
- Zatraži od pastora da čitaš biblijski tekst u toku bogoslužjenja ili da povedeš pesmu, ili da pevaš solo ili da javno posvedočiš kako te Bog vodi u tvom životu.

### POVEŽITE:

*U potrazi za boljim životom, 3. poglavlje.*

# Pouka 9

---

Od 22. do 29. maja 2010.



## Umerenost

»Krotost /uravnoteženost/ vaša da bude poznata  
svim ljudima. Gospod je blizu«  
(Filipljanima 4,5).

Prijatelji su je nazvali «Duracel baterija za ponovno punjenje» zbog njene odanosti vežbanju. Omalena brineta pedesetih godina, Rakela, počela je da se zabrinjava zbog posledica starenja, pa zato vežba svaki dan po četiri ili pet sati. Ona to čini već tako dugo da je sada počela da gubi i mišićnu masu. Njen lični trener ovako opisuje posledice: »Rakela je mršava sa mnogo više vidljivih bora na licu, a njeno telo je sasušenije nego što je nekada bilo... Između aerobika i vežbi za smanjenje težine ona se tušira i suši kosu, a zatim stavlja na sebe sloj šminke. Ona stavlja na sebe masku mladosti, ali u mojim očima i u očima drugih trenera ona izgleda kao stara žena prekrivena naslagama šminke.« (*Fit Facts*, 2001)

Ova »Duracel baterija« spada u grupu ljudi koje nazivamo vežbomanima. Znajući da umereno vežbanje dovodi do gubitka težine i da povećava zdravlje, smatraju da će veća količina vežbi dovesti do još većeg gubitka težine i do još boljeg zdravlja. Oni ne shvataju da ta povećana količina deluje razorno. Osim što povećava uticaj starenja na izgled, povećano vežbanje može da izazove gubitak koordinacije i apetita, glavobolje, smetnje u varenju, i gubitak otpornosti prema infekcijama. Moguće emocionalne posledice preteranog vežbanja obuhvataju razdražljivost, apatiju, depresiju, emocionalnu nesređenost, smanjeno samopoštovanje. Prema tome, čak i zdrave navike mogu da postanu razorne ukoliko se sprovode neumereno.

**Čak i zdrave  
navike mogu da  
postanu razorne.**

Mi smo skloni da umerenost posmatramo samo kao uzdržavanje od nekih namirnica ili otrova, ali se ona proteže na sva područja života. Naš nebeski Otac nas je stvorio da živimo uravnoteženim životom. Kada dozvolimo da bilo koja strana našeg života natkriljuje sve druge strane, onda smo neumereni. I tada, pošto je naše dobro usklađeno telo izbačeno iz ravnoteže, mi prolazimo kroz fizičke, mentalne ili čak moralne teškoće.

Atletičari svetske klase znaju da je vladanje sobom neophodno ukoliko očekuju da postignu najbolje rezultate. Svako područje njihovog života se pažljivo usmerava tako da ne ometa dostizanje njihovog konačnog cilja. I mi bismo morali da vladamo sobom, da obezbedimo da živimo na takav način da ne slabimo svoju sposobnost da dostignemo svoj konačni cilj (1. Korinćanima 9,25-27).

*Džaneli Šo, Siksvil, Merilend, SAD*

**HRAM SVETOGA DUHA (1. Korinćanima 6,19)**

Kultura Korinta u vreme apostola bila je slična savremenoj opsesiji materijalizmom i zadovoljavanjem sebičnih prohteva. Pavle govori o mnogim pitanjima s kojima su se suočavali hrišćani u Korintu. Uobičajena mudrost toga vremena govorila je da šta god se čini telu, nema nikakvog uticaja na duhovno ili mentalno iskustvo te osobe. Prema tome, mnogi Korinćani uživali su opojna pića, bavili se nemoralnim aktivnostima, jeli su i pili ne razmišljajući o večnim posledicama. Kao i mnogi današnji ljudi, Korinćani su verovali da imaju pravo da sa svojim telom čine šta god hoće.

Pavle nas preklinje da ne dozvoljavamo da nas zavedu omiljena verovanja ljudi našeg vremena. Mi smo u krajnjoj liniji odgovorni Bogu za svoje postupanje s telom koje je On stvorio i onda otkupio. Prema tome, naša je dužnost da taj hram održavamo u najboljem mogućem stanju.

U 1. Korinćanima 6,19 Pavle upoređuje hram našega tela sa Hramom u Jerusalimu. Većina od nas zamišlja savremene crkve kao mesto gde ljudi obožavaju Boga. Shvatanje hrama u biblijska vremena obuhvatalo je mnogo više od toga. Osim što je to bilo mesto kuda su ljudi odlazili da se mole Bogu, bilo je to i mesto gde je Bog stanovao. Iz tog razloga, celokupna građevina je bila sveta. Slično tome, boravak Svetoga Duha u nama posvećuje naše telo. Naše telo nije sveto samo po sebi. Ono je posvećeno svetim Bogom koji boravi u onome koji je svoj život posvetio Njemu.

**ODRŽAVANJE HRAMA (1. Korinćanima 10,31)**

Šire tumačenje teksta u 1. Korinćanima 10,31 govori nam kako hrišćanin treba da se ponaša u svim situacijama. Bez obzira šta činimo, treba da to činimo tako da se Bog proslavi. U jedenju i pijenju, važno je da hranimo hram svoga tela tako da unapredimo svoje telesno zdravlje. Osim velike količine informacija koje nam danas stoje na raspolaganju o čuvanju zdravlja, mi imamo i smernice zdravstvene poruke Duha proroštva. Ta poruka je objavljena u jasnim uputstvima kako da održavamo hram svoga tela. Ukoliko svesno činimo nešto što znamo da je pogrešno, činimo greh (Jakov 4,17).

**NEDOSTATAK VLADANJA SOBOM – NEUSPEŠAN HRIŠĆANIN  
(2. Petrova 1,5-9)**

Vladanje sobom, ugaoni kamen umerenosti, spominje se u Petrovoj listi atributa neophodnih za uspešan hrišćanski život. U vreme kada je Petar pisao svoju listu – poznatu i kao »Petrove lestvice« – postojale su mnoge slične

liste. Međutim, sve one imaju privremeni, filozofski fokus, dok je Petrova lista proizvod božanskog nadahnuća.

Vladanje sobom, ili nedostatak vladanja sobom, usmeravaju čovekovu budućnost. Vladanje sobom je navedeno kao rod Duha (Galatima 5,22). Ako Sveti Duh stanuje u čoveku, onda će se videti i taj rod Duha. Bez vladanja sobom, naše znanje o Hristu nema nikakve vrednosti.

## **POSLEDICE NEPOSLUŠNOSTI (1. Mojsijeva 9,20-27; Priče Solomunove 20,1; 23,31-35)**

Biblija je zabeležila posledice pijenja alkohola. Bez obzira na svoju mudrost, Solomun je podlegao svakoj iskušavajućoj strasti, uključujući i alkohol (Propovednik 2,10). Gledajući unazad, opominje protiv ludosti uživanja alkohola. Ističe da pijenje alkohola dovodi do sramote i nasilja, i da ljudi pod njegovim uticajem lako zaboravljaju ono što je pravo i počinju se rugati Bogu i onome što je sveto.

**Oslanjajte se na Hrista. Veličajte ga u svemu što radite.**

Jedan od najžalosnijih izveštaja u Bibliji zapisan je u 1. Mojsijevoj 9,20-27. Priča ukratko glasi ovako: Noje se napio i ležao je go u svom šatoru. Kako je to bilo sramno za ovog velikog propovednika pravde, čoveka koji je našao milost u Božjim očima. Bez obzira kakva je velika dela Bog učinio za vas ili preko vas – ničije spasenje nije osigurano.

Ham je video svoga oca i uz smeh, pun prezira, ispričao je događaj svojoj braći. Ham, koji je poverovao u poruku svoga oca, sada se ponašao kao i rugači koji su osuđivali Noja dok je gradio barku. Pouka za nas? Jednom spasen ne znači zauvek spasen! Nikada ne prestajte da se branite od greha!

Sim i Jafet sačuvali su poštenje svog karaktera. Naša pouka? Nije važno da li ljudi koji su vam uputili radosnu vest padaju ili klecaju, nemojte klecati i padati zajedno s njima. Osim toga, ako vernici s kojima se družite počnu da klecaju, nemojte se obeshrabriti. Bog nikada nije rekao da će put spasenja biti lak, ali je obećao da će nam pomoći da savladamo svako iskušenje (Psalam 50,15)

### **ODGOVORITE:**

1. Zašto je opasno uzimati male količine štetnih materija s vremena na vreme?
2. Da li biti umeren znači samo odbacivanje onoga što je štetno? Šta reći o prevelikim količinama onoga što je korisno?

*Benedikt Oli, Port Morsbaj /Moresby/, Papua Nova Gvineja*

»Bog poziva na živu žrtvu, a ne na mrtvu ili umiruću. Kada shvatimo Božje zahteve, videćemo da On traži da Ga proslavimo u telu i duhu, što je Njegovo. Kako bismo mogli činiti tako nešto, ako popuštamo apetitu na štetu svojih fizičkih i moralnih sila? Bog zahteva da prinesemo svoje telo kao živu žrtvu. Prema tome, data nam je i dužnost da sačuvamo to telo u najboljem zdravstvenom stanju, da bismo se mogli usaglasiti s Njegovim zahtevima. Prema tome, 'ako li jedete, ako li pijete, ako li drugo što činite, sve na slavu Božju činite.« (Ellen G. White, *Testimonies for the Church*, sv. 2, str. 65)

### **Bog zahteva da Njegov narod bude umeren u svemu.**

»Sotona nije nov u poslu uništavanja duša. On dobro zna da ukoliko može da navede ljude i žene na pogrešne navike u jedenju i pijenju, onda je stekao, u velikoj meri, vlast nad umom i niskim strastima. U početku čovek je jeo plodove zemlje, ali je greh doneo upotrebu i mesa mrtvih životinja kao hrane. Ovakva ishrana deluje direktno protiv duha istinske refinjenosti i moralne neporočnosti.« (Ellen G. White, *Temperance*, str. 161)

»Bog zahteva da Njegov narod bude umeren u svemu. Hristov primer, u toku tog dugog posta u pustinji, treba da pouči Njegove sledbenike da odbace Sotonu kada im se približi pod maskom apetita. Tek tako će imati uticaja da reformišu one koji su bili zavedeni popuštanjem i izgubili moralnu snagu da pobeđu slabosti i greh koji je njima zavladao. Samo tako će hrišćani sačuvati zdravlje i sreću u neporočnom, sređenom životu i um, čist i nepomućen pred Bogom.« (Isto, str. 161)

»Fizička neaktivnost umanjuje ne samo mentalne nego i moralne snage. Nervi mozga koji su povezani s celim organizmom predstavljaju posrednika preko koga Nebo komunicira s čovekom, i utiče na celi život. Šta god da ometa protok električne energije kroz nervni sistem, slabi na taj način vitalne snage i smanjuje mentalnu prijemčivost, otežava probuđenje moralne prirode.« (Elen G. Vajt, *Vaspitanje*, str. 187)

### **ODGOVORITE:**

1. Pronađi i navedi sve što te sprečava da sačuvaš fizičko i duhovno zdravlje?
2. Šta je Pavle hteo da naglasi u 1. Korinćanima 9,27? Šta je rekao o odnosu između tela i uma?

*Džod Džozefin Torato, Port Morsbaj, Papua Nova Gvineja*



U Starom zavetu reč »blagodat« predstavlja prevod jevrejske reči »chen«. *Chen* obično opisuje delovanje nadređene osobe ili bića koje ukazuje nezasluzenu naklonost nižoj osobi. U Efescima, Pavle se služi pojmom »charis« da bi opisao Božju blagodat. Njegova poslanica je verovatno cirkularno pismo braći u Efesu i svim crkvama oko Efesa. U toj Poslanici, Pavle govori o dve teme: o duhovnim prednostima Crkve i o njenim odgovornostima. Među prednostima Pavle govori o prednosti primanja Božje blagodati.

U Efescima 2,8.9 Pavle naglašava da smo spaseni blagodaću preko vere. Božja nezasluzena naklonost nam oprašta grehe i daruje nam naše spasenje. Naša vera prihvata to i osposobljava nas da primimo Božju blagodat. U desetom stihu, Pavle objašnjava da je delo Božje nezasluzene naklonosti prema nama to što uspevamo da se oslobodimo grešnih navika i da živimo na čast Bogu.

Međutim, nije dovoljno samo priznati Isusa kao Mesiju. Čak i demoni to čine, ali ih znanje ne spasava (Jakov 2,19). Imati pristup Božjoj blagodati zahteva veru kod grešnika. Takva vera nije samo neko apstraktno verovanje. Ona obuhvata i poslušnost.

Mi smo spaseni Božjom blagodaću preko vere koju imamo u Njega. I upravo nas Božja blagodat pokreće da činimo dobra dela. Moramo uvek imati na umu da su dobra dela rezultat spasenja, a ne uzrok spasenja. Verovanje koje prihvata Božju blagodat, ali ostaje bez odgovarajućih dobrih dela, bezvredno je (Jakov 2,26). Vera i dela idu ruku podruku, zajedno, na taj način što se vera usavršava dobrim delima.

Vođenje umerenog života samo po sebi neće nikome doneti spasenje. Temelj našeg spasenja je Božja blagodat. Upravo snaga Njegove ljubavi prema grešnim stvorenjima premošćuje provaliju između Stvoritelja i Njegove izgubljene dece. Upravo nas Božja blagodat snaži da činimo dobra dela. Jedina vrsta spasonosne vere jeste ona koja na blagodat odgovara poslušnošću i donosi bogat dobar rod. Isus objašnjava da oni koji neće imati dobrog roda neće ni biti spaseni (Matej 7,19).

**Moramo uvek imati na umu da su dobra dela rezultat spasenja, a ne uzrok spasenja.**

### ODGOVORITE:

1. Koju vrstu roda ti donosiš? Vidi Galatima 5,16-26!
2. Da li je moguće ne zauzeti stav kada je reč o umerenosti?

Bog je zainteresovan za sva područja našeg života, uključujući i zdravlje. Naša je odgovornost da se staramo o svom zdravlju, o svom telu, tako da sve što činimo donosi slavu Bogu. Većina ljudi misli da je umerenost količina hrane i pića koju uzimamo. Za mnoge, umerenost znači u stvari vladati svojim apetitom u toj meri da ne jedemo niti pijemo suviše. Međutim, umerenost se mora primeniti i na druga područja života, kao što su gledanje televizije ili filmova, slušanje muzike, pretraživanje Interneta, trošenje novca, odevanje, spavanje, govor, pa čak i mišljenje.

### **Niko nas ne može prisiliti da budemo umereni.**

Kako bismo mogli da budemo umereni u svemu što činimo, mislimo i govorimo? Evo nekoliko predloga:

*Načinite sebi listu prioriteta!* Započnite svaki dan molitvom i proučavanjem Biblije, tražeći od Gospoda da vas vodi na svakom koraku po svojoj volji, tako da činite ono što treba da se učini a da ne trošite svoje vreme na ono što je nevažno. Suviše mnogo aktivnosti, čak i dobrih, komplikuje život i oduzima vreme tako da manje vremena možete provesti sa Isusom. Ukažite svoju najveću i najbolju pažnju onome što je najvažnije – onome što ima večnu vrednost.

*Upoznajte svoje granice!* Neznanje je loš izgovor u ovo vreme kada nam informacije doslovno stoje na dohvat ruke. Uzmite sebi vremena da saznate opasnost od preterivanja u bilo čemu što činite. Mi ćemo na dan suda biti odgovorni ako smo znali šta je dobro, a nismo to i činili.

Načinite sebi vremenski raspored poslova! Ne morate se strogo držati tog rasporeda, ali vam on može poslužiti kao vodič u onome što treba da učinite danas, sutra, iduće sedmice, idućeg meseca.

Budite odgovorni! Umerenost je izbor koji svaki od nas mora da učini sam. Niko nas ne može prisiliti da budemo umereni. Budite vredni u svemu što činite, mislite i govorite radi svog dobra, ali i više od toga, radi slave Božje.

### **ODGOVORITE:**

1. Na kojim bi područjima života trebalo da pokažete više umerenosti?
2. Dok čitate tekst u 2. Petrovoj 1,5-9, upitajte sebe kako biste mogli da primenite ta načela u svom naporu da budete umereni?
3. Koje dobre aktivnosti zauzimaju sada suviše mnogo vašeg vremena, oduzimajući vam vreme koje provodite s Bogom?
4. Na koji način život umerenosti slavi Boga?

*Vanesa Geita, Madang, Papua Nova Gvineja*

27. maj 2010.

## »ZABRANJENA ZADOVOLJSTVA«

MIŠLJENJE (Priče 23,31.32)

Če

»Lora Katagena se odrekla klima-uređaja, karijerizma i seksa ... ali joj je njeno malograđansko vaspitanje samo otežalo da pokuša da živi onako kako to Isus zahteva!« – napisao je *Vašington Post* na naslovnoj strani od 25. aprila 2009. godine. U svom naslovnom članku Darag Džonston je opisivala Lorine napore da živi umerenim načinom života i da se odupre iskušenjima zabranjenih zadovoljstava.

