

»UDARIŠE SUZE ISUSU«
Biblija i ljudska osećanja

Januar, februar, mart 2011.

Sadržaj:

1. Osećanja	5
2. Božje rešenje za naše brige	12
3. Stres	21
4. Međuljudski odnosi	29
5. Svest o krivici	37
6. Pravilno i pozitivno razmišljanje	45
7. Nada protiv depresije	53
8. Prilagodljivost	60
9. Samopoštovanje	69
10. Ljubomora i zavist	77
11. Slobodni od robovanja zlim navikama	85
12. Priroda kao izvor zdravlja	92
13. Zajednica sa Isusom Hristom	101

UDARIŠE SUZE ISUSU

Autor: Džulijan Melgosa

Broj 1/2011.

Priprema:

Hrišćanska adventistička crkva, Odeljenje za subotnu školu

Odgovara:

Igor Bosnić

Saradnik na ovom izdanju:

Milan Šušljić

Izdaje:

TIP »PREPOROD«, Beograd

Za izdavača:

Dragan Pejovski,

11000 Beograd, Radoslava Grujića 4

Tabele zalaska Sunca priprema mr Radomir Grujić

Štampa: »Preporod« Beograd, 2010.

Tiraž: 5000

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

UVOD

»UDARIŠE SUZE ISUSU«

Mi ljudi smatramo sebe najrazumnijim od svih stvorenih bića na Zemlji. Koliko god da su čudesna, stvorenja kao što su žabe, psi, gusenice ili slonovi nemaju našu inteligenciju, našu sposobnost razmišljanja.

Ipak, uprkos svim sposobnostima logičnog i racionalnog rasuđivanja, mi smo ujedno i osećajna bića. Neko bi mogao da tvrdi, opravdano, da osećanja upravljaju našim životom čak i u većoj meri nego što bi to razum ikada mogao.

Osećanja su dobra; bez njih jedva da bismo ostali ljudi. Ko nije doživeo ljubav, saučešće, strah ili tugu? Možda bi samo roboti mogli da deluju bezosećajno, mi ljudi nikada (i neljudi osećaju, imaju bar negativna osećanja, zar ne?)

Naravno, pošto boravimo u svetu greha, osećanja nam često pricinjavaju veliki bol. Bolesti, ratovi, siromaštvo, prirodne katastrofe, ekonomska nesigurnost, porodični problemi – zar nam sve to ne izaziva strah, žalost, užas i tugu, osećanja s kojima smo tako usko povezani?

Pogledajte, takođe, emotivne reakcije koje je naš svet izazivao u Isusu Hristu. »I udariše suze Isusu!« (Jovan 11,35) »I pogledavši na njih s gnjevom od žalosti!« (Marko 3,5) Isus reče: »Žalosna je duša moja do smrti!« (Marko 14,34) »I onda, Isus kada vide gde plaču, i gde plaču Judejci koji dođoše s njome, zgrozi se u duhu, i sam posta žalostan.« (Jovan 11,33) »Prezren beše i odbačen između ljudi, bolan i vičan bolestima, i kao jedan od kojega svako zaklanja lice svoje, prezren da ga ni za što ne uzimamo.« (Isaija 53,3)

Doslovan prevod teksta u Jevrejima 4,15 jasno iskazuje ovu istinu o našem Gospodu: »jer mi nemamo prvosveštenika *neosetljivog* prema našim slabostima, već iskušanog svime čime smo i mi – izuzev greha.« Reč je upravo o tome – o *saosećanju sa našim slabostima*, a kao što svi mi znamo, svest o nedostacima može da nas veoma opterećuje.

Žalost, bol, tuga ... ta osećanja nisu loša, nisu grešna. Mi ne pokazujemo nedostatak vere i poverenja u Boga kada odgovaramo na ljudska stradanja i nevolje takvim osećanjima. Osim toga, i sam Isus je odgovarao na isti način, osećajno.

Mi smo danas hiljadama godina udaljeni od »drveta života« (1. Mojsijeva 2,9). Naši geni – DNK – veoma su oslabili. Mi smo oštećena roba, i sasvim suprotno mitovima evolucije, postajemo sve slabiji.

Nije zato nikakvo čudo što je greh uzeo svoj danak u pogledu našeg emocionalnog zdravlja. I tako često, umesto da vladamo svojim osećanjima, ona vladaju nama, čak u tolikoj meri da nas nagone na u korenu pogrešne odluke, koje nam opet donose još više bola i žalosti. Na sreću, ne mora uvek da bude tako. Gospod ima nešto bolje za nas.

Biblijska pouka za ovo tromesečje proučava ljudska osećanja, i pokazuje nam biblijska načela kako da ih razumemo i kako da od Gospoda tražimo snagu da ih potčinimo Njegovoj vlasti prožetom ljubavlju. Proučavaćemo biblijske ličnosti usredsređujući se na njihova osećanja, na njihove emocionalne reakcije na sve što im se događa, dobro i zlo, i postavljati sebi važno pitanje: Šta bismo mogli da naučimo iz ovog iskustva, šta bismo mogli da primenimo na svoje iskustvo?

Naravno, nekim ljudima – posebno onima čiji emotivni problemi imaju fizičke uzroke, poput biohemijskih poremećaja – potrebna je stručna pomoć, ako je dostupna, ali ni u kojem slučaju ne smemo postavljati ograničenja Božjoj sili da donese ozdravljenje u njihov život.

Naša je molitva da nam pouke za ovo tromesečje pomognu, u kontekstu razumevanja naših osećanja, da se obratimo Gospodu, koji je u nas usadio najveće od svih osećanja – ljubav. I konačno, bez obzira na sve naše emotivne uspone i padove, neka bi Bog pomogao svakome od nas da zahvaljujući Njegovoj blagodati, iskazuje Njegovu ljubav prema drugima. Jer, na kraju krajeva, bez obzira na sve naše žalosti, »ljubav nikada ne prestaje« (1. Korinćanima 13,8)!

Pisac ove pouke, dr Džulijan Melgosa, dekan je fakulteta za obrazovanje i psihologiju na Univerzitetu Vala Vala u Sjedinjenim Državama.

OSEĆANJA



BIBLIJSKI TEKSTOVI ZA PROUČAVANJE: 2. Sam. 13; Gal. 5,22; Kol. 3,12-14; Luka 19,41-44; Jovan 16,20-24.

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

Osećanja su vitalni deo ljudske ličnosti. Ona mogu da budu snažan pokretač na dobro ili na zlo; zavisno od vrste osećanja, ona mogu da nas učine srećnima, žalosnima, uplašenima ili veselima.

»Pozitivne« emocije mogu da nam donesu zadovoljstvo i življaj blagostanja; »negativne« izazivaju bol i strah. Dok ona prva unapređuju mentalno zdravlje, produžena izloženost negativnim osećanjima može da izazove probleme na području ponašanja ili međuljudskih odnosa. Prema tome, osećanja mogu da imaju važnu ulogu u našem sveukupnom blagostanju.

Bog želi da uživamo blagodati pozitivnih osećanja. Međutim, usled greha, mi se često suočavamo sa štetnim posledicama negativnih emocionalnih iskustava. Biblijske ličnosti nisu bile imune na emocionalne uspone i padove. Neke od njih su uspele da steknu vlast nad osećanjima; druge, gubeći vlast, dozvoljavale su negativnim osećanjima da ih navedu na pogrešne postupke.

Odnos između emocija i ponašanja nije potpuno jasan i određen, nije neposredan. Ponekad, bolna osećanja nas mogu navesti da kleknemo i da potražimo Boga kao konačni izvor pomoći i podrške. U drugim momentima, borbe i nevolje mogu da navedu ljude da potpuno odbace svaku veru u Boga.

Kako je važno, prema tome, da naučimo više o svojim osećanjima i o njihovom uticaju na život i ponašanje!

NEGATIVNA OSEĆANJA

Pročitajte tekst u 2. Samuelovoj 13. To je izveštaj prepun međusobno suprotnih emocionalnih iskustava. Usred svih tih zbivanja, ljudi su jedni drugima nanosili i fizičke i emocionalne patnje. Posledice njihovog ponašanja pogadale su celu vladarsku porodicu, prenoseći se čak i na buduće naraštaje.

Koja emocionalna stanja se mogu ustanoviti i pratiti kod sledećih učesnika u zbivanjima?

Amnon _____
 Tamara _____
 David _____
 Avesalom _____

Amnonova »ljubav« prema Tamari nije mogla biti prava i iskrena ljubav, već samo snažna seksualna želja, jer, čim je postigao svoj cilj, »omrze na nju Amnon veoma, te mržnja kojom mržaše na nju beše veća od ljubavi kojom je pre ljubljao« (2. Samuelova 13,15). Amnonovo iskustvo opisuje emocionalne krajnosti; nekontrolisana strast (u incestuoznom kontekstu) i mržnja. Ponašanja izazvana takvim emocionalnim stanjima skoro uvek će biti neuravnotežena i izazivati ozbiljne negativne posledice. Amnonova »ljubav« skoro smesta se preobrtila u snažnu mržnju. On je odbacio konačnu molbu svoje sestre i izbacio je silom iz svoga stana.

Tamara je zaista bila prava žrtva. Ona nije prihvatila nijedan od Amnonovih pokušaja približavanja, što je njega dovodilo do očajanja. Ona je došla da posluži svoga brata poslušavši Davidovo naređenje. Kada su Amnonove namere postale jasne, učinila je najviše što je mogla da ga odvrati od njih i da opiše razorne posledice takvog grešnog dela. Ali, pošto je čvrsto odlučio da učini ono što je namerio, Amnon nije bio spreman da potraži ili da poslušaa mudar savet. I tako je nastavio da ostvaruje svoj plan.

Kao i svaka žena koja je postala žrtva nasilja ili zlostavljanja, Tamara se sigurno osećala ljuta, ponižena, zloupotrebljena; sigurno je patila od značajno umanjenog osećanja vlastite vrednosti. Ni njen brat Avesalom joj nije pružio mnogo utehe, već joj je posavetovao da o tome nikome ne govori. Međutim, Avesalom je skovao plan da ubije Amnona da bi se osvetio zbog zlostavljanja svoje sestre (Osim toga, kada se oslobodi Amnona popraviće svoje izgleda da se popne na presto Izrailja, zar ne?). David, otac svih umešanih ličnosti, mogao je samo da oseća gnev i bol zbog svih tih događaja.

RAZMISLITE: Kada ste vi sami osetili mržnju, žalost, strah, bes ili ljubomoru? Kako ste razrešili problem s tim osećanjima? Šta poželite da ste drukčije učinili?

POZITIVNA OSEĆANJA

Negativna emocionalna stanja kao što su mržnja, briga, strah, bes i ljubomora izazivaju neposredne emocionalne odgovore: lupanje srca, napatost mišića, suvoću u ustima, hladno znojenje, grčeve u stomaku i druge fizičke pojave. Dugoročna izloženost tim simptomima povezana je s komplikacijama na srcu i u radu organa za varenje.

Suprotno tome, pozitivna emocionalna stanja, kao što su saučešće, ljubaznost, skromnost, nežnost i strpljivost, povezuju se sa osećanjem blagostanja, pozitivnim gledanjima u budućnost, optimalnim odnosima sa drugima i sa Bogom. Pozitivna psihologija, nova i široko prihvaćena grana psihologije, želi da unapredi pozitivna osećanja da bi unapredila čovekovu sreću i sprečila mentalne bolesti. U stvari, postoje dokazi da gajenje izvrsnih negativnih osećanja negativno utiče na zdravlje i dugovečnost; suprotno tome, prihvatanje pozitivnog gledanja na stvarnost unapređuje zdravlje i dugovečnost. Drugim rečima, što je pozitivnije vaše gledanje i što su pozitivnija vaša osećanja, imate više izgleda da uživete bolje opšte zdravlje.

Pročitajte Galatima 5,22. Na koji način gajenje roda Svetoga Duha može da promeni način na koji ljudi sagledavaju život?

Pročitajte Kološanima 3,12-14. Prema apostolu Pavlu, koje je najizrazitije pozitivno osećanje? Šta znači izraz *obucite se*, koji se pojavljuje u ovom tekstu? Kakav ishod se može očekivati kada neko primeni u životu Pavlove savete iz ovog teksta?

Iako je ljubav više nego samo emocija, ona je ipak vrhovna i najviša emocija. Bog je ljubav, i On želi da i Njegova deca iskuse ljubav prema bližnjima i ljubav svojih bližnjih; On želi da saznamo šta znači voleti Boga i osetiti Njegovu ljubav. Ljubav izaziva celu lepezu drugih pozitivnih osećanja koja se mogu preobraziti u vrlo poželjne oblike ponašanja.

RAZMISLITE: Kakva su vaša lična iskustva sa uticajem emocionalnih stanja na postupke? Zašto je tako važno da ne donosimo važne odluke u trenutku kada smo izloženi oluji osećanja, pozitivnih i negativnih?

ISUS IZRAŽAVA SVOJA OSEĆANJA – PRVI DEO

U jevanđelju po Marku 8,1-3, saosećanje je bilo pobuda koja je navela Isusa da sačini plan da nahrani mnoštvo. Niko osim Njega nije mislio o praktičnim potrebama tih ljudi, koji u toku dva ili tri dana skoro ništa nisu jeli. Isus je primetio da su mnogi doputovali izdaleka; prema tome, znao je da će pasti ako ih bude poslao kući bez ikakve hrane.

Osim što je želeo da nahrani mnoštvo, koja druga dela je Isus učinio naveden saučešćem? Marko 1,40.41; 6, 34.

Na gubavce su ljudi često reagovali sa odbojnošću. Nijedna druga bolest ili stanje nisu izazivali više užasavanja ili sažaljenja od gube. Pojedinci kod kojih je bolest bila vidljiva morali su da napuste ljudsko društvo, da prekinu svaki društveni dodir; često su bili primorani da žive na mestima koja su im bila posebno određena. Kada god bi se neko približio gubavcu, gubavac je morao da viče: »Nečist!« da bi opomenuo ljude da se udalje i tako izbegnu zarazu. Pošto se Isus sažalio na tog čoveka, smesta ga je izlečio, a onda poslao s porukom da nikome ništa ne govori o tome. Međutim, izlečeni nije mogao da zadrži za sebe to prekrasno delo ljubavi i staranja, pa je počeo da svima objavljuje šta mu se dogodilo.

Isus je saosećao sa ljudima ne samo kada im osnovne životne potrebe ne bi bile zadovoljene, već i kada su ostajali bez vođstva, usmerenja ili pomoći. I zato, pre nego što bi im podelio hranu, osetivši duboke duhovne potrebe naroda, Isus bi započeo da ga uči o carstvu Božjemu.

Isusovo saosećanje se moglo videti i u tekstu u Marku 9,36, gde se naglašava potreba ljudi za fizičkim dodirrom. On je podizao decu na svoje krilo, pokazivao im ljubav i svoju naklonost. On je pružao svoju ruku i dodirivao bolesnike da ih isceli Božjom silom.

Prilikom susreta s mladim bogatim zakonikom (Marko 10,21.22), Isus ga je zavoleo iako mladić nije prihvatio Učiteljeva uputstva. U trenutku susreta, oba čoveka su osetila snažna osećanja, Isus ljubav, a zakonik žalost.

RAZMISLITE: Na koje načine izražavate svoja saosećanja? Naime, jedno je *osetiti* saosećanje – većina ljudi ga oseti – a nešto sasvim drugo jeste *izraziti* saosećanje nekim prikladnim delom. Kako biste vi nekim svojim delom ili svojim rečima na bolji način nego do sada mogli da izrazite svoje saosećanje sa onima koji pate?

ISUS IZRAŽAVA SVOJA OSEĆANJA – DRUGI DEO

Pročitajte tekst u Jevanđelju po Luki 19,41-44. Šta je navelo Isusa da prolije suze nad Jerusalimom? Nema sumnje da se radilo o žalosti koju je osetio kada je pogledao u budućnost i video sudbinu Jerusalima, ali, više od toga, On je tugovao zbog mnogih stanovnika toga grada koji su ga odbacili. »Isusove suze na gori, dok je posmatrao grad koji je voleo i o kojemu se starao, usred mnoštva koje je radosno uzvikivalo, usred hiljada koje su pevale 'Osana sinu Davidovu,' predstavljale su poslednji poziv odbačene ljubavi i saosećanja.« (EGW, 3SP 20)

Pisci Jevanđelja beleže dve prilike kada je Isus plakao. Ljudi obično plaču zbog sebe, ali je, u ove dve prilike, Isus plakao zbog dubokog osećanja žalosti prema drugima.

U kojim drugim prilikama je Hristos iskusio bolna osećanja? Matej 26,37.38; Marko 3,5; 8,12; Jovan 11,32-38; Marko 11,15.16. Šta je u Njemu pobudilo takva osećanja?

Prvih nekoliko tekstova u 53. poglavlju Knjige proroka Isaije potvrđuju da je Isus bio čovek žalosti. Iako je doživeo i mnoge trenutke veselja, proživljavao je i teške emocionalne patnje. Mnoge Isusove patnje poticale su od osećanja nezadovoljstva kada Njegovi sledbenici ne bi razumeli Njegova učenja. Uprkos obilnoj Hristovoj ljubavi i Njegovim natprirodnim znacima, mnogi nisu shvatali da je On stvarno Mesija. Hristos je, osim toga, teško patio gledajući posledice greha na ljudskom rodu.

Događaji povezani sa Lazarevom smrću silno su Ga ožalostili. Jovan nam kaže da se Isus »zgrozio u duhu« (Jovan 11,33). To je u stvari prevod grčke reči koja ukazuje na vrlo snažno izražavanje emocionalne strepnje, praćeno glasnim ispoljavanjem žalosti i tuge. Grčki dramski pisac Eshil (525-456. pre Hrista) upotrebljava istu reč da opiše dahtanje iscrpljenih životinja. Reč se pojavljuje pet puta u Novom zavetu i četiri puta opisuju Isusove emocije.

RAZMISLITE: Razmišljanje o Isusovim emocionalnim iskustvima može da nam pomogne da shvatimo koliko je On u stanju da oseti naše emocionalne strepnje. Podsećamo na tekst: »Jer nemamo poglavara svešteničkoga koji ne može postradati [saosećati] sa našim slabostima, nego koji je u svačemu iskušán, osim greha.« (Jevrejima 4,15) Kako nas poruka ovog teksta može čvršće povezati sa Hristom, posebno u vreme nevolja?

BOŽJI PLAN ZA BOLNE EMOCIJE

Pročitajte tekst u jevanđelju po Jovanu 16,20-24! Šta nam je Isus obećao u vezi sa bolom i patnjom?

Tekst nudi veliku nadu svakome koji prolazi kroz fizičke ili psihičke boli. Evo nekoliko činjenica koje se mogu naučiti iz ovog teksta:

- *Izgleda kao da je život drugih ljudi pun radosti.* Vernici često gledaju oko sebe i uviđaju koliko je život nepravedan. Zli ljudi naizgled uživaju, dok mnogi Bogu verni pate i stradaju. Međutim, Isus nas uverava da tako neće biti zauvek. Osim toga, ono što vidimo često je prevarno. Nama je svojstveno da nam se drugi čine srećnijim i uspešnijim nego što smo mi.
- *Bol, tuga i strah pretvoriće se u radost.* To je srž Isusovog obećanja. Vernici se moraju držati obećanja da će žalost ne samo proći, već i prepustiti mesto radosti.
- *Patnje iz prošlosti biće zaboravljene.* Uspomene na neugodnu prošlost često izazivaju mnogo boli. Mnogi psihoterapeuti naporno rade da iz sadašnjeg života svojih pacijenata uklone posledice prošlosti. Isus nas uverava da će, kao što žena brzo zaboravlja bol kad rodi dete i prvi put ga uzme u naručje, i Njegovi sledbenici jednoga dana zaboraviti sav bol iz prošlosti.
- *Niko nam neće uzeti našu radost.* Vrsta radosti koju nam Isus nudi nije ona ista koju danas smatramo radošću. Isus nam nudi potpunu sreću, neprolazno stanje koje nijedan neprijatelj neće moći da oduzme spasenima.
- *Neće biti neispunjenih potreba.* Hristos potvrđuje da pravednici neće više ništa tražiti. Njima neće biti potrebno da traže i da mole Hrista bilo šta, jer će sve njihove potrebe biti zadovoljene.

RAZMISLITE: Na koji način se možeš čvrsto uhvatiti za obećanje da će se vaše žalosti pretvoriti u radost? Kako ovo obećanje može da vam pomogne da pretrpите sve nevolje u životu? Kako biste mogli da se poslužite Hristovim obećanjima da ohrabrite nekoga ko je u nevolji?

ZA DALJE PROUČAVANJE

»Dok je Isusov prodorni pogled prelazio preko obesvećenog predvorja Hrama, sve oči su se instinktivno okrenule prema Njemu. Glasovi okupljenog naroda i buka stoke odjednom su se utišali. Sveštenici, glavari, fariseji i neznabošci, svi su gledali s tihim zaprepašćenjem i neodređenim strahopoštovanjem prema Sinu Božjemu, koji je stajao pred njima s dostojanstvom nebeskog Vladara, dok je božanstvo prosijavalo kroz Njegovu ljudskost i davalo mu veličanstvo i slavu koju nikada pre toga nije pokazivao. Čudan strah je obuzeo narod. Oni najbliži Hristu nagoni su se udaljili od Njega koliko su mogli od okupljenog naroda. Sa izuzetkom nekolicine Njegovih učenika, Spasitelj je stajao sam. Svaki zvuk se utišao; duboka tišina je izgledala neizdržljiva i kada su se čvrste, stisnute Isusove usne razdvojile, i kada se Njegov glas zaorio jasnim zvučima, kao da se nesvesni uzdah olakšanja začuo iz grla svih prisutnih.«

»On je progovorio jasno naglašavajući svoje reči, sa silom koja je učinila da se narod povija kao da se nalazi pod udarom snažnoga vetra: »Pisano je, moj dom je dom molitve, ali vi načiniste od njega pećinu hajdučku!« Spustio se stepenicama i s još većim autoritetom od onoga koji je pokazao tri godine pre toga, sa gnevom koji je utišao svako protivljenje, glasom koji je odzvanjao kao truba kroz ceo Hram, zapovedio: »Iznesite sve te stvari odavde!« (EGW, 3SP 23.24)

PITANJA ZA RASPRAVU:

- 1. Kako biste opisali Isusova osećanja izražena u gornjim navodima? Koju pouku bismo mogli da izvučemo iz njih o tome koliko osećajnost, ukoliko se pravilno usmeri, može da posluži kao izvor dobra?**
- 2. Kako se negativna osećanja mogu zameniti pozitivnima? Razmotri iskustvo Marije Magdalene i druge Marije, koje su otišle da pregledaju Isusov grob i koje »sa strahom i radošću velikom« (Matej 28,8) otrčase da jave učenicima?**
- 3. Jevrejska zajednica slavi Purim kao spomen na vreme kada im se »pretvori žalost u radost i tuga u veselje« (Jestira 9,22). Razgovarajte u razredu da nikada ne smemo zaboraviti koliko puta se i naša tuga pretvorila u radost. Govorite o iskustvu kada se to vama dogodilo!**
- 4. Kako da naučimo da prionemo uz Gospodnja obećanja iako, bar za sada, izgledaju tako daleka i neostvarljiva?**

BOŽJE REŠENJE ZA NAŠE BRIGE



BIBLIJSKI TEKSTOVI ZA PROUČAVANJE: 1. Mojsijeva 3,6-10; 15,1-3; Jovan 14,1.2; Matej 6,25-34; 18,3; Filibljanima 4,11.12.

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

Biblija je puna tekstova koji sadrže reči kao što su *uplašen*, *zabrinut*, *uzrujan*, *užasnut*, i tako dalje. Mnogi tekstovi govore i o tome zbog čega su ljudi uplašeni ili zabrinuti; drugi sadrže Božija obećanja onima koji su uplašeni ili zabrinuti. Poruka: »Ne plaši se!« provlači se istrajno i snažno kroz celo Pismo.

A zašto i ne bi? Strah i zabrinutost su delovi ljudskog postojanja otkako je greh ušao na ovu Zemlju. Zabrinutost ili strah zbog onoga što može da se dogodi jeste jedna od najopasnijih emocija koje ugrožavaju mentalno i fizičko zdravlje ljudi. Srednjovekovna legenda govori nam o putniku koji se jedne noći sreo sa Strahom i Kugom na putu za London, gde su očekivali da će te dve epidemije odneti preko deset hiljada života. Putnik je upitao Kugu da li će ona pobiti sve te ljude. Kuga je odgovorila: »O, ne! Ja ću pobiti samo nekoliko stotina. Moj prijatelj Strah će pobiti ostale!«

Pouka za ovu sedmicu govori o tome kako, uz pomoć Božje snage, možemo naći slobodu od straha i zabrinutosti. Poverenje u Boga i zadovoljstvo ključni su faktori u spokojnom očekivanju budućnosti.

Pročitaj tekst u 1. Mojsijevoj 3,6-10. Vrlo nam je teško da doživimo prvi susret Adama i Eve sa strahom, jer niko od nas ne može da se seti kako i kada se prvi put uplašio, kada je prvi put iskusio to osećanje. Razvojni psiholozi su potvrdili da se deca od ranog detinjstva suočavaju s određenim strahovanjima; u najviše slučajeva deca se plaše da ne ostanu gladna ili se boje glasne buke. Odraslija deca i ljudi prolaze kroz raznovrsna strahovanja, kao što su strah od životinja, od mraka, od samoće, strah od događaja povezanih sa školom, strah od odvojenosti od roditelja, strah da neće odrasti, ili da će biti odbačeni od vršnjaka. I odrasli su podložni uobičajenim strahovanjima povezanim s njihovim životnim okolnostima: strah da neće pronaći odgovarajućeg životnog druga, da neće naći odgovarajući posao, od napada terorista, od dobijanja hroničnih ili smrtonosnih bolesti, od ubistva, umiranja i tako dalje.

Elen G. Vajt kaže da je Adama i Evu, pošto su pojeli zabranjeni plod, »pomisao na njihov greh ispunjavala užasom« i da su u ugodnoj temperaturi Edema drhtali kao od hladnoće. Bili su ostavljeni »svesni svoga greha da užasnuti očekuju šta će im doneti budućnost«. (PP 57, Stvaranje - patrijarsi i proroci)

Razmotrite sledeću zbirku tekstova sa obećanjima koja leče strah i zabrinutost. Pronađite po čemu se svaki od njih razlikuje od svih ostalih.

Psalam 23,4. _____

Priče 1,33. _____

Agej 2,5. _____

1. Petrova 3,14. _____

1. Jovanova 4,18.19. _____

Strah i zabrinutost su vrlo uobičajena osećanja, vrlo su česta, razorna, bolna. Uobičajeni simptomi zabrinutosti uključuju strepnju, brigu, nesanicu, napetost, glavobolju, umor, znojenje, vrtoglavicu, lupanje srca, gubljenje daha, nemogućnost koncentracije, hiperaktivnost. Zabrinutost može da izazove napade panike. Bog je zainteresovan da nas oslobodi takvih neželjenih iskustava i poziva nas da imamo poverenja u Njega.

RAZMISLITE: Šta vas posebno plaši i zašto? Koliko je taj vaš strah razlozan? Koje praktične korake možete da preduzmete da uklonite uzrok svoga straha ili sam strah?

NE PLAŠITE SE!

Pročitajte tekst u 1. Mojsijevoj 15,1-3! Šta je bio izvor Avraamovog straha? Koje je stvarne razloge imao za strah?

Bog je pozvao Avraama i obećao mu da će od njega stvoriti veliki narod. Videći da godine prolaze i da nema obećanog naslednika, Avraam se počeo baviti tim problemom i to je postala njegova omiljena briga. Naš tekst otkriva i srž Avraamovog straha: »Na kome će ostati moja kuća?... Pa će sluga rođen u kući mojoj biti moj naslednik!« Ovo ponašanje izgleda kao da je urođena reakcija ljudske prirode, koja želi da produži nešto od svoga bića, da nastavi da širi svoj uticaj i posle svoje smrti.

Božji odgovor na Avraamove brige bio je sledeći: »Ne boj se, Avraame, ja sam ti štiti i plata je tvoja vrlo velika!« (1. Mojsijeva 15,1). Budućnost našeg života, čak i naša budućnost posle smrti, nalaze se u rukama našeg nebeskog Oca. On zna da je sloboda od briga jedna od naših najvećih potreba i želi da budemo zadovoljni danas i puni poverenja kada se radi o sutrašnjici.

Pregledajte sledeće stihove. U kakvim se okolnostima čula Božja ohrabrujuća poruka: »Ne boj se!«

5. Mojsijeva 31,8. _____

2. Dnevnika 20,17. _____

Luka 21,9. _____

Jovan 14,27. _____

Zabrinutost se pokazuje brigom zbog nesigurne sutrašnjice. Takva nesigurnost se može odnositi na nešto što je blizu ili daleko u budućnosti, i možda se nikada neće ni dogoditi, i što u određenom trenutku postoji samo u mislima. Ipak, simptomi zabrinutosti su prilično stvarni, i na emocionalnom i na fizičkom planu, i mogu da budu vrlo bolni. Nije nikakvo čudo da Gospod želi da nas oslobodi od njih.

RAZMISLITE: Na koji način da najbolje iskoristite Božje uveravanje »Ne plaši se!« u položaju u kom se upravo nalazite? Kako da ne zaboravite da je, bez obzira na ono sa čime se suočavate, Bog veći i snažniji od tog izazova i da vas On voli ljubavljiva koja je veća od straha koji vas muči?

POVERENJE KAO ZAŠTITA OD BRIGA

Razmislite o utešnim rečima koje je Isus uputio svojim učenicima! (Jovan 14,1.2) Šta se dogodilo neposredno pre toga? Na šta Hristos usmerava misli svojih učenika?

Ove ljubazne reči pozivaju na poverenje. Poverenje u Oca, poverenje u Isusa, jer to poverenje pomaže ožalošćenom srcu da u budućnost ne gleda s očajanjem. Isus odmah skreće pažnju svojih učenika na carstvo koje im priprema. Drugim rečima, »bez obzira šta vam se ovde događa, bez obzira na stanje u kom se ovde nalazite, moje carstvo je ono što treba da očekujete, jer ono čeka na vas. Zato imajte poverenja u mene i u moja obećanja!« To što je Isus tada kazao njima, govori i nama danas.

Na nekim seminarima za sticanje samopouzdanja, učesnici igraju uloge slične stvarnim situacijama u životu. To im pomaže da steknu samopouzdanje i da više cene svoje sposobnosti. Osim toga, uče kako da vladaju svojim mislima kada im zaprete brige, tako da se njihov um usredsredi na sigurne teme. Uče takođe da se opuštaju, vežbaju tehnike disanja koje treba da primene u kritičnim okolnostima.

Iako takve strategije imaju prilično uspeha, one se usredsređuju na sticanje poverenja u sebe, da bi se tako umanjila opasnost od suvišnih briga. To je dobro, ali nije dovoljno, jer poverenje u sebe je samo mali korak napred. Na kraju krajeva, nama je potrebno poverenje u Boga!

Kako psalmista upoređuje poverenje u Boga i poverenje u čoveka? Psalm 118, 8.9.

Ljudi mogu da budu kolebljivi i hiroviti, dok se Bog i Njegova obećanja nikada ne menjaju. Italijanski i češki kralj obećali su Janu Husu sigurno putovanje i siguran boravak. Oni su prekršili svoja obećanja i Hus je umro mučeničkom smrću. Kralj Čarls I poslao je Tomasu Ventvortu, engleskom državniku, dokument koji je glasio: »Po kraljevoj reči nećeš biti ugrožen ni životom, ni čašću ni imanjem!« Kratko vreme posle toga, isti kralj je potpisao smrtnu presudu istom čoveku!

Šta nam Isus poručuje u Jevanđelju po Mateju 18,3?

Prvi zadatak deteta je da izgradi poverenje u svoju majku ili dadilju. Kada to jednom postigne, mališan će se osećati zadovoljan i siguran u svetu i neće se plašiti onoga što dolazi. To je početak poverenja. Isus nas je pozvao da se prema Njemu ponašamo kao mala deca prema svojoj majci, dozvoljavajući sebi da primamo utehu i ohrabrenje preko Njegovog nežnog staranja. I mi, da naglasimo, treba da načinimo isti svesni izbor.

RAZMISLITE: Provedite nekoliko trenutaka sećajući se vremena kada je Bog odgovorio na vaše molitve ili kada vam je Njegovo providenje pomoglo. Kako bi pređašnja iskustva slična tome mogla da ojačaju vaše poverenje u Boga u svakom teškom položaju sa kojim se suočavate ili kada se osećate zabrinuto ili uplašeno?

O PTICAMA I LJILJANIMA

Pored Isusovog ljubaznog saveta da izbegavamo brige, koje pouke bismo mogli da izvučemo iz tog dela besede na Gori? Matej 6,25-33.

Ovim snažnim tekstom, Isus objavljuje nekoliko načela koja nas, ukoliko ih ozbiljno shvatimo, umnogome mogu sačuvati od očajanja.

Posmatrajte događaje iz pravog ugla (Matej 6,25). Prenapregnut raspored poslova može doprineti da izgubimo iz vida ono što je zaista važno. Svakodnevna rutina može nas udaljiti od onoga što stvarno verujemo da je temeljno. Bog nam je dao život. Bog je stvorio naše telo. Ako je On imao snage i spremnosti da to učini, zar se neće postarati i za hranu svojim stvorenjima? Zar neće učiniti da ne ostanemo bez odeće koja nam je potrebna?

Nadahnujte se jednostavnim delima u prirodi (Matej 6,26.28-30). Vrapci i ljiljani su veoma uobičajeni stanovnici našega sveta. Isus ih je izabrao kao suprotnost neizmernoj složenosti ljudskog bića. Očigledno je da se vrapci ne brinu o sutrašnjici, i da se ni ljiljani ne trude da izgledaju po poslednjoj modi, a Bog se ipak stara o njima. »A kada travu... Bog tako odeva, a kamo li vas, maloverni?« (Matej 6,30)

Briga je nekorisna i uzaludna (Matej 6,27). Ispitivati probleme da bi se našla moguća rešenja može da bude korisno, ali brinuti se brige radi ne samo da ne doprinosi rešenju problema već samo povećava njegove negativne strane.

Postavite pravilno svoje prioritete (Matej 6,33). I hrišćani se ponekad mogu naći u vrtlogu materijalizma ili drugih problema koji ih mogu skrenuti od onoga što je stvarno važno u životu; i zato nas Isus podseća: »Tražite najpre carstva Božjega i pravde njegove, a ovo će vam se sve dodati!«

Vinston Čerčil je rekao: »Sećam se priče o starom čoveku koji je rekao na svojoj samrtničkoj postelji da je imao mnoštvo nevolja u životu koje se uglavnom nisu ni dogodile!«

RAZMISLITE: Razmislite šta vas zabrinjava, a onda kleknite i molite se, tražeći od Boga da se postara za sve vaše brige. Koje su to brige koje delimično i sami možete da rešite? Pred kojim brigama ste apsolutno nemoćni? Učinite sami ono što možete, a onda zatražite od Gospoda da vam pomogne da imate poverenja u Njega u svemu ostalom!

NE BRINITE SE ZA SUTRA

Pročitajte Matej 6,34. Šta nam Hristos govori o sutrašnjim brigama? Kako bismo mogli naučiti da činimo ono što nam je rekao? Zašto je to tako važno?

Kada bi primenjivali u životu Isusov savet iz Jevandelja po Mateju 6,34, i današnji ljudi bi živeli mnogo mirnije i spokojnije. Isus ne traži da zanemarimo planiranje ili da budemo nemarni. On nam jednostavno kaže da se ne brinemo šta bi se sve moglo dogoditi, da se ne služimo tipičnim »Šta ako?«, »Šta ako se budem razboleo?«, »Šta ako budem izgubio posao?«, »Šta ako mi se bude dogodila nesreća?«, »Šta ako moje dete umre?«, »Šta ako me neko napadne?«...

Sledeća lista prikazuje zbog čega se u današnje vreme brine prosečna osoba:

- 50% zbog događaja koji se nikada neće ni dogoditi,
- 25% zbog događaja iz prošlosti koji se ne mogu promeniti,
- 10% zbog nepotvrđene kritike bližnjih,
- 10% zbog zdravlja (strahovanja šta će biti) i
- 5% zbog stvarnih problema s kojima se moraju suočiti.

Šta bi vas moglo nadahnuti da sledite Pavlovo iskustvo sa zadovoljstvom? Filibljanima 4,11.12.

Osnovna tajna uspešnog življenja svakog dana za sebe jeste zadovoljstvo, koje je uspešan protivotrov za brigu. Zadovoljstvo nije neko nasleđeno držanje, već je stečena karakteristika. Pavle kaže: »Jer se ja navikoh biti zadovoljan onim u čemu sam!« (Filibljanima 4,11). U ovo naše vreme, kada se suočavamo s takvim mnoštvom problema, javlja se potreba da razvijemo svest o zadovoljstvu onim što sada imamo i da se ne brinemo zbog onoga što bi nas moglo zadesiti sutra.

RAZMISLITE: Isus je rekao: »Mir vam ostavljam, mir svoj dajem vam: ne dajem vam ga kao što ga svet daje, da se ne plaši srce vaše, i da se ne boji!« (Jovan 14,27) Praktično govoreći, u kojoj ste meri primenili Hristovo obećanje o miru u srcu? Razgovarajte o tome u razredu u subotu. Šta bismo mogli da naučimo jedni od drugih?

ZA DALJE PROUČAVANJE

»Ne ubija vas rad, već briga. Jedini način da se izbegne briga jeste da se nevolje povere Hristu. Nemojmo gledati na tamnu stranu. Negujmo vedrinu duha.« (EGW, MCP 466 - Mind, Character and Personality, 466)

»Da smo vaspitali svoju dušu da ima više vere, više ljubavi, više strpljenja, i više savršenog poverenja u našeg nebeskog Oca, imali bismo više mira i sreće dok prolazimo kroz sukobe u ovom životu. Gospodu nije milo kad se izjedamo i brinemo kao da se nalazimo izvan Hristovih ruku. On je jedini izvor svake vrline, On je ispunjenje svakog obećanja, On je ostvarenje svakog blagoslova... Naše putovanje bi zaista bilo samotno kada ne bi bilo Isusa. »Neću vas ostaviti sirotne!« (Jovan 14,18) – kaže nam On. Cenimo Njegove reči, verujemo Njegovim obećanjima, ponavljajmo ih po danu i razmišljajmo o njima po noći, i budimo srećni!« (EGW, MCP 468)

PITANJA ZA RASPRAVU:

- 1. Razmotrite zajedno završno pitanje od četvrtka!**
- 2. Neki, bez ikakvog stvarnog i neposrednog razloga za brigu, strahuju od patnji i smrti; drugi stvarno prolaze kroz teške i smrtonosne bolesti koje im skraćuju život. Treći se suočavaju sa drugim teškim pretnjama životu. Kako da se uteše ljudi koji se suočavaju s takvim stanjima?**
- 3. Jakov je pokazao veliki strah i tešku zabrinutost (1. Moj. 32,7) dok se spremao za susret s Isavom. Josifova braća bila su vrlo uplašena (1. Moj. 45,3) kada im je Josif otkrio svoj pravi identitet. Razgovarajte o prihvatljivim načinima da se suočite sa strahom koji vas hvata zbog vaših zlih dela. Postoji li razlika u suočavanju sa tim strahom i strahom koji smo navukli na sebe svojim pogrešnim postupcima? Ako ima, u čemu se ona sastoji?**
- 4. Jov je potvrdio: »Jer čega se bojah, dođe na mene; i čega se strašah, zadesi me!« (Jov 3,25) Može li naš strah postati stvarnost kao posledica »samoispunjavajućih proročanstava«? Drugim rečima, može li stalna briga zbog nečega što bi se moglo dogoditi stvarno doprijeti da se to i dogodi? Zašto tako mislite?**
- 5. Razmislite o svemu zbog čega ste se zabrinjavali i što se nikada nije ostvarilo. Koje pouke možete izvući iz tog iskustva? Kako bi vam ono moglo pomoći da se sada manje brinete zbog onoga što vas očekuje u budućnosti?**

MOJI ZAKLJUČCI I ODLUKE:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

STRES



BIBLIJSKI TEKSTOVI ZA PROUČAVANJE: 1. Carevima 17,2-4.15.16; 19,2; Marko 6,31-34; Galatima 6,2; Jovan 15,13.

TEKST ZA PAMĆENJE: »**Hodite k meni svi koji ste umorni i natovareni i ja ću vas odmoriti!**« (Matej 11,28)

Stres pogađa svakoga. Zahtevi na poslu, porodične krize, krivica, nesigurnost u vezi s budućnošću, nezadovoljstvo prošlošću – sve je to dovoljno teško. Sve to, zajedno s opštim zbivanjima u životu, može da nas izloži dovoljnom pritisku da utiče na naše fizičko i mentalno zdravlje. Istraživači Tomas H. Holms i Ričard H. Rejhi sačinili su skalu za merenje društvenog prilagođavanja, koja navodi životne događaje sa pratećim stepenom stresa: smrt bračnog druga – 100; lična povreda ili bolest – 53; promena mesta stanovanja – 20; i tako dalje. Osoba koja prikupi 200 ili više bodova u bilo koje vreme izložena je pedesetpostotnoj mogućnosti da se razboli; onaj koji prikupi 300 ili više bodova nalazi se u kritičnom položaju. Umerena količina stresa neophodna je da bi se povećala uspešnost, ali, kada se pređe ta količina, stres postaje opasan za zdravlje.

Hristos je pokazao pravilom i primerom da tražiti Boga u tihim trenucima i na osami predstavlja najbolji lek protiv stresa u životu (Marko 6,31). Ako mu budemo dozvolili, Gospod će nam pomoći da se borimo sa pritiscima koji predstavljaju neizostavni deo života na Zemlji.

Kako se Gospod postarao da Ilija preživi u toku duge suše u Izrailju?**1. Carevima 17,2-6.15.16.**

Usred duge suše i gladi, Ilija se morao osećati vrlo blizu svome Gospodu, koji se tako postarao za njega. Prvo, imao je priliku da vidi gavrane (vrlo nasrtljive ptice) kako dolaze dva puta na dan da ga nahrane. Zar to nije bilo čudo? Zatim je video neograničene količine hleba kako dolaze iz male posude sa uljem i male korpe s brašnom, dovoljno hrane za tri osobe u toku dve godine. Koliko bi još dokaza o Božjem staranju nekome bilo potrebno da se potpuno osvedoči u Božju ljubav?

Elen G. Vajt primenjuje ovo iskustvo na Božji verni narod u poslednjim danima: »Videla sam da će nam hleb i voda biti osigurani u to vreme, i da nećemo osećati oskudicu niti trpeti glad; jer je Bog u stanju da nam prostre sto i u pustinji. Ukoliko bude potrebno, zapovediće gavranima da nas hrane, kao što su hranili Iliju.« (EW 56)

Šta se još događalo Iliji i kakve pouke možemo izvući za sebe iz tih događaja? 1. Carevima 17,17-22; 18,23-39.45.

Bog je upotrebio Iliju da vaskrsne udovičinog sina. Kakve li probe vere, i kakvog li primera Božje vlasti nad životom i smrću! Osim toga, proba na Karmilu predstavljala je neoborivi i veličanstveni prikaz Božje sile. Konačno, snažna kiša posle tri godine suše bila je drugi dokaz Božjeg mešanja u živote tih ljudi. Ilijin život je pun neposrednih božanskih intervencija. Teško je i zamisliti kako bi neko, posle svega toga, mogao odbiti da pokloni svoje puno poverenje Bogu; a ipak, nedugo posle toga, Ilija je pokazao simptome stresa i obeshrabrenja.

Upravo zato se u svemu tome krije važna pouka za sve nas! Bez obzira na sva čuda koja doživimo, uvek ćemo se suočavati s preprekama. Niko, pa ni prorok Ilija, nije imun na nevolje i stradanja u životu.

RAZMISLITE: Da li vas uspeh i dostignuća izlažu stresu? Dugi niz uzbudljivih događaja – čak i pozitivnih – može dodati novo opterećenje vašem bremenu. U isto vreme, zašto moramo paziti da ne budemo više samozadovoljni kad sve ide dobro?

Čitajte tekst u 1. Carevima 18,40! Bilo da je sam učestvovao u pokolju stotina Valovih proroka ili je to neko drugi učinio u njegovo ime, Ilija je svakako rukovodio tom operacijom i to je moralo biti razorno iskustvo na emocionalnom planu. Bog je dozvolio da se sve to dogodi da bi se istrebilo idolopoklonstvo koje je obuhvatalo i žrtvovanje male dece (Jeremija 19,5). Bilo kako bilo, događaj je predstavljao veliki emocionalni udarac za proroka.

Osim stresa zbog tog strahotnog događaja, sa čime se Ilija još mogao suočiti? 1. Carevima 19,1.2.

Od samog početka Ahavove vladavine, pokvarena carica je zahtevala da njen muž »služi Valu i da mu se klanja« (1. Carevima 16,31). Posledica toga je bila da je i celi Izraelj prihvatio idolopokloničke običaje. Jezavelja je bila oruđe obnove kulta boginje Astarote, jednog od najpokvarenijih i naj-sramnijih oblika hananskog idolopoklonstva. Sada, posle smrti svih njenih sveštenika, Jezavelja je bila gnevna i puna želje za osvetom.

Kako je Ilija reagovao na poruku carice Jezavelje? 1. Carevima 19,3.4.

Kako je ovaj Božji čovek, pošto je doživeo niz prekrasnih čuda, mogao pasti u takvo očajanje? Kako je mogao pasti tako nisko da zatraži od Boga da mu uzme život? Pogledajte samo čuda koja je doživeo i u kojima je čak i sam učestvovao!

»Sotona je koristio slabosti ljudskog roda, i on će i dalje delovati na isti način. Kada god je neko okružen oblacima, zbunjen okolnostima, i napadnut siromaštvom ili očajanjem, sotona je pri ruci da ga kuša i uznemirava. On napada slabe tačke našeg karaktera. Trudi se da potkopa naše poverenje u Boga, koji je dozvolio da postoje takve okolnosti.« (EGW, ČV 120)

RAZMISLITE: Koliko puta ste i vi učinili isto, zaboravivši neverovatni način na koji je Bog delovao za vas u prošlosti? Zašto je tako važno, posebno u vreme očajanja i stresa, sećati se događaja iz prošlosti kada se Bog umešao da nam pomogne? Zašto tako lako zaboravljamo šta je Gospod učinio za nas? Na koji način vam slavljenje Boga i služenje Njemu mogu pomoći u teško vreme?

Čitajte tekst u 1. Car. 19,5-9! Koje jednostavne lekove je Bog prepisao Iliji u tom stresnom razdoblju njegovog života? Šta iz toga možemo primeniti na sebe? Na koji način naše fizičke aktivnosti mogu da deluju, pozitivno ili negativno, na naše mentalno stanje?

Spavati. Jest. Ponovo spavati. Ponovo jesti. I onda se prihvatiti intenzivne fizičke aktivnosti – četrdeset dana i četrdeset noći; od brda Karmila do brda Horiva. Zanimljivo je da se odgovarajući san, vežbanje i zdrava ishrana vrlo često propisuju u borbi protiv psihološkog stresa.

Uobičajena terapija za poremećaje u raspoloženju nosi naziv »planiranje aktivnosti«. Sastoji se od uspostavljanja čvrstog rasporeda koji sadrži ugodne i svrsishodne aktivnosti tako da depresivna osoba mora da organizuje, predviđa i obavlja aktivnosti. Takav raspored pomaže osobi da na pozitivan način ispuni svoje vreme i da izbegne samosažaljenje. Fizičke aktivnosti su vrlo često obuhvaćene ovim programom, jer doprinose lučenju endorfina, prirodnih hemijskih jedinjenja koja podržavaju raspoloženje i, u najmanju ruku, bar privremeno uklanjaju depresiju.

Po Božjem rasporedu, Ilija je bio naveden na korake koji će obnoviti njegovo normalno mentalno zdravlje; kao i Iliji, i nama je neophodno da se predamo božanskom vođstvu. Čim je seo pod drvo, Ilija je počeo da se moli. Da, bila je to pogrešna vrsta molitve (tražio je od Boga da mu uzme život!), ali je ipak bila molitva, želja da Bog preuzme upravu i donese rešenje.

Vremenom je Ilija savladao svoje strašno obeshrabrenje, i Bog je opet bio u stanju da ga upotrebi (1. Carevima 19,15.16; 2. Carevima 2,7-11). Pre nego što je bio odveden na Nebo u vihoru, Ilija je dobio veliku prednost da pomaže svoga naslednika i da vidi kako se razdvajaju vode reke Jordana, dozvoljavajući njemu i Jelisiju da pređu preko reke po suvom tlu.

Konačno, Ilija je bio odveden na Nebo, i nikada nije morao da doživi iskustvo smrti. Zaista je to bio čudan Božji odgovor na njegovu molbu da mu uzme život, zar ne?

RAZMISLITE: Šta propuštamo ako se molimo samo u trenucima obeshrabrenja i očajanja? Razmislite o razlici između života stalne molitve i života u kojemu se neko moli samo u trenucima velike potrebe! Kako biste mogli da naučite da živite moleći se neprestano?

ISUSOVA METODA UPRAVLJANJA STRESOM

Kada su, sredinom devedesetih godina prošloga stoleća, ušli u modu mobilni telefoni, jedan stari propovednik je rekao: »Nikada neću imati takav telefon! Kada posećujem crkve i slušam o problemima ljudi, uvek postajem umoran i žalostan, ali, kada se vratim u svoj auto, daleko sam od svega. Kada bih uzeo mobilni telefon, ni u svom autu ne bih imao mira!« Svaki Hristov sledbenik mora da osigura sebi neko mirno mesto, neki kutak za molitvu i za traženje Božjih odgovora i saveta iz Njegove Reči.

U Jevandelju po Marku 6,31 pročitajte kako je Hristos naglasio potrebu za opuštanjem i odmorom? Kakvu pouku možemo izvući iz Njegovih reči? Koliko često primenjujemo Njegove savete? Koliko često se izgovaramo što to ne činimo?

Govoreći o Hristu, Elen G. Vajt kaže: »Svoje srećne trenutke provodio je u samoći s prirodom i sa svojim Bogom. Kada god je to mogao, napuštao je mesto na kojemu je radio i odlazio u polja da razmišlja u zelenim dolinama, da održava zajedništvo s Bogom na padinama bregova ili među drvećem u šumama. Rano jutro često ga je zaticalo na nekom zaklonjenom mestu kako razmišlja, pretražuje Pisma, ili na molitvi. Sa tih tihih trenutaka vraćao bi se svojem domu da ponovo preuzme svoje dužnosti i da pruži primer strpljivog rada.« (ČV 90)

Koja druga utocišta je Hristos nalazio? Matej 21,17; Marko 11,11.

I ljudi nam mogu biti izvor uznemirenja ili spokojstva. Isus Hristos je nalazio svoj mir sa svojim prijateljima, koji su unosili ljubav i utehu u Njegov život. Posebno se to odnosi na dom Lazara, Marije i Marte. »Njegovo srce je bilo vezano snažnom vezom ljubavi sa porodicom iz Vitanije... Često, kada je bio umoran i željan ljudskog društva, radosno je odlazio u ovaj mirni dom... Naš Spasitelj je cenio tihi dom i pažljive slušaocce. Čeznuo je za ljudskom nežnošću, uslužnošću i ljubavlju.« (EGW, ČV 524)

RAZMISLITE: Kako biste mogli da u svom životu primenite Hristov metod rukovanja stresom? Koji savet biste dali gradskom stanovniku koji mora da putuje satima da bi stigao do prirode? Ili nekome koji živi u velikoj porodici sa mnoštvom ljudi pod istim krovom? Kome biste se od svojih prijatelja ili rođaka obratili kada se osećate zbunjeni ili vam je potrebna podrška?

DONESITE OLAKŠANJE DRUGIMA

Kako je Petar opisao posebna obeležja Hristovog načina rada? Dela 10,38.

Najizrazitije obeležje Hristovog načina rada je nesebičnost. On je tržio svu svoju snagu da pomogne bližnjima, da im donese olakšanje svojim ljubaznim rečima i svojom silom isceljenja. Isus Hristos se nikada nije poslužio svojom božanskom silom u svoju korist. To je moralo ostaviti takav utisak na Petra da je svoga Učitelja opisao kao osobu koja »prođe čineći dobro i isceljujući sve koje đavo beše nadvladao« (Dela 10,38).

U većini slučajeva, pritisak izazvan radom, odnosima, novcem ili čim drugim, primorava nas da se bavimo sobom. Ako se usredsredimo na druge, skrećemo svoje misli sa sebe i uspešno uklanjamo pritisak kom smo izloženi. Ljudi koji se bave dobrotvornim radom, koji učestvuju u humanitarnim aktivnostima i slično, dožive više zadovoljstva i blagostanja od onih koji to ne čine.

Koje mudre savete za uklanjanje stresnih stanja nam nudi Sveto pismo? Galatima 6,2; Filibljanima 2,4; Jovan 15,13.

Industrijalac Džon Rokfeler (1839-1937) ostavio je primer kako da preživimo stres prebacujući težište sa sebe na druge. Godine 1879, njegova kompanija »Standard Oil« prerađivala je oko 90% nafte u Sjedinjenim Državama. Kada je napunio 50 godina života, bio je najbogatiji živi čovek u svetu. Međutim, 1891. godine doživeo je nervni slom i našao se na ivici smrti. Ipak, oporavio se od svoje bolesti za samo nekoliko meseci. Kako? Osim jednostavne ishrane, odmora i vežbanja, odlučio je da podeli svoje bogatstvo i da ostatak svoga života provede kao dobrotvor. Početkom dvadesetog veka, njegovo bogatstvo je iznosilo oko 900 miliona tadašnjih dolara. Kada je umro, ono se smanjilo na 26 miliona dolara. Njegove donacije učinile su mnogo dobra u svetu. Što se njega samoga tiče, proživio je još skoro 50 godina, dočekavši u zadovoljstvu 97 godina života.

RAZMISLITE: Kakvo je bilo vaše iskustvo sa blagoslovima koji dolaze od pomaganja bližnjima? Zašto se ne biste odlučili da učinite još više i zašto se ne biste molili da vam Bog u tome pomogne?

ZA DALJE PROUČAVANJE

»Potpuno iscrpljen, Ilija je seo da se odmori pod stablom smreke. Se-deći tako, zatražio je da umre... Begunac, udaljen od ljudskih naselja, duha slomljenog gorkim razočarenjem, pozeleo je da više nikada ne ugleda ljudsko lice... U svačijem iskustvu dolaze trenuci potpunog razočarenja i kraj-njeg obeshrabrenja – dani kada nam žalost pada u deo, i kada nam je teško da verujemo da je Bog i dalje ljubazni dobročinitelj svoje zemaljske dece; dani kada nevolje napadaju dušu, sve dok nam smrt ne izgleda prihvatljivi-ja od života. Upravo tada mnogi gube svoj oslonac u Bogu i postaju robovi sumnje, padajući u okove neverovanja. Kada bismo u takvim trenucima mogli svojim duhovnim pogledom da sagledamo i prepoznamo delovanje božanskog providenja, videli bismo anđele kako se trude da nas spasu od nas samih, da postave naše noge na temelj koji je tvrdi od večnih brežu-ljaka, a nova vera, novi život, prostrujali bi našim bićem.« (EGW, PK 162)

PITANJA ZA RASPRAVU:

- 1. Da li je ikada bilo trenutaka kada ste jasno sagledali kako Božja ruka deluje u vašem životu i kada je vaša vera bila snažna, da biste odmah posle toga nisko pali i našli se ispunjeni sumnjama o Bogu i Njegovom vođstvu u vašem životu? Šta ste naučili iz takve vrste iskustva čime biste mogli da pomognete i drugima koji se suoča-vaju sa istim problemima?**
- 2. Šta je to u pomaganju drugima što popravlja naše stanje? Zašto je često tako? U isto vreme, zašto nam je tako teško da se okrene-mo od sebe i posvetimo bližnjima? Kako da naučimo da budemo spremniji da se odrekemo sebe kako bismo bolje poslužili potre-bama onih koji žive oko nas?**
- 3. Pažljivo razmotrite svoje zdravstvene navike. Šta jedete i šta pije-te? Kojom vrstom vežbanja se bavite? Koliko slobodnog vremena imate? Koje promene možete učiniti da bi vam emocionalno i fi-zički bilo bolje? Iako u nekim slučajevima ljudi imaju ozbiljne psi-hološke potrebe koje se moraju zbrinuti na profesionalan način, mnogo puta neka promena u načinu života može da unese veliku razliku u naše stanje.**
- 4. Koliko slobodnog vremena vam stoji na raspolaganju? Šta činite sa tim vremenom? Kako biste mogli da bolje iskoristite to vreme da popravite svoj odnos sa Bogom?**

MEĐULJUDSKI ODNOSI



BIBLIJSKI TEKSTOVI ZA PROUČAVANJE: 1. Samuilova 25; Efescima 4,1-3; 1. Petrova 3,9-12; Luka 17,3.4; 23,34; Jakov 5,16.

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

Nekiiskusni gradski evanđelista obično je organizovao seminare protiv stresa kao uvod u svoju evangelizaciju u gradu. Načinio je mali upitnik, u kom je tražio od slušalaca da navedu pet uzroka nastajanja stresa. Anketari su objedinili odgovore u opšte kategorije (zdravlje, novac, posao, odnosi, i tako dalje). Pre nego što je brojanje bilo završeno, jedan od njih je primetio da govornik već ima gotov niz slajdova o »međuljudskim odnosima« kao najvažnijem uzroku stresa. Kada su zatražili objašnjenje, pastor im je objasnio da su rezultati uvek bili isti: loši međuljudski odnosi uvek su bili na prvom mestu uzročnika stresa.