Za mnoge, pojam *umerenost* označava dugačku listu zapovesti i zabrana. On često podseća na umerenjačka društva s početka dvadesetog stoleća, s njihovim plakatima i zakonima koji su zabranjivali prodaju alkohola. Živeti umerenim načinom života često se opisuje kao dosadno životarenje u kome je čovek lišen svih životnih zadovoljstava. U stvari, ništa ne može biti dalje od toga!

Iako pojam *umerenost* svakako znači »odricanje od alkoholnih pića«, on znači »umerenost ili samoograničavanje u delima, izjavama... vladanje sobom«. To je »vrlina izbegavanja krajnosti«. To znači biranje onoga što je najbolje, bez obzira na trenutne okolnosti ili iskušenja. Kada je reč o življenju životom uspešnosti ili poraza, vrlo često umerenost povlači granicu između jednoga i drugoga. Zatvori su puni neumerenih ljudi koji nisu uspevali da vladaju sobom. S druge strane, ljudi koji su uspeli u životu naučili su da je vladanje sobom – umerenost – bilo put koji ih je doveo do uspeha.

Ironija zabranjenih »zadovoljstava« je u tome što početni trenuci mogu da budu ugodni, ali su trajni rezultati razorni. Umesto da donosi slobodu i sreću, neumerenost donosi upravo suprotno – lance i bedu. Čitaj Priče Solomunove 23,31.32.

Biti umeren znači služiti se umom koji nam je Bog dao, shvatajući da zabranjena trenutna zadovoljstva ne donose trajnu sreću, birati ono što je bolje.

**Zatvori su puni  
neumerenih ljudi  
koji nisu uspevali  
da vladaju sobom.**

*Džina Rene Volen /Wahlen/, Silver Spring, Merilend, SAD*

**ZAKLJUČAK**

Naša grešna priroda nas stalno tera da zadovoljavamo sve svoje nagone bez ikakvog ustručavanja. Rezultati su često za žaljenje. Naše društvo je opterećeno preuhranjenošću, alkoholizmom, narkomanijom, i jasno pokazuje da žanjemo upravo ono što smo posejali. Kao hrišćani, nismo imuni od popuštanja sebi. Mi možemo popuštati sebi u vremenu, u zadovoljavanju želja tela, ali i na drugim područjima kao što su upotreba talanata i novca. Mi smo čak skloni da prihvatimo preterivanja, ako je u pitanju »pozitivan cilj«. Božji model za nas je uravnoteženost u svemu što činimo. Jedino ako živimo uravnoteženim životom, možemo slaviti Boga i naći pravo zadovoljstvo.

**RAZMISLITE:**

- Izmisli logo za Sajam umerenosti. Razmisli kako da promeniš negativan prizvuk pojma umerenosti u pozitivan.
- Vodi dnevnik svojih aktivnosti u toku jedne sedmice. Analiziraj svoje rezultate i vidi da li jedno područje tvoga života baca u zasenak sva ostala područja.
- Ponovi svojim rečima najvažnije rečenice teksta u Luki 9,23. Pošalji svoj parafrazirani tekst imejlom svojim prijateljima i zatraži njihovo mišljenje.
- Prošetaj se obližnjim parkom. Potraži u prirodi bilo koji slučaj uravnoteženosti ili umerenosti.
- Napiši članak o umerenosti za neki crkveni časopis. Posluži se tekstom iz 1. Korinćanima 10,31 kao osnovom.
- Načini kolaž od pojava u tvom životu koje traže od tebe da pokažeš vlast nad sobom, kao što je praćenje TV programa, telefoniranje, pretraživanje Interneta, slušanje muzike, i bilo kojih drugih područja koja ti predstavljaju problem.
- Napiši izjavu: »Uz Božju pomoć biraću samo najbolje, bez obzira na okolnosti i iskušenja!« Stavi je na neko mesto gde ćeš je moći pročitati svakoga dana.

**POVEŽITE:**

*Istorija proroka i careva, 39. poglavlje.*

*Sandra Araúho-Delgado, Apison, Tenesi, SAD*

# Pouka 10

---

Od 29. maja do 5. juna 2010.



## **Besprekornost: celovitost i svetost**

»A u svemu sam sebe podaj za ugled dobrih dela,  
u nauci celost, poštenje. Reč zdravu, nezazornu,  
da se posrami onaj koji se protivi,  
ne imajući ništa zlo govoriti na nas«

(Titu 2,7.8)

Odrastao sam u sredini u kojoj je varanje predstavljalo deo života. Što ste više varali, to su vas smatrali bistrijim i pametnijim. Ono što sam naučio od varanja bilo je da pre ili kasnije sve ipak izađe na videlo i da ljudi saznaju ko ste i kakav ste. Neki ljudi misle da nikada neće biti uhvaćeni, ali se to ipak uvek na kraju dešava.

Sećam se jedne farmaceutске tehničarke iz moje zemlje koja je studirala na privatnom univerzitetu. Izgledalo je da uvek ima novca za sve što bi poželela. Jednoga dana, njen saradnik ju je upitao odakle dolazi sav taj novac, jer je pomislio da ona krade novac kompanije u kojoj je radila. Ona je odgovorila da joj majka šalje sav novac, ali joj saradnik nije poverovao. Jednoga dana saradnik je primetio da je prodala neki lek, ali da prodaju nije zabeležila u knjigu. Umesto toga, novac je stavila u svoj džep. Na kraju je bila i otpuštena. Opravdavala je svoje postupke tako što je tvrdila da je trebalo da bude bolje plaćena. »Samo sam ispravljala pogrešni obračun!« - govorila je.

Snaga volje, moralnost i duhovnost imaju svoje sedište u prednjem delu mozga. Prema tome, imati zdrav mozak pomaže nam da imamo i bolji odnos sa Bogom. Moramo biti veoma pažljivi kada je u pitanju način života kojim živimo, jer naš način života utiče na prednji deo mozga. Mnoge aktivnosti utiču na prednji deo mozga; među njima su ishrana, vežbanje, televizija, kompjuterske igrice, vrsta knjiga koje čitamo i filmova koje gledamo, muzika koju biramo.

**»Samo sam ispravljala pogrešni obračun!« - govorila je.**

Ako se borite s problemom poštenja – da živite onako kako verujete – onda razmislite o potrebi da se zdravije hranite. Imajte na umu da je čovek ono što jede. Proučite primer proroka Danila koji je odlučio da

bude veran Bogu i da ne jede hranu koju mu je car ponudio. I kao rezultat, ustanovili su da je deset puta mudriji od onih koji su izabrali da jedu carevu hranu (Danilo 1,15-20). Razmislite i o Josifu, koji je smatrao da je poštenje ključno pitanje u njegovom odnosu prema Bogu, bez obzira na okolnosti u kojima se nalazi.

U toku ove sedmice, dok budete priučavali o poštenju i njegovom uticaju na zdravlje, svetost i celovitost, neka vam Bog pomogne da odlučite da hranite i telo i dušu.

## **ODGOVORITE:**

1. Šta je učinilo da Danilo i Josif ostanu verni onome što veruju, iako je njihov život bio stavljen na kocku?

*Andres Saenc, Alamosa, Kolorado, SAD*

Poštenje obuhvata doslednost u delovanju, vrednostima, metodama, merilima i načelima. Na temelju ove definicije, Robin Hud je bio pošten. Pošto je želeo da pomaže siromašnima, uzimao je od bogatih i davao nevoljnima. Njegovo delovanje je bilo u skladu s njegovim verovanjem. Međutim, da li je Hristos bio u središtu njegovog delovanja? Kao Hristovi sledbenici, treba da se trudimo da delujemo na temelju Njegovog sistema vrednosti umesto da se povodimo za nekim kao što je bio Robin Hud.

Lično poštenje dovodi do lučenja pozitivnih hormona tako da možemo da uživamo zdravlje i sreću. Međutim, šta ako tome nismo dorasli? Šta ako odlučimo da sklapamo kompromise na račun svoje vere, da delujemo suprotno onome što verujemo? Posledica je stres.

U toku poslednjih nekoliko decenija, medicina je otkrila da nekoliko bolesti i zdravstvenih problema nastaju kao posledica nerazrešenog stresa. Dr Nil Nidli sačinio je listu takvih bolesti na osnovu medicinske literature. Da je navedemo: rak, astma, povremeni bolovi, visok krvni pritisak, kardiovaskularne bolesti, strahovanja, akne, čir i gorušica, psorijaza, prehlada i virusne infekcije gornjih disajnih puteva, grip, dijabetes, tuberkuloza, reumatoidni artritis.

Naš vrhunski cilj za dobro mentalno zdravlje jeste »da se ispunimo svakom puninom Božjom« (Efescima 3,19). Naše poštenje treba da bude po ugledu na Hristovo poštenje dok je živeo na Zemlji: »Sve mogu u Hristu Isusu koji mi čod daje« (Filibljanima 4,13). Prema tome, kako izgleda Božji sistem vrednosti? On je opisan u 2. Mojsijevoj 29, u Galatima 5,22.23 i u 1. Jovanovoj 3.

### ODGOVORITE:

1. Razmotrite život kojim trenutno živite. Da li se vidi da ste poštteni?
2. Da li je vaš sistem vrednosti isti kao i Hristov, ili liči na sistem Robina Huda?
3. Koja se područja vašeg života nalaze u sukobu s vašim sistemom vrednosti?
4. Kako možete razrešiti ta područja sukoba?
5. Pošto ste isključili sve fizičke uzroke svojih zdravstvenih problema, na koji način se oni mogu pripisati nedostatku poštenja u vašem karakteru i ponašanju?

**DA LI JE VAŠ ŽIVOT U SKLADU S NJEGOVIM?**

*LOGOS (1. Mojsijeva 39,6-12; 1. Samuilova 24,1-10; Danilo 6,1-10; Matej 4,1-11; Rimljanima 1,25-27; Efescima 3,14-21)*

Osnovna definicija poštenja glasi ovako: kada su vaša dela u skladu s vašim rečima. Biblijsko poštenje je kada su vaša dela u skladu s Božjom Rečju, kada je vaš celokupni život u skladu s Njegovom voljom i Njegovim putevima. Hajde da razmotrimo život nekih ljudi u Bibliji koji su živeli u skladu s voljom svog nebeskog Oca!

**USKLADITI SVOJE ULOGE (1. Mojsijeva 39,6-12)**

Josif je imao dve osnovne uloge: bio je Božje dete i upravitelj Petefrijevog doma. Pošto su obe njegove uloge bile usklađene s njegovom odanošću Bogu i čovečanstvu, bio je u stanju da se odupre izazovima Petefrijeve žene. Možda će neko kazati: »A kuda ga je dovelo njegovo poštenje? U tamnicu!« Da, kratkoročno gledano, poštenje nas često dovodi u neugodan položaj. Međutim, dugoročno gledano, nikada nećemo zažaliti što smo Boga stavili na prvo mesto. Konačno, Josif je postao Faraonova desna ruka (1. Mojsijeva 40. i 41). Postao je i blagoslov domu svoga oca.

**USKLADITI I SVOJE ODBOJNOSTI (1. Samuilova 24,1-10)**

U Poslanici Rimljanima čitamo: »Ne osvećujte se za sebe, ljubazni, nego podajte mesta gnevu /Božjemu/, jer stoji napisano: moja je osveta, ja ću vratiti, govori Gospod!« (Rimljanima 12,19) David je pokazao poštenje kada je odbio da dozvoli svojoj odbojnosti prema Saulu koji je pokušavao da ga ubije, da ga navede na ličnu osvetu. Koliko puta mi pokušavamo da vratimo milo za drago, samo da bismo kasnije ustanovili da smo postali još ogorčeniji? Svakako, neki među nama su bili izloženi pretnjama, zlostavljanju, silovanju, lažnim optužbama. Ali, mračna strana osvete je u tome što se zaplicemo u gnev, ozlojeđenost, nemogućnost praštanja. Suprotno tome, biblijsko poštenje je kada volimo svoje neprijatelje, kada se molimo za one koji nas gone, kada ih stavljamo u Božju ruku i dozvoljavamo Njemu da bude naš branilac.

**Šta da učinimo  
kada dođe do  
sloma poštenja?**

**USKLADITI SVOJU SLUŽBU BOGU (Danilo 6,1-10)**

Slično Davidu, i Danilo se oslonio na Boga da bude njegov branitelj. I samo njegovo ime znači: »Gospod je moj sudija.« I na temelju iskustva s Božjom pravednošću, zaštitom i staranjem (Danilo 1.2.5), Danilo je stigao do radikalnog poštenja u svojoj službi Bogu. Kada se suočio s pretnjom da će biti bačen lavovima, nastavio je da se moli, jer se celoga života oslanjao na Boga kao na svog branitelja.

Kao adventisti, mi smo pozvani da objavio poruku: »Bojte se Boga i podajte mu slavu, jer dođe čas suda njegova; i poklonite se onome koji je



stvorio nebo i zemlju i mora i izvore vodene« (Otkrivenje 14,7). Slično Davidu i Danilu, mi smo narod koji se klanja Bogu zato što je On naš Sudija. I bez obzira šta nam drugi mogu kazati ili učiniti, naš životni put treba da postane naš put službe Bogu.

## **USKLADITI IDENTITET**

Služenje Bogu je svakako bilo Isusov način života. Razlog zašto je služio Bogu tako odano ogledao se u tome što je Njegov identitet bio usklađen s rečju Njegovog Oca. Prilikom Njegovog krštenja, Otac je izjavio: »Ovo je sin moj ljubazni, koji je po mojoj volji« (Matej 3,17.18). Kada ga je Sotona kušao da kamenje pretvori u hlebove, Hristos je izjavio: »Ne živi čovek samo o hlebu, nego o svakoj reči koja izlazi iz usta Božjih« (Matej 4,4). Drugim rečima, Sotona je hteo da kaže: »Ako si Božji Sin, dokaži to time što ćeš kamenje pretvoriti u hleb!« Međutim, Hristos je shvatio da naš identitet nije određen onim što činimo, već onim što Bog čini, onim što Bog kaže. A Bog je objavio da smo u Hristu Njegovi ljubljani sinovi i kćeri!

Kada se nebo otvorilo i kada je Bog objavio: »Ovo je Sin moj ljubazni koji je po mojoj volji«, On je to kazao i nama. Posledica je da su i naše molitve, verom u našeg Zamenika, prihvaćene pred Bogom.

## **NEUSKLAĐENI (Rimljanima 1,26.27)**

Poslanica Rimljanima daje i sliku ljudi koji su doživeli slom svoga poštenja – ljudi koji su izgubili svoj identitet. Oni su se odvojili od Boga i odvojili i jedan od drugoga, zamenjujući prirodne odnose neprirodni. Njihov neuspeh da se oslone na Božju reč i na Njegovo staranje doveo ih je do moralnog i duhovnog izopačenja.

## **USKLADITI MOLITVE (Efescima 3,14-21)**

Šta da učinimo kada dođe do sloma poštenja? Pavlova molitva u Efescima 3 je snažan način da ojačamo svoje poštenje i poštenje drugih. Moleći se za druge da postignu celovitost u svom unutrašnjem biću, i mi sami bivamo ojačani. Moleći se za njih da upoznaju »ljubav Hristovu koja nadmašuje svaki razum« i mi sami se gubimo u dubinama Njegove ljubavi.

Najviša Hristova slava na Njegovom suverenom prestolu jeste slava Njegovog uspešnog posredovanja. Nema uloge koja bi više ličila na Hristovu od uloge posredovanja sa Hristom... Ni na koji drugi način ne može hrišćanin postati veća snaga i blagoslov hrišćanskoj Crkvi. Ni na koji drugi način ni ti ne možeš učiniti više da unaprediš Hristovo carstvo i da doneseš slavu Isusovom imenu.

## **ODGOVORITE:**

1. Na kojim te područjima tvog života (uloge, odbojnosti, služba Bogu, identitet ili molitva) Bog poziva da uskladiš svoj život s Njegovom Rečju?
2. Kome su potrebne tvoje molitve za snagu i poštenje unutrašnjeg bića?

*Džejs G. Mun, La Hara, Kolorado, SAD*

Moji roditelji su se mnogo žrtvovali da pomognu drugima. Posmatrajući njih, naučio sam da cenim vrednost poštenja. Njihov primer je u meni razvio želju da činim sve što mogu da bi svojim sposobnostima poslužio svojim bližnjima.

### **Kada izgubite svest o poštenju, vaša duša postaje Sotonino bojno polje.**

»Bog želi da upotrebimo svaku priliku da se pripremimo za rad u Njegovom delu. On očekuje od nas da uložimo sve svoje snage u obavljanje tog dela i da svoje srce učinimo svesnim njegove svetosti i strašne odgovornosti koja je s njim povezana.« (Elen G. Vajt, *U potrazi za boljim životom*, str. 312)

»Kada izgubite svest o poštenju, vaša duša postaje Sotonino bojno polje; imate dovoljno sumnji i strahovanja da umrtvite svoje energije i da se predate obeshrabrenju« (*Mind, Character and Personality*, str. 321). Proučite tekstove u Psalmu 25,21 i Efescima 4,15.

Zanimljivo je da dok pomažemo siromašnima »treba uvek da imamo na umu njihove duhovne potrebe« (*U potrazi za boljim životom*, str. 109). Treba da pridemo ljudima tamo gde se nalaze i da ih učimo, ne oholo, već gradeći njihov karakter. Ono što je najbolje u životu – jednostavnost, poštenje, istinoljubivost, neporočnost, čestitost – ne može se ni kupiti ni prodati. Za svakoga, Bog je osigurao mnogo zadovoljstava u kojima mogu da uživaju i bogati i siromašni. Zadovoljstvo se nalazi u gajenju čistih misli i činjenju nesebičnih dela. Zadovoljstvo dolazi kao posledica izgovaranja ljubaznih reči i činjenja dobrih dela.

Od onih koji obavljaju ovakvu službu, Hristova svetlost sija da obasja život potamnjen mnogim senkama. »Poštenje, samoodricanje i poniznost treba da obeležavaju naš život« (Ellen G. White, *Medical Ministry*, str. 131). »Bitno je da gajimo vernost u malom; postupajući na taj način, stičemo naviku poštenja i u većim odgovornostima. Mali događaji u svakodnevnom životu često prolaze nezapaženi, ali upravo oni oblikuju karakter. Svaki događaj u životu ima veliku važnost ili na dobro ili na zlo. Um se mora vežbati svakodnevnim probama da stekne snagu da izdrži u svakom teškom položaju. U danima nevolje i opasnosti treba da budemo ojačani da čvrsto stanemo na stranu dobra, nezavisno od svakog protivnog uticaja.« (*Mind, Character and Personality*, str. 270)

Hiljade i hiljade ljudskih bića propadaju. Veliko delo mora da se obavi. Da li ti činiš sve što je u tvojoj moći da pomogneš?

### **ODGOVORITE:**

1. Kako nas poštenje čuva?
2. Da li se prikazujemo poštenu da bismo ugodili drugima ili od srca činimo ono što je Bogu po volji?

Platno se tka na razboju punom konca, a čunak ide tamo i ovamo, tamo i ovamo, sve dok se ne pokaže prekrasan komad tkanine. Tako se i naš karakter izgrađuje svakodnevno, sa mislima koja ulaze i izlaze celoga dana. Tako je lako, samo jednom, prepisati zadatak ili kazati »malu belu laž«. Ključno je da učinimo da sve naše misli budu najboljeg i najčistijeg mogućeg kvaliteta. Kako da održimo neporočnost svojih misli?

Naš najviši primer poštenja je Bog. Tekst u 4. Mojsijevoj 23,19. kaže: »Bog nije čovek da laže, ni sin čovečiji da se pokaje. Što kaže neće li učiniti, i što reče neće li izvršiti?« Da bismo i sami postigli tako visok standard, moramo se držati Božjeg sistema vrednosti iz dana u dan, jer se misli u našem umu nižu celoga dana, neprestano ulaze i izlaze.

*Bliskost s našim Gospodom* jedini je način da se stekne poštenje. Sotona pokušava da se ubaci u naš proces donošenja odluka. Uvek moramo odlučiti da budemo poštene. To se ne događa prirodno. Svakoga dana, svaki odgovor na svaku misao je izbor. Samo Božje vođstvo može nas učiniti dovoljno snažnim da načinimo pravi izbor.

Proučavajući Bibliju čovek može doći u Božju blizinu.

*Oslonite se na Gospoda* da nas vodi. Psalam 20,7 kaže: »Jedni se hvale kolima, drugi konjima, a mi imenom Gospoda Boga svojega.« Ukoliko ostanemo u stalnoj vezi s Njim preko molitve, mi ćemo čuti Njegov glas i naučiti da se oslonimo na Njegovo vođstvo.

*Ostanite čvrsti* kada vetrovi zla duvaju oko vas. Biće pritisaka da donesete neku nemudru odluku. Dokažite se pred Bogom i pred drugim ljudima. Tekst u Titu 2,7 kaže: »A u svemu sam sebe podaj za ugled dobrih dela, u nauci celost, poštenje.« »Pošten čovek, u skladu sa Hristovim merilima, to je čovek koji će pokazati nepokolebljivo poštenje.« (4T 310) »Postojano poštenje blista kao zlato usred troske i smeća ovoga sveta.«(4T 310) Stojte čvrsto, tako da poštenje bude prekrasno utkano u tkaninu vašeg karaktera.

**Svakoga dana, svaki odgovor na svaku misao je izbor.**

### ODGOVORITE:

1. Šta misliš, kako ljudi ocenjuju tvoj karakter?
2. Zašto je pošten karakter tako važan Gospodu? Tebi? Drugima?

*Kej Brok, Estes Park, Kolorado, SAD*

Današnji tekst izražava Pavlovu molitvu Bogu za vernike da predaju svoje unutrašnje biće Svetome Duhu tako da Hristos može da stanuje u njima. Kako bi ova zamisao o snazi unutrašnjeg bića mogla da se ostvari u tvom životu? Dozvoli mi da ti kažem šta to znači u mom životu?

Ako »čovjek gleda što je na očima, a Gospod gleda na srce« (1. Samuilova 16,7), onda ja verujem da bi Bogu bilo milije da vidi unutrašnje osvedočenje, nego neko spoljašnje izražavanje. Ja se trudim veoma da pokažem svetu unutrašnje osvedočenje, koje će mi pomoći da činim ono što je pravo čak i onda kada me niko ne posmatra. Za mene to znači da ne podlegnem iskušenju da gledam prljave slike na svom kompjuteru, da ustanem od stola pre nego sam pojeo suviše mnogo, da radim svoj

### **Kako da postanem osoba kakva želim da budem?**

posao za svoga poslodavca pošteno i verno, da ukažem gostoljublje onima kojima je to potrebno iako nisam u nekom velikom prijateljstvu s njima.

Međutim, kako bih mogao očekivati da ću se preobraziti u Hristovo obličje ako zanemarim probleme svoga »unutrašnjeg bića«? »Kako da postanem osoba kakva želim da budem? Počni sada da prihvataš način mišljenja, da stičeš sposobnosti, da razvijaš navike osobe kakva želiš da budeš. Pogrešno je sanjariti o danu kada ćeš dospeti do vrha umesto da se danas ponašaš tako da se pripremiš za sutra.« (J.C. Maxwell, *The 360 degree Leader*, 9) Za mene je lako da čitam ove prethodne redove u svetlosti moje karijere i da mislim: »Oh, velika stvar!« Međutim, mnogo je teže uzeti ih srcu u svom odnosu prema Bogu, jer su potrebne velike odluke i potpuno predanje. Ali, upravo takvo predanje je ono što Bog traži. »Plan da se počne spolja i da se onda pokuša raditi iznutra uvek je propao i uvek će propasti. Božji plan s vama je da počnete na pravom izvoru svih teškoća, na srcu, a onda će iz srca izlaziti načela pravednosti, reforma će se događati i iznutra i spolja« (Elen G. Vajt, *Saveti o životu i ishrani*, str. 24). Da li ste se osvedočili? Pridružite mi se. Budite odlučni da se pokorite Duhu da biste ojačali svoje »unutrašnje biće«. Neka Bog u vama načini srce koje se neće moći ni kupiti ni prodati, srce koje će biti celo i sveto kada je reč o odnosu između vas i vašeg Gospoda.

*Timoti J. Pelandini, Alamosa, Kolorado, SAD*

### ZAKLJUČAK

Bog ceni poštenje. Biti pošten znači da vaša dela odgovaraju vašim rečima. Biblija je puna primera ljudi koji su pokazivali istinsko biblijsko poštenje, ljudi koji su živeli životom u skladu s Biblijom i Božjim vođstvom u svom životu. Oni su Božje puteve stavljali ispred svojih. Mi možemo razviti i sačuvati biblijsko poštenje držeći se Božjih vrednosti, provodeći vreme s Njim, uzdajući se u Njega i u Njegovo vođstvo u našem životu, ostajući čvrsto uz ono u šta verujemo. Bog želi da te životne promene započnu u našem srcu i da se prenesu na naša dela.

### RAZMOTRITE:

- Načini kolaž koji će pokazati šta poštenje znači za tebe. Upotrebi slike iz časopisa, lične fotografije, i male predmete da bi prikazao svoju misao.
- Razgovaraj s nekim koji ispoljava pravo biblijsko poštenje. Preuzmi od njega neke navike i običaje koji će ti pomoći da postigneš taj cilj u svom životu.
- Napiši sastav o vremenu kada je tvoje poštenje bilo na probi i o tome kakav je bio ishod te probe.
- Prouči Danilov život i navedi sve osobine koje pokazuju njegovo biblijsko poštenje. Razvrstaj te osobine po važnosti.
- Posveti deset dana Danilovoj ishrani, koja obuhvata presnu hranu, orašaste plodove, voće, povrće. Posle deset dana odluči da li se osećaš bolje fizički, mentalno i duhovno.
- Izaberi nekoga koji je nedavno pao na ispitu poštenja, moli se za njega redovno kako bi Sveti Duh delovao na njegovo srce da promeni svoje puteve.

### POVEŽITE:

*The Sanctified Life*, 2. poglavlje

Elen G. Vajt, *Vaspitanje*, poglavlje «Život velikih ljudi»

Institute for Creation Research. «Biblical Integrity,» Mark D. Rasche <http://www.icr.org/article/1773/> (pristup sajtu 2. aprila 2009).

Čendler Rajli, Lorel, Merilend, SAD

# Pouka 11

---

Od 5. do 12. juna 2010.



## **Optimizam – sreća i izlečenje**

»Ali ovo napominjem srcu svojemu, te se nadam. Milost je Gospodnja što ne izgibosmo sasvim, jer milosrđa njegova nije nestalo. Ponavlja se svako jutro, velika je vera tvoja«  
(Plač Jeremijin 3,21-23).

Suočeni sa ekonomskom krizom, ratovima, nestašicom hrane i stalnim promenama s kojima moramo da se borimo svakoga dana, mi osećamo da je ta obeshrabrujuća situacija ponekad suviše teška da bismo je mogli podneti. Tako je mnogo ljudi palo kao žrtva depresije zbog socijalnog i ekonomskog položaja u kome se nalaze, dok su drugi iscrpljeni i fizički bolesni zbog ličnih poteškoća i stresa.

I dok se depresija pojačava, telesna odbrana slabi. Ali, koliko bismo morali da budemo zahvalni što je Božja reč, Biblija, puna poruka nade – poruka, koje, kada se prouče i prihvate, mogu da nadahnu dušu i da je ojačaju. Te poruke mogu da obnove zdravlje telu obolelom od briga i žalosti. Očiglednio je da je David napisao naš današnji tekst dok je bežao od svog buntovnog sina Avesaloma. Pročitajte ga sada ukoliko to već niste učinili! Takvi tekstovi nas i danas mogu nadahnuti da nastavimo borbu kada stanje postane teško. O tim tekstovima možemo čitati: »Strah je mračna senka koja nas obavija i konačno od nas stvara zarobljenike. Svaki od nas bio je zarobljen strahom bar ponekad – strahom od odbacivanja, nerazumevanja, nesigurnosti, bolesti ili čak smrti. Ali, mi možemo savladati strah služeći se blistavim Gospodnjim svetlom koje nas oslobađa i donosi nam spasenje« (*Life Application Study Bible*, str. 929). »Psalam se završava ponavljanjem poziva: 'Čekajte, kažem vam, na Gospoda!' – kao da psalmista želi da duboko u naš um usadi misao da u vreme sumnje i opasnosti, umesto da očajavamo, treba da idemo napred 'u sili Gospoda Boga' (Psalam 71,16).« (*The SDA Bible Commentary*, sv. 3, str. 697)

### **I dok se depresija pojačava, telesna odbrana slabi.**

#### **ODGOVORITE:**

1. Kako to da Biblija daje odgovore na sve važne životne dileme?

*Opuge Efraim Obuoloh, Kisij, Kenija, Istočna Afrika*

**NEUSTRAŠIVO SNAŽNO SRCE (Psalam 27; 42)**

David se u svom životu svakako suočavao s mnogim izazovima i nevoljama. Neke od njih živo opisuje u Psalmu 27. Ali, čineći to, ujedno hrabri i teši i nas. Kada život postane težak i kada sve krene u pogrešnom smeru, moramo se sećati dobrih trenutaka kada je Gospod bio s nama i kada nas je tešio i usmeravao. David nam savetuje da čekamo na Gospoda. Čekati na Gospoda znači imati poverenja u Njega, u Njegovo providenje i Njegovu sposobnost. To znači imati poverenja da će učiniti ono što je obećao i da će nas odvesti kuda je rekao. Znajući da je Gospod s nama na svim putevima treba da ohrabri naše srce da bude jako. Snažno srce je sposobno da se suoči s mnogim izazovima života, dok slabo srce pada u svakoj nevolji i nije u stanju da se suoči s njima.

**SAMO TI JE JEDNO POTREBNO (Luka 10,42)**

I Marija i Marta su bile Isusove učenice. Obe su volele Gospoda i Njemu su posvetile svoj život. Ipak, obe su pristupale učenishtvu na različite načine. Čak i kada je Isus boravio u njenoj kući, Marta je bila potpuno obuzeta pripremama da dočeka svoga gosta. Svakako da je u pitanju bilo pripremanje zajedničkog obroka. Međutim, Marija je sedela sa Isusom željna da čuje ono što On ima da joj kaže. Isus je znao da ni Marta ni Marija ne mogu da žive samo od hleba (Matej 4,4). On je znao da ima trenutaka kada je hranjenje duhovnim hlebom Njegove Reči mnogo važnije od hranjenja hlebom iz pećnice. U Martinom slučaju, »mnogo onoga« (Luka 10,41) što je skretalo njenu pažnju od Isusove prisutnosti nije bilo loše samo po sebi. Činjenica je da mi ponekad ispunjavamo svoj život »onim što je dobro« u tolikoj meri da zanemarujemo potrebe svoje duše. Ponekad smo toliko zaposleni radeći za Isusa da nemamo vremena da budemo s Njim.

Bog nas nije blagoslovio dobrim porodicama, dragim prijateljima, dobro plaćenim zaposlenjima, zajedno s drugim darovima i sposobnostima, da bismo imali izgovor da zanemarimo druženje s Njim. Uvek imaj na umu kao što je to Marija imala – da bez Njega ne možemo ništa činiti (Jovan 15,5).

**STANJE NAŠEG UMA (Matej 6,31.32)**

Zabrinutost je ubica. Mnoge fizičke i mentalne bolesti našeg vremena povezane su sa stresom. Međutim, kada vera raste, zabrinutosti nestaje. To je ono što je Isus želeo da Marta nauči. To je deo onoga što je objavio u besedi na Gori blagoslova kada je rekao: »Ne brinite se, dakle, govoreći: šta ćemo



jesti, ili, šta ćemo piti, ili, čime ćemo se odenuti? Jer sve ovo neznabošci ištu; a zna i otac vaš nebeski da vama treba sve ovo» (Matej 6,31.32). Ako poređate prioritete na pravi način – stavite Božje carstvo na prvo mesto – smanjićete izgleda da dobijete srčani udar.

Marija je izabrala da sluša svoga Gospoda. Ali, ako mi budemo suviše zaposleni da bismo razgovarali s Njim, molili se, proučavali Njegovu Reč, razmišljali o svrsi života, uživali u spokojnom vremenu s Njim, naše srce će biti opterećeno svakodnevnim životnim brigama koje će iscrpljivati naše telo i naš um, te ćemo postati neotporni prema bolestima i slabostima.

## **BOG TE VOLI (Jeremija 31,3)**

U Jeremiji 31,3 Bog kaže Izrailjcima: »Ljubim te ljubavljju večnom!« Kao predmet Božje ljubavi, apostol Pavle je mogao da kaže da zna kome veruje (2. Timotiju 1,12). U Rimljanima 8,35-39 on objavljuje da su svi istinski vernici predmet Božje ljubavi. I pošto je to tako, niko i ništa nas ne može odvojiti od Božjeg spasenja i izbavljenja. Njegova ljubav treba da nas nadahne da na život gledamo pozitivno, da očekujemo dobro, i da živimo s poverenjem da će se On postarati za nas.

Bog se približava svom narodu s ljubaznošću koja je nadahnuta dubokom i večnom ljubavljju. On je željan da učini za njega sve najbolje samo ako mu dozvoli da to učini. Posle mnogo reči opomene protiv greha, ovo podsećanje na Božju veličanstvenu ljubav izgleda kao dah svežeg vazduha. Umesto da mislite o Bogu sa strahom, pogledajte bolje i vidite da vas On svojom ljubavljju privlači k sebi.