Bilo da se radi o problemima s bračnim drugom, decom, šefom, saradnicima na poslu, susedima, prijateljima ili neprijateljima, ljudi su uvek bili osnovni uzrok stresa. Suprotno tome, kada su odnosi pozitivni, oni postaju snažan uzrok zadovoljstva. Izgleda da se ta pojava zapaža na svim meridijanima i u svim kulturama. Ljudi nas čine srećnima, ali nas oni mogu i unesrećiti.

Upravo zato ćemo u toku ove sedmice utrošiti nešto vremena na važnu temu međuljudskih odnosa i na ono što nam Biblija o tome govori.

SAVRŠENO SKROMNI I BLAGI

Čitajte tekst u Ef. 4,1-3! Zašto, po vašem mišljenju, Pavle povezuje skromnost, nežnost i strpljivost sa dobrim međuljudskim odnosima i jedinstvom? Setite se primera iz svog iskustva u kojima su upravo te osobine imale pozitivan uticaj na međuljudske odnose!

U 1. Samuilovoj 25, šta iz primera Davida i Avigeje možemo naučiti o pravilnom ponašanju u teškim i napetim okolnostima?

Izveštaj o Davidu, Navalu i Avigeji predstavlja izuzetan primer uspešnih međuljudskih odnosa. Posledice su se osetno razlikovale zavisno od ponašanja pojedinaca – kao nadređenih, podređenih ili jednakih, prijatelja i saradnika.

David je poslao svoje ljude Navalu s opravdanim zahtevom: »Mi smo štitali tvoje ljude i tvoju imovinu, daj nam šta misliš da je pošteno!« (1. Samuilova 25,7.8, parafrazirano) Međutim, Naval se nije razumevao u ljubaznost ni u diplomatiju. Rečeno nam je da je bio vrlo grub i nasilan čovek. Neki prevodi ga opisuju kao mrzovoljnog, zlog, surovog, grubog, nepoštenog, neotesanog i nevaspitanog čoveka. On je svakako pokazao sve te osobine pred Davidovim ljudima. Suprotno tome, obratite pažnju na Davidovo početno ponašanje. Iako je imao vojnu snagu na svojoj strani, njegova poruka je brižna i skromna; on želi Navalu i njegovom domu dug život i dobro zdravlje, predstavljajući se kao: »tvoj sin David«!

Što se tiče Avigeje, Biblija nam kaže da je bila inteligentna i prekrasna po izgledu. Zapazite i njeno ponašanje: pripremila je izabranu i obilnu količinu hrane; potrčala je da umilostivi Davida, poklonila se pred njime, nazvala sebe »sluškinjom« i zatražila oprostjenje. Podsetila je Davida da je Božji čovek i da treba da izbegne nepotrebno krvoproliće. Posledica Avigejinog taktičnog i skromnog ponašanja bila je potpuna promena u Davidovim namerama. On je slavio Boga što ju je poslao i hvalio njeno zdravo rasuđivanje. Ovo uspešno posredovanje, u dobrom duhu, spaslo je život mnogim nevinim ljudima. Što se tiče Navala, David nije morao da proliva njegovu krv, jer je čovek umro – verovatno od srčanog udara – kao žrtva svoga straha.

RAZMISLITE: Obično nam je lako da budemo ljubazni prema onima koje volimo. Ali, šta je s onima koje ne volimo? Pomislite na one sa kojima se nikako ne možete složiti. Kako bi se oni ponašali kada biste prema njima pokazali skroman i ljubazan duh? Uz pomoć Božje blagodati, pokušajte da se tako ponašate, uzimajući u obzir da ni vi sami niste uvek bili dostojni ljubavi i ljubaznosti.

NA ZLO UZVRATITE BLAGOSLOVIMA

S kojom istinskom namerom Petar savetuje hrišćanima da uspostave dobre međuljudske odnose? Na koji način bismo ove savete mogli neposredno da primenimo u svom životu? 1. Petrova 3,8-12.

Načelo »oko za oko« Hristos je zamenio načelom »okreni i drugi obraz« (Matej 5,38.39). Bio je to revolucionarni preokret onda, ali i sada, za mnoge kulture i tradicije. Na nesreću, čak i hrišćani vrlo retko vraćaju dobro za zlo. Ipak, Isus nastavlja da govori: »Naučite se od mene, jer sam ja krotak i smeran u srcu!« (Matej 11,29)

Neki bračni par sa malom decom imao je velikih problema sa susedi-ma. Nekoliko puta, neljubaznim tonom, susedi su govorili mladim roditeljima koliko je neprihvatljivo što su u svom dvorištu postavili opremu za dečje igre i dozvolili deci da se bučno igraju. Naglašavali su da im smetaju neke stvari u dvorištu mlade porodice i da se ne slažu s ovim ili onim. Mladi roditelji svakako nisu voleli da im se susedi obraćaju na tako neljubazan i grub način. Osim toga, znali su da ničim nisu prekršili dobra međususedska pravila ponašanja. Jednoga dana, kada je porodica brala jabuke u vrtu iza kuće, majka je odlučila da odnese susedima dve tek ispečene pite od jabuka. Susedi su radosno prihvatili poklon. Taj jednostavni čin je uneo promenu u njihove međusobne odnose, možda i zato što nikako nisu očekivali takav postupak od suseda kojima su neprestano i oštro prigovarali.

Kako je David uzvratio Saulu na njegove neprestane pokušaje da mu uzme život? 1. Samuilova 24,4-6. Šta nam to govori o Davidovom karakteru? Kako bismo mogli da primenimo isto držanje u svom životu, posebno kada imamo problema s nekim koji, na ovaj ili onaj način, spada među »pomazanike Gospodnje«?

Prva Samuilova knjiga opisuje četiri slučaja kada je David progovorio o neprihvatljivosti podizanja ruke na »pomazanika Gospodnjeg«. Iako je imao priliku da se osveti, stalno je pokušavao da oprostí Saulu. David je izabrao skromno i pošteno ponašanje prema čoveku koji nikako nije bio ljubazan prema njemu.

RAZMISLITE: Zar ne bi trebalo da mi svi, u kom se god položaju nalazili, pokušamo da se ponašamo na isti način?

OPROŠTENJE

Moguće je da neko naizgled živi bogatim i značajnim religijskim životom, a da ipak ima ozbiljnih problema u međuljudskim odnosima. Životna je činjenica da mi često ranjavamo jedni druge, izazivamo bol jedni drugima, čak – ponekad i *naročito* – u crkvi. Prema tome, koliko je važno da naučimo umetnost opraštanja!

Koliko je važno da Pavlov savet o ljubaznosti i opraštanju primenimo u svojim međusobnim odnosima? Kome bi trebalo da opraštamo i zašto je važno da to činimo svoga dobra radi? Ef. 4,32.

Tek nedavno su profesionalni bračni savetnici počeli da gledaju pozitivnije na važnost duhovnih načela u čuvanju mentalnog zdravlja. Decenijama su na religiju i na duhovnost mnogi psiholozi i bračni savetnici gledali samo kao na uzrok osećanja krivice i straha. Više nije tako! Danas mnogi koriste zaštitne efekte hrišćanskih gledišta. »Terapije« kao što su molitva, vođenje duhovnih dnevnika, učenje biblijskih tekstova napamet, zapisi o opraštanju, danas se priznaju kao sredstvo koje je pomoglo mnogim osobama da savladaju raznovrsna neuravnotežena osećanja. Opraštanje se smatra strategijom koja najviše doprinosi ublažavanju problema, iako sposobnost istinskog opraštanja i prihvatanja oproštenja dolazi samo od Boga, koji preobražava srca svojom blagodaću.

Šta nam Hristos govori o opraštanju i šta nam svojim primerom pokazuje? Matej 5,23-25; Luka 17,3.4; 23,34.

Ponekad bi neko mogao da pomisli da se oproštenje u stvari ne može ni dobiti. Nijedno ljudsko biće nikada neće dostići visinu onoga što je Hristos podneo kada je reč o bolu i poniženju: Cara i Stvoritelja svemira nepravedno su ponizila i raspela Njegova stvorenja. A ipak je Hristos, u svom potpunom poniženju, dovoljno voleo ljude, grešnike, da od Oca izmoli oproštenje za njih.

RAZMISLITE: Ponekad ljudi ranjavaju jedni druge bez potpune svesti o veličini bola koji nanose. U drugim slučajevima, ljudi vređaju jedni druge zato što su nesigurni u sebe, imaju nekih ličnih problema, pa pokušavaju da nađu olakšanje ranjavajući druge. Kako vama svest o problemima bližnjega može pomoći da mu ponudite oproštenje? Kako biste mogli da naučite da opraštate onima koji namerno pokušavaju da vas rane?

PRIZNAJTE GREHE JEDNI DRUGIMA

Kako tumačite Jakovljevu preporuku da jedni drugima »ispovedamo« grehe? Jakov 5,16. Razmišljajte o tom tekstu i upitajte se kako da primenite ovu preporuku na svoj slučaj!

Greh počinjen protiv mog bližnjeg zahteva da mu priznam svoj postupak ne bi li dobio njegovo oprostjenje, učinivši sve sa svoje strane da se obnovi poremećeni međusobni odnos. Time pokazujem da sam spreman da preuzmem odgovornost za ono što sam učinio i da se nadam oprostjenju i prihvatanju. Uz pomoć Božje blagodati, plemenita duša moga brata pružiće mi oprostjenje, bez obzira na veličinu moga greha.

Postoji i jedno dodatno tumačenje ovog teksta, koje nudi velike mogućnosti izlječenja. Kada priznaš svoj greh, svoje zablude i prestupe nekome u koga imaš poverenja, dolazi do emocionalnog izlječenja. Kada priznaš svoje nesavršenstvo dobrom prijatelju hrišćaninu, olakšavaš sebi teret greha. Osim toga, međusobno priznanje produbljuje međuljudske odnose. Imati poverenja i uživati nečije poverenje omogućava vezu koja prijateljstvo čini iskrenim i trajnim. U stvari, zanimanje savetodavca u celosti se temelji na načelu da je ovakvo ispovedanje dobro za dušu. Iako postoje i mentalni poremećaji koji zahtevaju profesionalnu pomoć, dobar deo osećanja nesigurnosti može se ukloniti u crkvi i u zajednici. To se posebno odnosi na probleme stvorene razorenim međuljudskim odnosima – na nerazumevanje, ogovaranje, ljubomoru, i tako dalje. Ako budemo sledili Jakovljeve savet, ne samo da ćemo sebi smanjiti psihološki teret, već dobiti i novu snagu da promenimo svoje razorno ponašanje.

Reč upozorenja, ipak! Iako poveravanje učinjenih greha bliskom prijatelju može doneti olakšanje, ipak vas čini ranjivim pred njime. Uvek postoji opasnost da će vaš prijatelj poverenu tajnu otkriti nekome drugome, što može da bude razorno ne samo za prijateljske odnose, već i za ugled i položaj onoga koji se poverio drugome.

Najvažnije je da uvek možemo priznati svoje grehe Gospodu s punim poverenjem i sa sigurnošću da ćemo dobiti oprostjenje. Čitajte tekst u 1. Petrovoj 5,7! Poremećeni odnosi mogu doneti nesigurnost, strah i zabrinutost. Drugi mogu biti u stanju da nam pomognu, ali najsigurnija pomoć ipak dolazi od Boga, koji je spreman da u svako doba preuzme sve naše brige, budeći u nama istinsko olakšanje zato što smo svoje terete predali u Njegove ruke.

KADA ŽIVOT NIJE POŠTEN PREMA NAMA

Pročitaj sledeće tekstove i upitaj sebe kako bi njihova učenja mogao da primeniš u svom životu. Zašto je to tako važno, ne samo za tebe, već i za tvoje bližnje? Ef. 4,29; 1. Sol. 5,11; Rim. 14,19.

Pavle savetuje vernicima prvih crkava da izbegavaju sve što bi moglo poremetiti međusobne odnose u »telu Hristovu«. Mnoge teškoće nastaju zbog pokušaja da jedni druge ponizimo ili uništimo na bilo koji način, što na kraju krajeva dovodi do razaranja cele crkve. Ljudi koji se bave ogovaranjem ili klevetanjem obično i sami imaju problema – boluju od kompleksa niže vrednosti, potrebe da budu zapaženi, želje za vlašću ili preuzimanjem kontrole. Tim ljudima je neophodna pomoć da odbace taj bolni način suočavanja sa svojim unutrašnjim sukobima.

Zaista, zadovoljstvo svojim životom pomaže nam da se ne bavimo ogovaranjem ili klevetanjem. Članovi Tela Hristova treba da sebe smatraju privilegovanima što su primili dar spasenja (Psalam 17,8; 1. Petrova 2,9). Kada se to shvati, naglasak se stavlja na međusobno izgrađivanje i na zajedničko nastojanje da se usavršavamo u Isusu Hristu. Reči ohrabrenja i odobravanja, naglašavanje pozitivnih strana, skromnost i vedrina u ponašanju postaće način pružanja podrške onima koji se bore s ličnim problemima. Drugi način pomaganja je da služimo kao posrednici u uspostavljanju pravilnih međusobnih odnosa. Isus one »koji mir grade« naziva »blaženima« i »decom Božjom« (Matej 5,9), a Jakov dodaje da će mirotvorci požnjeti »plod pravde u miru« (Jakov 3,18).

Zašto je Isusovo zlatno pravilo ključ za uspostavljanje i održavanje svih dobrih međusobnih odnosa? Matej 7, 12.

Ovo pravilo se može smatrati neprocenjivim draguljem društvenih odnosa. Ono je pozitivno, utemeljeno na ljubavi, sveopšte i prostire se iznad i iza ljudskih propisa. Zlatno pravilo donosi praktične koristi svakome ko ga primenjuje.

Kineski farmer je obrađivao svoje pirinčano polje visoko u planinama, na terasama koje su gledale prema dolini i moru. Jednoga dana je ugledao početak plimnog talasa – naime, voda se povlačila ostavljajući veliki deo obalnog pličaka i zaliva slobodnim, pa je znao da će se voda vratiti s velikom silinom, uništavajući u dolini sve pred sobom. Pomislio je na svoje prijatelje koji su radili dole u dolini i odlučio da zapali svoje pirinčano polje. Njegovi prijatelji su smesta potrčali prema planini da gase požar i na taj način izbegli da budu pobijeni cunamijem. Kao posledica takvog duha solidarnosti, spaseni su životi ovih ljudi.

Pouka je jasna.

ZA DALJE PROUČAVANJE

Pročitajte tekst u Efescima 4,25-32 i podvucite reči koje su vas najviše dirnule. Razmišljajte o svemu onome što bi moglo, uz Božju pomoć, da unapredi vaše odnose sa bližnjima.

Ovo su delovi pisma koje je Elen G. Vajt uputila 1908. godine jednom evanđelisti: »Imam od Gospoda ovu poruku za tebe: budi ljubazan u govoru, nežan u postupcima. Pažljivo čuvaj sebe, jer si sklon da budeš oštar i diktatorski raspoložen, i da govoriš nepromišljeno... Grubi izrazi žaloste Gospoda; nemudre reči pričinjavaju štetu. Dobila sam nalog da ti kažem: budi nežniji u svom govoru; pazi dobro na svoje reči; neka se nikakva oštrina ne oseti u tvojim izrazima ili u tvojim pokretima...«

»Ako tvoje svakodnevno iskustvo bude gledanje na Isusa i učenje od Njega, ti ćeš izgraditi zdrav, skladan karakter. Umekšaj svoja izlaganja i neka se ne čuje nijedna reč osude. Uči se od Velikog Učitelja. Reči ljubaznosti i saosećanja činiće dobro kao neki lek i izlečiće ljude koji očajavaju. Poznavanje Božje Reči uneseno u praktični život imaće lekovitu, ublažujuću silu. Oštrina govora nikada neće doneti blagoslov ni tebi niti bilo kojoj drugoj duši.« (GW 163.164)

PITANJA ZA RASPRAVU:

1. Koliko volite da prenosite glasine, da ogovarate? Čak i kada to sami ne činite, koliko ste željni i otvoreni da slušate ogovaranje drugih? Zašto je to, u određenom smislu, isto toliko loše kao i da sami ogovarate? Kako možete da isključite sebe iz kruga onih koji drugim ljudima prouzrokuju bol i patnje?
2. Opraštanje može da bude tako teško, posebno kada smo vrlo teško povređeni. Kako da naučite da opraštate i onima koji ne traže oprostjenje, kojima nije ni stalo do vašeg opraštenja, koji će mu se čak i rugati? Kakva je vaša odgovornost u takvom slučaju?
3. Zlostavljanje rečima i fizičko zlostavljanje u krugu porodice predstavljaju stvarnost koja donosi mnogo bola pojedincima i grupama. Kako hrišćanin treba da pomogne da se spreči taj problem? Šta treba da se preporuča kada opraštanje ne izazove nikakvu promenu u ponašanju nasilnika?
4. Razmislite o svom životu upravo sada. Koje korake možete da preduzmete da unesete pozitivne promene u svoje međuljudske odnose? Zašto su skromnost, poverenje u Boga, ali i želja da se čini dobro tako važni u tom procesu?

SVEST O KRIVICI



BIBLIJSKI TEKSTOVI ZA PROUČAVANJE: 1. Mojsijeva 3,8-13; 1. Jovanova 1,9; Psalam 32; 1. Timotiju 4,1.2; Matej 26,75; Rimljanima 8,1.

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

Svest o krivici je jedno od najboljih i krajnje onesposobljavajućih emocionalnih iskustava. Ona može da izazove stid, strah, tugu, gnev, očajanje, pa čak i fizičku bolest. Iako je često neugodno, ovo osećanje Bog može da upotrebi da navede grešnika na pokajanje i da ga dovede do podnožja krsta, gde može da nađe oproštenje za kojim čezne. Ponekad, međutim, mehanizam krivice opterećuje ljude nečim za šta nisu odgovorni, kao kod ljudi koji su preživeli neku nesreću ili dece posle razvoda roditelja.

Međutim, kada je svest o krivici opravdana, ona služi kao potpora opomenama savesti. Krivica proizvodi dovoljno neugodnosti da pokrene čoveka da nešto preduzme. Zavisno od ličnog izbora, svest o krivici može da bude krajnje razorna, kao u slučaju Jude, ili sasvim pozitivna, kao u slučaju Petra.

U toku ove sedmice ćemo proučavati biblijske izveštaje o krivici da bismo bolje razumeli ovaj proces i videli šta možemo da iz njega naučimo. Videćemo kako, ako se ona pravilno kanališe, Gospod može da iskoristi svest o krivici na naše dobro. U stvarnosti, mnogo zavisi od našeg odnosa prema krivici koju osećamo i onoga što odlučujemo da preduzmemo u vezi sa njom.

Kako su Adam i Eva pokazali da su svesni svoje krivice? Međutim, šta je bilo posebno loše u Adamovoj reakciji? 1. Moj. 3,8-13.

Svest o krivici je bila prvo negativno osećanje koje su ljudi osetili. Čim su Adam i Eva zgrešili, njihovo ponašanje se promenilo. »I sakri se Adam i žena mu ispred Gospoda Boga među drveta u vrtu.« Ova nečuvvena reakcija je pokazala da se ljudi plaše svoga Oca i Prijatelja, ali da istovremeno osećaju i stid da se suoče s Njime. Sve do svoga pada, oni su osećali radost da budu u Božjoj prisutnosti, ali su se sada sakrili od Njega. Prekrasna veza je bila prekinuta. Osim straha i stida, osećali su i žalost, posebno kada su im bile prikazane strašne posledice neposlušnosti.

Zapazite reči Adama i Eve: »Žena koju si udružio sa mnom...« i »Zmija me prevari...« Svest o krivici automatski dovodi do pokušaja da se krivica prebaci na nekoga drugoga ili da se delo opravda dokazima. Sigmund Frojd, pronalazač psihoanalize, naziva tu reakciju »projekcija« i smatra da ljudi projektuju svoju krivicu na nekoga drugoga ili na okolnosti da bi sebi olakšali teret krivice. Ova »projekcija« se smatra odbrambenim mehanizmom. Međutim, optuživanje drugih ne deluje pozitivno na međuljudske odnose i predstavlja prepreku oprostjenju krivice. Pravo rešenje se sastoji u prihvatanju pune odgovornosti za svoje postupke i u traženju Onoga koji jedini može da nas oslobodi krivice: »Nikakva, dakle, sada nema osuđenja onima koji su u Hristu Isusu!« (Rimljanima 8,1)

Ponekad ljudi trpe zbog svesti o krivici iz pogrešnih razloga. Bliski rođaci onih koji su izvršili samoubistvo, preživeli u nekoj velikoj nesreći ili katastrofi, ili deca nedavno razvedenih roditelja – tipični su primeri u onome što se u najvećem broju slučajeva pokazuje kao neosnovana svest o krivici. Ljude u takvim okolnostima moramo uveriti da ne mogu da budu odgovorni za ponašanje drugih ili za događaje koji se nisu mogli predvideti. Ako u izvesnim slučajevima i snose neki deo krivice, tada moraju da preuzmu odgovornost za svoje delo, da traže oprostjenje od onih kojima su naneli štetu ili bol, i da se uhvate za takva Božja obećanja kao što je ovo: »Koliko je istok daleko od zapada, toliko udaljuje od nas bezakonja naša!« (Psalam 103,12)

RAZMISLITE: Na koji način vi reagujete na svest o krivici? Da li ste brzi, kao Adam, da okrivite druge za svoje pogrešne postupke? Kako da naučite da se suočite sa svojim pogrešnim delima i da uz pomoć Božje blagodati krenete dalje?

NEVOLJA JOSIFOVE BRAĆE

Kakva su se bolna i žalosna sećanja stalno javljala u mislima Josifove braće? 1. Mojsijeva 42,21. Šta nam to govori o njima?

Svest o krivici je povezana s posebnim sećanjima na prošlost, ponekad je to neka slika ili događaj koji se stalno obnavlja u osećanjima. Kod drugih se radi o snovima ili noćnim morama. Slika o dečaku Josifu kako preklinje svoju stariju braću da mu poštede život stalno se vraćala u misli Jakovljevih sinova i neprestano ih progonila na javi.

Na koji drugi način je svest o krivici progonila Josifovu braću? 1. Mojsijeva 45,3.

Ljudi koje proganja svest o krivici stalno se vraćaju na taj događaj, oplakuju činjenicu što su učinili to što su učinili, osećaju strah od posledica, okrivljuju sami sebe. Takvo stanje izaziva u čoveku mnogo muke, očajanja i gneva protiv samoga sebe, samooptuživanja što se nije drukčije ponašao. Na nesreću, bez obzira koliko vremena se utroši na takve misli, prošlost se ne može promeniti. Pokajanje i oprostjenje su jedino što preostaje. Josifov plemeniti karakter se pokazao kada je ponudio oprostjenje i pozvao braću da prestanu da se ljute na sebe. On ih uverava da su događaji bili deo Božjeg plana da se spasu mnogi životi. Ipak, činjenica da je Bog mogao da iskoristi njihovo zlo delo i da iz njega izvuče mnogo dobra ne može da promeni činjenicu da su krivi.

Kako nam činjenica da postoji oprostjenje pomaže da rešimo problem krivice? Jakov 5,16; 1. Jovanova 1,9.

Svi gresi pričinjavaju bol grešniku i Bogu. Mnogi gresi se čine na štetu drugih ljudi. Svaki ugao ovog trougla (mi – Bog – bližnji) mora da se uzme u obzir da bi se razrešila zla dela iz prošlosti. Jovan nam govori da je Bog spreman da nam oprosti i da nas očisti od svake nepravde. Zatim, Jakov nam savetuje da priznamo grehe jedni drugima; osobito onima kojima smo učinili zlo ili koje smo povredili.

RAZMISLITE: Ponizno priznanje jedini je izlaz, jedina mogućnost da se oslobodimo krivice. »Vaši gresi se mogu uzdizati kao planina pred vama, ali, ako ponizimo svoje srce i priznamo svoje grehe, oslanjajući se na zasluge rassetog i vaskrslog Spasitelja, On će nam oprostiti i očistiti nas od svake nepravde... Delo Njegove pravednosti je mir, i ono donosi smirenje i sigurnost zauvek.« (EGW, AA 566) Šta treba da priznamo da bismo iskusili ispunjenje obećanja koja su nam ovde ponuđena?

POTKOPANA SNAGA

Pročitajte Psalam 32! Šta nam taj psalam govori o krivici i priznanju krivice? Šta David misli kada kaže »kad mučah«? Šta se događa kada neko ćuti o svojoj krivici? Kako je izgledalo Davidovo rešenje problema krivice?

Pošteno priznanje je dobro za dušu, ali izgleda i za telo. Davidove reči jasno govore da je njegova svest o krivici izazivala fizički bol, da su mu se kosti sušile (Psalam 32,3) i snaga kopnila. Medicinski profesionalci danas priznaju da postoji uska veza između psihološkog stresa i fizičkih oboljenja. Izraz »psihosomatska oboljenja« deo je profesionalnog medicinskog rečnika već dugo vremena i odnosi se na fizičke simptome izazvane najvećim delom psihološkim procesima. Nedavno je na području psihoneuroimunologije naglašena ključna uloga koju mentalno stanje ima u zaštiti tela od izlaganja bolestima.

Krivica, kao i svaka druga snažna negativna emocija, izaziva neposredno rastakanje ponašanja i može, na dugu stazu, da uništi fizičko zdravlje, ali, za one koji poznaju Gospoda, ne postoji potreba da se izlažu opasnosti. Davidovo svedočenje otkriva protivotrov za krivicu: »Greh svoj kazah tebi ...i ti skide s mene krivicu greha mojega« (Psalam 32,5).

Prema tome, stid, kajanje, žalost i beznade izazvani krivicom mogu da nestanu zaslugom Gospodnjeg prekrasnog oprostjenja i da budu zamenjeni radošću i srećom (Psalam 32,11).

Šta znači imati žigosanu savest? 1. Timotiju 4,1.2.

Pavle je unapred opomenuo Timotija na pojedince koji će širiti čudne nauke među vernicima. Oni će to činiti zato što im je savest obeležena kao da je žigosana vrelim gvožđem (1. Timotiju 4,2). I kao što vatra može da spali nervne završetke i da učini da neki delovi tela postanu neosetljivi, tako i greh može da žigoše savest : (1) ponavljanim prestupanjem pravednih načela sve dok ne otupi svest o prestupu, (2) snažnim okolnim uticajima koji čine da se na greh gleda ravnodušno ili čak kao na nešto dobro i korisno.

RAZMISLITE: Šta je to što vam je nekada smetalo, a sada ga i ne zapazate? Ako je tako, nije li to slučaj žigosane savesti? Vratite se unazad i dobro pregledajte šta činite, a što sada ne smeta vašoj savesti, iako bi trebalo da je opterećuje?

GORKE SUZE

Jedan od najizrazitijih primera snažnog izražavanja krivice opisan je u Jevandelju po Mateju 26,75. Šta je Petrovu svest o krivici učinilo tako velikom? Da li ste ikada doživeli neko slično iskustvo? Ako je tako, šta ste iz njega naučili što vam može pomoći da ne ponovite sličnu grešku?

Dva puta je Petar izrazio svoju čvrstu odlučnost da se nikada ne odrekne svoga Učitelja. Drugi put Mu je izrazio svoju odanost čak pošto je Gospod prorekao da će ga se Petar tri puta odreći u toku iste noći. Nekoliko sati posle toga, dve žene su prepoznale Petra kao Isusovog učenika i on se svaki put odrekao Hrista. Onda ga je prepoznala i grupa slugu iz prvosveštenikovog domaćinstva, ali je on uzviknuo: »Nisam!« (Jovan 18,25) Zapazite da su tužitelji spadali u nižu društvenu klasu – žene i sluge. To je još moralo dodati novi teret Petrovom kajanju i osećanju krivice.

Međutim, najvažnije je da primetimo da je Petrovo plakanje dovelo do pokajanja, do promene srca i do istinskog obraćenja, bez obzira na to koliko je bolan bio sam proces. Ponekad je upravo to i potrebno: mi moramo da sagledamo sebe kakvi smo stvarno, da vidimo šta je stvarno u našem srcu, i za kakve niskosti smo stvarno sposobni – i onda ćemo, kao Petar, zaista pasti na kolena pred Gospodom.

»Zaslepljen suzama, Petar je pronašao svoj put do usamljenosti Getsimanskog vrta i tamo se bacio na zemlju na istom mestu na kojemu je video da leži njegov Spasitelj dok je krvavi znoj tekao iz Njegovih pora u vreme velike agonije. Ispunjen kajanjem, Petar se sećao da je spavao dok se Isus molio u toku tih strašnih sati. Njegovo oholo srce se slomilo, i suze pokajanja su pale na zemlju nedugo pre toga natopljenu krvavim kapima znojja Božjeg dragog Sina. Izašao je iz tog vrta kao obraćen čovek. Bio je spreman da sažaljeva kušane. Ponizio se i zato je mogao da saoseća sa slabima i zalutalima.« (3T 416)

Prva polovina Dela apostolskih pruža neporecivo svedočanstvo o Petrovom obraćenju i preobraženju. Njegovo propovedanje i rukovođenje Crkvom, te čudesna i neobična dela dovela su do obraćenja mnogih duša. Njegovo delovanje je doprinelo osnivanju Crkve kao Hristovog Tela. Njegova smrt, koju je Hristos nagovestio u Jovanu 21,18, učinila mu se kao počast, jer je umro na isti način kao i njegov Učitelj.