**Kada vera raste,  
zabrinutosti  
nestaje.**

Kada nam život zadaje udarce, treba da znamo da je sve što zaista vredi samo u Gospodu. Takvo stanje uma će dovesti i do zdravog stanja tela. Ima mnogo Njegovih obećanja. Neka vas ona povedu kroz život (5. Mojsijeva 33,39; Psalam 4,8; 56,3; 91,1.2; 1. Jovanova 4,4).

## **ODGOVORITE:**

1. Kako vas činjenica da je Bog već dovršio proces našeg spasenja nadahnjuje da živite pozitivno?
2. Ako strahuješ zbog nečega u svom životu, potrudi se da uvećaš svoju veru. Pogledaj kako uvećanje vere utiče na tvoje zdravstveno stanje!
3. Kako možemo pokazivati poverenje u svoju budućnost tako da time nadahnjujemo i druge da slede Gospoda?

*Lukas Olvejo, Kisumu, Kenija, Istočna Afrika*

»Odnos koji postoji između uma i tela je vrlo blizak. Kada je jedno pogođeno, i drugo trpi. Stanje uma utiče na zdravlje u mnogo većoj mjeri nego što mnogi shvataju. Mnoge bolesti od kojih ljudi pate posljedica su mentalne depresije. Bol, strahovanje, nezadovoljstvo, kajanje, krivica, nepoverenje, sve to teži da slomi životne snage i da prizove raspadanje i smrt...

»Hrabrost, nada, vera, saučešće, ljubav unapređuju zdravlje i produžavaju život. Zadovoljan um, radostan duh, to je zdravlje telu i snaga duši.« (Elen G. Vajt, *U potrazi za boljim životom*, str. 141. 142)

### **Naučimo svoju dušu da bude puna nade.**

»Ništa tako ne unapređuje zdravlje tela i duše kao duh zahvalnosti i slavljenja Boga. Naša je stvarna dužnost da se odupremo melanholiji, nezadovoljnim mislima i osećanjima – kao što nam je dužnost da se molimo. Ako želimo da stignemo na Nebo, kako možemo da idemo kao četa ožalošćenih, uzdišući i prigovarajući celim putem sve do Očeve kuće.«

»Oni takozvani hrišćani koji stalno prigovaraju, i koji izgleda smatraju da su veselje i sreća greh, nemaju istinsku religiju.« (Isto, 148)

Prirodni je zakon da se naše misli i naša osećanja podstiču i jačaju kada ih izražavamo. Istina je da reči iskazuju misli, ali je isto tako istina da misli slede reči. Kada bismo više rečima izražavali svoju veru, kada bismo se više radovali blagoslovima za koje znamo da smo ih dobili – Božju veliku milost i Njegovu ljubav – imali bismo i više vere i veće radosti. Nijedan jezik ne može da izrazi, niti um smrtnoga čoveka da shvati, blagoslov koji proizlazi iz poštovanja prema Božjoj dobroti i ljubavi. Čak i na Zemlji možemo imati radost kao izvor koji nikada ne presušuje, jer se napaja potocima koji teku od Božjeg prestola.

»Prema tome, naučimo svoje srce i svoje usne da izgovaraju hvalu Bogu zbog Njegove neuporedive ljubavi. Naučimo svoju dušu da bude puna nade i da boravi u svetlosti koja sija s krsta na Golgoti. Nikada ne bismo smeli da zaboravimo da smo deca nebeskog Cara, sinovi i kćeri Gospoda nad vojskama. Naša je prednost da održavamo spokojno utočište u Bogu.« (Isto, 148)

### **ODGOVORITE:**

1. Nađite najmanje pet razloga da hvalite Boga!
2. Razmišljajte o svakom od njih najmanje jedan minut. Kako ćete se osećati posle takvog razmišljanja?

Markus Lilend, Boui, Merilend, SAD

Treća Jovanova poslanica započinje imenovanjem pisca i osoba kojima je namenjena, zatim dolazi zahvaljivanje Bogu i želja da Bog blagoslovi čitaoce. Jovan naziva Gaja svojim dragim prijateljem. Iako taj naziv ukazuje na srdačnost, ipak nije dovoljno snažan da prenese značenje grčke reči koja je ovde upotrebljena (*agapetos*) i koja znači: »voljeni«. Ljubav nije samo osećanje i bliskost, već Bogom dana veza koja sjedinjuje hrišćane. Jovanova izjava da voli Gaja »u istini« ukazuje na dvostruku vezu koja ih je spajala: nisu vezani samo ljubavlju već i istinom koju imaju.

Želja da primalac uživa dobro zdravlje tipična je za stara pisma, a ovde je reč o molitvi. Posebno, Jovan se moli da Gaj »uživa dobro zdravlje« i da »mu bude dobro«, »kao što je njegovoj duši dobro« (3. Jovanova 1,2). Reč prevedena kao duša (*psihe*) odnosi se na sve aspekte ličnosti. U Jevanđelju po Jovanu Isus kaže da će položiti svoju »psihe«, što znači više nego samo da će dati svoju »dušu« (Vidi Jovan 10,15.17.18). Jovanovo uverenje da je s Gajem sve u najboljem redu, što se tiče njegove duše, ne znači samo da je njegova duša spasena. Umesto toga, Jovan govori o duhovnom i moralnom zdravlju u svetlosti prihvatanja Isusa i poštovanja Njegovih zapovesti. Kada smatramo svojom dužnošću da hvalimo Boga i da budemo optimistički raspoloženi u vezi sa svojom budućnošću kao hrišćana, uprkos svetovnim okolnostima oko nas, tada će se učvrstiti i naše telesno zdravlje. Mnoga naučna istraživanja potvrdila su tu činjenicu. Jedno takvo istraživanje bilo je sprovedeno na Karnegi Melon univerzitetu. Dr Šeldon Koen i njegovi saradnici proučavali su 193 zdrava pacijenta starih između 21 i 55 godina. Rezultati su pokazali da su učesnici s »visokim dostignućima na području pozitivnog emocionalnog stanja imali veću sposobnost da se odupru prehladi i gripu. Istraživači su napisali da ovi »rezultati ukazuju da pozitivne emocije igraju veću i važniju ulogu u rizicima obolevanja od nekih bolesti ili zdravstvenih tegoba nego što se to do sada smatralo«.

**Ljubav nije  
samo osećanje  
i bliskost.**

### ODGOVORITE:

1. Šta si u poslednje vreme učinio da uzdigneš nadu i blagostanje u očima onih koji žive u tvojoj okolini?
2. Šta Biblija naglašava u vezi s tim da treba živeti u miru sa svim ljudima? Vidi Rimljanima 12,18. Kako spokojan život u društvenoj zajednici doprinosi boljem duhovnom i telesnom zdravlju?

# Sr ŽIVETI DOBRO UPRKOS ŽIVOTNIM IZAZOVIMA

PRIMENA (1. Mojsijeva 6; 7; 12,1-7; Galatima 5,22-26)

Mi živimo u svetu koji je pun nesigurnosti i promena. Mnogo toga je izvan naše kontrole. Kako vladamo tim okolnostima zavisi od toga kako ih sagledavamo ili reagujemo na njih. Optimizam znači da se nadamo i očekujemo najbolje od života. On zahteva strpljenje i istrajnost.

Kada mislimo da okolnosti upravljaju nama, i kada uzdišemo i prigovaramo, ne samo da sebe pripremamo za poraz već slabimo i svoju odluku da budemo srećni. Oni koji su optimistični, ne samo da će steći hrabrost da i ostanu optimistični kada se pojave novi problemi nego će i priviknuti svoje srce i um da se odupru i sledećim izazovima. Kako da razvijemo optimizam?

## Otkrijte svoje brige i strahove Bogu u molitvi. I prepustite ih Bogu.

*Krenite korakom vere.* Mnogi od nas su depresivni zato što to nikada nisu pokušali. Mi

odbijamo da hodamo u veri. Tek kada je stao na talase, Petar je ustanovio da može da hoda po vodi. Sve dok ne učinimo prvi korak, nećemo nikuda stići.

*Oslonite se na Boga.* Osloniti se na Boga ne znači da ne obraćamo pažnju na okolnosti i na razum. To znači da uprkos okolnostima verujemo u Boga i u Njegova obećanja i da znamo da će ih On ispuniti u našem životu. Noje se uzdao u Boga, iako nikada ranije nije padala kiša. Avram se uzdao u Boga iako mu Bog nije pokazao kuda treba da ide.

*Molite se!* Mnogi među nama nisu optimisti, jer ne provode veliki deo svoga vremena u molitvi. Oni koji se bore sa svojim teretima i odbijaju da ih prebace na Gospoda, sami će ih i nositi. Otkrijte svoje brige i strahove Bogu u molitvi. I prepustite ih Bogu.

*Živite zdravim načinom života!* Istraživanja su pokazala da vežbanje i zdrava hrana mogu da nam pomognu da budemo srećni. Vežbanje unosi kiseonik u sve delove tela. To nas održava budnima i jakim. Dobra hrana nam pomaže da se borimo protiv prehlade, gripa, raka i drugih zdravstvenih problema. Kada se dobro osećamo zato što smo vodili brigu o svom telu, lakše nam je da budemo optimistički raspoloženi pred životnim izazovima.

Ljudi koji se plaše životnih okolnosti zaustavljaju Božje delo u svom životu i zato ne mogu da uživaju i potpunosti i celovitosti života. Međutim, optimisti idu kroz život hrabro i puni nade. Njihov život donosi obilan rod.

## ODGOVORITE:

1. Razmisli o svakom prethodno navedenom koraku. Izaberi dva područja na kojima treba najviše da radiš.
2. Načini plan koji će ti pomoći da postigneš uspeh.

*Džekson Vatembo, Ronkai, Kenija, Istočna Afrika*

»I znajući ovo vreme da je već čas došao da ustanemo od sna; jer nam je sada spasenje bliže negoli kad verovasmu. Noć prođe i dan se približi, da odbacimo, dakle, sva dela tamna i da se obučemo u oružje videla« (Rimljanima 13,11.12).

Mi smo pozvani da činimo ono što je Božje. Mnogi ljudi govore da je Hristos odložio svoj dolazak, da nije održao svoje obećanje da će doći i uzeti nas k sebi. Ja verujem da On nije odložio svoj dolazak. Umesto toga, »ne docni Gospod s obećanjem, kao što neki misle da docni, nego nas trpi, jer neće da ko pogine, nego svi da dođu u pokajanje« (2. Petrova 3,9). Bog je strpljiv, jer Sotona ne spava. On i njegovi demoni se trude da privuku na svoju stranu mnoge od nas.

Priča se da je neki pastor gajio patke i piliće. Jednom je dobio poziv da propoveda u nekoj vrlo udaljenoj crkvi. Pripremio je zato dovoljno hrane za svoju perad dok je na putu. Kada se vratio posle sedam dana, bio je užasnut kada je video da se pačići i pilići nalaze na smetlištu iza kuće. Uzeo je svetiljku da vidi šta ih tamo privlači. Kada je video mnoštvo crva i glista, shvatio je da njegova perad više voli crve nego dobru hranu koju im je pripremio.

**Svet je pun  
»crva«.**

Svet je pun »crva« koje je Sotona porazmeštao u nadi da će nas uhvatiti u svoje zamke. Ali, treba da hvalimo Isusa koji nas je izbavio od Sotoninih nečistih ponuda i privukao nas Bogu.

### **ODGOVORITE:**

1. Na koje sve načine Sotona pokušava da nas napadne?
2. Kako bi mogao da izbegneš Sotonine zamke? Čitaj Priče Solomonove 3,5.6
3. Kako ti je Bog pomogao kada si bio izložen kušanjinama?
4. Da li i ti isto toliko nastojiš da se svi ljudi spasu, kao što to Bog čini? Ako je tvoj odgovor negativan, zašto se tako osećaš? Šta bi mogao da uradiš da promeniš svoje držanje?
5. Pročitaj ponovo Rimljanima 13,11.12. U kom smislu stavljanje na sebe »oružja videla« može biti metafora za optimističan stav u životu?

*Isaak Niakundi Mokaja, Kisii, Kenija, Istočna Afrika*

**ZAKLJUČAK**

Bolesti za koje nema leka, negativne klimatske promene, finansijska kriza, sve su to samo neki od problema zbog kojih strepi srce ljudi i žena. Međutim, Bog nije ostavio svoj narod bez nade i bez pomoći. On je svakome od nas dao »meru vere« koja će se najbolje upotrebiti kada se usmeri prema Njemu (Rimljanima 12,3). Verom u Boga i u Njegovu reč imamo na raspolaganju snagu da nadvladamo svaki izazov u životu. Da bismo bili spokojni, moramo se poslužiti svim što nam stoji na raspolaganju da bismo dobili pomoć od Boga, jer je On spreman da zadovolji svaku našu potrebu.

**RAZMOTRITE:**

- Gledaj dnevnik na TV u toku nekoliko sledećih dana. Napravi spisak pozitivnih i negativnih izveštaja. Kako ta stalna poplava vesti utiče na naše mentalno stanje?
- Načini listu od deset najvećih izvora stresa u tvom životu. Pokušaj da pronađeš po dva pozitivna načina za borbu protiv svakog od njih. Izračunaj koliko vremena trošiš svake sedmice na negativna reagovanja na stres u svom životu.
- Prepričaj tekstove u Jovanu 14,27 i Mateju 11,2-30, započinjući rečenicu ovako: »Bog mi govori da...«
- Razmisli o stresnim danima u svom životu. Kako ti je Bog pomogao da prođeš kroz njih?
- Pročitaj teskt u Rimljanima 1,18-23. Nedostatak zahvalnosti Rimljana doprineo je njihovoj duhovnoj slabosti. Seti se nekih ljudi u svom životu koji ti mnogo znače i zahvali Bogu što oni postoje. Pripremi im neku ponudu da im pokažeš koliko ih ceniš.
- Organizuj druženje uz zakusku u svom domu. Pozovi nekoliko prijatelja i poznanika. Zatraži od svojih gostiju da kažu neku svoju posebnu potrebu za koju bi želeli da se svi mole. Odvojte vremena za takve molitve.
- Misli o izazovima u svom životu koje nisi predao Bogu. Razmisli o tekstu u Jakovu 4,2 i 1. Petrovoj 5,7. Zašto ne bi sve svoje izazove rešavao uz Božju pomoć?

**POVEŽITE:**

Philip Yancey, *Prayer*, 11. poglavlje

Elen G. Vajt, *U potrazi za boljim životom*, 18. poglavlje

*Dvejn Esmond, Hedžesvil, Zapadna Virdžinija, SAD*

# Pouka 12

---

Od 12. do 18. juna 2010.



## Ishrana u Bibliji

»Ako li jedete, ako li pijete, ako li drugo što činite,  
sve na slavu Božju činite«  
(1. Korinćanima 10,31).

Sada smo već stigli do polovine godine – i šta se dogodilo s našim novogodišnjim odlukama? Znate, one odluke da ćemo se pravilnije hraniti, više vežbati i bolje se starati o sebi.

Zadivljuje koliko ljudi je spremno da donese takve odluke negde oko prvog aprila – i da ih onda zaboravi oko 5 aprila, ako ne i pre. Međutim, potreba da se živi zdravim načinom života nije samo dobra zamisao, to je i deo onoga što Bog od nas želi.

Jednom sam čuo da neko kaže: »Deca nam se ne rađaju s priručnikom za upotrebu!« To ipak nije istina! Biblija veoma mnogo govori o vaspitanju dece, i o tome kako treba da se hranimo – kao deca i kao odrasli. U stvari, Bog nas toliko voli da nam je dao tačna uputstva koju hranu da uzimamo, i to već u prvom poglavlju Biblije: »Evo, dao sam vam sve bilje što nosi seme po svoj zemlji; i sva drveta rodna koja nose seme, to će vam biti za hranu« (1. Mojsijeva 1,29). Prema tome, Bog je sasvim određen u tome šta treba da jedemo a šta ne treba. Ne treba, dakle, da nagađamo koja će nam ishrana dati dovoljno energije, zdravlja i prijatnu spoljašnjost. Treba samo da se okrenemo i vidimo kakvu nam je dobru hranu Bog stavio na trpezu.

**Potreba da se živi  
zdravim načinom  
života nije samo dobra  
zamisao.**

Božja uputstva o ishrani nisu samo prazna priča ili zanimljivo štivo za čitanje kada se nađemo u dokolici. Onaj koji nas je stvorio jeste i Onaj kome je stalo do nas i želi da budemo zdravi; a velikim delom naše zdravlje određeno je onim što jedemo. Samo upitajte uspešne atletičare! Pre velikih takmičenja, oni se trude da jedu dobru hranu koja će im dati neophodnu energiju. Dakle, nastoje da ne uzimaju namirnice koje će im oduzimati snagu i svežinu.

Biblijsko isticanje pravilne ishrane ima mnogostruki uticaj, kao što se može videti iz teksta u 1. Korinćanima 10,31. Sve treba da bude »na slavu Božju«, jer nas On posmatra. I upravo kao što deca žele da ugode roditeljima, Bog uživa u svojoj deci koja se trude da mu ugode. Ali, zar nam ovi tekstovi ne govore i o tome da nas drugi posmatraju? Isus je rekao da čineći dobro proslavljamo Boga (Matej 5,16). Zar zdrav način života nije deo toga? O tome ćemo proučavati u toku ove sedmice.

*Mark A. Kelner, Kolumbija, Merilend, SAD*



## ŠTA NAM GOVORI NAŠA HRANA?

DOKAZ (2. Mojsijeva 15,26; 3. Mojsijeva 11,44.45; 4. Mojsijeva 11,4-34; Danilo 1)

# Ne

U 3. Mojsijevoj 11 nalazimo Božju perspektivu ishrane. Sinovi Izrailjevi su morali da hodaju, da govore, i da jedu kao posvećeni ljudi. Egipatska ishrana kojom su se hranili preko 400 godina sadržavala je i mnogo namirnica koje su oni mogli da jedu. Egiptolozii su utvrdili da su više klase u Egiptu trošile mnogo mesa, dok su niže klase jele uglavnom voće i povrće koje je raslo na plodnoj zemlji u dolini Nila.

Tekst u 4. Mojsijevoj 11,4-34 otkriva koliko je ozbiljno Bog razmatrao vezu između ishrane i duhovnosti. »Bog je ljudima dao i ono što nije bilo u njihovom najvišem interesu, jer su istrajali u traženju... bili su ostavljeni da trpe posledice... Gospod je udario narod veoma velikim pomorom« (Elen G. Vajt, *Stvaranje - patrijarsi i proroci*, str. 346). Ako je hrana bila čista, zašto ih je udario pomorom? Možda zato što su toliko bili željni mesa da su Boga izgubili iz vida. Može li suviše onoga što je dobro biti loše? Izgleda da je Bog zaista tako mislio.

**Može li suviše  
onoga što je dobro  
biti loše?**

Kada su sinovi Izrailjevi konačno stigli u Obećanu zemlju, istoričari kažu da se njihova ishrana sastojala pretežno od voća i povrća. Kada su klali neku životinju, onda je to bila neka posebna prilika ili se radilo o prinošenju žrtve.

U Britaniji u toku 2. svetskog rata stroga ograničenja ishrane su značila da su ljudi jeli manje jaja, mesa i šećera. Današnja istraživanja pokazuju da takva ishrana smanjuje opasnost od raka, srčanih bolesti, i drugih degenerativnih oboljenja. Svi dobro znamo koliko se rak sada proširio među ljudima i da se čak povećava i broj slučajeva u Crkvi.

Tekst u 2. Mojsijevoj 15,26 daje nam prekrasan primer kako Bog obilno blagosilja one koji poštuju zakone ishrane. On nam je pokazao koje su namirnice najbolje za nas, zato što nas toliko voli. Blagodati ishrane po Njegovim pravilima vide se na fizičkom, duhovnom i društvenom planu. U ovim poslednjim danima On nas poziva da budemo Danilo poslednjih dana. Hoćeš li se i ti odazvati pozivu svoga Gospoda?

### ODGOVORITE:

1. Kako ono što jedeš svedoči drugima o tvojoj odanosti Bogu?
2. Kakva je razlika između Božje konačne volje i Njegove volje da nam dozvoli ono što uporno tražimo?
3. Šta tvoja ishrana govori o tvom odnosu prema Bogu?

*Set Alen, Breknel, Ujedinjeno Kraljevstvo*

LOGOS (1. Mojsijeva 1,26-30; 7,1.2; 8,20; 3. Mojsijeva 11; 5. Mojsijeva 14; Priče Solomonove 23,19-21; Dela apostolska 10,1-28; Rimljanima 14,17; 1. Timotiju 4,1-5)

### **PRVOBITNA ISHRANA (1. Mojsijeva 1,26-30)**

Prvobitna ishrana je bila veganska. Sastojala se od zrnaste hrane, voća, orašastih plodova i povrća. Izgleda da je bila vrlo slična hrani Danila i njegovih drugova (Danilo 1,11-15.19.20). Sve veći broj naučnika i dijetetičara potvrđuje da veganska ishrana dovodi do optimalnog zdravlja.

Bog je preživelima posle Potopa dozvolio da jedu meso (1. Mojsijeva 9,3.4). Biblija beleži starost nekih biblijskih ličnosti pre i posle Potopa. Dodavanje mesa je imalo kao posledicu značajno smanjivanje životnog veka. Pre Potopa ljudi su živeli do 9 stotina i više godina, a Matusal je doživeo i skoro hiljadu. Međutim, Lameh je doživeo samo 595 (1. Mojsijeva 5,32), a Avram već znatno manje - 175 (1. Mojsijeva 25,7). U vreme Davida prosečni životni vek je iznosio do 70 godina.

### **VERTIKALNA VEZA (1. Mojsijeva 7,1.2; 8,20)**

Bog je rekao Noju da uzme u kovčeg po sedam parova čistih, i po dva para nečistih životinja. Posle Potopa, Noje je žrtvovao neke od čistih životinja. Žrtva je bila ugodna Bogu. Iako se to ne naglašava u 1. Mojsijevoj, u 3. Mojsijevoj 11 i u 5. Mojsijevoj 14 potvrđuje se da je Bog dozvolio ljudima da jedu samo meso

### **Narod je očigledno osećao teške simptome odvikavanja od štetne hrane.**

čistih životinja. Kao što je dozvoljavao samo žrtvovanje čistih životinja, tako je odredio i da čovek može da jede samo meso čistih životinja. Bog prihvata samo ono što je najbolje – samo čiste životinje. Ovdje je i neka vrsta ukazivanja na vezu između onoga što jedemo i našeg odnosa

prema Bogu – možda je reč o vezi između kvaliteta naše ishrane i kvaliteta našeg služenja Bogu. Izgleda da to i apostol Pavle potvrđuje u Rimljanima 12 i u 1. Korinćanima 10,31.

### **HRANA ZA SVETE LJUDE (3. Mojsijeva 11; 5. Mojsijeva 14)**

Treća Mojsijeva 11 i 5. Mojsijeva 14 navode kategorije životinja koje su čiste a koje su nečiste. Od životinja koje žive na kopnu, one koje imaju rastavljene papke i koje preživaju su čiste. Od stvorenja koja žive u vodi, čiste su samo one koje imaju i peraja i krljušt. Bog je dao slična uputstva i o pticama i krljatim insektima. Svako ko bi jeo nečistu životinju ili dirao njeno mrtvo telo smatrao se nečistim. U 3. Mojsijevoj 11,43-46 Bog razjašnjava da jedenje ili diranje nečistoga (loša higijena) nije prihvatljivo za ljude koji pripadaju svetome Bogu. Tekst u 5. Mojsijevoj 14,21 zabranjuje da se jede meso bilo koje crkute životinje. Božji narod je odvojen za Boga i zato je svet. Prema tome, biranje hrane je predstavljalo sastavni deo svetosti.

## **ANĐEOSKA HRANA NASUPROT EGIPATSKIM UŽIVANJIMA**

### **(2.Mojsijeva 16)**

Bog nije nameravao da sinovi Izrailjevi nastavljaju da jedu mesnu hranu. Uskoro posle izlaska iz Egipta, pokušao je da ih odvikne od takve hrane dajući im manju, »anđeoski hleb«, kako se često nazivala. Međutim, narod je očigledno osećao teške simptome odvikavanja od egipatske hrane. Na kraju, Bog im je dozvolio da nastave da jedu meso.

### **MUVA U TEOLOŠKOJ SUPI (Rimljanima 14,17; 1. Timotiju 4,1-5)**

Neki vernici iz jevrejstva su u novozavetnoj Crkvi bili tako ukorenjeni u ceremonijalnom zakonu i drugim tradicionalnim verovanjima da su pokušali da svoja gledišta nametnu i novim vernicima iz neznaboštva. Vrlo često vodile su se rasprave koja je hrana dozvoljena, a koja nije. U Rimljanima 14,15-17 Pavle savetuje onima koji su zreliji u veri i u razumevanju doktrinarnih pitanja da ne osuđuju one koji su slabiji u svom duhovnom razvoju, već da se usredsrede na ono što je daleko važnije (Matej 23,23). Sličan slučaj se tretira i u 1. Timotiju 4,1-5. Ovde Pavle one koji svoja verovanja nameću drugima opisuje kao ljude koji su odstupili »od vere slušajući lažne duhove i nauke đavolske«.

### **UPOREĐENJE SA HRANOM (Dela 10,1-28)**

Neki komentatori smatraju Petrovo viđenje dokazom da je Bog dozvolio upotrebu nečiste hrane. Prihvatanje ovog mišljenja predstavljalo bi pogrešno tumačenje teksta koji je samo ilustracija koja treba da pomogne Petru da savlada svoje predrasude prema obraćenicima iz neznaboštva. Petar je to dobro shvatio. Ako Bog ne gleda ko je ko, neće ni on to činiti!

### **JEDI I PIJ I BUDI VESEO? (Priče 23,19-21)**

U Pričama 23,19-21 Solomun odvrća od druženja sa onima koji su skloni neumerenosti i jelu i piću.

### **ODGOVORITE:**

1. Ako veganska ishrana predstavlja ideal, zašto je Bog dozvolio preživelim posle Potopa da jedu meso?
2. Šta je danas? Treba li da težimo veganskoj ishrani, lakto-ovo vegetarijanskoj ishrani ili možemo slobodno da jedemo meso čistih životinja? Objasni svoj odgovor!
3. Ako je jedenje mesa najbolje rešenje u našim okolnostima, koliko je važno da bude slobodno od sala i krvi? (Vidi 1. Mojsijeva 9,4)
4. Zašto je veza između ishrane i svetosti i danas važna za hrišćane?
5. Kako treba da se ponašamo prema onima koji ne slede uputstva o ishrani koja je Bog dao?
6. Tekstovi u 5. Mojsijevoj 14,26 i u Pričama Solomunovim 23,19-21 naizgled odobravaju upotrebu alkoholnih pića. Kako, onda, opravdavamo odbacivanje alkohola i drugih štetnih droga?

*Rej Alen, Breknel, Ujedinjeno Kraljevstvo*

»Istorija o Danilu i njegovim drugovima zapisana je na stanicama nadahnute Reči na korist mladima svih budućih vremena... Oni koji, kao Danilo, odbiju da se oskrvrne, požnjeće nagradu za svoje umerene navike. Sa svojom većom fizičkom otpornošću i povećanom snagom izdržljivosti, oni imaju bankovni ulog kojim mogu da se posluže u slučaju potrebe.«

### **Došlo je vreme kada su morali da deluju sami.**

»Pravilne fizičke navike unapređuju i mentalnu superiornost... Danilo i njegovi drugovi su uživali blagodati pravilnog obučavanja i vaspitanja u ranoj mladosti, ali te prednosti same po sebi ne bi im mogle obezbediti da budu ono što su postali. Došlo je vreme kada su morali da deluju sami – kada je njihova budućnost zavisila od smera koji su sami odabrali.« (Ellen G. White, *Christian Temperance and Bible Hygiene*, str. 25-28)

»Danilo, Ananija, Mihailo i Azarija ne samo da su bili primljeni u carski dvor nego je bilo određeno da jedu meso i piju vino koje dolazi sa carske trpeze.«

»Na jelovniku ... se nalazilo svinjsko meso i druga mesa koja su bila proglašena nečistima po zakonu Mojsijevom i koja su bila izričito zabranjena Jevrejima. Ovde se Danilo našao na surovoj probi. Treba li da se drži učenja svojih otaca o jelu i piću, i da uvredi cara, verovatno da izgubi ne samo svoj položaj nego i sam život, ili da prekrši Gospodnju zapovest i da zadrži carevu naklonost?«

»Danilo nije dugo oklevao. Odlučio je da se čvrsto drži svoga poštenja, pa neka posledice budu kakve god hoće...«

»Danilov karakter je predstavljen svetu kao izrazit primer onoga što Božja blagodati može da učini od čoveka koji je po svojoj prirodi grešan i iskvaren grehom. Izveštaj o ovom plemenitom životu punom samoodricanja predstavlja ohrabrenje našoj uobičajenoj ljudskoj prirodi. Iz njega možemo da crpimo snagu da se dostojanstveno usprotivimo iskušenju, i da čvrsto, u blagodati krotosti, stanemo na stranu onoga što je pravo i u najsurovijim probama.« (Ellen G. White, *Review & Herald*, 25. april 1881)

### **ODGOVORITE:**

1. Šta je nadahnulo Danilovu odluku da odbije hranu sa carskog stola?
2. U kakvom je odnosu ono što jedemo sa onim što mislimo?
3. Ako se nađete u okolnostima da vam se nudi hrana za koju znate da ne odgovara uslovima koje je Biblija postavila, kako ćete postupiti? Na koji način se možete unapred pripremiti za takve slučajeve?

16. juni 2010.

## ŽIVETI DA JEDEŠ ILI JESTI DA ŽIVIŠ?

PRIMENA (1. Mojsijeva 1,26-30; 7,1,2; 8,20)

Sr

Ima mnogo ljudi koji razumeju načela ishrane koja nam je Bog propisao. Upravo na praktičnoj primeni ovih načela mnogi podležu iskušenju. Navodimo sada šest načina koji nam mogu pomoći da promenimo svoje navike u ishrani tako da odražavaju božanska načela:

*Moli se, spavaj dovoljno i pij dovoljno vode.* Dovoljno sna i dovoljno vode pripremaju naše telo da se odupre fizičkim iskušenjima. Vreme provedeno na molitvi priprema nas mentalno i duhovno. Čitaj tekst u Filibljanima 4,13!

*Navike menjaj postepeno!* Ako menjaš ishranu zasnovanu na mesu na ishranu utemeljenu na biljkama, neka promena bude postepena. »Promene se ne smeju činiti tako naglo da ljude odvrte od zdravstvene reforme, umesto da ih navedu na nju.« (*Testimony Studies on Diet and Foods*, 137)

*Planiraj kada ćeš i šta ćeš jesti, umesto da se povodiš za apetitom.*

Menjaj taj plan kada ustanoviš kako tvoje telo koristi uzetu hranu. Pokušaj da uzimaš samo dva obroka dnevno ili pokušaj da uzimaš četiri ili pet malih obroka dnevno. Isprobaj kako post utiče na tebe fizički i duhovno.

**Budi hrabar! Probaj nešto novo jednom ili dva puta sedmično.**

*Zapisuj svoje navike u ishrani.* Zapiši veličinu svojih porcija zajedno s promenama koje osećaš u telu i duhu, posebno u mislima. Zapiši kako tvoj molitveni život utiče na tvoje navike pri jelu, ali i kako tvoje navike pri jelu utiču na tvoj molitveni život.

*Menjaj svoj izbor hrane.* Jedi novu i različitu hranu. Postoje milioni zdravih recepata. Budi hrabar! Probaj nešto novo jednom ili dva puta sedmično. Kada tek počneš da menjaš navike u ishrani, možda ti nova hrana neće biti ukusna. Daj svome ukusu dovoljno vremena da se promeni.

*Istražuj savete Duha proroštva!* Nabavi indeks njenih spisa. Ona piše: »Ne smemo dozvoliti da nas neko nagovori da uzmemo u svoja usta nešto što će telo dovesti u nezdravo stanje, bez obzira koliko bi nam se to svidelo. Zašto? Zato što smo Božja svojina!«

Dok se trudimo da se približimo Bogu čisteći svoje telo i svoj um dobrim i zdravim navikama u jelu, On će nam dati snage da uspemo u tome.

### ODGOVORITE:

1. Kako da odredimo da li je nešto novo na području zdravlja stvarno dobro – na primer, voda s dodatim vitaminima? Ili je reč samo o nastojanju da se unovči ljudska želja za zdravljem?

*De Lejn Hajnlajn-Mejden, Elikot Sity, Merilend, SAD*

Kada biste pitanje u naslovu postavili nekom nutricionisti, sigurno da biste dobili oduševljeni odgovor koji bi potrajao tako dugo da sigurno ne biste imali volje da ga saslušate do kraja. Kada biste isto pitanje postavili nekom hrišćaninu, mislim da bi odgovor bio sličan, ali ne i tako oduševljen. Međutim, kada se uhvatimo u koštac s pitanjem dobre ishrane, i hrišćani bi morali da budu i te kako oduševljeni.

»Smeće unutra, smeće napolje!« – opisuje u stvari veličinu posla koji vaše telo može da obavi u skladu s primljenom hranom. Uzimati hranu bogatu kolačima, šećerom, masnoćama i gaziranim pićima nateraće vašu mašineriju da radi na prazno, da bude nesposobna da obavi posao koji joj je Bog odredio. Međutim, nahrani svoje telo nemasnim belančevinama, žitaricama, voćem, orašastim plodovima i povrćem i posmatraj šta će se dogoditi!