RAZMISLITE: Na koji način su vas vaši sopstveni padovi i pogreške osposobili da bolje razumete padove i greške drugih? Kako biste mogli da naučite, na temelju svoje muke, da bližnjima poslužite u njihovoj?

POTPUNO OPROŠTENJE

»Nikakva, dakle, sada nema osuđenja onima koji su u Hristu Isusu, i ne hode po telu, nego po duhu.« (Rim. 8,1) Šta nam obećava ovaj tekst? Kako bismo ovo obećanje mogli da primenimo na sebe?

Božje oprostjenje je tako veliko, tako duboko i tako široko da nismo u stanju da ga potpuno razumemo. Čak ni najuzvišenije od ljudskih oprostjenja ne može se uporediti s Božjim oprostjenjem. On je tako savršen, a mi tako pogrešivi, a ipak, zahvaljujući onome za šta se Bog postarao poslavši Isusa, mi svi možemo dobiti potpuno i savršeno oprostjenje u onom trenutku kada se uhvatimo za Njegova obećanja u punoj veri i kada sebe predamo Gospodu.

Kako sledeći tekstovi mogu da vam pomognu da bolje razumete veličinu Božjeg oprostjenja?

Psalam 103,12. _____

Isaija 1,18. _____

Mihej 7,19. _____

Biblija se služi alegorijama iz stvarnog i poznatog područja da bi nam pomogla da razumemo značenje teško razumljivih pojmova. Onoliko koliko mi možemo da shvatimo, sneg i vuna su dobri primeri beline; more je jedno od najdubljih mesta koja možemo da zamislimo; i ništa ne može biti geografski dalje jedno od drugoga nego istok od zapada. Ipak, sve su to ograničene kategorije kada se uporede s veličinom Božjeg opraštanja.

U opatiji Elstou, u engleskoj grofoviji Bredfordšir, nalazi se vitraž koji prikazuje prizor iz *Poklonikovog putovanja* Džona Banjana. Vitraž prikazuje Hrišćanina, glavni lik knjige, kako kleči u podnožju Krsta. Teški teret krivice skinut mu je s pleća, što donosi neizrecivo olakšanje njegovoj duši. Hrišćanin govori: »I ne videh ga više!« Tereta je nestalo. Njegov bol, žalost, zabrinutost i stid nestali su zauvek. Zbog našeg nesavršenstva, sebičnosti i poremećenih odnosa, vrlo nam je teško da razumemo savršeno i potpuno božansko oprostjenje. Mi jedino možemo da ga prihvatimo u veri i molimo se: »Gospode, ponizno priznajem svoje grehe i prihvatam pomilovanje od Tebe i očišćenje koje mi daješ. Amin!«

RAZMISLITE: Kako možemo biti sigurni da su nam gresi oprostjeni ako ne osećamo da je tako? Iz kojih razloga možemo da verujemo da su nam gresi oprostjeni, uprkos osećanjima?

ZA DALJE PROUČAVANJE

»Kada se greh bori za prevlast u ljudskom srcu, kada krivica naizgled satire dušu i opterećuje savest, kada neverovanje pomračuje um, ko nam šalje zrake svetlosti? Čija blagodati je dovoljna da suzbije greh, ko nam daje dragoceno oprostjenje i oprašta sve naše grehe, izgoneći tamu i čineći da budemo puni nade i radosti u Bogu? – To je Isus Hristos, Spasitelj koji oprašta grehe. On je i dalje naš zastupnik na nebeskom sudu; i oni čiji je život sakriven sa Hristom u Bogu treba da ustanu i da svetle, jer ih je obasjala slava Gospodnja.« (EGW, *Bible Training School*, maj 1915)

»Ako si uvredio svoga prijatelja ili suseda, treba da priznaš svoju krivicu, a njegova je dužnost da ti potpuno oprost. Onda treba da zatražiš i oprostjenje od Boga, jer je brat kog si povredio Božje vlasništvo, i, povređujući njega, ti si zgrešio protiv njegovog Stvoritelja.« (EGW, *Faith I Live By*, 128)

PITANJA ZA RASPRAVU:

1. Supruga nekadašnjeg vođe komunističke Kine Mao Ce Tunga živela je u stalnom strahu i osećala krivicu zbog mnogih zlih dela koja je učinila. Bila je tako očajna, u stvari, tako ispunjena svešću o krivici, da bi svaka iznenadna buka učinila da je oblije hladan znoj ili bi dobijala napade besa. Stanje je postalo tako loše da je zahtevala da njeni ljudi oteraju sve ptice daleko od njene palate tako da ne mora da sluša njihovo pevanje. Iako je ovo jedan krajnje težak slučaj, šta nam on govori o sili krivice koja može da razori naš život?
2. Koji savet biste dali nekome koji se bori protiv svesti o krivici zbog svojih greha iz prošlosti, koji tvrdi da je prihvatio Hrista, a ipak ne može da se oslobodi osećanja krivice? Kako biste mu mogli pomoći?
3. U delu od četvrtka, Biblija nam navodi nekoliko slika kojima opisuje božansko oprostjenje. Neka vernici u razredu pronađu neke druge biblijske slike da bi opisali dubinu oprostjenja koje se može naći u Isusu Hristu za one koji ga prihvate.
4. U svetu u kom ne postoji Bog, može li postojati svest o krivici? Zašto tako mislite?
5. Kao što smo videli u toku ove sedmice, Bog se može poslužiti osećanjem krivice da nas dovede veri i oprostjenju. Ima li krivica još neku »dobru« stranu? Koju?

PRAVILNO I POZITIVNO RAZMIŠLJANJE



BIBLIJSKI TEKSTOVI ZA PROUČAVANJE: Marko 7,21-23; Luka 6,45; Dela 14,2; 15,24; Galatima 3,1; Psalam 19,14; Kološanima 3,1-17.

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

Jedan od najčešće korišćenih oblika psihoterapije danas, takozvana »kognitivna bihejvioristička terapija«, utemeljena je na pretpostavci da se veliki deo psiholoških problema bar delimično rešava ako se prepoznaju i promene netačne i disfunkcionalne percepcije, misli i ponašanja. Ljudi bolesni od depresije skloni su da negativno tumače činjenice; ljudi koji boluju od zabrinutosti skloni su da gledaju na budućnost sa strahom; oni koji pate od kompleksa manje vrednosti preneglašavaju tuđe uspehe i umanjuju svoje. Ova terapija, prema tome, obučava ljude da pronađu i promene nezdrave navike u razmišljanju i da ih zamene boljim alternativama koje unapređuju poželjno ponašanje i uklanjaju njegove nepoželjne oblike.

Biblija nas uči o vezi između misli, ponašanja i delovanja (Luka 6,45). Božji način razmišljanja ne samo da je zdrav, već nam otvara puteve prema poštenju i pravičnosti: »Koji smišljaju zlo, ne lutaju li? A milost i vera biće onima koji smišljaju dobro.« (Priče 14,22)

U toku ove sedmice mi ćemo razmatrati neke biblijske istine koje mogu da nam pomognu da steknemo vlast nad svojim umnim aktivnostima, ukoliko dozvolimo Hristu da preuzme kontrolu nad našim umom.

Čitajte tekst u Marku 7,21-23 i u Luki 6,45! Šta nam ti tekstovi govore o tome koliko je važno da vladamo ne samo svojim postupcima i svojim delima, ne samo svojim rečima, već i svojim mislima?

Ljudi koji pate od poremećaja u kontroli nagona ne mogu da se odupru želji da krađu, da napadaju nedužne ljude ili da se kockaju. Lekari koji rade na klinikama za mentalne bolesti znaju da su tim nagonima prethodile izvesne misli ili nizovi misli koje su dovele do nepoželjnog ponašanja. U skladu sa time, pacijenti se obučavaju da prepoznaju te misli koje služe kao okidači, da ih smesta odbace i da se pozabave nečim drugim. Na taj način oni stiču vlast nad svojim mislima i izbegavaju postupke na koje ih te misli često navode.

Zaista, grešnim delima često prethode određene misli (Zar to nije ono što se zove iskušenje?). Zato je dužnost svakog hrišćanina da nauči da prepozna, uz Božju pomoć, prve korake u tom procesu, jer bavljenje pogrešnim mislima navodi skoro neizostavno na greh.

Koje drugo rešenje predlaže apostol Pavle u nastojanju da nam pomogne da pobedimo nemoralno ponašanje? Rimljanima 8,5-8.

Um i ponašanje su, prema apostolu Pavlu, veoma usko povezani. Duhovno orijentisani um će težiti za dobrim delima, a um kojim vlada greh će navoditi na grešna ponašanja. Nije dovoljno samo promeniti ponašanje zbog okolnosti ili da pokažemo pravednost pred svetom. Um treba da se preobrazi, jer će inače konačni plodovi pokazati pravu prirodu našega srca.

»Nama je neophodna stalna svest o oplemenjujućoj snazi čistih misli i o razornom uticaju zlih misli. Pozabavimo svoje misli svetim temama. Ne-ka misli budu čiste i istinite jer je jedina sigurnost svake duše u pravilnom razmišljanju.« (EGW, *The Signs of the Times*, 23. avgusta 1905.)

RAZMISLITE: Pretpostavimo da treba rečima da izrazite misli kojima ste se bavili u toku poslednja 24 sata. Šta biste kazali? Koliko bi vam to bilo neugodno? Šta vaš odgovor govori o vama i o promenama koje treba da obavite?

MISLI KAO IZVOR UZNEMIRENOSTI

Od čega se stvarno plašite? Na koji način biste mogli da naučite da se oslonite na Gospoda, uprkos tom strahu? Nije li Gospodnja sila jača od svega što vam preti?

Mnoge patnje možemo proživeti u mislima. Psiholog Filip Zimbardo, u svojoj knjizi *Psihologija i život*, izveštava o slučaju mlade žene koja je dovedena u bolnicu jer se plašila da će umreti. Očigledno je s njome sve bilo u redu, ali je ipak zadržana preko noći na posmatranju. Nekoliko sati posle primanja u bolnicu, žena je umrla. Dalje ispitivanje je pokazalo da joj je godinama pre toga neki vračar prerekao da će umreti na svoj 23. rođendan. Ova žena je umrla kao žrtva sopstvene panike, samo jedan dan pre svog 23. rođendana. Nema sumnje, ljudi mogu da stradaju zbog svojih negativnih misli, i zato nam je tako potreban zdrav način razmišljanja.

Osim toga, važno je da zapamtimo: mi možemo da negativno utičemo na misli drugih time što ćemo svoje negativno raspoloženje prenositi na njih. Reči su vrlo moćno sredstvo, ili na dobro ili na zlo. Naše reči ili grade ili razgrađuju. U rečima koje izgovaramo krije se ili život ili smrt. Koliko onda treba da budemo pažljivi sa mislima i osećanjima koje širimo svojim rečima!

Šta Biblija kaže o našoj moći da negativno utičemo na druge? Dela 14,2; 15,24; Galatima 3,1.

»Ako vam nije ugodno i radosno, nemojte pričati o svojim osećanjima. Ne bacajte senke na životne puteve drugih. Hladna, mračna religija nikada ne privlači duše Hristu. Ona ih odvraća od Njega i gura u mrežu koju je Sotona razapeo nogama zalutalih.« (EGW. MH 488)

RAZMISLITE: Setite se slučajeva kada su vas reči drugih oborile i obeshrabrile u velikoj meri. Kako da budete sigurni da sami to nikada nećete učiniti drugima?

ZDRAV NAČIN RAZMIŠLJANJA

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

Šta je srž ovih Pavlovih reči upućenih nama? Šta je ključ naših napora da ga poslušamo? 2. Petrova 3,1.2.

Pamtiti, ponavljati, razmišljati i proučavati reči Biblije – to je jedan od najvećih duhovnih blagoslova koji su nam dostupni, i to je siguran način negovanja onoga što Petar naziva »zdravim razmišljanjem« (2. Petrova 3,1). Mnogi ljudi su stekli neprocenjive blagoslove tako što su učili napamet biblijske tekstove. Kada su bili suočeni sa trenucima briga, sumnje, straha, očajanja ili iskušenja, ponavljali su te misli i dobijali olakšanje i mir silom Svetoga Duha.

Sa tako mnogo zavodljivih suparnika (TV, kompjuter, radio, itd.) ova generacija vernika se nalazi u iskušenju da potisne Bibliju ustranu. Zato je neophodno da uložimo veliki napor da je čitamo i da razmišljamo o njoj svakoga dana. Božja Reč je jedina istinska snaga koja nam stoji na raspolaganju da bismo se oduprli napadima na um koji potiču od duhovno isprazne zabave koju nudi ovaj svet.

Molitva je drugi način da sačuvamo svoj um od iskušenja. Dok razgovaramo sa Bogom, imamo malo mogućnosti da razmišljamo o pokvarenim ili sebičnim temama. Sticati naviku molitve je sigurna zaštita od grešnih misli i, u skladu sa time, od grešnih postupaka.

Biblija je jasna: Bogu je stalo do naših misli, jer naše misli utiču na naše reči, naše postupke i naše ukupno blagostanje. Bog želi da se bavimo dobrim mislima, zato što su dobre misli – »zdravo rasuđivanje« – dobre za nas, i fizički i umno. Dobra vest je da, razmišljajući o Bibliji, uz molitvu i duhom nadahnute odluke, možemo da zadržimo svoj um i srce na temama koje uzdižu i nas i one koji su oko nas.

RAZMISLITE: Pročitajte još jednom gornji tekst. Načinite spisak svega sa čime se srećete i što na vas ima istinit, nepokvaren, prijatan i duhovan uticaj. Od čega se sastoji taj spisak? Šta je zajedničko svemu zabeleženom? Donesite svoj spisak u razred da ga zajednički proučite.

MISLI NAŠEGA SRCA

Čitajte tekstove u 1. Carevima 8,39, Psalmu 19,14; 1. Dnevnika 28,9 i 1. Samuilovoj 16,7! Koju važnu istinu ističu svi ovi tekstovi? Što je još važnije, kako ta istina treba da utiče na nas i naš način razmišljanja? Da li vas ova istina čini nervoznima i uplašenima ili vam uliva nadu? Ili i jedno i drugo? Podrobno razmotrite svoj odgovor!

»Jer ti sam znaš srca svih sinova čovečjih!« (1. Carevima 8,39) Reč *srce* u Bibliji se često uzima kao sedište misli i osećanja (Matej 9,4). Jedino Bog ima bliski pristup našim umnim aktivnostima, našim pravim namerama i našim tajnim priželjkivanjima. Ništa, čak ni u obliku neke prolazne misli, nije sakriveno od našeg Stvoritelja.

Činjenica da Bog poznaje ljudsku dušu naša je prednost. Kada smo tako obeshrabreni da u molitvi ne možemo da izgovorimo ni jednu mudru reč, Bog zna naše potrebe. Ljudi mogu da gledaju samo na spoljašnje ponašanje i izgled, i da onda pokušaju da dosegnu šta neko misli; Bog saznaje naše misli na način koji je ljudima nedostizhan.

Na sličan način, i sotona i njegovi anđeli mogu samo da posmatraju, slušaju, i ocenjuju šta se dešava u nama. »Sotona ne može da čita naše misli, ali može da vidi naše postupke, da čuje naše reči, i da, na osnovu svog dugog poznavanja ljudskog roda, oblikuje svoja iskušenja tako da iskoristi naše karakterne slabosti.« (EGW, R&H, 19. maj 1891)

Kada donosite svoje svakodnevne odluke (lične ili poslovne) ili mislite o drugim ljudima, zaustavite se za trenutak i pošaljite kratku molitvu Bogu. Uživajte u razumevanju Božjeg odgovora. Niko u svemiru ne može da čuje vaš razgovor. Dozvoljavajući Hristu da pronikne u vaše misaone procese, čuvate se od iskušenja i osiguravate sebi duhovne blagoslove. Ovaj proces će vam bez sumnje pomoći da se približite svom Gospodu.

RAZMISLITE: Kako vam je ova pouka pomogla da bolje razumete biblijski savet da ne sudite drugima? Koliko puta su drugi pogrešno protumačili vaše pobude, jer vas ne poznaju dovoljno? Zašto je, onda, tako važno da ni mi ne sudimo drugima?

Čitajte tekst u Kološanima 3,1-17! Na koja naročita dela smo pozvani da bismo u Hristu živeli onako kao što smo obećali?

Ovaj tekst nas odvodi do izvora moralnog i nemoralnog ponašanja srca i uma. On osim toga ukazuje na Onoga koji može izgraditi dobro u nama upravljajući našim mislima – na Hrista: »I mir Božji da vlada u srcima našima!« (Kološanima 3,15) Obratite pažnju na izraze: »mislite o onome...«, »obucite se u ljubav«, »neka mir Hristov«, »neka reč Hristova«. Oni ukazuju na to da je izbegavanje greha i sticanje vrline pitanje izbora i pripreme, a ne improvizacije. Greh se može pobediti samo ako upravimo svoje srce i um prema onome što je gore. Hristos je izvor vrline i dobrote. Hristos, kada mu to dozvolimo, jedini je sposoban da unese stvarni mir u naše srce.

Naš um, prema tome, pošto predstavlja srž našeg bića, treba da bude stavljen pod Hristovu upravu. To je osnovni uslov za razvijanje karaktera, i ne sme se ostaviti na milost i nemilost okolnostima. Grešne sklonosti i pokvarena okolina zajednički sprečavaju um da dostigne stanje bezgrešnosti. Ipak, Gospod nas ne ostavlja same; On nam pruža svoju pomoć i zaštitu ako to zaista želimo. »Naše misli, ako se usmere na Gospoda, biće vođene božanskom ljubavlju i silom prema tome, treba da živimo od svake reči koja izlazi iz Hristovih usta.« (EGW, *Mind, Character and Personality*, vol. 2, p. 669)

Usred duhovne bitke, čovek može da dođe u iskušenje i da mu postane teško da se oslobodi nekih negativnih misli. U takvim trenucima, biće mu lakše da promeni misli ako promeni mesto svoje aktivnosti ili ako potraži dobro društvo. To može dovesti do promene koja će ga uputiti na molitvu i na razmišljanje o Božjim obećanjima.

RAZMISLITE: Razmišljanje je veoma tajanstven proces. Mi stvarno ne znamo sigurno šta je to i kako se odvija. U najvećem broju slučajeva, ipak, u skrivenim odajama svesti, mi sami biramo o čemu ćemo razmišljati. Misao može da se promeni u trenutku. Mi jednostavno moramo odlučiti da je promenimo. (U nekim slučajevima, mentalna bolest može uticati na čovekovu sposobnost da upravlja svojim mislima, i zato profesionalna pomoć može da bude vrlo korisna!) Kako je sa vašim mislima? Kada vam sledeći put dođu loše misli, šta ćete učiniti?

ZA DALJE PROUČAVANJE

»Dragocenija od zlatne šipke iz Ofira jeste snaga pravilnog razmišljanja. Mi treba visoko da cenimo sposobnost vladanja svojim mislima... Svaka nečista misao prlja dušu, ugrožava moralnu svest, i nastoji da izbriše uticaje Svetoga Duha. Ona pomračuje duhovne vidike, tako da više ne vidimo Boga. Gospod hoće i može da oprostí pokajanom grešniku, ali, iako je greh pokriven, duša biva ranjena. Svaku nečistotu govora i misli mora da izbegava onaj ko želi da jasno sagleda duhovne istine... Mi se moramo poslužiti svim sredstvima koja nam je Bog stavio na raspolaganje da vladamo svojim mislima i da ih negujemo. Misli treba da dovedemo u sklad sa Hristovim umom. Njegova istina će nas posvetiti, posvetiće nam telo, dušu i duh, i mi ćemo se osposobiti da se uzdignemo iznad iskušenja.« (EGW, *The Signs of the Times*, 23. avgust 1905.)

PITANJA ZA RASPRAVU:

1. U razredu pređite spisak koji ste načinili u utorak i uporedite ga sa drugim spiskovima u razredu. Šta biste mogli da naučite jedni od drugih?
2. Šta znače reči: »Robimo svaki razum na pokornost Hristu!« (2. Kor. 10,5) Kako bismo mogli naučiti da to postignemo?
3. Kako Internet, TV program, čitanje zabavnog štiva, oglasi i tako dalje deluju na vaš um? Koliko vaše razmišljanje i delovanje trpi uticaj tih izvora? Zašto varamo sebe ako verujemo da ono što čitamo i gledamo ne utiče na naše misli?
4. Na koje načine naši postupci, čak i podsvesno, otkrivaju misli kojima se bavimo? Kako jezik tela pokazuje šta se zbiva u nama?
5. Koji savet biste dali nekome koji se bori protiv postupanja po nagonu? Koja biblijska obećanja mu možete pročitati? Zašto je osim toga važno da mu iznesemo sva obećanja o opraštenju i prihvatanju kroz Hrista? Kako ga možete zaštititi da ne odustane od svega pod teretom očajanja, jer veruje da je njegov odnos sa Bogom poremećen zato što nije postigao sve pobeđe na koje je računao? Kako mu možete pomoći da nauči da nikada ne odustane od borbe i da se čvrsto drži obećanja o opraštenju, bez obzira koliko se nedostojno oseća?
6. Koliko ste pažljivi sa svojim rečima, koje jednostavno odražavaju vaše misli? Kako možete biti sigurni da vaše reči uvek deluju na dobro, a ne na zlo?

NADA PROTIV DEPRESIJE



BIBLIJSKI TEKSTOVI ZA PROUČAVANJE: Psalam 42; 31,10; 39,2-7; 32,1-5; 1. Jovanova 1,9; Mihej 7,1-7; Otkrivenje 21,2-4.

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

Depresija ili krajnje obeshrabrenje do tačke onesposobljenosti predstavlja stanje u koje ljudi upadaju posle nastanka greha. Jedan broj biblijskih ličnosti pokazivao je simptome koji bi prema današnjim dijagnostičkim kriterijumima verovatno bili proglašeni depresijom.

Beznadežnost je simptom depresije, ali biblijska poruka nade može da nam ponudi tako mnogo nasuprot svetu koji nudi tako malo. Svi ljudi se ponekad suočavaju sa trenucima krajnjeg obeshrabrenja iz raznih razloga. Nije čudo, prema tome, da je Božja Reč puna obećanja koja svima nama daju, bez obzira u kakvom se položaju nalazimo, razloge da se nadamo boljoj budućnosti, ako ne u ovom, a onda svakako u sledećem svetu.

Naravno, kada je depresija snažna, važno je da zatražimo profesionalnu pomoć, ako je to ikako moguće. Gospod može da deluje preko takvih ljudi, profesionalaca, i da pomogne onima kojima je potrebna posebna nega. Bez obzira na vaš odnos s Bogom, kada ste fizički bolesni, vi ćete potražiti pomoć lekara ili zdravstvenog radnika. Isto je tako i sa onima koji pate od snažnih kliničkih depresija, koje su često izazvane genetskim predispozicijama i hemijskim neravnotežama u mozgu. Stoga, čak i hrišćani ponekad moraju da zatraže pomoć profesionalaca.

Pročitajte 42. Psalam! Kako se odnosite prema mislima koje su u njemu izražene? Koja nada nam je ponuđena?

David se suočavao sa ozbiljnim promenama raspoloženja, u mnogo slučajeva zbog nezaslužениh progonstava kojima je bio izložen. Osim toga, njegovo kršenje Božjih zapovesti izazivalo je u njemu duboku svest o krivici (Psalam 51,4), a svest o krivici je često povezana s depresijama.

Kada neko sebe posmatra u negativnoj svetlosti – »Glupo sam postupio!« ili na celi svet gleda pesimistički – »Život je uvek bio i ostao nepravedan!« – ili razmišlja o budućnosti bez ikakve nade – »Nikada neće biti bolje!«, mogućnosti da zapadne u depresiju su velike. Takvo ponašanje se naziva »katastrofično razmišljanje«.

Trebalo bi da hrišćani izaberu drukčije načine tumačenja događaja, načine koji obuhvataju Božji plan spasenja i Njegove poruke čoveku i da ih uključe u ovu jednačinu.

RAZMISLITE O SLEDEĆIM ALTERNATIVAMA:

- Kako da gledamo na sebe? Mi smo stvoreni po Božjem obličju da vladamo stvorenim svetom (1. Mojsijeva 1,26,27). Božanske karakteristike, iako poremećene grehom, i dalje su prisutne u nama. Isus Hristos nas je svojom žrtvom izbavio od večne smrti i osigurao nam prednost da budemo izabrani narod, carsko sveštenstvo, sveti narod (1. Petrova 2,9). U Božjim očima mi imamo beskrajnu vrednost.
- Svet! Istina je da je svet pokvaren i pun zla. U isto vreme, postoje u njemu mnoge dobre, plemenite i pohvalne karakteristike o kojima možemo razmišljati (Fil. 4,8). Osim toga, hrišćani mogu da razumeju postojanje zla i da ne očajavaju zbog toga, jer znaju njegovo poreklo i njegovu konačnu sudbinu.
- Budućnost! Kakva je prekrasna budućnost namenjena Božjoj deci! Biblija je puna obećanja i uveravanja u spasenje (Ps. 37,39).

RAZMISLITE: Biti žalostan nije greh. Pogledajte koliko puta je i sam Isus bio žalostan. Niko ne treba da se oseća krivim zato što je žalostan ili depresivan. U stvari, u nekim slučajevima imamo sasvim dobre razloge da budemo žalosni. Međutim, kako da se poslužimo biblijskim istinama koje smo upravo proučavali da pomognemo sebi u borbi s teškoćama sa kojima se suočavamo?

POSLEDICE OBESHABRENJA

»Pištah kao ždral i kao lastavica, hukah kao golubica, oči mi iščileše gledajući gore; Gospode, u nevolji sam, oblakšaj mi!« (Isaija 38,14)

Biblijski opis u Knjizi proroka Isaije ne ostavlja nikakvu sumnju u veličinu bola koji je pokazao Jezeckija kada je glasno plakao. Postoje kulturne razlike u iskazivanju emocionalnih teškoća. Neki ljudi u određenim okolnostima pate tiho, izbegavajući svako vidljivo i očigledno pokazivanje bola. Drugi, kao Jezeckija, plaču i jadikuju kada prolaze kroz teške trenutke. Ima i ličnih razlika; neki ljudi su sposobni da se suoče sa smrću sa mnogo više spokojstva nego drugi.

Simptomi depresije se obično javljaju kod pojedinaca koji boluju od produženih ili smrtonosnih bolesti. Jezeckija je bolovao i težina te bolesti je nagoveštavala smrtni ishod. Zato je pao u depresiju opisanu u 38. poglavlju Knjige proroka Isaije. Simptomi depresije su tako bolni da mnogi pokušavaju samoubistvo da bi učinili kraj svojim patnjama, emocionalnim ili fizičkim. U stvari, više od 10% klinički depresivnih pacijenata to i čine. Jasno, klinička depresija je ozbiljno stanje i mora joj se ozbiljno pristupati.

Koje simptome depresije prepoznajemo u sledećim slučajevima?

Psalam 31,10. _____

Psalam 77,4. _____

Psalam 102,4.5. _____

1. Carevima 19,4. _____

Depresija izaziva niz bolnih smetnji: (a) duboko osećanje žalosti i tuge, (b) nedostatak motivacije da se bilo šta preduzme, čak i ugodne aktivnosti, (c) nedostatak apetita, dobijanje ili gubljenje težine, (d) smetnje pri spavanju, ili suviše malo ili suviše mnogo sna, (e) kompleks niže vrednosti, (f) smanjena sposobnost razumnog razmišljanja i pamćenja, (g) razmišljanje o smrti ili samoubistvu. Neki ljudi osećaju jedan ili dva navedena simptoma, dok se kod drugih pokazuju mnogi, i traju mesecima, sve dok depresivno stanje ne prođe. U svakom slučaju, teret depresije je ogroman i to stanje se mora olakšati medicinskim i duhovnim intervencijama.

RAZMISLITE: Svi mi osećamo žalost i obeshabrenje u ovom ili onom obliku iz ovog ili onog razloga u ovo ili ono vreme. Šta vas lično lomi i zašto? Setite se slučajeva Božjeg vođstva u vašem dosadašnjem životu. Koju nadu i ohrabrenje možete da dobijete sećajući se Gospodnjeg vođstva u prošlosti? Zašto je tako važno da takva sećanja ostanu živa?

OLAKŠANJE DEPRESIJE

Pročitajte tekst u Psalmu 39,2-7! Šta se dogodilo kada je David ćutao? Kakve su bile posledice kada je progovorio?

Kao i kod većine emocionalnih poremećaja, potrebno je da oboleli od depresije progovori o svojim patnjama i borbama. Sam taj postupak je dovoljan da započne proces izlečenja. Izaći pred Gospoda sa vatrenim i iskrenim molitvama predstavlja siguran način da se smanji napetost i ublaži psihološki bol. Često je potrebno i nešto više, ali je ovo dobar početak.

Osnovna strategija suočavanja sa depresijom sastoji se u razgovoru s prijateljem ili terapeutom koji zna kako da sluša ili, što je mnogo bolje, koji zna kako da omogući pristup mnogo intenzivnijem lečenju. Izražavanje misli i osećanja rečima ima lekovit uticaj. Crkvena zajednica može da pruži izvanredan kontekst za pomoć obeshrabrenima, iako je to često nedovoljno, posebno kada je neophodna profesionalna pomoć. Bilo kako bilo, važno je da svako ko prolazi kroz težak period obeshrabren ili čak depresivan nađe nekoga u koga ima poverenja da sa njime razmeni misli. Ponekad je već sam razgovor sa nekim dovoljan da pruži dugoročnu pomoć i da se čovek oseća bolje.

Koje obećanje nam nudi psalmista u 55. psalmu? Zašto nam to obećanje tako mnogo znači? Psalm 55,17.

Razgovor sa terapeutom, ako ga je uopšte moguće naći, možda zakažete tek za sledeću sedmicu, ali – slično Davidu koji je saznao kako da dobije pomoć u svakom trenutku, svakoga dana u sedmici – i mi se možemo obratiti Gospodu u svako vreme. David je znao da je Gospod čuo njegov glas i to mu je pružilo veliko ohrabrenje.

Čak i svetovno nastrojani psiholozi preporučuju pacijentima koji veruju u Boga i u moć molitve da se mole! Svi mi, čak i ako ne patimo od nečega što bi se moglo nazvati kliničkom depresijom, možemo da iskusimo kako nam molitva Gospodu pomaže da se osećamo bolje. Bez obzira šta smo ili koliko je duboko naše obeshrabrenje, odnos sa Bogom nam može pomoći da steknemo nadu i ohrabrenje i da se izlečimo.

RAZMISLITE: Elen G. Vajt je jednom opisala molitvu kao »otvaranje srca Bogu kao prijatelju« (4T 533). Iako molitva ne rešava uvek sve naše probleme, kako nam pomaže da se suočimo s njima?

POTREBA ZA OPROŠTENJEM

Na koji način je David našao olakšanje u svojoj velikoj nevolji? Psalm 32,1-5. Na koji način i mi možemo dobiti pomoć u svojim problemima?

Svest o krivici koju izazivaju nepriznati gresi može da bude vrlo bolna. Izrazi kojima se David služi jasno ukazuju na snažan duševni bol. Psalm 32 i drugi tekstovi u Psalmima pokazuju dubinu Davidovih emocionalnih problema.

Kada se sretnemo sa ljudima koji pate od depresije, moramo biti izuzetno pažljivi da ih ne optužimo da nisu priznali svoje grehe! Isto tako ne smemo jednostavno zaključiti da se radi o pokvarenim ljudima i da je to razlog njihove depresivnosti. Vrlo je žalosno što su mnogi ljudi u stanju da izraze svoje razumevanje kada se radi o bolesnicima koji pate od nekog fizičkog, organskog oboljenja, dok su vrlo osuđivački raspoloženi kada se suočavaju sa mentalnim ili emocionalnim smetnjama koje su možda i sami izazvali svojim nepromišljenim ili pogrešnim postupcima!

Edgar Alan Po u jednom svom delu piše o čoveku koji je počinio ubistvo i onda sakrio telo žrtve ispod poda sobe u kojoj je ubistvo bilo izvršeno. Mislio je da će svoju krivicu sakriti zajedno s telom, ali je snažan osećaj žaljenja i kajanja počeo da raste u njegovom srcu. Jednoga dana je čuo kako kuca srce ubijenoga, i kako zvuk postaje sve snažniji i snažniji. Kasnije je postalo jasno da kucanje ne dolazi ispod poda sobe već iz njegovog vlastitog srca.

U isto vreme, postoje i ljudi koji su priznali svoju krivicu i koji i dalje pate od svesti o njoj. Često se osećaju nedostojnima oprostjenja i oplakuju strašne patnje koje su izazvali svojim gresima, iako su ih priznali i u veri dobili oprostjenje od Boga. U takvim slučajevima, važno je da se usredsredimo na Božja obećanja o isceljenju i prihvatanju, čak i za najteže grešnike. Mi ne možemo poništiti prošlost, ali, zahvaljujući Božjoj blagodati, ipak možemo izvući pouku iz svojih grešaka i popraviti zlo koje smo prouzrokovali u onoj meri u kojoj je to uopšte moguće. Ono što treba da učinimo u svakom slučaju jeste da se predamo Bogu i da zatražimo Njegovu milost, blagodat i isceljenje.

RAZMISLITE: Mnogi se, iako su priznali svoje grehe Bogu, i dalje bore sa svešću o krivici. Zašto je tako važno da priznamo svoje grehe, da preuzmemo odgovornost za zlo koje smo prouzrokovali i da ga popravimo koliko do nas stoji, i da onda krenemo dalje i da sva zla koja smo učinili ostavimo daleko iza sebe?

NADA NASUPROT OČAJANJU

Koji izlaz iz društvenih i međuljudskih problema nam nudi prorok Mihej? Mihej 7,1-7.

Mihej opisuje čitav niz nemoralnih, nepoštenih i nasilničkih dela koja su se dešavala u njegovo vreme. Nasilje i zlostavljanje raznih vrsta, nedostatak poštovanja i obzira, korupcija, prevara, sve je to bilo na dnevnom redu još od pojave greha. Mi se i danas svakodnevno suočavamo sa tim. Uzmite samo dnevne novine pa ćete uspostaviti neposrednu vezu sa bednim stanjem Izrailja u Mihejevo vreme. Ovaj društveni haos postaje posebno opasan kada se približi nama – našem susedstvu, prijateljima, bračnom drugu, deci, roditeljima (Mihej 7,5,6).

Duboko poremećeni međuljudski odnosi izazivaju mnogo stresa i povezani su sa depresijom. Mihej jasno naglašava (Mihej 7,7) da je nada jedino sredstvo da se preživi ova kriza.

Nada je bitna da bismo mogli da živimo život sa solidnim mentalnim zdravljem. Nada mora da bude živa čak i u redovima nevernika – mladi koji traže zaposlenje moraju da se nadaju da će ga naći, putnik koji se izgubio mora da se nada da će pronaći put, investitor koji je izgubio uložena sredstva mora da se nada da će doći bolja vremena. Živeti bez ikakve nade dovodi do gubljenja smisla života i do smrti.

Kada je italijanski filozof i pesnik Dante Aligijeri (1265-1321) pokušao da opiše pakao u svojoj *Božanstvenoj komediji*, zamislio je veliki natpis na samom ulazu u pakao na kom je stajalo: »Odbacite svaku nadu vi koji ulazite!« Najteža moguća kazna je oduzeti nekome svaku nadu.

Nada kakva je predstavljena u Bibliji ide mnogo dalje od pozitivnog očekivanja. Ona obuhvata konačno savršeno rešenje i spasenje utemeljeno na otkupljenju zaslugom Isusa Hrista. Istorijska »blažena nada« čekalaca Hristovog dolaska mora da postane središnja tačka u našem životu. Nada u Isusov dolazak nam pomaže da steknemo očekivanja koja nas vode daleko od mnogih neugodnih činjenica koje nas okružuju i dozvoljavaju nam da sa poverenjem iščekujemo večnost.

Koja obećanja nam daju sledeći biblijski tekstovi? Koju nadu nam oni pružaju? Zašto je to, u određenom smislu, i jedina nada koja nam ostaje? Isaija 65,17; 2. Petrova 3,13; Otkrivenje 21,2-4.

Pogled vere u novo stvaranje može da podigne duh napaćenoj duši. Na isti način kao što žena dok se porađa razmišlja o konačnom ishodu, naime, da će roditi dete, i zato zaboravlja svoju muku (Jovan 16,21), i napaćena duša može, zahvaljujući Božjoj blagodati, da stekne nadu podižući svoj pogled prema Bogu ljubavi koji nam obećava novi svet bez svega što nas toliko žalosti u ovom sadašnjem svetu.

ZA DALJE PROUČAVANJE

Pročitajte tekst u Mateju 26,36-43 i razmislite o njegovom sadržaju. Hristos je bio žalostan do smrti (Matej 26,38). Zamislite kakvu agoniju podnosi Hristos, bez društvene podrške, izdan od svojih učenika, naizgled odvojen i od Oca, natovaren krivicom celog čovečanstva! Njegove patnje nadmašuju sve depresivne epizode koje su mogli da iskuse smrtni ljudi.

»Dok se približavao Getsimaniji, Isus je postao na čudan način tih. On je često posećivao ovo mesto da bi razmišljao i da bi se molio, ali nikada sa srcem tako punim žalosti kao te noći Svoje završne agonije. Tokom celog svog života na Zemlji, hodao je u svetlosti Božjeg prisustva. Kada se sukobljavao s ljudima koji su bili nadahnuti pravim sotonskim duhom, mogao je da kaže: 'I onaj koji me posla, sa mnom je. Ne ostavi mene Otac sama, jer ja svagda činim što je njemu ugodno!' (Jovan 8,29) Sada je izgledalo da je odvojen od svetlosti Božjeg prisustva i Njegove podrške. Sada je bio ubrojen među prestupnike. On mora da nosi krivicu grešnog čovečanstva; na Njemu, koji ne zna ni za kakav greh, počiva bezakonje svih nas. Tako Mu je užasan greh, tako velik teret krivice koji mora da nosi, da je u iskušenju da pomisli kako će ga to zauvek odvojiti od Očeve ljubavi. Osećajući kako je strašan Božji gnev protiv prestupnika, On uzvikuje: 'Žalosna je duša moja do smrti!'« (EGW, ČV 685)

PITANJA ZA RASPRAVU:

1. **Koju veliku ulogu vaša mesna crkva može da ima u pomaganju onima koji pate od depresije ili emocionalne neuravnoteženosti iz bilo kojeg uzroka? Bez obzira na veličinu vaših sredstava, bez obzira na to koliko su ona ograničena, šta biste još mogli učiniti da pomognete onima čije potrebe nisu zadovoljene?**
2. **Kako biste vi mogli da pomognete nekome ko se moli, ko prima savete, ko voli Gospoda i ko se uzda u Njega, a ipak je ispunjen tugom, iako ne zna zašto se to događa? Kako biste mogli da mu pomognete da ne odustane od svoje vere, već da se uhvati za svoju nadu i obećanja u Božjoj Reči?**
3. **Jedna od najvećih grešaka koju neko može da učini jeste da veruje, pošto se oseća tako obeshabreno, tako bezvoljno, tako beznadežno, da ga je Bog napustio! Zašto to, pre svega, ne može da bude istina? Na koje biblijske ličnosti – poput Ilije, Jeremije u tamnici, Jovana Krstitelja u tamnici, Isusa u Getsimaniji – možete da ukažete takvoj osobi da biste joj pokazali da žalost i obeshabrenje ne znače da ih je Bog odbacio? Kako biste mogli da joj pomognete da shvati da osećanja nisu dobro merilo vere?**

PRILAGODLJIVOST



BIBLIJSKI TEKSTOVI ZA PROUČAVANJE: Jov 19,25; Jakov 5,10.11; Ruta 1; Jestira 2; 2. Korinćanima 11,23-28; Filibljanima 4,11-13.

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

Prilagodljivost je umeće suočavanja sa nevoljama, traumama, tragedijama, pretnjama ili krajnjim stresom, i uspešnog oporavka bez velikih posledica. Ovaj koncept sve više privlači pažnju jer se pokazalo da je korisno da čovek u razumnoj meri pokaže prilagodljivost prilikom suočavanja sa životnim teškoćama. Ko se među nama ne suočava sa izazivačima velikih stresova, u ovom ili u onom obliku? Pitanje zato glasi: Kako da postanemo dovoljno prilagodljivi da možemo da se suočimo sa svime što nam se dešava, a da time ne budemo emotivno uništeni?

Šezdesetih godina prošloga stoleća, Viktor i Mildred Gercel napisali su knjigu *Kolevka velikih*, u kojoj su analizirali biografije preko 700 ličnosti koje su preživeli velike teškoće u detinjstvu (npr. uništen dom, finansijske nevolje, fizički ili psihološki nedostatak, itd.), a ipak uspele da postignu veliki uspeh. Knjiga je doživela novo izdanje 2004. godine.

I Biblija nam govori o pojedincima koji su morali da se suoče sa problemima i koji su, uz Božju blagodat, uspeali da se oporave i da savladaju sve teškoće. Uprkos teškim okolnostima, pa čak i manama karaktera, Bog je mogao da ih upotrebi i da krenu napred prema pobedi.

STRPLJENJE MUDROGA JOVA

Pročitajte tekst u Jakovu 5,10.11! Šta je to u Jovu što ga čini prime-rom koji treba slediti? Nađite Jov 1-3!

Žena koja je potražila psihološkog savetnika da bi se oporavila od ozbiljne krize ispričala je svojim prijateljima da je jedna misao savetnika bila presudna u njenom uspešnom oporavku. »Najviše mi je pomoglo što je savetnik tvrdio da će moje bolne okolnosti doći kraju. Izgleda mračno i beskrajno, obično mi je naglašavao, ali neće potrajati suviše dugo! Ta misao mi je pomogla da steknem snagu da se oporavim.« Drugim rečima, savetnik je pomogao ženi da održi nadu.

Kako da izgradimo strpljenje? Engleski propovednik Džordž Gudman jednom je primio mladića koji je zatražio da se moli za njega. Rekao je otvoreno: »Gospodine Gudmane, želim da se molite za mene da steknem strpljenje!«

Stariji čovek je odgovorio: »Da, moliću se za vas da prođete kroz nevolje!«

»O, ne, gospodine!« – odvratio je mladić. »Meni je neophodno strpljenje!«

»Znam!« – rekao mu je Gudman. »I zato ću se moliti za vas da prođete kroz nevolje!« Biblijski učitelj je otvorio svoju Bibliju i pročitao tekst u Rimljanima 5,3 koji je zaprepastio mladića: »Ne samo pak to, nego se hvalimo i nevoljama, znajući da nevolje strpljenje grade!«

Izveštaj o Jovu nudi vrhunski primer sposobnosti brzog oporavka. Ranije u životu Jov je shvatio da je Bog milostiv i pravedan. Nije uspevao da shvati razloge svojih patnji, nije dobio ni podršku svoje žene, njegovo imanje i deca su bili uništeni, a onda je još dobio strašnu bolest. Ipak, usred svega toga, nikada nije izgubio veru u Boga i izdržao je sve do kraja tragičnih okolnosti.

Koje nade se Jov uporno držao? Kako bismo mi mogli naučiti da se držimo iste te nade u našim sopstvenim teškoćama? Jov 19,25.

RAZMISLITE: Mislite o trenucima kada ste prolazili kroz neke teške okolnosti? Koja nada vas je održala? Koje reči nekoga bliskog su vam pomogle? Koje druge reči i nisu bile tako korisne, a koje su bile upravo štetne? Čemu ste se naučili što vas je osposobilo da pomognete nekome ko sada prolazi kroz teška iskustva u životu?

JOSIF U ZAROBLJENIŠTVU

Pročitajte tekstove u 1. Mojsijevoj 37,19-28 i 39,12-20 i pokušajte da se prenesete u Josifove prilike. Pomislite kako je teško morao da bude obeshrabren i koliko je opravdano bilo da bude ogorčen i pun gneva. Iako nam Biblija ne govori kakva su se osećanja kovitlala njegovim mislima, nije teško zamisliti bol koji je trpeo zbog izdaje i prevare svoje braće.

Bilo kako bilo, Josif se okrenuo Bogu u tim svojim nevoljama i, na kraju krajeva, nešto je dobro proizašlo iz svega nepovoljnoga. Pošto su ga braća prodala, Josif je doživeo obraćenje i uspostavio mnogo prisniji odnos sa Bogom. »On je bio upoznat sa Gospodnjim obećanjima Jakovu i sa načinom kako su se ona ispunila – kako su, u trenucima kada je to bilo potrebno, Božji anđeli došli da ga pouče, uteše i zaštite. Saznao je za Božju ljubav koja je čoveku osigurala Spasitelja. Sada su mu se sve te dragocene pouke živo vratile u sećanje. Josif je poverovao da će Bog njegovih otaca biti i njegov Bog. Tada je na mestu na kom se nalazio predao sebe potpuno Gospodu.« (EGW, PP 213.214)

Kada je nepravедno bačen u tamnicu, to iskustvo mu je otvorilo pristup u faraonov dvor i mogućnost da ispuni svoju misiju – da spase mnoge živote i svoj sopstveni narod.

Šta nam sledeći tekstovi govore o tome kako nepovoljne okolnosti mogu da posluže na dobro?

Rimljanima 5,3-5. _____

2. Korinćanima 1,3.4. _____

2. Korinćanima 1,8.9. _____

2. Timotiju 1,11.12. _____

Bog ne traži od nas da nepotrebno stradamo. U stvari, sredina koju nam je Isus pripremio na Nebu neće nas izložiti suzama i bolu (Otkrivenje 21,4). Međutim, dok čekamo da se to obećanje ostvari, čini se izvesno da je upravo bol sredstvo da naučimo neke važne pouke. Razvoj ličnosti, saosećanje, skromnost, učeništvo, razumevanje razlike dobra i zla – to su samo neke od pouka koje tako treba da naučimo. Iako je teško misliti o dobrim stranama patnji, osobito kada se nalazimo usred njih, možemo zatražiti od Gospoda snagu potrebnu da ih pretrpimo.

RAZMISLITE: Da li ste ikada prolazili kroz strašna iskustva koja su na kraju donela i nešto dobro, neki blagoslov? Kako vam ona mogu pomoći da naučite da se oslonite na Gospoda u svakoj nevolji, čak i onda kada nema izgleda ni za kakvo dobro?

Kroz kakve je nesreće morala da prođe Nojemina? Ruta 1.

Napustiti svoju zemlju i nastaniti se negde svakako da deluje zastrašujuće, posebno ako je do preseljenja došlo da bi se preživelo. Glad u Judi prisilila je Elimeleha, Nojeminu i njihova dva sina da odu u zemlju Moav, poljoprivredno područje u kom se lakše dolazilo do hrane. Moavci su bili idolopoklonički narod (Sudije 10,6), čiji su se običaji suprotstavljali jevrejskim verovanjima. Sama ova činjenica morala je da pridošlicama stvori neprilike. Neko vreme posle dolaska, Nojeminin muž je umro. Majka i sinovi našli su se u stranoj zemlji sami, degradirani do položaja udovice i siročadi, bez zaštite i izloženi ponižavanju. Onda su se Nojeminini sinovi, Malon i Heleon, oženili devojkama iz te zemlje. Ta činjenica je morala dovesti do nemira u porodici, bar u početku, zbog značajnih verskih razlika. Iako zakon nije izričito zabranjivao brakove između Jevreja i Moavaca, bilo je propisano da Moavci i njihovi potomci sve do desetog naraštaja ne mogu da se pojave na saborima Gospodnjeg naroda (5. Mojsijeva 23,3).

Kasnije su i Malon i Heleon, čija imena znače »bolest« i »pustoš«, umrli. Teško je zamisliti neko tragičnije stanje u životu Nojemine – nikoga živoga od bliže porodice, a ostatak rođaka daleko u Vitlejemu!

Šta je označilo prekretnicu u Nojemininom životu? Kako je Gospod preokrenuo na dobro teške nevolje kroz koje je prošla Nojemina? Ruta 1,16-18; 4,13-17.

U najtežim trenucima, Nojeminina snaha Ruta se pokazala kao od Boga poslana da joj pruži emotivnu podršku. Nojemina je morala biti izuzetna žena kada je uspela da zadobije takvo divljenje svojih dveju snaha, a posebno Rute, koja je prihvatila Boga Izrailjevog i donela čvrstu odluku da se doživotno stara o svojoj svekrvi u zemlji čiji su stanovnici, istorijski posmatrano, bili njeni neprijatelji.

Prva poglavlja Knjige o Ruti objavljuju prekrasan niz događaja koji su se završili srećno po porodicu. Nojemina je za sobom ostavila velike patnje i doživela da dočeka venčanje Rute i Voza i rođenje unuka Ovida, oca Jesejeva i Davidovog dede.

RAZMISLITE: Iako nam je neophodno da se uzdamo u Gospoda i sve predamo u Njegove ruke, ponekad nam je potrebna i ljudska pomoć. Kada vam je poslednji put bila potrebna nečija pomoć? Šta ste naučili iz tog iskustva?

JESTIRINI DANI NEIZVESNOSTI

Sa kakvim se nevoljama, sukobima i pritiscima suočila Jestira?

Jestira 2,6.7. _____

Jestira 2,10. _____

Jestira 2,21.22. _____

Jestira 4,4-17. _____

Jestira 7,3.4; 8,3 _____

Jestira je zarana ostala siročče. Iako ju je usvojio njen stariji rođak Mardohej, težina detinjstva bez roditelja pratila ju je na svakom koraku. Uprkos svemu tome, Jestira je izrasla u uravnoteženu, odlučnu i sposobnu mladu ženu.

Kada je postala carica, Jestira nikome nije otkrila svoje poreklo i porodičnu pripadnost. To je svakako bio težak izazov. Okružena hranom, obiljem svega, običajima dvorskog života, Jestira je morala da se trudi da zadrži svoje jevrejske običaje i identitet. Osim toga, opasnost da bude otkrivena kao pripadnica jevrejskog naroda uvek je postojala, a posledice prikrivanja prvog identiteta bile su neizvesne.

Jestira je morala da prenese caru zabrinjavajuću vest da su se dvojica njegovih dvorana dogovorila da podignu bunu protiv njega. To nije bio lak zadatak, jer ako se zavera ne dokaže, Jestira bi zajedno s Mardohejem bila optužena da širi lažne glasine, i ko zna šta se sve moglo dogoditi?

Međutim, najveća odgovornost je bila poverena Jestiri kada su je proglasili jedinim posrednikom preko kog je spasenje moglo doći njenom narodu. Mardohej je zatražio od nje da posreduje za Jevreje, što nije mogla da učini bez izlaganja opasnosti. Kada je oklevala, Mardohej je pojačao pritisak: »Jer ako ti uzmučiš sada, doći će pomoć i izbavljenje Judejcima s druge strane, a ti i dom oca tvojega poginućete; i ko zna nisi li za ovakvo vreme došla do carstva!« (Jestira 4,14)

Konačno, pojavila se pred carem, znajući da je taj potez izlaže neposrednoj opasnosti da izgubi život. Na kraju su događaji ipak krenuli prema povoljnom rešenju, iako je stanje u nekim trenucima izgledalo potpuno beznadno za tu mladu ženu.

RAZMISLITE: Svi mi, slično Jestiri, upadamo u prilike koje nismo sami izabrali. Kakva je vaša prošlost? Šta ste rođenjem dobili, dobro ili zlo, koje niste ni tražili ni hteli? Kako biste mogli da naučite da više cenite dobro koje ste dobili i da se više potrudite da savladate zlo?

TAJNA UNUTRAŠNJEG ZADOVOLJSTVA

Pavle je rođen i odrastao u gradu Tarsu, u jevrejskoj porodici iz Venijaminovog plemena. Preko oca je stekao rimsko državljanstvo i tako postao građanin Rimskog carstva. Postao je farisej, pripadnik grupe vatrenih rodoljuba, odanih zakonu (Tora) i usmenoj tradiciji (Mišna). S takvom društvenom pozadinom, mora da je uživao sve prednosti svoje društvene i verske klase.

Međutim, kada se odazvao Hristovom pozivu, sve se promenilo. Umesto da bude progonitelj, postao je meta radikalnog progonstva od strane pripadnika svoga naroda, a verovatno i od Rimljana. Trpeo je stradanja tokom trideset godina i na kraju bio pogubljen pošto je neko vreme proveo kao zarobljenik i Rimu.

Kako Pavle u 2. Korinćanima 11,23-28 opisuje samo neke od nevolja sa kojima se suočavao u toku svoga rada? Posle tako mnogo nevolja i stradanja, kako Pavle opisuje svoju sposobnost prilagođavanja svemu što mu se događa? Filibljanima 4,11-13. Kakav zaključak daje? Kakvu pouku možemo da izvučemo iz njegovog iskustva kada se i sami nađemo suočeni sa stradanjima?

Zadovoljstvo je ključna komponenta sreće i psihičkog blagostanja. Biti zadovoljan je posledica nade u pozitivan ishod događaja. To mogu samo oni koji su sposobni da prihvate prošlost i da u budućnost gledaju s nadom. Zanimljivo je da oni koji imaju »sve i svašta« nemaju nikakve garancije da će biti zadovoljni i srećni. Za neke ljude, bez obzira koliko imaju, nikada ništa nije dovoljno. Drugi, koji imaju zaista malo, ipak su zadovoljni i srećni. U čemu je razlika po vašem mišljenju?

Jedna od mnogih savremenih definicija inteligencije glasi da je to sposobnost prilagođavanja novim situacijama. To može da bude življenje u novim mestima, uspostavljanje odnosa s novim osobama, iskustvo sa novim društveno-ekonomskim uslovima. Pavlova sposobnost nije nasledna vrлина, jer sam izričito kaže: »Jer se ja navikoh biti zadovoljan onim u čemu sam!« (Filibljanima 4,11) To nije sposobnost koju jedni imaju, a drugi nemaju. Prilagođavanje i zadovoljstvo usred široke lepeze okolnosti uči se i usvaja kao osobina dugo vremena.

Zaključak ovog izlaganja u Filibljanima 4,13 daje nam ključ Pavlove sposobnosti prilagođavanja. Ne samo da je uspevao da bude zadovoljan sa malo ili mnogo materijalnih dobara, već je to činio silom i moći svoga Gospoda Isusa Hrista.

RAZMISLITE: Koliko ste vi zadovoljni? Koliko dozvoljavate da vas okolnosti bacaju tamo-amo i da budete njihova žrtva? Na koje načine biste lakše mogli da naučite da budete zadovoljni »u svim prilikama, kakve god bile«? (Fil. 4,11 New International Version)

ZA DALJE PROUČAVANJE

»Sile tame se skupljaju oko duše i zaklanjaju nam Hrista, i ponekad možemo samo da čekamo, u tuzi i čuđenju, da se oblaci razidu. Takvi trenuci ponekad su strašni. Čini se da je svaka nada propala, i obuzima nas očajanje. U tim strašnim trenucima moramo naučiti da se pouzdamo, da se potpuno oslonimo na zasluge pomirenja sa Bogom i da se, u svoj svojoj nedostojnosti, pozovemo na zasluge razapetog i vaskrslog Spasitelja. Nikada ne možemo propasti ako tako učinimo – nikada! Kada svetlost obasja naš put, neće nam biti teško da budemo jaki u sili blagodati. Međutim, strpljivo čekati u nadi, kada se oblaci gomilaju oko nas i sve postaje mračno, za to je potrebna vera, potrebna je pokornost kojom se naša vera sjedinjuje sa Božjom voljom. Mi se suviše brzo razočaramo, vatreno se moleći da se nevolja ukloni od nas, iako bi trebalo da se molimo za strpljenje da izdržimo i blagodati da pobedimo.« (EGW, *God's Amazing Grace*, 114)

PITANJA ZA RASPRAVU:

1. Neki ljudi pobeđuju teškoće, dok se drugi lome pod njima. U čemu je razlika?
2. Razmislite o pitanjima, nevoljama i tragedijama za koje vam se čini da ne mogu izaći na dobro. Šta da učinimo s njima? Kako da ih usaglasimo sa svojom verom i Božjim obećanjima?
3. U trećoj rečenici citata iz odseka za petak (»U tim strašnim trenucima....), šta pisac želi da nam kaže? U kom pravcu usmerava našu nadu? Zašto je, na kraju krajeva, Jevanđelje, predstavljeno ovim rečima, naša jedina nada, bez obzira na tragedije koje nas mogu snaći?
4. Kako bismo praktično mogli da primenimo savet iz 1. Petrove 4,12.13? Jedno je ostati sposoban za prilagođavanje i veran usred nevolja, a drugo učiniti ono što Petar kaže. Kako je to moguće?
5. Pretpostavimo da imate posla sa nekim u veoma teškom položaju iz kog, ljudski govoreći, nema nikakvog izlaza. Pretpostavimo, osim toga, da imate na raspolaganju samo pet minuta za tu osobu. U tih nekoliko minuta, šta biste kazali da u toj osobi probudite nadu?

SAMOPOŠTOVANJE



BIBLIJSKI TEKSTOVI ZA PROUČAVANJE: Psalam 100,3; Dela 17,24-28; Rimljanima 12,3; Matej 22,39; 2. Samuilova 9; Luka 15; Efescima 4,23-32.

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

Umanjeno samopoštovanje ili kompleks niže vrednosti jedna je od pošasti našeg vremena. On se često javlja pred pravnim savetnicima ili pastorima bilo kao zaseban problem bilo u vezi sa tako velikim problemima kao što su rasipnost, depresija ili poremećaji u ishrani. U svakodnevnom životu, umanjeno samopoštovanje ne mora da dostigne kliničke razmere, ali skoro neizbežno remeti međuljudske odnose i ugrožava uspešnost na mnogim područjima života.