### **Nema reči kojima se može iskazati dokle će vas taj izobilniji život dovesti!**

Bog nije stvorio naše telo da nas izneveri! On je stvorio i pravu vrstu goriva da bi mu pomogao da snažno funkcioniše. Ishrana je važna ljudima koji žele da budu zdravi. Ishrana treba da bude važna i hrišćanima koji žele da budu zdravi. Samo što se mi ponekad ne ponašamo u skladu s tim i u tome je problem!

Ako gledamo na svoje telo kao na dobro usklađeni mehanizam, šta će se dogoditi ako u svoj rezervoar stavimo pogrešnu vrstu goriva? Upravo zato je pravilna ishrana bitna za kvalitet života. Vi imate beskrajnu vrednost. Bog vaše telo naziva svojim hramom. On vam želi sve najbolje.

Da bismo bili delotvorni hrišćani, treba da funkcionišemo najbolje što možemo. Naše pozvanje je da živimo izobilnim životom, a kad se zdravo hranimo, to nam pomaže da ispunimo Božji poziv. «Ako izvršite nekoliko promena u svojoj ishrani i načinu života, možete živeti na jednom višem nivou, u skladu sa zakonima svoga bića. Ako s tim započnete, nema reči kojima se može iskazati dokle će vas taj izobilniji život dovesti!» (Tim Crosby, «Why Going Meatless Makes Sense,» How to Go Meatless for Life. A *Vibrant Life* special issue, str. 10).

Isto toliko koliko je značajno održavati kvalitetne odnose sa Bogom, značajno je i da vodimo računa o telu koje nam je dao. Sedite sledeći put za trepu s takvim mislima!

### **ODGOVORITE:**

1. Koja jela čine da se dobro osećate? Koja su to koja čine da se loše osećate?
2. Na koji način vređamo Boga kada propuštamo da pazimo šta jedemo?

Vilona Karimabadi, Elikot Sity, Merilend, SAD

Vežu između hrane i obilnog života možemo da vidimo u biblijskim savetima o ishrani i u pregledima nebeske ishrane u Knjizi proroka Isaije i u Otkrivenju. Gledamo praktične pojave – jedenje mesa posle Potopa. Gledamo i duhovnu povezanost – Isus je naš »hleb života«. Putovanje od tačke kada živimo da bismo jeli do tačke kada jedemo da bismo živeli obilnije, poziva nas, kao i svako putovanje, na tri koraka: planiranje, delovanje i strpljivost. Strpljivost prema samome sebi. Ili, još i više, prema onima koji nisu tako daleko napredovali na svom putu prema obilnijem životu.

### RAZMOTRITE:

- Provedi pola sata ili sat u razmišljanju o biblijskim tekstovima o ishrani. Koji se od njih bave fizičkom hranom? A koji duhovnom? Koji pokrivaju oba područja?
- Razgovarajte s drugima o onome što je *National Geographic* u svom članku napisao o prednostima adventističkog načina ishrane!
- Napravi obrok od tri jela od potpuno presne hrane – voća, povrća, orašastih plodova, i tako dalje.
- Zasadi baštu punu povrća ili povrća pomešanog sa cvećem.
- Napiši ljubavno pismo svom direktoru, gradonačelniku, premijeru, predsedniku ili slično, postavljajući pitanje šta bi on mogao da učini da se popravi kvalitet hrane u lokalnim ili regionalnim školama, bolnicama ili prodavnicama.
- Zakaži »dan dobre hrane« za sebe i svoju porodicu. To znači bez mesa, bez jela između obroka, u trajanju od jednog dana, jedne sedmice ili meseca.
- Počni da prikupljaš recepte zdrave hrane.

### POVEŽITE:

Dan Buettner, »The Secrets of Long Life,« *National Geographic*, November 2005, STR. 2–27.

LuAnn Bermeo, *Amazing Meals*, Sv. 1 i 2.

Rose Lee Calabro, *Living in the Raw: Gourmet*, Summertown, Tennessee, Book Publishing Company, 2005.

Ellen G. White, *Heal the World: Begin with Yourself* (special youth edition of *The Ministry of Healing*), edited by Gary B. Swanson, pp. 97–112.

*Frank A. Kember, Otava, Ontario, Kanada*

# Pouka 13

---

Od 19. do 26. juna 2010.



## **Društvena podrška – veza koja spaja**

»Novu vam zapovest dajem da ljubite jedan drugoga kao što ja vas ljubih da se i vi ljubite među sobom. Po tome će svi poznati da ste moji učenici ako uzimate ljubav među sobom« (Jovan 13,34.35).



19. juni 2010.

## »ŽENO, HOĆEŠ LI DA BUDEŠ ZDRAVA?«

UVOD (3. Jovanova 1,2)

Su

Noć u nedelju 30. novembra 1997. godine bila je zvezdana i spokojna. Međutim, to spokojstvo nije bilo tako očigledno iza zatvorenih vrata jednog doma. Majka je bila bolesna; pokušavala je mnogo dana da prikrije svoju bolest da se deca ne bi zabrinjavala. Andrija, ostavljajući ostalu decu s majkom, istrčao je na ulicu i otrčao do susedne kuće. Pokucao je na vrata i rekao gospodinu koji se pojavio: »Molim vas, gospodine, možete li nam pomoći da majku odvezemo u bolnicu?«

Kasnije, majci je pronađen rak. Rečeno joj je da će uprkos lečenju živeti još samo šest meseci. Kazala je da joj onda lečenje nije potrebno. Andrija je odlazio u Crkvu adventista sedmoga dana pa je zamolio vernike da se mole Bogu za njegovu majku. Upravo tada je saznao i za neka načela zdravlja.

Deset godina posle toga, seo je da razmišlja o toj noći. Upravo je razgovarao s majkom preko telefona. Onda je kleknuo da se moli, da zahvali Bogu na Njegovoj pomoći. On je prenosio pouke koje je saznavao o ishrani, vežbama, vodi, sunčevojsvetlosti, umerenosti, vazduhu, odmoru i poverenju u Boga svojoj bolesnoj majci. Podržavao ju je i pomagao joj da ih primeni u životu. »Bog je slao manu narodu, mama. Ali je ona padala izvan logora. Oni su morali da idu i da je sakupljaju« – govorio je majci. »Mi moramo da učinimo svoj deo posla i Bog će blagosloviti naše napore!« Bog nam je pokazao bezbrojne zakone o zdravlju. Samo kada bismo hteli da ih sledimo, bili bismo pošteđeni mnogo bola.

### **Deset godina posle toga, seo je da razmišlja o toj noći.**

U 3. Jovanovoj 1,2. čitamo: »Ljubazni, molim se Bogu da ti u svemu bude dobro, i da budeš zdrav, kao što je tvojoj duši dobro!«

»Kada bi se okean napunio mastilom  
I kada bi Nebo od pergamenta načinjeno bilo,  
Kada bi svaka stabljika na Zemlji postala pero,  
I svaki čovek pisar po zanimanju bio,  
Da piše o ljubavi Boga na Nebu,  
Ne bi im bilo dovoljno da isuše okean,  
Niti bi je moglo obuhvatiti Nebo,  
Iako se prostire od beskraja u beskraj.«

Moramo se uvek truditi da o Božjoj ljubavi govorimo s drugima, i da im pomazemo u njihovim trenucima potrebe. To je glavna misao pouke za ovu sedmicu.

*Kristopher Morison, Džordž Taun, Grand Kajman, Kajmanska ostrva*

LOGOS (1. Moj. 1,27; Jovan 1,1-3; Rim. 14,7; 1. Kor. 12,14-26; 1. Kor. 13; Gal. 6,2; Efes. 4,1-16.)

**PRVOBITNI PLAN (1. Mojsijeva 1,27; Jovan 1,1-3)**

Božni prvobitni plan s ljudskim rodnom predviđao je da ljudi budu odani Bogu, svome Stvoritelju po čijem su obličju bili stvoreni. Bog je osim toga želeo da se ljudi međusobno vole, isto onako kako ih On nesebično voli. Odnos između Stvoritelja i stvorenja koja je On stvorio po svom obličju, svojim rukama trebalo je da bude odnos saradnje i poverenja, jer čovečanstvo nije ni moglo da postoji, ni fizički ni duhovno, bez Njega.

**POTREBA ZA PODRŠKOM (Rimljanima 14,7; 1. Korinćanima 12,14)**

Saradnja između Boga i ljudi u Edemu pre pada u greh ističe važnost odnosa, ne samo između Boga i čoveka, već i odnosa među ljudima. Njihovo zdravlje i sreća, ispoljeni njihovom »povećanom sposobnošću da vole i da znaju«, bili su u velikoj meri zavisni od njihovog odnosa sa Stvoriteljem i jednoga s drugim, što je trebalo da se vidi po »njihovoj odanosti božanskom

**Ljubav nadvisuje  
sve naše visoke  
religijske ideale.**

zakonu«. (PP 51) Kada je njihov odnos s Bogom bio prekinut, počelo je padanje smrti, fizički i duhovno. Ljudi su bili stvoreni sa ugrađenom sposobnošću i potrebom da uspostavljaju emocionalne odnose i zajedništvo. »Jer ni jedan od nas ne živi sebi, i ni jedan ne umire sebi« (Rimljanima 14,7).

Činjenica je da svi pripadamo Telu Hristovom – Crkvi – i da u skladu s tim osećamo potrebu za društvenom podrškom svakog člana tog Tela. Pavle ističe: »Jer telo nije jedan ud, već mnogi!« (1. Korinćanima 12,14), naglašavajući tako kolektivnu prirodu Božje porodice. Već suviše dugo mi nismo uspevali da ostvarimo ovaj potencijal dobijen od Boga. Već suviše dugo, mnogi su bili zaslepljeni svojom sebičnošću i ohološću i zato su mnogi pripadnici Tela Hristovog bolesni i razočarani.

**OBNAVLJANJE PREKO ODNOSA PODRŠKE (1. Korinćanima 13;  
Galatima 6,2)**

Ljubav je bila temelj Hristovog dela obnavljanja duhovnog i telesnog zdravlja mnogih ljudi s kojima se sretao. Ljubav je bila sredstvo kojim je povezao sebe sa čovečanstvom u naporu da obnovi prekinuti odnos. Ljubav nadvisuje sve naše visoke religijske ideale i bez nje bismo bili samo »praporac koji zveči ili zvono koje zvoniti« (1. Korinćanima 13,1).

U danima, sedmicama i mesecima svoje službe Hristos nam je ostavio primer koji treba da sledimo – primer neumorne službe usmerene na obnavljanje uništenih života, tela i umova putem Njegovih reči ohrabrenja i dela

ljubaznosti i velikodušnosti. Kao Njegovi sledbenici, treba da »s ljubavlju i saosećanjem služimo onima kojima je pomoć potrebna, trudeći se s nesebičnom ozbiljnošću da olakšamo terete napaćenom čovečanstvu« (*U potrazi za boljim životom*, str. 52). Ovo delo obnavljanja je delo koje obavljamo s Hristom putem Njegove ljubavi i sažaljenja koje je pokazao prema nama svojom žrtvom na krstu. Pavle priznaje važnost ovog dela rečima koje je uputio Galatima, savetujući ih da »nose bremena jedan drugoga, i tako ćete ispuniti zakon Hristov« (Galatima 6,2).

## **PLAN DELOVANJA (Efescima 4,1-16)**

U svojoj Poslanici Efescima Pavle nam daje okvir u kome ćemo se kretati dok zajedno s Hristom radimo na obnavljanju zdravlja i blagostanja onih s kojima se srećemo. U Efescima 4,1 i 2 Pavle opisuje ključne korake koje moramo slediti. Prvo, moramo se potpuno predati Njemu da bismo mogli da učestvujemo u delu obnavljanja. Pavle tome daje naziv, kaže da moramo postati »zarobljenici Gospodnji«, čime je označeno potpuno odricanje od samoga sebe i od svoje snage. Kada se jednom predamo Hristu, delo obnavljanja se mora obavljati »sa svakom poniznošću i krotošću, s trpljenjem, trpeći jedan drugoga u ljubavi, starajući se držati jedinstvo Duha u svezi mira« (Efescima 4,2.3).

Sve te osobine je Hristos pokazao na delu dok je služio ljudima. I mi treba da pokažemo iste osobine dok se trudimo da zadovoljimo potrebe čovečanstva. I dok to činimo, ne samo da obnavljamo odnose, već obezbeđujemo i sredstva kojima se postiže duhovno, emocionalno i fizičko ozdravljenje.

## **KAKO BI MOGAO DA POMOGNEŠ?**

Postoji mnogo načina na koje možemo da pomognemo potrebnima, u Crkvi i u široj društvenoj zajednici. Nije potrebno da učestvujemo u skupim naporima ili složenim delatnostima. Hristos je zadovoljavao potrebe ljudi na najjednostavnije načine, ne da bi poslužio sebi ili da bi sebe zadovoljio, već zbog Božje slave i obnavljanja njihovog zdravlja. Mi možemo raditi zajedno s Hristom na zadovoljavanju fizičkih potreba pojedinaca, pružajući im hranu, odeću ili materijanu pomoć. Možemo im pružati informacije koje su im neophodne da bi se uspešno suočili s posebnim izazovima u svom životu, kao što su droge, alkohol, duvan, poljuljani porodični odnosi. Ne smemo zaboraviti da im pružimo i emocionalnu podršku svojim saučešćem, ljubavlju i prijateljstvom.

## **ODGOVORITE:**

1. Da li ste se potpuno pokorili Hristovoj volji u svom životu?
2. Da li ste se stavili Hristu na raspolaganje da preko vas može da zadovolji potrebe drugih i da svoju ljubav obnovi u njihovom životu?
3. Na koji način bi mogao da postaneš Hristov saradnik?

Čak ni u početku Bog nije nameravao da čovek živi sam. Mi smo stvoreni kao društvena bića, sposobni za interakciju sa svojom okolinom i drugim jedinkama. Mi treba da živimo tako da razvijamo značajne odnose s drugima; ne samo iz zdravstvenih razloga, nego i zato što zahvaljujući takvim odnosima možemo uspešnije svedočiti za Isusa.

»Upravo preko društvenih odnosa hrišćanstvo dolazi u dodir sa svetom. Od svakog čoveka i svake žene koji su iskusili Hristovu ljubav i primili u svoje srce božansko prosvetljenje, Bog zahteva da svetlošću obasjaju tamne puteve onih koji još nisu upoznali bolji put.« (Ellen G. White, *Counsels on Health*, str. 331)

Kao što je Hristos svoju ljubav delio s nama, i mi smo dužni da je delimo sa svima s kojima se srećemo. Obično tek pošto uspostavimo odnos s nekom osobom, mi smo u stanju da prepoznamo njene potrebe. Služeći njenim neposrednim potrebama, činimo upravo ono što je Hristos činio dok je hodao po ovoj Zemlji. Mi time otvaramo prostor u njenom srcu da čuje šta Spasitelj zahteva.

**Mi sami možemo da obavimo samo ograničeni deo posla; ali, ako radimo zajednički, naši napori će se umnogostručiti i obavljati s povećanim uspehom.**

»Hrišćanska društvenost se suviše malo neguje u Božjem narodu... Društvenim dodirima stvaraju se poznanstva i obrazuju prijateljstva koja dovode do jedinstva srca i stvaranja atmosfere ljubavi koja je ugodna u očima Neba.«

»Svako želi da nađe drugove ili da ih stvori. I upravo u skladu s jačinom prijateljstva biće i količina uticaja koji širimo jedni na druge, bilo na dobro, bilo na zlo. Svi žele da steknu saradnike, da utiču na njih i da budu izloženi njihovom uticaju.... Toplina istinskog prijateljstva ... predstavlja predukus nebeske radosti.« (Ellen G. White, *My Life Today*, str. 204)

Biblija upoređuje porodicu vernika sa telom u kojem svaki ud obavlja određenu ulogu; iako se te uloge razlikuju, svaki od njih je jednako važan i radi da nadopuni delovanje svih ostalih. Mi smo neophodni jedni drugima da bismo mogli da pravilno delujemo (1. Korinćanima 12,14-26). Mi sami možemo da obavimo samo ograničeni deo posla; ali, ako radimo zajednički, naši napori će se umnogostručiti i obavljati s povećanim uspehom.

## ODGOVORITE:

1. Objasni zašto uspostavljanje prijateljstva pomaže da i svedočenje bude uspešnije?
2. Razgovarajte o važnosti zajedničkog rada na propovedanju jevanđelja i kako neki pojedinac, nespreman za saradnju, može da uspori proces.