Možda je osnovni razlog zašto se ovaj problem pojavljuje više nego ikada upravo delovanje medija masovne komunikacije, radija, televizije, novina i časopisa koji slavne ličnosti predstavljaju kao natprosečno sposobne i uspešne, ostavljajući obične ljude da se bore sa svešću o svojoj nedoraslosti, nesposobnosti i neuspešnosti u poređenju sa tim idolima koji defiluju pred njihovim očima.

Zamisao o samopoštovanju kakva je objavljena u Bibliji na sasvim drugi način sagledava ovo pitanje. Konvencionalna psihologija gleda na samopoštovanje kao na procenu koju neko daje svojim osobinama i karakteristikama, utemeljenu na posmatranju samoga sebe i na ocenama drugih. Biblija nudi u najmanju ruku još dva dodatna činioca: poreklo ljudi (1. Mojsijeva 1,26.27) Božje mišljenje o svakom pojedincu i Njegov dar čoveku (Jovan 3,16). Kada dodamo i ta dva činioca, mnogo toga se može promeniti na području samopoštovanja.

POREKLO ČOVEKA

Postoje dva preovlađujuća pogleda na poreklo čoveka, koja se međusobno skoro sasvim isključuju. Jedan opisuje čoveka kao proizvod čiste slučajnosti, kao rezultat kosmičkog udesa u kom naše postojanje uopšte nije bilo planirano. Mi smo se sasvim slučajno pojavili, došli u postojanje. Iako je takva zamisao oduvek postojala među ljudima, poslednjih stoleća – posebno otkako su lažne teorije Čarlsa Darvina i darvinista postale tako popularne – ideja o ljudskom rodu kao proizvodu slučajnosti prevarila je i zavela milione. Tako su mnogi počeli da veruju da je život sam po sebi besmislen ili da svrhu koju bi on mogao imati svaki pojedinac sam sebi mora da odredi. Sa druge strane, dok je hiljadama godina većina ljudi smatrala da potiče od Boga ili bar od bogova, danas mnogi misle da potiču od majmuna. Nasuprot svim tih shvatanjima stoji učenje koje zastupa Biblija.

Čitajte tekstove u 1. Mojsijevoj 1,26.27; u Psalmu 8,5; 100,3; i Delima 17,24-28. Koliko se sadržaj tih tekstova u korenu razlikuje od darvinističkog i evolucionističkog pogleda na poreklo čoveka? Kako svaki od ovih pogleda deluje na našu svest o sopstvenoj vrednosti i samopoštovanju?

Ne samo da nas je Bog namerno i svrshodno stvorio, već nas je stvorio i po svom obličju. On je stvorio i druge prekrasne, životonosne biljke i životinje, ali uprkos svoj toj lepoti i savršenstvu, one ne liče na svoga Stvoritelja u onoj meri u kojoj je čovek slika Božjeg bića. Osim toga, ljudski rod je stavljen iznad svih drugih živih stvorenja po vlasti i autoritetu.

Nasuprot ateističkom verovanju da ne postoji nikakva viša svrha čovekovog tela i duha, Biblija uči da je Bog odlučio da podeli »svoje obličje« sa ljudskim rodом. Očigledno da je veliki deo tog obličja pokvaren i izgubljen kroz pokoljenja potčinjena uticaju greha, iako pečat božanstva i dalje postoji u svakom pojedincu i može da se obnovi preobražavajućom silom Svetoga Duha koja deluje u onima koji su se predali Hristu.

RAZMISLITE: Ne samo da nas je Bog stvorio; On nas je i otkupio! U stvari, Elen Vajt je rekla da bi Hristos umro i za samo jednog jedinog čoveka. Šta nam to govori o našoj unutrašnjoj vrednosti, bez obzira na to šta svet misli o nama? Zašto je tako važno da uvek imamo na umu vrednost koju imamo u Božjim očima?

POGLED NA SAMOGA SEBE

Ono što sam vidim u sebi važna je komponenta samopoštovanja. Međutim, to je nepotpuna i vrlo često iskrivljena slika. Subjektivnost nas može dovesti do toga da donosimo pogrešne procene kada se radi o ljudima, uključujući i nas same.

Jedno od najozbiljnijih upozorenja u Bibliji odnosi se na donošenje suda o našim bližnjima: »Zato se ne možeš izgovoriti, o čoveče, koji god sudiš! Jer kojim sudom sudiš drugome, sebe osuđuješ!« (Rimljanima 2,1; videti i tekst u Luka 6,41.42!) Ljudi su podložni greškama kada prosuđuju druge. Isto se to događa kada ocenjujemo i same sebe. Veoma su česte greške kada ocenjujemo svoje sposobnosti, izgled, karakter, snagu i tako dalje. Uvek će biti ljudi koji su pametniji, zgodniji, darovitiji od nas, ali će istovremeno uvek biti i onih koji će nas gledati i osećati se manje vrednima ili nesposobnijima od nas.

Šta nam Hristovo zlatno pravilo govori o tome kako bi trebalo da posmatramo sebe? Matej 22,39.

Ovaj tekst nas uči da razumnoj meri ljubavi treba da usmerimo prema samima sebi, iako to nije osnovna misao teksta. Treba da osećamo zdravu meru ponosa zbog onoga što smo dobro obavili, zadataka koje smo izvršili, dobrih osobina i karakteristika koje imamo. Od nas se očekuje da štitimo sebe i svoja prava i da se staramo o sebi. Problem se javlja tek onda kada neko ne priznaje da Bogu Stvoritelju dugujemo sve što je dobro u nama.

Gde apostol Pavle postavlja granicu svojim pravima? Rimljanima 12,3. Kako treba da razumemo njegov savet u svetlosti svega što je do sada rečeno?

Postoji poželjno srednje područje između nedostatka samopoštovanja i gordosti. Pavle opominje protiv ovog drugog. U isto vreme, tekst u Rimljanima 12,4-8 objašnjava da je Hristovom telu potreban doprinos svakog vernika, u skladu sa pojedinačnim darovima koje su dobili po blagodati. Nema ništa loše u priznavanju svakog dara, u korišćenju tog dara na dobro Hristove Crkve i u zahvaljivanju Bogu na njemu.

RAZMISLITE: Načinite u glavi spisak svih dobrih osobina, obeležja i sposobnosti koje vam je Bog dao. Kako da se svima njima služite, a da istovremeno ostanete skromni i ponizni? Kako nam svakodnevno gledanje na krst pomaže da sačuvamo ovu ravnotežu?

ŠTA DRUGI VIDE U NAMA

U mnogim se društvima vrednost čoveka određuje prema talentima, darovima, izgledu i prodornosti. Svi mi zaista gledamo na spoljašnji izgled (1. Samuilova 16,7) jer je to jedino što možemo da vidimo. U skladu sa time, i naša slika o sebi često se oblikuje prema reakcijama drugih i temelji se na onome što su kazali o nama ili kako su se prema nama ponašali. Ako vam svako govori da ste lepi, ima mnogo izgleda da ćete zaista poverovati u to i sebe proglasiti lepim/lepom.

Međutim, u svakome od nas ima mnogo više nego što se može videti očima. Pojedinci koji pate od kompleksa niže vrednosti treba da misle o svojim osobinama i vrlinama koje imaju stvarnu vrednost, umesto da ocenjuju sebe prema mišljenju drugih, jer vrlo često ono što svet ceni nije istovremeno i ono što Bog ceni.

Kojim osobinama i činjenicama naša kultura i društvo pripisuju posebnu vrednost? Koliko su upravo te osobine i činjenice vredne u Božjim očima?

Može da bude i nekih izuzetaka, ali je većina društava sklona da posebnu vrednost pripiše spoljnim, očiglednim pojavama. Međutim, druge osobine, kao što su poštenje, ljubaznost, umerenost, čvrsta odanost načelima i idealima, kao da dolaze na drugo mesto.

U kojoj meri pol, društvena klasa i nacionalne predrasude utiču na čovekovo samopoštovanje? Šta treba da bude hrišćaninov cilj kada se radi o predrasudama i omalovažavanju? Gal. 3,28.

Utjecaji predrasuda mogu da budu razorni po svest o samopoštovanju i po čovekovu uspešnost u životu. Kao hrišćani, treba da uložimo velike napore da uzdignemo i ohrabrimo bližnje, bez obzira na njihovo poreklo i društveni položaj. Tekst u 2. Samuilovoj 9 govori o Mefivosteu, koji je mogao da postane predmet Davidove osvete. Nije nikakvo čudo što se uplašio, što je pao ničice i nazvao samoga sebe »mrtvim psom«. Osim toga, bio je fizički onesposobljen. Nema nikakve sumnje da mu je vraćanje imovine, dodela slugu i časti veoma povećala samopoštovanje. Uticaj koji bližnji imaju da nečije samopoštovanje izuzetno je značajan. Više nego što shvatamo, mi imamo sposobnost da svojim rečima, delima i načinom kako ih gledamo oblikujemo sliku koju ljudi stvaraju o samima sebi.

RAZMISLITE: Koliko ste pažljivi ili nemarni prema uticaju koji imate u stvaranju nečijeg samopoštovanja? Razmislite o svojim najbližima, u porodici i okolini? Kako biste mogli da pomognete tim osobama da se učvrste kao ličnosti umesto da im obarate samopouzdanje svojim rečima i držanjem?

KAKO NAS BOG GLEDA

Čitajte tekst u Jevanđelju po Luki 15! Šta nam samo to jedno poglavlje govori o našoj vrednosti pred Bogom? Kako to treba da deluje na našu svest o vlastitoj vrednosti? Šta nam te parabole govore o tome šta Bog misli o nama? Zašto je to tako važno znati i uvek imati pred očima?

Ako se neko nađe u iskušenju da se bavi mislima o svojoj manjoj vrednosti, izgubljenosti ili zapostavljenosti, treba da se seti da zajedno sa tim stanjem dolazi i nešto važno – posebno i nežno staranje Boga i Njegovih anđela. Pastir se mnogo više brinuo o izgubljenoj ovci nego o preostalih devedeset i devet! Žena je zaboravila sve preostale dinare i pažljivo pretraživala sve dok nije našla onaj jedan izgubljeni. Izgleda da je i otac posvetio mnogo više pažnje nerazumnim zahtevima izgubljenog sina nego zahtevima svoga prvenca. Pastir, žena i otac pokazuju posebno staranje o najneuspešnim pojedincima.

Uz to, kada se izgubljeni nađe, nastaje velika radost i na Zemlji i na Nebu. Pogledajte kako nam ove parabole snažno otkrivaju ljubav koju Bog gaji prema svakome od nas, bez obzira na naše slabosti!

Ovo načelo treba da primenimo u pomaganju onima u potrebi. Tako često, razgovarajući sa ljudima, mi možemo da im učinimo veliko dobro ako stvorimo opuštenu, prihvatljivu i poverljivu atmosferu. Ljudi, posebno oni ranjeni u srcu, treba da znaju da se neko stara o njima, da je nekome stalo do njih, da neko vodi računa o njihovim bolima.

Hrišćanin ima jasnu prednost pred onima koji ne prihvataju Gospoda ili ne veruju u Njega. Bog je dostupan 24 sata u danu, sedam dana u sedmici, da sluša usamljene, zabrinute osobe pritisnute depresijom i stresom. Taj odnos sa Bogom treba da postane dovoljan razlog da se osetite posebnim i da se oslobodite kompleksa niže vrednosti, da steknete snažnije osećanje samopoštovanja.

Naravno, najveći pokazatelj naše vrednosti pred Bogom jeste Krst. Krst više od bilo čega drugoga otkriva koliko vredimo Bogu, bez obzira na slabosti i mane koje imamo. Krst nam kaže da bez obzira šta drugi misle o nama, ili šta društvo misli o nama, mi imamo beskrajnu vrednost u očima Stvoritelja svemira. Uzimajući u obzir koliko je naše društvo nestalno i koliko su nepredvidive i prolazne njegove vrednosti, koliko ocene drugih ili celog društva treba da utiču na nas i na našu svest o vlastitoj vrednosti?

RAZMISLITE: Kako bismo mogli pomoći drugima da prihvate poruku iz Jevanđelja po Luki 15 i da je primene na sebe? Kako bismo mogli pomoći drugima da shvate da Isus ovde govori upravo o njima samima?

NOVA LIČNOST

Čitajte tekst u Efescima 4,23.24! Šta Pavle misli kada kaže da se obučemo u svoju novu ličnost? Kakva je priroda te nove ličnosti?

Ljudi vole da isprobavaju svoj novi izgled: menjaju frizure i stil odeće, a ponekad idu i tako daleko da operišu lice ili presađuju kosu. Ipak, sve te promene unose vrlo malo novoga u njihovu unutrašnjost. Njihova osnovna ličnost ostaje ista.

Pavle govori o novoj ličnosti, koja nije vezana za izgled, već za stav i duhovnu prirodu. On kaže da treba da budemo »sazdani po Bogu u pravdi i u svetinji istine« (Efescima 4,24).

Kakvi stavovi i oblici ponašanja karakterišu ovu novu ličnost? Efescima 4,25-32.

Nova ličnost o kojoj govori apostol Pavle pokazuje prave rodove (istinoljubivost, jedinstvo, poštenje, vrednoću, zdrave reči, ljubaznost, opraštanje). Zapazite, osim toga, da sve osobine nove ličnosti imaju veze s dobrim karakterom i zdravim međuljudskim odnosima i da se mogu neposredno povezati sa pitanjem samopoštovanja. Pogrešno ponašanje, spomenuto u Efescima 4, obeleženo laganjem, gnevom, ogorčenjem, smanjuje samopoštovanje. Suprotno tome, deljenje s onima koji su u potrebi, ljubaznost i saosećajnost mogu povećati samopoštovanje, jer odvrćaju čoveka od samog sebe i daju mu svest da je učinio nešto dobro.

Hrišćanskoj zajednici su potrebni ljudi koji su zainteresovani da izgrađuju druge, a ne da ih uništavaju. Slika koju neko ima o sebi može da bude potkopana za tren oka grubim rečima kritike. »Na svakoj porodici, na svakom pojedinom hrišćaninu, počiva odgovornost da prepreče put svakom pokvarenom razgovoru. Kada se nađemo u društvu onih koji uživaju u nerazumnim rečima, naša je dužnost da promenimo predmet razgovora ukoliko je to ikako moguće. Uz pomoć Božje blagodati treba da tiho uvedemo reči ili neku novu temu koja će skrenuti razgovor u dobrom smeru.« (EGW, COL 337)

RAZMISLITE: Zašto pomaganje drugima podiže našu svest o vlastitoj vrednosti? Načini listu malih pažnji koje možeš učiniti svom susedu, voljenoj osobi ili članu porodice. Učini to što si zamislio! Možda ćeš biti iznenađen kako će ti to prijati!

ZA DALJE PROUČAVANJE

»Ako se Bog stara o vrapcima... kako se ne bi starao o onima koji su otkupljeni Hristovom krvlju? Jedna duša je vrednija od celoga sveta. Za jednu dušu Hristos bi pretrpeo celu agoniju Golgote samo da bude spasena za Njegovo carstvo. 'Ne plašite se zato, jer ste vredniji od mnogo vrabaca!'« (EGW, R&H, 3. maj 1892)

»Mi gubimo mnoge i bogate blagoslove zato što zanemarujemo da tražimo Gospoda poniznim srcem. Kada dolazimo pred Njega iskrenim srcem, tražeći od Njega da nam pokaže naše nedostatke, On će nam pokazati našu sliku, koja se odražava u ogledalu Njegove Reči. I tada, kada budemo videli sebe onako kako nas Bog gleda, nemojmo otići zaboravivši kakvi smo kao ljudi. Proučavajmo kritički one osobine svoga karaktera koje nisu dobre i tražimo blagodat da ih usaglasimo s primerom koji nam je pokazan u Božjoj Reči.« (EGW, *The Lake Union Herald*, 3. novembar 1909.)

Dva upravo pročitana navoda daju nam dodatni uvid u to kako da uspostavimo ravnotežu između kompleksa niže vrednosti i oholosti. Čitajte tekst u Rimljanima 12,2.3 u svetlosti ovih navoda da biste postigli ravnotežu u razumevanju sebe i svoje vrednosti.

PITANJA ZA RASPRAVU:

1. Dvadeseto stoleće je bilo jedno od najnasilnijih u istoriji, sa najmasovnijim krvoprolićima ikada zabeleženim. Kako bi darvinovski pogled na ljudsko postojanje, koji tvrdi da je sav život samo rezultat slučajnosti, prirodne selekcije i mutacija, mogao da bude makar delimično odgovoran za takvo nepoštovanje ljudskog života? Drugim rečima, ako su ljudska bića samo napredni majmuni, proizvod slepe slučajnosti, koliko sam po sebi vredi jedan ljudski život?
2. U utorak smo razmatrali pitanje kako viđenje drugih utiče na čovekovu svest o vlastitoj vrednosti. Iako želimo da ohrabrimo ljude i da im pomognemo da izgrade zdravu svest o vlastitoj vrednosti, moramo biti i posebno pažljivi da ne hranimo nečiji egoizam i da ga ne uputimo u smeru koji će se na kraju pokazati štetnim po njega. Kako da ovde uspostavimo zdravu ravnotežu: da podupiremo ljude, a da time ne naudimo njihovom spasenju?
3. Dodatno razmotrite pitanje šta nas Hristov krst uči o našoj pojedinačnoj vrednosti. Razmislite o onome što se događalo na krstu, ko je bio na njemu i šta je Njegova smrt značila za nas i za celi svet? Kako bi nam krst mogao pomoći da steknemo bolji uvid u svoju istinsku vrednost?

LJUBOMORA I ZAVIST



BIBLIJSKI TEKSTOVI ZA PROUČAVANJE: Isaija 14,12-14; Jakov 3,16,17; 2. Mojsijeva 20,17; 1. Mojsijeva 37; 1. Samuilova 18; Matej 12,14.

TEKST ZA PAMĆENJE: »Jarost je nemilostiva, i gnev je plah; ali, ko će odoleti zavisti?« (Priče 27,4)

Jedno od najrazornijih osećanja jeste ljubomora. To je najstariji oblik greha (Isaija 14,14), koji ugrožava ne samo međuljudske odnose (2. Korinćanima 12,20), već i naše fizičko zdravlje (Priče 14,30).

Ljubomora je usmerena protiv pojedinaca; njen cilj su pojedinci koji se proglašavaju za suparnike ili za pretnju. Vrlo često je posledica ljubomore nasilje, psihološko (zlostavljanje rečima, klevetanje, kritikovanje) ili fizičko. Ko nije, u nekom trenutku, osetio nesreću koju donosi i izaziva to osećanje?

Ova pouka govori o slučajevima kada su ljudi ili druga bića dozvoljavali ljubomori da utiče na njihovo ponašanje; ona govori o sotoni, Josifovoj braći, caru Saulu i glavarima svešteničkim u novozavetno vreme. Posledice ljubomore su uvek bile razorne. Veoma je zanimljivo da su sve te ljubomorne osobe zauzimale visoke položaje i uživale prednosti koje dolaze s njime. Ipak, sve su pale u zamku da gaje mržnju prema nekome drugome zbog onoga što su te osobe bile ili imale na raspolaganju.

Gospod nas upozorava protiv tih pogrešnih puteva i poziva nas da volimo svoje bližnje toliko da možemo da se radujemo sa njima zbog njihovih darova, dostignuća i imanja kao da su naša vlastita.

Zašto je sotona bio prognan sa Neba? Isaija 14,12-14. Šta nam to govori o mogućnosti da se čak i u savršenoj okolini, na Nebu, pojavi ova užasna osobina?

Lucifer, najveličanstvenije stvorenje koje je izašlo iz ruke Stvoritelja, dobio je najviše mesto na Nebu koje se može dodeliti stvorenom biću. Njegova čast, lepota i inteligencija graničile su se sa savršenstvom, ali je greh ipak uspeo da se pojavi u njemu (Jezekilj 28,12-15). Savršeni mir i savršena sreća svih stvorenja narušeni su u velikoj meri ovim pokušajem samouzdanja i ljubomore prema Hristu.

»Izjednačiću se sa Višnjim...« (Isaija 14,14) – to je bila misao koja je pokrenula razdor, pobunu, nasilje i nanela mnogo bola svim stanovnicima Neba, a posle njih i svim pripadnicima ljudskog roda. »Sotona je bio ljubomoran na Isusa. On je želeo da Bog zatraži njegov savet prilikom stvaranja čoveka i pošto to nije učinio, bio je pun zavisti, ljubomore i mržnje. Želeo je da uživa najviše časti na Nebu, da bude odmah uz Boga.« (EGW, EW 145)

Kao suprotnost sotoni, možemo da uzmemo Isusa. Nadiranje greha preko ljubomore i sebičnosti bilo je zaustavljeno Isusovom spremnošću da se ponizi spuštanjem na nivo pripadnika ljudskog roda i da bude ubijen kao zločinac da bi se svi mogli izbaviti od večne propasti izazvane grehom (2. Solunjanima 1,9).

Kako Jakov opisuje razliku između zavisti i ljubavi? Jakov 3,16.17. Šta to treba da nam kaže o razornoj moći i demonskoj prirodi svakog oblika ljubomore i zavisti?

Naša grešna priroda je takva da nam svako zlo delo omogućuje da sledeće učinimo mnogo lakše. Kada nas na pogrešan put navedu zavist i sebičnostoljublje, posledice su užasne: »Nesloga i svaka zla stvar!« (Jakov 3,16), kao što kaže Jakov. Prekrasno je što postoji i prostor za drugi izbor, za mudrost, »koja je najpre čista, a potom mirna, krotka, pokorna, puna milosti i dobrih plodova, bez hatera [tj. pristrasnosti] i nelicemerna« (Jakov 3,17). Taj drugi izbor zove se ljubav.

RAZMISLITE: Lucifer nije gledao na ono što ima, već je odlučio da gleda na ono što Isus ima. Kako često smo i mi spremni da se ponašamo na isti ili sličan način? Koliko ljubomore i zavisti gajite prema onima koji imaju »više« od vas? Kako biste mogli da savladate to opasno osećanje?

JOSIFOVA BRAĆA

Vrlo često se ljubomora i zavist pojavljuju među onima koji su inače međusobno vrlo bliski, što posledice čini još ozbiljnijima. Zaista, veliki deo agresivnosti (fizičke ili psihičke) danas se vezuje za krug porodice, a uzrok joj je ljubomora, zavist i suparništvo među njenim pripadnicima.

Šta se pokazalo kao uzrok zla u Jakovljevoj porodici? Šta je navelo braću da počine zločin? Koju ulogu je ljubomora imala u svemu tome? 1.Mojsijeva 37.

Teško je poverovati da su braća mogla da budu tako surova. Zar nisu razmišljala o tome kako će njihovo ponašanje uticati na oca? Njihova ljubomora je postala tako žestoka da je nadvladala ne samo zdrav razum, već i pristojnost i moral. Čemu nas to uči o mogućoj opasnosti koju zavist krije u sebi? Nije nikakvo čudo da jedna cela zapovest upozorava na nju (2. Mojsijeva 20,17).

Osam sveg bola koju su prouzrokovali sebi i svome ocu, tu je bio i strah šta će im Josif učiniti posle očeve smrti (1.Mojsijeva 50,15).

Međutim, Josifovo držanje je bilo i više nego plemenito kada je rekao: »Ne bojte se! Zar sam ja mjesto Boga?« (1. Mojsijeva 50,19) Josif je shvatio da je njegova dužnost da oprostí grešnicima i da se osloni na Božju milost i pravednost.

Josifov život se upoređuje sa životom Isusa Hrista. Ljubomora je navela njegovu braću da ga prodaju kao roba; neki sveštenici i glavari su zavideli Hristu i ta osobina ih je pokretala u delovanju protiv Njega. Josif je bio prodan neznabošcima; Isus je bio prodan svojim neprijateljima. Josif je bio lažno optužen i bačen u tamnicu zbog svoje dobrote; Isus je bio lažno optužen i odbačen zbog svoje pravednosti. Josif je pokazao plemenitu velikodušnost prema svojoj braći; i Isus je oprostio svojim neprijateljima. Zli postupci prema Josifu na kraju su imali dobre posledice; sve što se događalo Isusu, sva zla dela učinjena protiv Njega, izašla su na dobro.

RAZMISLITE: Kakvu vrstu bola i patnji su ljubomora i zavist – vaša ili nekog drugoga – izazvali u vašem životu? Koju pouku ste izvukli iz tog iskustva? Koliko puta ste osetili ljubomoru i zavist zbog nečega što sada izgleda tako beznačajno i nevažno? Koju pouku bi trebalo da naučite iz toga?

SAULOVA LJUBOMORA PREMA DAVIDU – PRVI DEO

Klasični slučaj kako ljubomora deluje može da se vidi u priči o Saulu i Davidu. Saul je bio car, vladar cele države. Imao je sve na svojoj strani, ali se u njemu ipak javila ljubomora i sve se promenilo.

Kako se Saul u početku ponašao prema Davidu? 1. Sam. 18,1-5.

Saulova dela pokazuju da je imao vrlo pozitivan odnos prema Davidu i da mu je dodelio visok položaj u vojsci. Osim toga, uzevši u obzir ponašanje carevog sina prema Davidu, može se kazati da je David uživao naklonost carske porodice.

Šta je promenilo Saulov odnos prema Davidu? 1. Samuilova 18,6-9. Zašto je Saulovo ponašanje u stvari sasvim uobičajeno reagovanje među ljudima?

Ostatak teksta u 1. Samuilovoj 18 pokazuje da je Saulova ljubomora na Davida imala razoran uticaj na mnoga područja života ovih ljudi, ali i celog naroda. Ona ga je navela na sve vrste izopačenosti i prevare, iako ni jedna od njih nije uspevala. Upravo je ono čega se plašio kod Davida postajalo sve izraženije.

Ljubomora izaziva niz loših osećanja: kompleks niže vrednosti, mržnju, sumnjičavost, strah, krivicu i gnev. Saul se plašio Davida, što se nekoliko puta spominje u 18. poglavlju. Možda se plašio da će izgubiti svoj carski položaj ili da će David postati najomiljeniji heroj Izrailja. Međutim, najveći izvor straha bila je činjenica što »Gospod beše s njime, a od Saula beše odstupio« (1. Samuilova 18,12).

Zaista, činjenica da ga je Gospod ostavio predstavljala je stvarni razlog za Saulov strah. Taj strah je uvećala činjenica da je Gospod bio sa Davidom (1. Samuilova 18, 12). Saul nije bio sposoban da u datom položaju primeni jednostavni Gamalilov savet: »Ako bude od ljudi ovaj savet ili ovo delo, pokvariće se; ako li je od Boga, ne možete ga pokvariti!« (Dela 5,38.39) Kada Gospod blagosilja ljude, nema svrhe pokazivati ljubomoru ili tražiti njihovu propast. Bog će nastaviti da ih blagosilja!

RAZMISLITE: Iako je Saulovo držanje pogrešno, zašto nam je relativno lako da ga razumemo? Kakvo je vaše neposredno držanje prema nekome za koga mislite da može da ugrozi vaš položaj? Da li sve prepuštate Gospodu ili pokušavate da primenite neku svoju strategiju?

SAULOVA LJUBOMORA PREMA DAVIDU – DRUGI DEO

Za koji put se Saul opredelio, vođen svojom ljubomorom? Koju poku iz toga možemo izvući za sebe? 1. Samuilova 19.

Saul je isprva postupao prikriveno i lukavo, pokušavajući da ukloni zamišljenu pretnju koju je za njega predstavljao David. Kada u tome nije uspeo, izašao je na otvoreno sa svojim ubilačkim planovima. Verovatno ni sam nije u početku mislio da će otići tako daleko. Međutim, kada se jednom otvore ustave grehu, niko više nije u stanju da predvidi kuda će ga to odvesti.

Ubiti Davida postala je Saulova opsesija. Saulova negativna osećanja, koja su se prvi put pojavila kada su žene opevale Davidove vojničke uspehe, uskoro su dostigla tačku ključanja: došlo je, naime, do pokušaja atentata. U 18. i 19. poglavlju opisano je osam pokušaja, neposredno ili posredno Saulovih, da se Davidu ugrozi život.

Ostatak priče je žalostan, jer je sve krenulo od zla na gore. Kako su se njegova mržnja i ljubomora povećavale, Saul je postao nerazumno sumnjičav prema Davidu, stalno je planirao da ga ubije, istovremeno se plašeći i susednih Filisteja. Pod izgovorom da su se udružili s Davidom, pobio je 85 sveštenika, i mnoštvo ljudi, žena, dece, mladih, pa čak i životinja u svešteničkom gradu Novu (1. Samuilova 22,17-19). Dokle ga je samo odvela nesavladana ljubomora!

Užasnut filistejskim pretnjama, upitao je Gospoda šta da čini. Međutim, Saul je bio otišao suviše daleko od Gospoda, odbacujući mnogo puta Njegove poruke, i tako nije dobio nikakav odgovor. Zato je odlučio da potraži odgovor od zlog duha preko vračare, što je bio postupak koji je sam bio strogo zabranio. Čak se poklonio i bacio na zemlju pred zlim duhom, koji se predstavljao kao pokojni Samuilo (1. Samuilova 28,14). To je bio početak njegovog kraja, jer su već sledećeg dana on i njegovi sinovi izginuli od ruke Filisteja (1. Samuilova 31), kao što mu je i najavio zli duh, očigledno demonska pojava.

Saul je, dopuštavajući ljubomori da se ukoreni u njegovom srcu, krenuo putem potpunog otpada i propasti. I što je još gore, svojim grehom je izazvao patnje ne samo sebi, već i celoj svojoj porodici. Greh je dovoljno loš kada pogađa pojedince, ali su bol i posledice vrlo retko ograničene na jednu osobu. U najvećem broju slučajeva, naša grešna dela negativno utiču i na druge.

Pomislite još jednom na sve slučajeve koje smo proučili do sada! U svakom primeru ljubomore, njene posledice su bile dalekosežne, neočekivane čak i za one koji su je gajili. Kako je važno tome da se, uz pomoć Božje blagodati, trudimo da umremo sebi u trenutku kada to ružno osećanje prepoznamo u svom srcu!

LJUBOMORA PREMA ISUSU

»Jer znadijaše da su ga iz zavisti predali!« (Matej 27,18)

Prelistajte brzo prvih 11 poglavlja Jevanđelja po Mateju, usredsređujući se posebno na ono što je Isus činio. Onda pročitajte tekst u Mateju 12,14! Šta je to u Njemu i u Njegovim delima navelo starešine da odgovore na ovaj način? Šta njihova dela otkrivaju o njihovim srcima? Dok razmišljate o svom odgovoru, upitajte sebe kako biste se vi ponašali da ste bili na njihovom mestu?

Glavari sveštenečki i starešine poznavali su zakon i bili vrlo strogi u njegovom ispunjavanju. Ali, oni su verski život sagledavali do takvih tančina da su izgubili iz vida svrhu religije. Hristov pogled na pobožnost predstavljao je osveženje, i ljudi su čuli radosne poruke o spasenju. Ipak, umesto da zahvale Hristu što im je skrenuo pažnju da njihovi putevi vode u propast, oni su pokušali da ga ubiju.

Kako se često dešava da ceo narod dozvoli da ga ljubomora toliko zaslepi da ne vidi ni očigledne činjenice. Posle svega što je Isus činio, čuda, izlecenja, isterivanja demona, teško je i zamisliti da neko pomisli za Njega da je nešto manje nego Božji poslanik. Dokazi koje je pružao bili su zaista uverljivi (Matej 11,4.5).

Možda i zato što su bili svesni svojih potreba, obični su ljudi bili otvoreniji prema Hristu nego mnoge verske vođe, koje su se plašile da će On promeniti postojeće stanje i ugroziti njihov položaj. Isusova učenja su bila na mnogo načina tako različita od njihovih, Njegovi pozivi tako uverljivi, da su imali dobre razloge da se plaše Njegovog uticaja. Na nesreću po njih, više ih je zanimalo da sačuvaju svoju moć nego da upoznaju i slede istinu.

Činjenica da ih je pokretala ljubomora nije bila tajna. Prema tekstu u Mateju 27,18, čak je i rimski prokurator Pilat znao njihove prave pobude, jer su postale potpuno očigledne. Žalosno je što su te starešine postale tako zaslepljene svojom ljubomorom da su mislile da brane veru od varalice koji je želeo da zavede narod. Da su se u veri i poniznosti predali Bogu umesto da dozvole da ljubomora nadvlada razumno razmišljanje, izbegli bi tragični put koji ih je sigurno odveo u večnu propast. I mi bismo dobro činili kada bismo naveli sebe da se poučimo iz njihovih grešaka.

ZA DALJE PROUČAVANJE

»Sotona je nekada bio poštovani anđeo, odmah do Hrista. Njegovo lice, kao i lica drugih anđela, bilo je blago i izražavalo je sreću. Njegovo čelo je bilo visoko i široko, pokazujući veliku inteligenciju. Njegova građa je bila savršena, njegovo držanje plemenito i dostojanstveno. Međutim, kada je Bog rekao svome Sinu 'da načinimo čoveka po svom obličju!', sotona je postao ljubomorani na Isusa. Želeo je da ga pitaju za savet kada se radilo o stvaranju čoveka, i pošto se to nije desilo, napunio se zavisti, ljubomore i mržnje. Želeo je da dobije najviše počasti na Nebu, da bude odmah do Boga.« (EGW, EW 145)

»Velika mana Saulovog karaktera bila je njegova ljubav prema odobranju. Ta osobina je imala vrhunski uticaj na njega, na njegova dela i misli; sve je bilo obeleženo njegovom željom za hvalom i samouzvišenjem... Saul je čeznuo da bude prvi po proceni ljudi, i kad se začuo onaj hvalospev Davidu, u mislima cara javila se ideja da će David zadobiti srca ljudi i umesto njega sestati na presto. Saul je otvorio svoje srce duhu ljubomore, koji mu je otrovao dušu.« (EGW, PP 650)

PITANJA ZA RASPRAVU:

1. Na čemu bi sve trebalo da budete zahvalni Bogu? Zašto je tako važno razmišljati o tome, a ne o problemima?
2. Može li ljubomora ikada da bude dobra, da nas pokrene da se pravimo? Zašto tako mislite?
3. Setite se nekih biblijskih ličnosti koje su pokazivale ljubomoru, a o kojima smo proučavali u toku ove sedmice: o najvišem anđelu na Nebu, o caru Izrailja, o verskim vođama u Izrailju. Sve su te ličnosti zauzimale visoke položaje, imale si tako mnogo. Ipak, dozvolile su ljubomori da se pojavi i izazove nered. Kako to pokazuje da je ljubomora intimni problem, problem srca, a ne nešto što se pojavljuje kao posledica spoljnih okolnosti? Kako to da neko može imati na raspolaganju sve što mu svet može ponuditi, i da ipak bude rastrzan podmuklim napadima ljubomore?
4. Elen G. Vajt je napisala (V. navod u delu pouke za petak!) da je »velika mana« u Saulovom karakteru bila njegova želja da bude slavljen i hvaljen. Samo jedna »mala« mana, kako mnogi misle, i gledajte šta se dogodilo! Šta nam to govori o opasnosti kojoj se izlažemo ako se ne potrudimo da savladamo sve svoje karakterne mane pre nego što one savladaju nas? Za koja biblijska obećanja možete da se uhvatite da dobijete nadu i ohrabrenje da možete da pobedite te nedostatke?

SLOBODNI OD ROBOVANJA ZLIM NAVIKAMA



BIBLIJSKI TEKSTOVI ZA PROUČAVANJE: Priče 23,29-35; 1. Korinćanima 7,2-5; Matej 25,15-30; Marko 10,17-27; 1. Petrova 3,3,4.

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

U novijoj historiji, mnogi ljudi oslobodili su se tiranije i robovanja. Ipak, postoji i druga vrsta robovanja, vrsta koja može da bude isto toliko teška, ako ne i gora od one prve – robovanja koje se javlja kada neko postane zavisnik. Alkohol, duvan i slične supstance zarobile su milione. Osim toga, opasne zavisnosti koje nisu hemijske prirode sada se množe i jačaju: seks, pornografija, kockanje ili riskantna ulaganja, nagomilavanje novca i imanja.

Sve ove droge čine čoveka zavisnikom (čovek se oseća vrlo loše sve dok opet ne uzme svoju drogu ili ne učini nešto što mu prija) i sve više ga zarobljavaju (svaki put je potrebna veća količina droge da bi se postigao željeni efekat). Stoga zavisniku postaje izuzetno teško da prekine začarani krug koji ga je zarobio i da se oslobodi svoje navike. Zavisnicima je zato neophodna pomoć porodice, Crkve i prijatelja. Njima je neophodna i stručna pomoć, a, iznad svega, delovanje Božje sile u životu, da ih oslobodi, sile koja im je obećana u Gospodu Isusu Hristu.

Vino, pivo i jaka pića u zapadnom svetu se povezuju sa nezaboravnim događajima, radosnim prilikama, praznicima, važnim poslovnim transakcijama. Tako se alkoholnim pićima osigurava prijatan i prihvatljiv izgled. Ona postaju ne samo društveno prihvatljiva, već i »neophodna« u izvesnim okolnostima. Na nesreću, postoji i drugo lice alkohola, ali oni koji ga prodaju ne žele da kupci i potrošači znaju za njega.

Šta mudri Solomun kaže o zloćudnom delovanju alkohola? Priče 23,29-35. Iz vlastitog iskustva, koje ste razorne posledice delovanja alkohola i sami videli?

Slika prekrasnog iskričavog vina koje ujeda kao zmija i truje kao otrovnica zaista je snažna. Ljudsko telo ne prihvata hemijski sastav alkohola kao hranu, već kao otrov. Alkohol se absorbuje u želucu i prenosi u krvotok i dalje u mozak, u pluća, u bubrege i srce za svega nekoliko minuta. Posebno je jetra opterećena prerađivanjem ove materije, i potrebni su sati i sati teškog napora celog organizma da ga se telo konačno oslobodi. Kada je prisutnost alkohola hronična i produžena, organi propadaju i osoba boluje od nekoliko ozbiljnih bolesti.

Na nesreću, uticaj alkohola nadilazi samog pijanca. Upotreba alkohola ima strašnu društvenu cenu. Polovina svih saobraćajnih nezgoda i nesreća na poslu može se pripisati alkoholu. Mnogi zločini se čine pod uticajem alkohola. Javni i privatni fondovi se iscrpljuju pružanjem medicinske pomoći žrtvama alkohola. U domu, bračni drug i deca zavisnika česte su žrtve verbalnog i fizičkog zlostavljanja.

Alkohol, kao i svaka druga psihoaktivna materija, utiče na sposobnost donošenja moralnih odluka; pod uticajem alkohola, ljudi padaju sve dublje i dublje u greh.

Oni koji su pali u zamku zloupotrebe bilo koje štetne materije treba da shvate svoj problem i svoju potrebu da dobiju pomoć od sile koja je veća od njihove – u to je uključena Božja blagodät, podrška porodice ili crkve koja brine o njima, ali i terapija koju obavljaju profesionalci.

RAZMISLITE: Naša Crkva zauzima vrlo odlučan stav kada je u pitanju upotreba alkohola. Ne sudeći i ne osuđujući bilo koga, kako bismo mogli da pomognemo onima koji se bore sa ovim teškim problemom, koji nije ništa ni lakši ni teži od drugih društveno prihvatljivih zloupotreba štetnih materija ili postupaka?

ZLOUPOTREBA INTIMNIH ODNOSA

Šta Biblija kaže o intimnim odnosima kao izvoru zadovoljstva i kao sredstvu za jačanje bračne zajednice? Priče 5,18.19; 1. Korinćanima 7,2-5.

Intimni odnosi su samo jedan od mnogih dobrih darova koje je Bog dao čoveku i ženi. Bog ih je odredio ne samo kao način produženja vrste, već i kao izvor radosti, bliskosti i jedinstva – ali samo u kontekstu braka između jednog čoveka i jedne žene (1. Moj. 1,27.28; 1. Kor. 7,2). Kada se udalji od tog bogomdanog okvira i svrhe, dar postaje greh – greh koji ima razorne posledice (Vidi 1. Kor. 6,18.19!). Samo Bog zna veličinu zla koju je seksualni nemoral doneo ljudskom rodu!

Polni nagon veoma je snažan i upravo zato pogodan za zloupotrebu. On veoma lako može da postane opsednutost kojom čovek teško može da upravlja. Što joj se više popušta, ona traži sve više i više da bi dostigla veličinu zadovoljstva koju je dostizala pre toga.

Prostitucija i preljuba predstavljaju tradicionalne puteve u nemoral i zavisnost od nemorala (Vidi Priče 5,3-14; 9,13-18). Danas su dostupni i drugi oblici seksualne zavisnosti, kao što su pornografija i seks preko Interneta. Internet je postao sveopšti problem, jer sa samo nekoliko poteza mišem unosi najpokvarenije i najštetnije sadržaje u kuću i na radno mesto. Sve to i te kako može da dovede do zavisnosti, navike od koje se ne možete odbraniti, do potkopavanja bračnih i porodičnih veza. Skoro da je nemoguće izračunati štetu koju je preljuba prouzrokovala u svetu.

Nemoral lako započinje, a oni koji mu nisu pali u zamku dobro će učiniti ako se drže daleko od njega. Kako je važno da se svaka osoba suočena sa iskušenjem nemorala i intimnih odnosa izvan svete veze braka ponaša onako kako se Josif ponašao (Vidi 1. Mojsijeva 39,7-12)!

Bog je spreman da oprost i oslobodi svakog ko je pao u zamku nemorala. Pokoravanje Njemu je ključno (Jakov 4,7). Međutim, mehanizam zavisnosti je tako složen da i profesionalna pomoć može da postane neophodna.

RAZMISLITE: Kako biste mogli da pomognete nekome ko, iako kriv za nemoral, želi da potraži oprost i isceljenje od Boga? Možda i vi sami imate problema sa time. Kako da znate da nije izgubljena svaka nada sve dok je vi sami ne izgubite? Hristos oprašta i leči!

Iako Biblija ne istupa oštro i izričito ne zabranjuje kockanje kao takvo, bilo bi teško zamisliti Hrista ili Pavla za kockarskim stolom u Las Vegasu, zar ne?

U isto vreme, Pavle opominje protiv ljubavi prema novcu, proglašavajući je za koren svakog zla i razlog zašto ljudi odbacuju veru (1. Timotiju 6,10). Za neke, željne bogatstva, kockanje je postalo zamka kojom se sotona služi da ih uništi.

Pročitajte Matej 25,15-30. Kako bi se pouka iz priče o talantima mogla primeniti na problem kockanja, posebno zato što većina kockara gubi?

Kockanje je za gubitnike. Ova industrija cveta samo zato što više novca dobija nego što gubi. Kakve su, na primer, mogućnosti dobitka na lutriji? Užasno male, jedan prema nekoliko miliona! Veća je mogućnost da vas udari grom nego da dobijete glavni zgoditak na lutriji!

Sama logika treba da nas upozori da ne trošimo novac i vreme na kockanje. Kao što rekosmo, kockarska industrija može da opstane samo ako ljudi gube osetno više nego što dobijaju! Ipak, ljudi se kockaju, isprva samo zbog zabave, a kasnije postaju zavisnici koji ne mogu drukčije!

Zašto? Izgleda da je u srži problema potreba za uzdizanjem u vlastitim očima. Mnogi nalaze posebno zadovoljstvo u maštanju o dobitku. Kada ne dobiju, jača njihova nada da će dobiti sledeći put. I tako se neprestano kockaju. Kada potroše sav svoj novac, pozajmljuju, lažu, krađu da bi dobili još jednu »dozu« ove »droge«.

Nama se možda čini da zavisnost od kockanja ne postoji u hrišćanskim sredinama, ali je Elen G. Vajt pisala o tome u svoje vreme, jer je to i tada predstavljalo problem. Nemamo razloga da verujemo da su današnji hrišćani otporni na ovu opasnost.

Oporavljanje od kockanja zahteva višestruku aktivnost: prvo, zavisnik mora da prizna da ima ozbiljan problem. Zatim, mora da prestane smesta, tražeći podršku u grupi da bi izbegao ponovni pad. Budite budni i bežite od svakog podsticaja na kockanje. Najvažnija je stalna veza sa Bogom i oslanjanje na Njegova obećanja o izlečenju, kada se borimo protiv bilo kojeg iskušenja.

RAZMISLITE: Šta biste kazali ili učinili kada bi vam neko koga poznajete priznao: »Zavisan sam od kockanja i jednostavno ne mogu da prestanem!« Na koja biblijska obećanja biste mu mogli ukazati? 1. Korinćanima 10,13; 1. Petrova 4,1.2.

LJUBAV PREMA NOVCU

»Taštinu i reč lažnu udalji od mene, siromaštva ni bogatstva ne daj mi, hrani me hlebom po obroku mojemu, da ne bih, najedavši se, odrekao se tebe i rekao: ko je Gospod? Ili, osiromašivši, da ne bih krao i uzalud uzimao ime Gospoda Boga svojega.« (Priče 30,8,9)

Biblija ne ograničava količinu novca koju neko želi da stekne, ali opominje protiv pogrešnog stava prema novcu i imanju, poput lakomstva i pohlepe. Pogrešno opredeljenje može ljude zarobiti željom za novcem, tako da postanu nasilni i zarobljeni porivom za sticanjem novca i nagomilavanjem imanja. Te teme mogu da zauzimaju toliki deo njihovog vremena i napora da im novac i imanje postanu lažni bogovi.

Informatika je olakšala trku za novcem, ali ju je istovremeno učinila riskantnijom za takve zavisnike. Na primer, privatni investitori koji trguju akcijama mogu sada da svoje transakcije obavljaju preko Interneta. U takvom okruženju, mnogi su uhvaćeni u zamku da satima sede za kompjuterom da bi nešto zaradili, što se veoma razlikuje od toga da, kao verni pristavi, mudro i pažljivo ulažu svoja sredstva.

Koje opomene protiv obuzetosti bogatstvom nam upućuje Biblija? Marko 10,17-27; 1. Timotiju 6,10; Luka 12,15.

Izrazi kao što su »posta zlovoljan« i »otide žalostan« (Marko 10,22) govore nam da je ljubav bogatog mladića prema bogatstvu bila veća od njegove ljubavi prema Učitelju. Nagomilavanje novca ili poseda nije samo po sebi ni dobro ni loše. Sve zavisi od toga gde je srce (Matej 6,21). To postaje opasno kada onemogućući ono što treba da bude čovekov prvi cilj u životu: traženje carstva Božjega i pravde Njegovog (Matej 6,33).

Brod »Čanunga« na svom putu iz Liverpula u Ameriku sudario se sa malim nemačkim brodom. Sa više od dve stotine putnika, brod je potonuo za manje od pola sata posle sudara. Čamci za spasavanje su bili spuštani u more, ali su se spasle samo 34 osobe. Zašto tako mali deo? Skoro svi putnici su uzeli svoje teške pojaseve sa zlatom i srebrom i vezali ih oko struka. Odbijajući da se rastanu od svoga novca, postali su nemoćni da se domognu čamaca i tako su izgubili i život i novac.

RAZMISLITE: Ko ne voli novac? Zato treba da sebi postavite pitanje: »Da li ja upravljam svojom željom za novcem ili ona upravlja mnom?«

Šta Petar kaže o čovekovoj obuzetosti sobom? 1. Petrova 3,3.4. Kako se ova Petrova slika razlikuje od onoga što nam društvo govori?

Društvo pridaje izuzetno veliku važnost ličnom izgledu. To je slabost koja je pratila čovečanstvo u toku cele njegove istorije. U naše dane, ovo naglašavanje lepote i negovanja tela dostiglo je neslućene razmere. Svetska kozmetička industrija ima ukupni promet koji dostiže polovinu svetskog prometa hranom. Osim na kozmetičke preparate, mnogi ljudi troše beskrajno velike svote na bodi-bilding, kozmetičke operacije na licu, presađivanje kose, plastične operacije, specijalne dijetе, i tako dalje, sve sa ciljem da poboljšaju svoj izgled.

Ova velika želja za ulepšavanjem izlaže ljude i žene opasnosti da postanu zavisnici. Neki postaju zavisni od vežbanja, drugi pokušavaju da jedu sve manje svaki put sve dok ne dovedu u opasnost svoj život. Ima i onih koji su opsednuti lepotom kose ili kože, i koji se podvrgavaju složenim, skupim i beskrajnim procedurama.

Kako bismo Isusove reči o blagu na zemlji mogli primeniti na ovo područje ponašanja? Matej 6,19-21. Zašto su ovde na delu ista načela?

Nema ništa loše u nastojanju da neko bude u dobroj formi, čist i da lepo izgleda, ali, ako se usredsređujemo na to područje, lako nam se može dogoditi da nam izgled postane idol, a mi idolopoklonici. Hristos je govorio o potrebi da sabiramo sebi blago na Nebu, a ne na Zemlji, gde ništa ne traje večno i gde sve može da nas odvoji od traženja Božjeg carstva. Zaista, ima nešto u spoljašnjem izgledu u šta možete biti sigurni: pre ili kasnije, vreme i život će ga promeniti!

Slično materijalnim sredstvima, i naše telo je blago koje nam je povereno, ali se izlažemo velikoj opasnosti ako ga pretvorimo u idola u slučaju da naša briga o njemu pređe u opsesiju. Nije uvek lako odrediti granicu i znati kada smo je prešli, ali je uvek neophodno da budemo pažljivi kada se o tome radi.

RAZMISLITE: Koju vrstu poruke upućujemo mladom naraštaju u crkvi u odnosu na ovo područje ponašanja? Šta naglašavamo? Na koje neverbalne načine im šaljemo pogrešne poruke? Objasnite svoj odgovor u razredu!

ZA DALJE PROUČAVANJE

»Reči i dela jasno svedoče šta nam je u srcu. Ukoliko taština i oholost, samoljublje i ljubav prema odevanju ispunjavaju naše srce, onda ćemo razgovarati o modi, o haljinama, o izgledu, ali ne i o Hristu ili o Nebeskom carstvu. Ukoliko zavirljiva osećanja stanuju u srcu, ona će se pokazati u rečima i delima. Oni koji sebe odmeravaju prema drugima čine ono što drugi čine, ne sežu ni za kakvim višim dostignućima, izgovarajući se greškama i zlodelima drugih, hrane se 'rošćićima' i ostaće duhovni patuljci sve dok udovoljavaju sotoni povlađujući svojim neposvećenim osećanjima. Neki se bave onim šta će jesti ili piti, i u što će se odenuti. Njihove misli su rezultat onoga čega je puno njihovo srce, kao da su prolazne stvari veliki cilj života, najviše dostignuće. Takvi ljudi zaboravljaju Hristove reči: 'Ištite najpre carstva Božjega i pravde Njegovе, a ovo će vam se sve dodati!'« (EGW, 1T 500)

PITANJA ZA RASPRAVU:

1. **Razgovarajte u razredu o odgovoru na završno pitanje u pouci za četvrtak!**
2. **Zašto je tako važno da ne izričemo svoj sud o nekome ko se bori s nekom zavisnošću bilo koje vrste? Naravno, mnogo je lakše izricati svoj sud, nego pomagati nekome. Zašto moramo biti vrlo pažljivi u tome?**
3. **Neke zavisnosti su mnogo društveno prihvatljivije od drugih, što samo može da poveća opasnost koja od njih preti. Na primer, koliko ljudi je otišlo da se leči od opsednutosti bogatstvom ili slavom ili moći? Kako bismo mogli naučiti da se ne povodimo za društvenim ocenama neke zavisnosti?**
4. **Koliko god da bude snažna neka zavisnost u vašem životu, ili u životu nekoga koga poznajete, postoji li išta od čega nas Gospod ne bi mogao osloboditi? Kako, onda, da dozvolimo Hristu da deluje u našem životu da bismo se osposobili da budemo pobednici? (videti Luka 9,23)**
5. **Koju vrstu programa vodi vaša mesna crkva u nastojanju da pomogne osobama koje se bore s nekim zavisnošću? Šta vaša mesna crkva može da učini da pomogne onima koji su u potrebi? Na koje načine bi ovakvi programi mogli da budu misionarski, evanđeoski poduhvati za spasavanje bližnjih?**
6. **Pročitajte tekstove u 1. Petrovoj 4,1.2! Koju poruku nam Gospod šalje preko tih tekstova o svemu što je uključeno u pobedu nad**

PRIRODA KAO IZVOR ZDRAVLJA



grešnim zavisnostima?

BIBLIJSKI TEKSTOVI ZA PROUČAVANJE: 1. Mojsijeva 1,27 - 2,25; 3; Jeremija 10,12.13; Psalam 19,1-7; Matej 6,25-34; Psalam 104.

TEKST ZA PAMĆENJE: »Nebesa kazuju slavu Božju, i de la ruku njegovih glasi svod nebeski. Dan danu dokazuje i noć noći javlja.« (Psalam 19,1.2)

Bog je stvorio Adama i Evu po svom obličju. Šta bi im mogao dati kao savršenije nasleđe od toga? On ih je postavio u Edemski vrt. Kakvo okruženje je moglo biti savršenije? I nasleđe i okolina, sve je bilo božanski uravnoteženo da unapredi i sačuva savršeno mentalno i fizičko zdravlje.

Međutim, greh je sve pokvario, i u drugoj generaciji ljudskog roda ljubomora, mržnja i nasilje zatrovali su svet. Prirodna okolina je pretrpela početne posledice greha, a, kada je greh postao neizdržljivo velik, Potop je zauvek izmenio sliku Zemlje.

Ipak, mnogo lepote i dobrote opstalo je u svetu prirode. Priroda nas i dalje snabdeva dovoljnim izvorima dobara da zadovolji sve naše osnovne potrebe. Priroda može da nam donese i radost, sreću i blagostanje i da nam bar delimično nadoknadi bedu izazvanu grehom.

I tako, uprkos nasilnim i smrtonosnim procesima u njoj, priroda može da bude izvor mentalnog i fizičkog zdravlja. Ona, osim toga, postaje i sredstvo da se približimo svome Stvoritelju, izvoru svakog dobra: »Svaki dobri dar i svaki poklon savršeni odozgo je, dolazi od oca svetlosti, u kojega nema promenjivanja ni menjanja videla i mraka!« (Jakov 1,17)

Danas, dok živimo u svetu koji je pomračen i pokvaren grehom, možemo samo da zamišljamo kako je bilo našim praroditeljima u Edemskom vrtu. Nije bilo greha, ni patnji, ni smrti – ničega da im donese one tuge i boli koje mi danas tako dobro poznajemo. U izvesnom smislu, mi smo se toliko navikli na takvu stvarnost, ona nam je postala tako obična, da zaboravljamo da se radi o uljezu, onome što nije bilo deo prvobitnog stvaranja, onome što nikada nije ni trebalo da bude, onome što nam je obećano da će jednoga dana zauvek nestati.

Kakvu sliku nam prve stranice Biblije pružaju o životu i okolini u kojoj su prvi ljudi živeli u Edemu? Koliko se sve to razlikovalo od onoga u čemu se mi danas nalazimo? 1. Moj. 1,27 – 2,25.

Novostvoreni par je bio postavljen u vrt koji je sam Bog zasadio (1. Moj. sijeve 2,8). Iako je biblijski izveštaj kratak, kada posmatramo prekrasno obilje koje nam priroda danas pruža, raskošnu raznolikost proizvoda kojima nas ona danas snabdeva, pomišljamo kako je tek izgledao Edemski vrt! Njihova čula su bila izložena prizorima, zvucima, ukusima, dodirima i mirisima koji su morali da donesu mnogo zadovoljstva, uživanja i blagostanja našim praroditeljima. Zaista je to bio pravi raj!

Nema nikakve sumnje da je ova okolina bila posebno izabrana da zadovolji sve potrebe novostvorenih ljudskih bića. Njihove fizičke, emocionalne i umne potrebe bile su i više nego zadovoljene. Psihička stanja kao što su nesigurnost, zabrinutost i strah bila su im potpuno nepoznata, jer nije bilo ničega da ih izazove.

»Stvoritelj je za naše praroditelje izabrao okolinu koja je bila najbolje prilagođena njihovom zdravlju i sreći. On ih nije stavio u palatu ili okružio veštačkim ukrasima i udobnostima za koje se mnogi danas otimaju... U vrtu koji je Bog pripremio kao dom za svoju decu, skladno žbunje i nežni cvetovi pozdravljali su oko na svakom koraku. Bilo je tamo svakovrsnog drveća, a mnoga od njih bila su prepuna mirisnog i ukusnog voća. Na njihovim granama ptice su pevale svoje pesme hvale. U njihovom su hladu zemaljska stvorenja ležala zajedno bez straha.« (EGW, MH 261)

RAZMISLITE: Pokušajte da zamislite kako je morao izgledati Edemski vrt! Pomislite na poglede, mirise, ukuse, na sve uređeno tako da privuče naša čula. Šta bi to trebalo da nam kaže o tome kako su, u načelu, naša tela prikladno načinjena, stvorena za uživanje u životu?

Kakvo god čudo i lepotu da nađemo u prirodi, danas je ona mač sa dve oštrice. Lepota i čudo su tu, ali i glad, zemljotresi, otrovi i bolesti. Nešto strašno se dogodilo.

Do kakvih neposrednih promena na ljudima i u prirodi je došlo zbog pada u greh? 1. Mojsijeva 3.

Greh je prouzrokovao neposredne fizičke i duhovne promene u ljudskom životu. I priroda je trpela zbog uticaja greha. Greh je uneo razorne promene u sve što je stvoreno, i to na tri načina:

Zemljište je bilo prokletu (1. Mojsijeva 3,17). Posle odlaska iz Edemskog vrta, Adam i Eva su se suočili sa neposrednim preprekama u obrađivanju zemlje. Zemlja je počela da proizvodi neželjeno trnje i korov. Vrlo je verovatno da su i bolesti sprečavale zdravo rasteenje. Sve je postalo još mnogo gore posle razornog uticaja Potopa.