Majkl-Henri Parčment, Grand Kajman, Kajmanska ostrva

Prema definiciji Svetske zdravstvene organizacije, zdravlje je potpuna fizička, mentalna i društvena dobrobit, a ne samo odsustvo bolesti ili slabosti. Kada se govori o zdravlju, pažnja je najčešće usmerena na biološke teme, iako i međuljudski odnosi imaju veliki uticaj na čovekovo zdravlje. Mi smo društvena bića, a društvenim bićima je neophodna međusobna interakcija da bi sačuvala unutrašnju ravnotežu. Kada se pojavi neravnoteža u telu, normalno je da se pojavi i bolest. U 1. Mojsijevoj 2,18 Gospod je rekao da nije dobro za Adama da bude sam. I tako je stvorio Evu, nekoga s kim Adam može da ostvari blizak odnos. »Međuljudski odnos je relativno dugotrajno druženje između dve ili više osoba. Ovo druženje može da bude utemeljeno na emocijama, kao što su ljubav ili dopadanje, na redovnim poslovnim aktivnostima, ili na nekom drugom tipu društvenih odnosa. Međuljudski odnosi se ostvaruju u vrlo različitim kontekstima, kao što su porodica, prijatelji, brak, poznanstva, rad, klub, susedstvo, crkva. Oni su regulisani zakonom, običajima ili sporazumom i predstavljaju temelj društvenih grupa i društva kao celine.« (Wikipedia, *The Free Encyclopedia*)

Zdravi međuljudski odnosi unapređuju fizičko zdravlje i blagostanje. »Srce veselo pomaže kao lek, a duh žalostan suši kosti« (Priče 17,22). Zdravi međuljudski odnosi donose sreću i smeh koji korisno deluje na fizičko blagostanje. Međutim, nezdravi odnosi dovode do slomljenog srca i lošeg zdravlja. Žalost slabi odbrambene snage organizma i tako predodređuje telo za bolest.

Kao poslušna Božja deca prvo treba da živimo zdravim životom i tek onda da ga pro-povedamo. Samo čineći tako možemo pokrenuti druge da ga prihvate. »Misionar ne treba da ublažava samo fizičke bolesti, već da grešnike vodi Velikom Lekar, koji dušu može da očisti od gube greha. Preko svojih slugu, Bog želi da bolesni, nesrećni, opsednuti zlim duhovima, čuju Njegov glas. Preko svojih ljudskih oruđa, On želi da bude utešitelj kakvog svet još nije upoznao.« (Elen G. Vajt, *U potrazi za boljim životom*, str. 53)

### Zdravi međuljudski odnosi unapređuju fizičko zdravlje i blagostanje.

#### ODGOVORITE:

1. Uzmi sebi nekoliko minuta da zamisliš kako će izgledati savršeno zdravlje na Nebu.
2. Nađi neke biblijske tekstove koji podupiru zdrave međuljudske odnose.

U početku, Bog je stvorio ljude koji će voleti jedni druge. Međutim, kada je greh ušao u Njegov savršeni svet, međuljudski odnosi su počeli da trpe. Kako bismo sada mogli da uspostavimo zdrave međuljudske odnose? Navodimo sedam načina:

*Drži Deset zapovesti!* Čitaj 2. Mojsijeva 20,1-17. Prve četiri zapovesti bave se našim odnosom prema Bogu. Ostale se bave našim međuljudskim odnosima. Življenje u skladu sa svim tim zapovestima pomoći će nam da uspostavimo zdravije međuljudske odnose.

### **Gajenje mržnje može da učini da postanemo bolesni.**

*Proučavaj Božju reč i moli se!* Čitaj Psalam 119,15.16! Ako provodimo kvalitetno vreme sa Gospodom, jačamo i obnavljamo svoj um i duh, i dobijamo uvid u način postupanja s bližnjima. Dok proučavamo i dok se molimo, preobražavamo se u Božje obličje. Njegovo obličje je opisano rodovima Duha. Čitaj Galatima 5,22.23! Svaki od tih rodova Duha pomaže nam da uspostavimo zdrave međuljudske odnose.

*Priznaj svoje nedostatke pred Bogom i pokaj se!* Čitaj Solomonove 28,13! Kada priznajemo svoje pogreške i kada se kajemo, to nam pomaže da shvatimo da nismo savršeni. To saznanje nam pomaže da budemo ljubazniji prema bližnjima kada oni učine nešto čime nas povređuju.

*Drži Božje zakone o fizičkom zdravlju!* Čitaj 3. Jovanova 2! Kada se fizički dobro osećamo, lakše nam je da budemo ljubazni prema bližnjima.

*Manje govori! Slušaj više!* Grčki filozof Epiktet je rekao: »Priroda nam je dala jedan jezik i dva uha, da čujemo dva puta više nego što govorimo!«

*Ne bavi se ogovaranjem!* Pročitaj šta Priče Solomonove kažu o tom ubici međuljudskih odnosa! Priče Solomonove 11,13; 16,27; 18,8; 19,9; 26,20.

*Budi spreman da oprostiš!* Čitaj biblijski savet o tom pitanju u Mateju 5,39-45; 18,21.22; Efescima 4,32; Kološanima 3,13. Teško je uspostaviti dobre međuljudske odnose s nekim kome ne možete da oprostite. Gajenje mržnje može da učini da postanemo bolesni.

Naša osećanja su povezana s našim fizičkim zdravljem. Oseća se velika promena u čoveku koji je voljen. Često čitamo o tome kako su bolesnici ozdravljali kada su čuli glas voljene osobe. Dok putujemo svojim hrišćanskim životnim putem, osećamo potrebu za porodicom i prijateljima iste vere da nas ohrabre kada padnemo i da nas održe u Božjoj ljubavi i sili isceljenja.

### **ODGOVORITE:**

1. Seti se odnosa koji ti pričinjavaju poteškoće. Koji bi ti od sedam prethodno navedenih koraka mogao pomoći da središ taj odnos?

*Stejsi-En Rivs, Džordž Taun, Grand Kajman, Kajmanska ostrva*

Svi mi držimo fotografije svojih dragih na vidnim mestima. Te fotografije predstavljaju odnose; kada ih posmatramo, sećamo se kada je slika bila snimljena ili nečega što je posebno značajno za te ljude. Iako ti ljudi nisu fizički prisutni, osećamo se povezani s njima samo gledajući njihov lik. Mi smo stvoreni po Božjem liku, i On želi da se Njegov lik pokaže u nama.

Kada god Bog nešto stvori, On to uvek negde smesti. Tekst u 1. Mojsijevoj opisuje da je sve što je Bog stvorio imalo svoj dom. Mesec i zvezde su imale nebeski svod; životinje su imale kopno; a ribe more. Tekst u 1. Mojsijevoj 2,8. kaže da je Bog nasadio vrt u Edemu i ... »onđe namesti čoveka kojega stvori«. Naši praroditelji su bili sposobni da postoje u samoj Božjoj prisutnosti!

Upravo onako kao što nas hiljade kilometara i ponekad čak i zatvor ili smrt razdvajaju od osoba na fotografijama, tako se i ovaj grešni svet trudi da nas odvoji od Boga i od ostvarenja Njegove namere s nama. Danas preko TV, muzike, video igrice, i drugih svetovnih uticaja Sotona istrajno širi laži o Bogu, pokušavajući da ljude odvoji od Njega.

### **Kada god Bog nešto stvori, On to uvek negde smesti.**

Međutim, kao dobar arhitekta za unutrašnju dekoraciju, Bog zna najbolje mesto da postavi svoju sliku tako da nas privuče k sebi. On nam daje i neophodna oruđa u svojoj Reči da bismo to postigli: »Ljubi Gospoda Boga svojega svim srcem svojim, svom dušom svojom, i svom snagom svojom« (5. Mojsijeva 6,5). On nas podseća da će uvek biti s nama, sve do kraja sveta (Matej 28,20).

»Ako je ko u Hristu, nova je tvar« (2. Korinćanima 5,17). Način na koji je Bog prvobitno smestio Adama i Evu u svoju blizinu, Bog primenjuje i na nas kada nam kaže: »Opet ću doći i uzeću vas k sebi da i vi budete gde sam ja« (Jovan 14,3).

### **ODGOVORITE:**

1. Kakvu nadu možemo imati na temelju saznanja da smo stvoreni po Božjem obličju, s božanskom namerom – čak i ako ne znamo uvek koja je to namera?
2. Kako tvoje ponašanje prikazuje Božji lik? Kako ga izvitoperuje?

*Kris Harper, Džordž Taun, Grand Kajman, Kajmanska ostrva*

**ZAKLJUČAK**

Bog često čini čuda izlečenja preko svojih zdravstvenih zakona. Kao udovi »tela Hristova« mi smo odgovorni, ne samo za sebe već i da se potrudimo, kada god vidimo narušeno zdravlje ili poremećene međuljudske odnose, da ukažemo neophodnu pomoć. Božja sila preobraženja najbolje se prenosi u kontekstu zajedništva. I to je jedan od neophodnih uslova za potpuno zdravlje. Sve počinje spasonosnim odnosom s našim Spasiteljem, i završava obnavljanjem Njegovog lika u nama i u našim međuljudskim odnosima.

**RAZMOTRITE:**

- Poseti suseda s domaćim kolačima ili korpom svežeg voća. Upitaj ga kako mu ide u životu, i kaži da se moliš za njega!
- Povedi zamišljeni razgovor između Boga i Adama o tome kako nije dobro da Adam bude sam.
- Pronađi pesmu o tome da smo mi telo Hristovo, ili je sam komponuj i napiši reči!
- Napiši nekoliko najznačajnijih rečenica iz pouke za ovu sedmicu i zalepi ih na ogledalo!
- Istraži neku bolest ili stanje i prouči posebno kako ostali udovi ili organi učestvuju u lečenju.
- Pridruži se maloj grupi za proučavanje Biblije u svojoj crkvi. Ako je nema, ti je organizuj!

**POVEŽITE:**

*Christian Paths to Health and Wellness*, Peter Walters and John Byl, editors.  
*Embracing Relationships: Hook Ups, Earthly and Heavenly*, by Carol Lawson.

*Forgive To Live Devotional*, by Dr. Dick Tibbits.

*Interpersonal Relationships: Why and How?* (Bible verses handbook) by Timothy Aryal.

*Prime Time Living*, by David White and Christy Yingling.

Šeron E. Rajt, Silver Spring, Merilend, SAD



## APRIL

### ŽIVOT KOJI NAPREDUJE

#### Lestvice hrićanskog napredovnja

1. Č 2.Petrova 1,5-8. Lestvice hrićanskog napredovanja
2. P 2.Petrova 1,3. Dodajte svojoj veri dobrodetelj
3. S Jakov 1,4. Dodajmo umerenosti strpljenje

#### Rastenje u blagodati

4. N 1.Timotiju 6,11. Dobroti dodajmo bratsku ljubav i milostivost
5. P 1.Korinćanima 15,10. Božja blagodat namenjena je meni
6. U Efescima 2,4-7. Neiscrpno bogatstvo njegove blagodati
7. S 2. Petrova 3,18. Moram da rastem u blagodati
8. Č Psalam 84,11. Rastenje u blagodati počinje u domu
9. P 2.Korinćanima 9,8,9. Kako da rastemo u blagodati
10. S Priče 4,18. Hrićaninov put vodi u nebo

#### Mudrost je dar od Boga

11. N Psalam 61,1-3. O, Bože, pomози mi da uzrastem!
12. P Priče 9,10. Početak mudrosti
13. U Propovednik 7,12. Mudrost daje život
14. S Priče 2,3-5. Kako da steknemo znanje
15. Č Priče 3,21-23. Tvoja mudrost i razboritost neka ostanu zdravi
16. P 2.Mojsijeva 31,3. Mudrost za rad
17. S Jakov 3,13. Mudrost otkrivena u razgovorima

#### Darovi od Boga

18. N O Jovu 37,14-16. Priroda je ključ za otvaranje riznica Božje reči
19. P Matej 25,21. On umnožava moje darove
20. U Kološanima 4,6. Dar govora
21. S Efescima 5,15.16. Dar vremena
22. Č 2.Korinćanima 9,6,7. Dar posedovanja novca
23. P Priče 24,5. I snaga je dar
24. S 3.Jovanova 11. Bog mi daje snagu da činim dobro

#### Hrićanski uticaj

25. N Rimljanima 12,10. Osećanja i pobude su dragoceni darovi
26. P Isus Navin 1,7. Budite jaki i hrabri
27. U 1.Timotiju 4,12. Budi primer drugim vernicima
28. S 1.Solunjanima 1,7,8. Spasonosni uticaj na okolinu i nevernike
29. Č 1.Petrova 3,3,4. Uticaj krotkoga i tihoga duha
30. P 1.Mojsijeva 18,19. Uticaj hrićanske porodice

## MAJ

### ZDRAV ŽIVOT I SAVRŠENO ZDRAVLJE

#### Mi pripadamo Bogu

1. S 1.Korinćanima 6,19,20. Moje telo pripada Bogu

#### Naše telo je stvoreno po Božjem obličju

2. N 1.Mojsijeva 1,26. Čovek je stvoren po Božjem obličju  
3. P Psalam 139, 14. Čovekovo telo  
4. U Propovednik 7,29. Bog je stvorio čoveka da uspravno hoda  
5. S Jevrejima 10,22. Čistoća  
6. Č Priče 20,29. Vežbanje  
7. P Propovednik 9,10. Marljivost  
8. S Isaija 55,2. Razumna ishrana

#### Zdrav način življenja

9. N Marko 6,31. Odmor  
10. P 1.Korinćanima 3,16. Sačuvajte hram svoga tela  
11. U 3.Jovanova 2. Napreduj i budi zdrav  
12. S 1.Mojsijeva 2,8-15. Rad na otvorenom  
13. Č Dela 17,25. Vazduh koji udišemo  
14. P Propovednik 11,7. Sunčeva svetlost  
15. S Jovan 4,13. Voda

#### Hrišćanska umerenost

16. N 1.Mojsijeva 2,2,3. Uživaj u Božjim delima stvaranja  
17. P 1.Korinćanima 10,31. Sve na slavu Božju činite  
18. U Propovednik 5,18. Umerenost u radu  
19. S Priče 6,9. Ne pretvaraj dan u noć  
20. Č Propovednik 12,12. Umerenost u učenju  
21. P Priče 31,21. Odogovarajuća odeća  
22. S Filibljanima 4,5,6. Redovnost u jelu

#### Zdravlje je dragoceno

23. N Danilo 1,19,20. Danilo – primer umerenosti  
24. P 2.Timotiju 1,7. Telo treba da bude sluga umu  
25. U Priče 10,27. Sigurnost u Hristu održava zdravlje  
26. S Psalam 119,165. Mir utemeljen na svesti o pravednom ponašanju  
27. Č Priče 17,22. Zadovoljno srce je dobar lek  
28. P Priče 16,24. Dobra dela i ljubazne reči unapređuju zdravlje  
29. S Psalam 16,8,9. Zdravlje i sreća

#### Recept za zdravlje

30. N Psalam 103,2,3. Oproštenje greha donosi zdravlje  
31. P Matej 11,28. Recept za izlečenje svih bolesti

## JUN

### SREĆAN ŽIVOT

#### Sa Hristom smo srećni

- |                        |   |
|------------------------|---|
| 1. U Propovednik 12,1. | Hrišćani su zaista srećni               |
| 2. S 1.Dnevnika 16,10. | Hristos u nama izvor sreće              |
| 3. Č Matej 25,23       | Stvarna radost nije daleko od Hrista    |
| 4. P Priče 3,13.       | Mudrost, razum i sreća                  |
| 5. S Psalam 119,14-16. | Biblija – putokaz prema istinskoj sreći |

#### Poslušan i strpljiv

- |                           |   |
|---------------------------|---|
| 6. N Psalam 144,15.       | Najsrećniji ljudi                       |
| 7. P 5.Mojsijeva 6,24.25. | Poslušnost                              |
| 8. U Priče 29,18.         | Zadovoljstvo u ispunjavanju Božje volje |
| 9. S Isaija 1,19.         | Voljan i poslušan                       |
| 10. Č Matej 7,12.         | Zlatno pravilo                          |
| 11. P Propovednik 3,12.   | Raduj se i čini dobro                   |
| 12. S Propovednik 12,13.  | Strpljiva istrajnost u dobrim delima    |

#### Zahvalnost i zadovoljstvo

- |                        |  |
|------------------------|--|
| 13. N Psalam 37,3.     | Biti dobar i činiti dobro                  |
| 14. P 1.Timotiju 6,6.  | Zadovoljstvo                               |
| 15. U Psalam 13,6.     | Zahvalnost                                 |
| 16. S Psalam 100,4.    | Zahvaljivanje i slavljenje                 |
| 17. Č Pjesma 2,15.     | Verni u malim događajima u životu          |
| 18. P 1.Jovanova 4,12. | Ljubav u domu                              |
| 19. S Psalam 40, 3.    | Pevaj, pa će i svet pevati zajedno s tobom |

#### Sigurnost i mir

- |                         |                                   |
|-------------------------|-----------------------------------|
| 20. N Psalam 111,2-4.   | Lepote prirode                    |
| 21. P Isaija 32,17.     | Mir i sigurnost                   |
| 22. U Priče 15,13.      | Radosno srce veseli lice          |
| 23. S Priče 31,26.      | Ljubaznost je obeležje hrišćanina |
| 24. Č 1.Jovanova 4,7.   | Ljubav leči mnoge rane            |
| 25. P 1.Petrova 3,10.11 | Ne ranjavaj govorom               |
| 26. S Isaija 26,3.      | Savršeni mir                      |

#### Imajmo poverenje u Boga

- |                        |                           |
|------------------------|---------------------------|
| 27. N Psalam 112,6.7.  | Poverenje znači sigurnost |
| 28. P Jovan 20,15.     | Ne plačite                |
| 29. U Isaija 43,1.     | Ne plašite se             |
| 30. S Rimljanima 8,28. | Ne sumnjajte              |

## ČITANJE BIBLIJE REDOM

April		Maj		Jun	
1. 1. O car.	4-6	<b>1. 2. Dnev.</b>	23-25	1. Psalam	15-17
2. "	7-9	2. "	26-30	2. "	18-20
<b>3.</b> "	10-12	3. "	31-33	3. "	21-23
4. "	13-16	4. "	34-36	4. "	24-26
5. "	17-19	5. Jezdra	1-3	<b>5.</b> "	27-29
6. "	20-22	6. "	4-6	6. "	30-34
7. 2. O car.	1-3	7. "	7-10	7. "	35-37
8. "	4-6	<b>8. Nemija</b>	1-3	8. "	38-40
9. "	7-9	9. "	4-7	9. "	41-43
<b>10.</b> "	10-12	10. "	8-11	10. "	44-46
11. "	13-16	11. "	12-13	11. "	47-49
12. "	17-19	12. O Jestiri	1-3	<b>12.</b> "	50-52
13. "	20-22	13. "	4-6	13. "	53-57
14. "	23-25	14. "	7-10	14. "	58-60
15. 1. Dnev.	1-3	<b>15. O Jovu</b>	1-3	15. "	61-63
16. "	4-6	16. "	4-8	16. "	64-66
<b>17.</b> "	7-9	17. "	9-11	17. "	67-69
18. "	10-14	18. "	12-14	18. "	70-72
19. "	15-17	19. "	15-17	<b>19.</b> "	73-75
20. "	18-20	20. "	18-20	20. "	76-80
21. "	21-23	21. "	21-23	21. "	81-83
22. "	24-26	<b>22.</b> "	24-26	22. "	84-86
23. "	27-29	23. "	27-30	23. "	87-89
<b>24. 2. Dnev.</b>	1-3	24. "	31-33	24. "	90-92
25. "	4-7	25. "	34-36	25. "	93-95
26. "	8-10	26. "	37-39	<b>26.</b> "	96-98
27. "	11-13	27. "	40-42	27. "	99-103
28. "	14-16	28. Psalam	1-3	28. "	104-106
29. "	17-19	<b>29.</b> "	4-6	29. "	107-109
30. "	20-22	30. "	7-11	30. "	110-114
		31. "	12-14		

## VEČERNJE BOGOSLUŽENJE U PORODICI

### April

1. Psalam 78,43-56.
2. Psalam 78,57-72.
3. Psalam 79.
4. Psalam 80.
5. Psalam 81.
6. Psalam 82.
7. Psalam 83.
8. Psalam 84.
9. Psalam 85.
10. Psalam 86.
11. Psalam 87.
12. Psalam 88
13. Psalam 89,1-13.
14. Psalam 89,14-26.
15. Psalam 89,27-39.
16. Psalam 89,40-52.
17. Psalam 90.
18. Psalam 91.
19. Psalam 92.
20. Psalam 93.
21. Psalam 94.
22. Psalam 95.
23. Psalam 96.
24. Psalam 97.
25. Psalam 98.
26. Psalam 99.
27. Psalam 100.
28. Psalam 101.
29. Psalam 102,1-14.
30. Psalam 102,15-28.

### Maj

1. Psalam 103.
2. Psalam 104,1-18.
3. Psalam 104,19-35.
4. Psalam 105,1-15.
5. Psalam 105,16-31.
6. Psalam 105,32-45.
7. Psalam 106,1-16.
8. Psalam 106,17-32.
9. Psalam 106,33-48.
10. Psalam 107,1-21,
11. Psalam 107,22-43.
12. Psalam 108.
13. Psalam 109,1-16.
14. Psalam 109,17-31.
15. Psalam 110.
16. Psalam 111.
17. Psalam 112.
18. Psalam 113.
19. Psalam 114.
20. Psalam 115.
21. Psalam 116.
22. Psalam 117.
23. Psalam 118,1-14.
24. Psalam 118,15-29.
25. Psalam 119,1-34.
26. Psalam 119,35-63.
27. Psalam 119,64-90.
28. Psalam 119,91-117.
29. Psalam 119,118-143.
30. Psalam 119,144-176.
31. Psalam 120.

### Jun

1. Psalam 121.
2. Psalam 122.
3. Psalam 123.
4. Psalam 124.
5. Psalam 125.
6. Psalam 126.
7. Psalam 127.
8. Psalam 128.
9. Psalam 129.
10. Psalam 130.
11. Psalam 131.
12. Psalam 132.
13. Psalam 133.
14. Psalam 134.
15. Psalam 135.
16. Psalam 136,1-13.
17. Psalam 136,15-26.
18. Psalam 137.
19. Psalam 138.
20. Psalam 139.
21. Psalam 140.
22. Psalam 141.
23. Psalam 142.
24. Psalam 143.
25. Psalam 144.
26. Psalam 145.
27. Psalam 146.
28. Psalam 147.
29. Psalam 148.
30. Psalam 149.

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

## POČETAK SUBOTE U APRILU 2010. GODINE

MESTO	DATUM				
	2.	9.	16.	23.	30.
<b>Strumica</b> , Đevđelija	18,56	19,04	19,13	19,22	19,30
Radoviš, <b>Kavadarci</b>	18,58	19,06	19,15	19,24	19,32
<b>Pirot</b> , Veles, Prilep, <b>Bitolj</b>	19,00	19,08	19,17	19,26	19,34
Kladovo, <b>Negotin</b> , Bor, Zaječar, Knjaževac, <b>Niš</b> , Leskovac, Vranje, Kumanovo, <b>Skoplje</b>	19,02	19,10	19,19	19,28	19,36
Paraćin, <b>Kruševac</b> , <b>Priština</b> , Tetovo, Debar, Ohrid	19,04	19,12	19,21	19,30	19,38
<b>Jagodina</b> , Kosovska Mitrovica, Đakovica, Prizren	19,06	19,14	19,23	19,32	19,40
Vršac, Alibunar, Kovin, Smederevo, Požarevac, Smederevska Palanka, <b>Kragujevac</b> , Kraljevo, Novi Pazar, <b>Peć</b>	19,08	19,16	19,25	19,34	19,42
Srpska Crnja, Pančevo, <b>Beograd</b> , Aranđelovac, <b>Čačak</b> , Berane	19,10	19,18	19,27	19,36	19,44
Kikinda, <b>Zrenjanin</b> , Valjevo, Ruma, Užice, Pljevlja, Kolašin, <b>Podgorica</b> , Bar, Ulcinj	19,12	19,20	19,29	19,38	19,46
Senta, Bečež, Vrbas, <b>Novi Sad</b> , Sremska Mitrovica, Bogatić, <b>Šabac</b> , Loznica, Zelenika	19,14	19,22	19,31	19,40	19,48
<b>Subotica</b> , Bačka Palanka, Sombor, Kula, Dalj, Vukovar, Bačka Topola, Šid, Bijeljina, Tuzla, <b>Sarajevo</b> , Foča, Bileća, Trebinje, Dubrovnik	19,16	19,24	19,33	19,42	19,50
<b>Beli Manastir</b> , <b>Osijek</b> , Vinkovci, Mostar, Metković, Mljet	19,18	19,26	19,35	19,44	19,52
Slavonski Brod, Derventa, Dobož, Zenica, Pelješac	19,20	19,28	19,37	19,46	19,54
<b>Podravska Slatina</b> , Jajce, Slavonska Požega, <b>Banja Luka</b> , Livno, Hvar, Korčula	19,22	19,30	19,39	19,48	19,56
Virovitica, Daruvar, <b>Prijedor</b> , Bosanska Gradiška, Nova Gradiška, Split, Brač, Vis	19,24	19,32	19,41	19,50	19,58
<b>Koprivnica</b> , Bjelovar, Drvar, <b>Knin</b> , Šibenik	19,26	19,34	19,43	19,52	20,00
Ormož, Čakovec, <b>Varaždin</b> , Sisak, Bihać, Biograd	19,28	19,36	19,45	19,54	20,02
Murska Sobota, Ptuj, <b>Celje</b> , Krapina, <b>Zagreb</b> , Karlovac, Slunj, Gospić, Zadar, Dugi otok	19,30	19,38	19,47	19,56	20,04
<b>Maribor</b> , Slovenj Gradec, Rogaška Slatina, Zidani Most, Rab, Pag	19,32	19,40	19,49	19,58	20,06
Dravograd, Mežica, <b>Ljubljana</b> , <b>Rijeka</b> , Crikvenica, Krk, Cres, Lošinj	19,34	19,42	19,51	20,00	20,08
Kranj, Postojna, <b>Pula</b>	19,36	19,44	19,53	20,02	20,10
<b>Kranjska Gora</b> , <b>Jasenice</b> , Gorica, Koper, Rovinj	19,38	19,46	19,55	20,04	20,12

*Podaci iz ove tabele izvedeni su po letnjem računanju vremena.*

## POČETAK SUBOTE U MAJU 2010. GODINE

MESTO				
	7.	14.	21.	28.
<b>Strumica</b> , Đevdelija	19,34	19,42	19,50	19,56
Radoviš, <b>Kavadarci</b>	19,36	19,44	19,52	19,58
Veles, Prilep, <b>Bitolj</b>	19,38	19,46	19,54	20,00
<b>Pirot</b> , Vranje, Kumanovo, <b>Skoplje</b> , Ohrid	19,40	19,48	19,56	20,02
Knjaževac, <b>Niš</b> , Leskovac, Tetovo, Debar	19,42	19,50	19,58	20,04
Kladovo, <b>Negotin</b> , Bor, Zaječar, <b>Priština</b> , Prizren, Đakovica	19,44	19,52	20,00	20,06
Paraćin, <b>Kruševac</b> , Kosovska Mitrovica	19,46	19,54	20,02	20,08
<b>Jagodina</b> , Novi Pazar, Peć	19,48	19,56	20,04	20,10
Vršac, Kovin, Smederevo, Požarevac, Smederevska Palanka, <b>Kragujevac</b> , <b>Čačak</b> , Kraljevo, Berane, <b>Podgorica</b> , Ulcinj	19,50	19,58	20,06	20,12
Alibunar, Pančevo, <b>Beograd</b> , Arandelovac, Užice, Bar	19,52	20,00	20,08	20,14
Valjevo, Pljevlja, Zelenika	19,54	20,02	20,10	20,16
Kikinda, Srpska Crnja, <b>Zrenjanin</b> , <b>Novi Sad</b> , Ruma, Sremska Mitrovica, <b>Šabac</b> , Foča, Bileća, Trebinje, Dubrovnik, Bogatić	19,56	20,04	20,12	20,18
Senta, Bečež, Vrbas, <b>Kula</b> , Bačka Palanka, Šid, <b>Bijeljina</b> , Loznica, <b>Sarajevo</b> , Mljet	19,58	20,06	20,14	20,20
<b>Subotica</b> , Bačka Topola, Dalj, Vukovar, Tuzla, Vinkovci, Mostar, Metković, Pelješac	20,00	20,08	20,16	20,22
<b>Osijek</b> , Dobož, Zenica, Korčula	20,02	20,10	20,18	20,24
<b>Beli Manastir</b> , Derventa, Slavonski Brod, Jajce, Livno, Brač, Hvar	20,04	20,12	20,20	20,26
<b>Podravska Slatina</b> , Slavonska Požega, Bosanska Gradiška, <b>Banja Luka</b> , Split, Vis	20,06	20,14	20,22	20,28
Virovitica, Daruvar, Nova Gradiška, <b>Prijedor</b> , Drvar, Knin, Šibenik	20,08	20,16	20,24	20,30
<b>Bjelovar</b> , Biograd	20,10	20,18	20,26	20,34
<b>Koprivnica</b> , Sisak, Slunj, Bihać, <b>Gospić</b> , Zadar, Dugi Otok	20,12	20,20	20,28	20,36
Ormož, Čakovec, <b>Varaždin</b> , Krapina, <b>Zagreb</b> , Karlovac, Pag, <b>Maribor</b> , <b>Celje</b>	20,14	20,22	20,30	20,38
Murska Sobotica, Zidani Most, <b>Rijeka</b>	20,16	20,24	20,32	20,40
Crikvenica, Krk, Lošinj, Rogaška Slatina	20,18	20,26	20,34	20,42
Dravograd, Mežica, Kranj, <b>Ljubljana</b> , Postojna, Rovinj, <b>Pula</b>	20,20	20,28	20,36	20,44
<b>Jesenice</b> , Koper, Gorica	20,22	20,30	20,38	20,46
<b>Kranjska Gora</b>	20,24	20,32	20,40	20,48

*Podaci iz ove tabele izvedeni su po letnjem računanju vremena.*

## POČETAK SUBOTE U JUNU 2010. GODINE

MESTO	DATUM				
	4.	11.	18.	25.	2.
<b>Strumica</b> , Đevdelija	20,00	20,08	20,08	20,09	20,09
Radoviš, <b>Kavadarci</b>	20,02	20,10	20,10	20,11	20,11
Veles, <b>Prilep</b> , Bitolj	20,04	20,12	20,12	20,13	20,13
<b>Pirot</b> , Kumanovo, <b>Skoplje</b> , Ohrid	20,06	20,14	20,14	20,15	20,15
Leskovac, Vranje, Tetovo, Debar	20,08	20,16	20,16	20,17	20,17
Zaječar, Knjaževac, <b>Niš</b> , <b>Priština</b> , Prizren	20,10	20,18	20,18	20,19	20,19
Kladovo, <b>Negotin</b> , Bor, Kosovska Mitrovica, Đakovica	20,12	20,20	20,20	20,21	20,21
Paraćin, <b>Kruševac</b> , Peć	20,14	20,22	20,22	20,23	20,23
Jagodina, <b>Kragujevac</b> , Kraljevo, Novi Pazar, Berane, Ulcinj	20,16	20,24	20,24	20,25	20,25
Požarevac, Smederevska Palanka, <b>Čačak</b> , Kolašin, <b>Podgorica</b> , Bar	20,18	20,26	20,26	20,27	20,27
<b>Vršac</b> , Alibunar, Kovin, Smederevo, Aranđelovac, Užice, Pljevlja, Zelenika	20,20	20,28	20,28	20,29	20,29
Pančevo, <b>Beograd</b> , Valjevo, Bileća, Trebinje, Dubrovnik	20,22	20,30	20,30	20,31	20,31
Srpska Crnja, <b>Zrenjanin</b> , Ruma, <b>Šabac</b> , Foča	20,24	20,32	20,32	20,33	20,33
Kikinda, Bečež, <b>Novi Sad</b> , Sremska Mitrovica, Bogatić, Bijeljina, Loznica, <b>Sarajevo</b> , Mostar, Metković, Mljet, Pelješac	20,26	20,34	20,34	20,35	20,35
Senta, Bačka Topola, <b>Kula</b> , Vrbas, Bačka Palanka, <b>Šid</b> , Tuzla, Korčula	20,28	20,36	20,36	20,37	20,37
<b>Subotica</b> , Sombor, Dalj, Vukovar, Vinkovci, Dobož, Zenica, Hvar	20,30	20,38	20,38	20,39	20,39
<b>Beli Manastir</b> , <b>Osijek</b> , Slavonski Brod, Derventa, Jajce, Livno, Split, Brač, Vis	20,32	20,40	20,40	20,41	20,41
Slavonska Požega, <b>Banja Luka</b>	20,34	20,42	20,42	20,43	20,43
<b>Podravska Slatina</b> , Daruvar, Bosanska Gradiška, <b>Prijedor</b> , Nova Gradiška, Drvar, Knin, Šibenik	20,36	20,44	20,44	20,45	20,45
Virovitica, <b>Biograd</b>	20,38	20,46	20,46	20,47	20,47
<b>Koprivnica</b> , Bjelovar, Sisak, Bihać, <b>Gospić</b> , Zadar, Dugi otok	20,40	20,48	20,48	20,49	20,49
<b>Zagreb</b> , Čakovec, <b>Varaždin</b> , Slunj, Pag	20,42	20,50	20,50	20,51	20,51
Murska Sobota, Ormož, Krapina, Karlovac, Rab	20,44	20,52	20,52	20,53	20,53
<b>Maribor</b> , Ptuj, <b>Celje</b> , Zidani Most, Rogaška Slatina, <b>Rijeka</b> , Pula	20,46	20,54	20,54	20,57	20,55
Dravograd, Mežica, Kranj, <b>Ljubljana</b> , Postojna, Koper, Rovinj	20,48	20,56	20,56	20,59	20,57
<b>Jesenice</b> , <b>Gorica</b>	20,50	20,58	20,58	21,01	20,59
<b>Kranjska gora</b>	20,52	21,00	21,00	21,03	21,01

*Podaci iz ove tabele izvedeni su po letnjem računanju vremena.*