Ljudska bića su doživela značajne promene. Umor i bol su postali stvarnost. Odnos između čoveka i žene se promenio. Poglavlje kao da naglašava da Eva do tada nije trpela nikakve bolove prilikom rađanja dece. Odnos Adama prema zemlji se promenio i rad je od tada postao mnogo naporniji nego pre toga. Mi ne znamo kako je svest o bliskosti smrti uticala na prvi par, ali je sigurno morala promeniti njihov celokupni pogled na život.

Greh je uticao na ponašanje i čoveka i životinja. Mržnja, ljubomora, sebičnost, grubost, itd., navodili su na nasilje čoveka protiv čoveka i protiv životinja. Došlo je i do drugih nama nepoznatih načina uništavanja i narušavanja životne sredine – možda uporedivih sa onima koje poznajemo danas. Životinje su počele da ubijaju jedna drugu zbog hrane i zbog borbe oko vlasti. Kao što je opisano u tekstu u 1. Mojsijevoj 3-6, pokvarenost i nasilje su se umnožili do te mere da je Bogu postalo žao što je stvorio sva ta bića (1. Mojsijeva 6,5-7).

Prava veličina svih tih promena nije nam otkrivena, ali možemo da pretpostavimo da su one bile očigledne i vrlo velike. Ipak je Bog, u svojoj beskrajnoj milosti, sačuvao veliki deo svoga veličanstvenog prvobitnog stvaranja radi dobra čoveka.

RAZMISLITE: Pogledajte oko sebe i vidite čuda prirode kuda god vam pogled padne! Koji ostaci prvobitne stvaralačke lepote izgleda da su se zadržali? Koju nadu možete da crpete iz tih tragova koji vas uveravaju u ostvarljivost obećanja o boljem svetu?

BOŽJI DAROVI PREKO PRIRODE

Svet prirode predstavlja snažno svedočanstvo ne samo o Božjem postojanju, već i o Njegovoj sili. Žalosno je, kao što Pavle naglašava, da su se ljudi – svakako nadahnuti od sotone – okrenuli od živoga Boga i počeli da obožavaju stvorenja umesto Stvoritelja (Rim. 1,19-25).

Koju sliku Božje stvaralačke sile i Njegovog uticaja na prirodna zbivanja daje prorok Jeremija? Jeremija 10,12.13. Šta o Božjem karakteru možemo naučiti na temelju Njegovih stvorenih dela?

Naravno, kao što svi mi znamo, priroda se ponekad okreće protiv nas, šireći užas preko zemljotresa, vulkanskih erupcija, poplava, i drugih katastrofa. Koji su razlozi tih katastrofa, gde i kada će se dogoditi, mi za sada ne znamo. Međutim, ipak znamo da nam prvih nekoliko poglavlja Knjige o Jovu pokazuju stvarnost velike borbe između Boga i sotone i da se sotona služi silama prirode u pogrešne i razorne svrhe. Uprkos svim tim strašnim zbivanjima, Božja dobrota se i dalje može videti u svetu prirode.

Kako biste svojim rečima izrazili osnovne Davidove misli izrečene u Psalmu 19,1-6?

Tradicionalno na prirodu gledamo kao na Božju drugu knjigu. Ako posmatramo i proučavamo svet prirode sa poniznošću i otvorenošću za uticaj Svetog Duha, on će produbiti veru i poverenje u Boga. Priroda će nam tada pružiti dodatno razumevanje Božje ljubavi prema stvorenjima. Sve to može da postane veliki izvor psihičkog rasterećenja i duhovne utehe. Ponekad, kada sve drugo izneveri, lepota prirode i ono što nam ona svedoči o Bogu može da postane izvor velikog ohrabrenja i nade.

RAZMISLITE: Ako, dok nekome svedočimo o Božjoj dobroti – posebno kako je otkrivena u prirodi – ta osoba postavi pitanje o cunamiju, zemljotresu, gladi i ostalome, šta ćete joj odgovoriti? Šta nam stvarnost svih tih prirodnih katastrofa govori o granicama onoga što nam priroda može otkriti o Bogu?

GIJEZIJEV PAD

**»Pogledajte na ljiljane u polju kako rastu; ne trude se niti predu!«
(Matej 6,28)**

Neki mladić, koji je celoga života bio ateista, obratio se Bogu u svojim ranim dvadesetim godinama. Neposredno posle svog novorođenja, otišao je da provede nekoliko meseci u prirodi na selu. Često je lutao šumama, diveći se čudima koja je Bog stvorio i njihovoj lepoti. Naravno, on je i pre obraćenja gledao prekrasna Božja dela u prirodi, ali je tek sada počeo da otkriva karakter Gospoda koji je sve to stvorio. Bilo je, kako je kasnije govorio, »kao da su se moje oči prvi put u životu širom otvorile!« Upravo je u toku tih meseci ovaj novorođeni hrišćanin zaista upoznao Gospoda.

**Šta, po Isusovim rečima, možemo da naučimo proučavajući prirodu?
Matej 6,25-34.**

Nema sumnje, mi zaista možemo da steknemo mnogo dragocenih pouka proučavajući stvoreni svet, ali priroda može da nam bude na duhovnu korist i na drugi način. Tekst u Luki 5,16. kaže za Hrista da »odlažaše u pustinju da se moli Bogu«. Elen Vajt naglašava da je Isus to često činio. I nama je ponekad potrebno da se odvojimo od svega i da budemo sami sa Gospodom u prirodnoj okolini. Lepota, uteha, mir, vedrina koje često nalazimo u svetu prirode mogu da progovore našem srcu i umu onako kako ništa drugo ne može. Ne mora doći do iznenadnog otkrića neke nove istine; ne moramo steći novi uvid u neko učenje ili biblijski tekst. Umesto toga, možemo prepoznati ljubav i silu Onoga koji je sve to stvorio. Iako mi u prirodi možemo upoznati Gospoda na načine svojstvene svakom od nas pojedinačno, nema nikakve sumnje da vreme nasamo provedeno u prirodi, u razgovoru s Bogom, može da donese i isceljenje i mir telu i duši.

»Svima koji se nalaze u Gospodnjoj školi potrebni su tihi časovi razgovora sa svojim vlastitim srcem, sa prirodom i sa Bogom. U njima treba da se pokaže život koji nije u skladu sa svetom, njegovim običajima ili njegovim navikama; njima je neophodno lično iskustvo u sticanju znanja o Božjoj volji. Svako od nas ga mora čuti kako se obraća njegovom srcu. Kada začuti svaki drugi glas i kada mirno čekamo Boga, tako ćemo u tišini bolje čuti Njegov glas.« (EGW, MH 58)

RAZMISLITE: Kada ste poslednji put razgovarali sa Bogom u prirodi? Ako je ikako moguće, potrudite se da to ostvarite. Možda ćete se iznenaditi dobrim rezultatima takvog susreta.

PSALAM 104

U 19. stoleću, popularno verovanje poznato kao »deizam« tvrdilo je da je Bog stvorio svet, a onda ga prepustio samome sebi. Drugim rečima, prema tom verovanju, Bog postoji, ali ne želi da se meša ni u šta.

Međutim, ovo verovanje nije u skladu s Biblijom. Bog nije jednostavno navio svet kao neki veliki časovnik i onda ga ostavio da kuca, bez obzira na posledice. Prema Bibliji, Bog je usko povezan sa svime što se dešava u svetu. Osim toga, šta je Krst ako nije Božje neposredno i izrazito mešanje u ljudske poslove i u čovekovu budućnost?

Pročitajte Psalam 104 uz molitvu. Šta nam on govori o Božjoj ulozi prilikom Stvaranja i u svetu prirode posle toga?

Možda je najznačajnija misao u vezi sa Psalmom 104 upravo oduševljenje i uzbuđenje kojim on zrači. Psalmista se raduje Gospodnjoj moći da stvara i održava svet. Skoro da možete čuti te izlive hvale i slave. Psalmista vidi stvarno i svakodnevno Božije delovanje u svetu prirode.

Bog predstavljen u ovom Psalmu nije deistički Bog! To je Bog koji je uključen u sve što se ovde zbiva. Nema sumnje, bez obzira na sve svoje nevolje, psalmista nalazi utehu i nadu u Gospodnjoj moći. Svakako, razmišljanje o pticama u njihovim gnezdimama i o lavovima koji traže svoju hranu neće rešiti nijednu svakodnevnu borbu sa kojom se suočava, ali mu ono što vidi u prirodi govori o Božjoj dobroti i sili i daje mu nadu.

Priroda može da bude i izvor izlečenja za telo, um i duh. U mnogo slučajeva, svež vazduh, sunčeva svetlost, voda i zdrava ishrana mogu da učine čuda za nas i fizički i psihički. Prirodni lekovi ostaju snažno sredstvo za održavanje zdravlja i za izlečenje.

Neki lekari takođe često govore ljudima da ostave svoje poslove i stres i da nađu odmor i opuštanje negde u prirodnoj sredini. Neka istraživanja pokazuju kako je povoljan uticaj prirode i prirodne okoline na duh i telo. Bog je naše praroditelje postavio u vrt, a ne u zgradu na gradskom trgu. Zbog nečeg u nama, više nam prija polje ljljana nego asfaltirano parkiralište.

RAZMISLITE: Priroda je jedan od Božjih velikih darova čoveku. Moramo učiniti sve što je u našoj moći da iskoristimo taj veliki dar. Na koji način biste i vi mogli da doživite veći blagoslov od Boga, blagoslov koji vam je spremio u prirodi?

ZA DALJE PROUČAVANJE

»Dom naših praroditelja trebalo je da postane uzor drugim domovima kada njihova deca budu pošla da zauzmu zemlju. Taj dom, ulepšan rukom samoga Boga, nije bio blistava palata. Ljudi u svojoj oholosti uživaju u veličanstvenim i skupim zgradama i traže svoju slavu u delima svojih ruku, ali Bog je Adama stavio u vrt. To je bio njegov dom. Plavo nebo bilo mu je kupola; zemlja, sa svojim nežnim cvetovima i tepihom živog zelenila, bila mu je pod, a lisnate grančice prekrasnog drveća, njegov baldahin. Zidovi tog doma bili su ukrašeni najveličanstvenijim ukrasima – ručnim radom velikog Umetnika. U takvom okruženju svetog para krije se pouka za sva vremena – da se prava sreća ne nalazi u popušanju oholosti i luksuzu, već u zajednici sa Bogom preko Njegovih stvorenih dela. Kada bi ljudi posvećivali manje pažnje onome što je veštačko i negovali veću jednostavnost, bili bi mnogo bliži svrsi sa kojom su stvoreni.« (EGW, PP 49.50)

»Stalna povezanost sa tajnom života i lepotom prirode, ali i nežnost koju u nama pokreće briga o tim prekrasnim delima Božjeg stvaranja, oživljavaju um i oplemenjuju karakter.« (EGW, AH 143)

PITANJA ZA RASPRAVU:

1. **Kako da se sačuvamo da ne pređemo granicu između ljubitelja prirode i obožavalaca prirode? Zašto nije uvek lako povući tu granicu? Ma koliko da je prekrasna, moramo se uvek sećati da nas priroda nikada ne može spasti. Samo Bog koji je stvorio prirodu to može. Zašto je važno da uvek imamo na umu tu važnu istinu?**
2. **Šta mi kao biblijski hrišćani možemo da kažemo o celokupnom pitanju čovekove okoline? Šta u našem učenju može da nam posluži kao deo odgovora na ovo važno pitanje? U isto vreme, kako da odgovorimo na sledeće pitanje: »Ako znamo da će Gospod uskoro doći, da će ovaj celi svet biti uništen i ponovo stvoren, zar je onda pitanje čovekove prirodne okoline zaista tako važno?«**
3. **Kako današnji neverovatni napredak na naučnom području i u poznavanju prirode može ojačati našu ljubav prema Bogu i divljenje Njegovoj stvaralačkoj sili? Pomislite na sve što danas znamo o svetu prirode o čemu ljudi u prošlosti nisu ni sanjali. Prema tome, u kom smislu smo u prednosti u odnosu na njih da se divimo stvaralačkoj sili našega Gospoda?**

ZAJEDNICA SA ISUSOM HRISTOM



BIBLIJSKI TEKSTOVI ZA PROUČAVANJE: Marko 1,21-35; Luka 4,31-42; Matej 6,14.15; 25,34-46; 26,36-44; Psalam 31,24.

TEKST ZA PAMĆENJE: »Budite u meni i ja ću u vama. Kao što loza ne može roda roditi sama od sebe ako ne bude na čokotu, tako i vi, ako u meni ne budete!« (Jovan 15,4)

Nedavno su istraživanja ukazala na pozitivni uticaj koji vera, duhovnost, molitva, oprostjenje, nada i crkveni život mogu da imaju na zdravlje, uključujući i duševno zdravlje. Mnogobrojne istaknute naučne publikacije govore o vezi između verske opredeljenosti i dobrog duševnog i emocionalnog stanja. Da li vas to iznenađuje?

Zapravo, u ovome nema nikakve čarolije; ovaj faktor vere utiče samo na one koji su duboko odani svojim verskim načelima. Istaknuti psihijatar Montegju Barker, stručnjak za vezu između religije i duševnog zdravlja, kaže da je religija snažna zaštita protiv duševnih bolesti, ali samo onda kada su vernici iskreno i duboko odani svojim verovanjima. Ako nisu, religija može da postane izvor krivice i uzrok emocionalnih i duševnih poremećaja.

Ove sedmice ćemo proučavati naš najbolji primer – Isusa Hrista – da naučimo kako da budemo jaki u veri. Proučavajući Njegov život i održavajući blizak odnos sa Njime, možemo da izgradimo pouzdane mehanizme duhovnog rasta, što samo po sebi može dovesti i do boljeg duševnog zdravlja.

Molitva i proučavanje Biblije, bogoslužjenje, spremnost za opraštanje, služba bližnjima, nada i uzdanje u Boga, sve su to sigurni putevi duhovnog razvoja i duševnog zdravlja. Sa Hristom kao svojim Primerom, ne možemo zalutati.

GOSPOD KOJI SE MOLI

Šta možemo naučiti iz Hristovih navika u molitvi? Šta nam to govori o našim potrebama za molitvom? Marko 1,21-35; Luka 4,31-42.

Isusa nalazimo kako te subote odlazi u sinagogu u Kapernaumu, kako poučava iz Pisma zadivljenu grupu vernika koji priznaju Njegov autoritet, i kako leči čoveka koji je bio opsednut demonima. Posle tog bogoslužjenja, Hristos i Njegovi učenici odlaze do kuće Petra i Andrije, gde Hristos leči Petrovu taštu. Na kraju dana, mnogi (Marko 1,33) se okupljaju oko Isusa, dovodeći mu mnoštvo bolesnika i opsednutih da ih izleči.

»Nikada pre toga nije Kapernaum doživeo dan sličan ovome. Vazduh je odzvanjao glasovima pobede i uzvicima izbavljenja. Sve dok i poslednji paćenik nije bio izlečen, Isus nije prestao da radi. Tek duboko u noć, kada se mnoštvo razišlo svojim kućama, tišina je zavladała i u Simonovom domu.« (EGW, *Lift Him Up*, 86)

Morao je to biti naporan dan za Hrista. Međutim, sledećeg jutra nije dugo spavao. Bilo mu potrebno da razgovara sa svojim Ocem; zato je ustao pre zore, otišao na usamljeno mesto, i proveo jedno vreme u molitvi. Isus, Božji Sin, koji je bio s Ocem pre nego što je svet nastao (Jovan 17,5), koji je stvorio celokupni svemir (Jovan 1,3), zar je zaista osećao takvu potrebu za molitvom? I sama pomisao na to je veličanstvena!

Posle napornih dana, mi smo skloni da odlažemo molitvu i razgovor s Bogom, ali upravo u tim trenucima psihičke iscrpljenosti najviše su nam potrebni lekoviti mir koji donosi molitva i vreme uz Božju Reč. Hristos je to znao i zato je održavao stalnu i usku vezu sa svojim Ocem. Ako je to bilo neophodno Isusu, koliko je više potrebno nama?

Molitva povoljno utiče na blagostanje i duševno zdravlje čoveka. Iako ne razumemo mnogo toga u vezi sa molitvom, iako ne znamo kako ona deluje i zašto uopšte deluje, dobili smo savet da se molimo (Luka 18,1; 21,36; Rimljanima 12,12). Ko nije doživeo, pošto je proveo neko vreme u razgovoru s Gospodom ili u čitanju Reči, blagotvorni uticaj tako provedenog vremena na svoj um i duh? Nama nije neophodno da razumemo sve tajne molitve da bismo shvatili koliko je bitno da održimo uski međusobni odnos sa Bogom.

RAZMISLITE: Kakav je vaš molitveni život? Koliko vremena provodite sa Božjom Rečju? Na koji način bi vaša lična bogoslužjenja mogla da izvrše veći uticaj na vaš život? Iako je važno da provodimo vreme u molitvi i u proučavanju Biblije, samo vreme nije jedini značajan element. Koji drugi faktori su neophodni?

Hristos je redovno odlazio subotom u sinagogu (Luka 4,16). Njegov primer treba da nam ukaže na važnost zajedništva. Zamisao o »usamljenom hrišćaninu«, koji živi nezavisno od zajednice, nije biblijska. Iako se u Bibliji može naći i poneki primer, to ne dokazuje da je to Božji plan. U celom Pismu vidimo sliku Božjeg naroda kao zajednice vernika, kao grupe koja zajednički radi na međusobnom dobru i na dobru Crkve kao celine.

Šta Pavle kaže o našoj ulozi i mestu u široj crkvenoj zajednici? 1. Korinćanima 12,12-31; Efescima 4,15.16.

Veoma je zanimljivo da upravo poslednjih godina značajna istraživanja pokazuju da oni koji prisustvuju i učestvuju u crkvenim bogoslužjenjima i delatnostima, nasuprot onima koji to ne čine, imaju sledeće prednosti:

Otporniji su prema drogama,

Odgovorniji su prema suprotnom polu,

Manje se upuštaju u riskantna ponašanja,

Pošteniji su u poslovima i u radu,

Uživaju veću društvenu i grupnu podršku,

Pokazuju viši nivo samopoštovanja i lične uspešnosti,

Bolje se suočavaju sa gubicima – sa smrću voljenih, katastrofama, zdravstvenim problemima i tako dalje,

Skloniji su da gaje pozitivna osećanja – ljubav, opraštanje, zadovoljstvo...

Manje skloni da gaje negativna osećanja – krivicu, strah, neprijateljstvo, gnev ...

Pripadanje Crkvi može da bude veliki izvor blagoslova. Takva okolina može da deluje lekovito na dušu i na telo. Istina, ponekad se problemi pojavljuju i u zajednici, i neki postaju ljuti i ogorčeni, ali mnogo češće se događa da oni koji svoje probleme rešavaju u Crkvi dobijaju podršku u njoj i ohrabrenje koje ne bi našli na nekom drugom mestu. Razmislite kakvo bi stanje moglo zavladatai u Crkvi kada bi svaki vernik uzeo k srcu Pavlove reči: »Nosite bremena jedan drugoga i tako ćete ispuniti zakon Hristov.« (Galatima 6,2)

RAZMISLITE: Kakav je vaš odnos prema vašoj mesnoj crkvi i njenim vernicima? Da li više dajete ili primete? Zašto ponekad morate da primete? Istovremeno, kada bismo svi odlazili u crkvu da dajemo sebe kada god i gde god je potrebno, kakvu bismo zajednicu tada imali?

SPREMNOST NA OPRAŠTANJE

»Oče, oprosti im, jer ne znaju što čine!« (Luka 23,34)

Kada govori o spremnosti na opraštanje, kakvu poruku nam Isus upućuje? Šta spremnost na opraštanje donosi kao svoje večne posledice svakome od nas? Matej 6,14.15.

Isus je učio svoje učenike da se mole: »Oprosti nam dugove naše kao i mi što opraštamo dužnicima svojim!« (Matej 6,12) Odmah zatim Hristos naglašava (Matej 6,14.15) da ni Bog neće oprostiti nama ako nismo spremni da opraštamo onima koji su nas povredili.

Sama pomisao na to plaši. Svi smo mi grešnici i upravo zato je svima nama potrebno božansko oprostjenje. I zato svi mi moramo naučiti da opraštamo ukoliko želimo da sami dobijemo oprostjenje.

Opraštanje je toliko važno zato što predstavlja ključ obnavljanja i održavanja dobrih međusobnih odnosa. Gospod zna kako je bolan teret greha i kako se može olakšati opraštanjem – opraštanjem koje dobijamo od Boga i koje dajemo drugima.

Opraštanje je korisno ne samo onima koji ga dobijaju već i onima koji ga daju. Osećanje zadovoljstva i velikodušnosti kod onih koji opraštaju približava ih bliže Bogu i doprinosi izgradnji karaktera.

Istraživanje među nedavno razvedenim parovima pokazuje razliku između onih koji su spremni i onih koji su nespremni da opraštaju. Mark Raj sa Univerziteta Ajova uključio je u svoje istraživanje 199 članova opštinskih i crkvenih grupa za podršku razvedenima. Istraživači su ustanovili da su oni koji su bili spremni da oprostite svojim nekadašnjim bračnim partnerima uživali daleko viši nivo duševnog zdravlja. U poređenju sa onima koji nisu bili spremni da oprostite, ove osobe su uživale u mnogo više osećanja dobrobiti i zadovoljstva u veri, dok su ih mnogo manje mučili gnev i depresija.

Ovo svakako ne predstavlja neko usamljeno iskustvo. Istraživanja u toku protekle decenije su jasna. Opraštanje smanjuje depresivnost i zabrinutost, uvećava samopoštovanje i sveopšte blagostanje osobe. Ukupno uzevši, opraštanje je dobro i korisno iz mnogih razloga; ogorčenje je opasno i za telo i za dušu.

Da li su ovi rezultati neočekivani? Ko među nama nije iskusio izlečenje i olakšanje ponudivši oprostjenje onima koji su nas povredili?

RAZMISLITE: Kako biste mogli da prihvatite i ostvarite Pavlov savet: »Snoseći jedan drugoga i opraštajući jedan drugome ako ima ko tužbu na koga: kao što je i Hristos vama oprostio tako i vi!« (Kološanima 3,13) Koju odluku morate da donesete da biste mogli da oprostite onima koji su vas povredili?

SLUŽENJE BLIŽNJIMA

Crkva se, istorijski gledano, usmerila na globalnu službu bližnjima u dvema osnovnim oblastima: kroz poučavanje/propovedanje, te kroz lečenje/pomaganje. To su i dva osnovna cilja Hristove službe (Matej 9,35; Dela 10,38). Upravo smo zato mnogim ljudima u celom svetu poznati po svom zdravstvenom i humanitarnom delovanju.

U isto vreme, ova dva moćna ogranka naše službe na mnogim mestima su se reorganizovala i pretvorila u ustanove ili organizacije. Kao posledica toga, vernici neuključeni u institucionalne aktivnosti Crkve mogu da zapostave te službe u svom životu. Neki prilažu novčana sredstva; drugi prepuštaju te službe profesionalcima, a ima i takvih, nažalost, koji su postali ravnodušni prema njima. Na kraju se događa da mnogi koji nisu neposredno uključeni u delo dobročinstva i pomaganja propuštaju velike blagoslove.

Kakve blagoslove? Kada služimo drugima, to i nama samima pruža velike blagoslove. Jednostavno uključivanje u zadovoljavanje potreba drugih ljudi, u pomaganje bolesnima ili makar samo u pažljivo slušanje onih koji nam pričaju o svojim problemima, može da nam donese velike blagoslove. Postoji nešto urođeno u nama, nešto što ni šest hiljada godina greha nije uspeo da izbriše iz naše duše, što nam donosi radost i zdravlje kada služimo potrebama bližnjih.

Šta Isus želi da nam objasni kada priča priču o razdvajanju ovaca od jaračaca? Matej 25,34-46. Kakvo značenje dobija ta priča kada se razmatra u svetlosti Pavlovih reči u Efescima 2,8.9?

Spasenje se ne može zaraditi delima. Kada bi bilo tako, niko se ne bi spasio! Božja blagodat koja se pokazala žrtvovanjem Isusa Hrista za nas, predstavlja jedino sredstvo spasenja. U isto vreme, lično prihvatanje Božje blagodati kao posledicu ima dobra dela i ta dela otkrivaju stvarnost našeg hodanja sa Bogom. Dobra dela koja činimo treba da budu neposredna posledica izvesnosti da već imamo spasenje u Hristu, spasenje koje je rezultat onoga što je On učinio za nas. Dela su prirodna posledica stvarnosti našeg spasenja, a ne sredstvo da se stekne spasenje. Kako je važno da tu značajnu razliku uvek imamo pred očima!

U međuvremenu, postoji veliki emocionalni i duhovni blagoslov namenjen onima koji, iz zahvalnosti Bogu za spasenje koje su dobili u Hristu, posvećuju sebe služenju bližnjima. Mnogi ljudi koji se bore s emocionalnim problemima osećali bi se mnogo bolje kada bi usmerili svoje misli manje na sebe, a više na svoje bližnje.

RAZMISLITE: Da li ste nesrećni, nezadovoljni? Vrlo je verovatno da je to zato što ste suviše zaokupljeni sobom. Uključite se u pomaganje bližnjima pa ćete videti šta će se dogoditi!

NADA I POVERENJE U BOGA

»Budite slobodni i neka bude jako srce vaše, svi koji se u Gospoda uzdate!« (Psalam 31,24) Koji razlozi nas navode da se oslonimo na Gospoda, da imamo poverenja u Njega?

Istraživanja pokazuju da je nada kritički faktor u duševnom zdravlju. Nada je veoma značajna za preživljavanje zarobljenika i talaca. Nada je veliki pokretač i izvor umne i fizičke izdržljivosti. Nastojanje da se izleči depresija postaje veoma uspešno kada je i sam pacijent uveren da se njegovo raspoloženje može značajno popraviti i da se može izlečiti. Zaista, depresije i zabrinutosti često napadaju upravo one koji na život gledaju pesimistički, katastrofički i beznadežno. Držanje puno nade može da unese značajnu promenu u celokupni mentalni sklop.

Međutim, potrebno je nešto daleko veće od opšte nade da će se sve popraviti i izaći na dobro, bez obzira u kakvim se okolnostima nalazite. Nada vernika nadmašuje prolazno i vremensko i usredsređuje se na večno. Ona ukazuje na stvarnosti i istine i obećanja koja svet, sam po sebi, nikada ne može da ponudi. To je nada usredsređena na Boga Stvoritelja, koji nam jedini može dati ono što nam niko drugi u svetu ne može ponuditi.

Šta iz Isusovog primera možemo da naučimo o poverenju u Boga, čak i u strašnim trenucima? Matej 26,36-44.

Tekst nam govori o trenutku Spasiteljevog obeshrabrenja. Pažljivo izabrane reči upotrebljene su da se opišu Hristova bolna osećanja: zabrinutost, izuzetna ožalošćenost – skoro očajanje. Slomljena srca, odbačen od prijatelja, ne samo da je pao na kolena, već i na lice i zatražio od Oca pomoć. Kada pomoć nije stigla, zatražio ju je ponovo. I ponovo! Zapazite da je, svaki put kada je upućivao svoj zahtev Bogu, naglašavao da Božja volja treba da se ispuni. Na kraju, Hristos se pouzdao u Oca. Bez obzira šta će se dogoditi, On je odlučio da se preda svome Ocu. To je bio Njegov način ponašanja, i to mora da postane i naš način!

RAZMISLITE: Jedno je uzdati se u Boga u dobru, ali kako da naučimo da se uzdamo u Njega u zlu? Kako da naučimo da se uzdamo u Boga i onda kada naše molitve nisu uslišene onako kako smo se nadali?

ZA DALJE PROUČAVANJE

»Svako od nas ga mora čuti kako se obraća njegovom srcu. Kada začuti svaki drugi glas i kada mirno čekamo Boga, tako ćemo u tišini bolje čuti Njegov glas. On nas poziva 'Utolite i poznajte da sam ja Bog!' (Psalam 46,10) i jedino tu se može naći istinski odmor. To je uspešna priprema za svaki rad za Boga. Usred užurbanog mnoštva, usred napetosti velikih aktivnosti u životu, duša na takav način osvežena biće okružena atmosferom svetlosti i mira. Život će odisati mirisom, otkriće božansku snagu koja će dosegnuti do ljudskih srca.« (EGV, ČV 363)

»Svaki zrak svetlosti koji uputimo drugima odraziće se na našem srcu. Svaka ljubazna i saosećajna reč upućena ožalošćenima, svako delo pomoći potlačenima, svaki dar određen za zadovoljavanje potreba naših bližnjih, dat ili učinjen Bogu na slavu, doneće blagoslove darodavcu. Oni koji tako rade slušaju zakone Neba i zato dobijaju Božje odobravanje. Zadovoljstvo kada činimo dobro bližnjima daje snagu živcima, ubrzava krvotok i unapređuje duševno i fizičko zdravlje.« (EGW, 4T 56)

PITANJA ZA RASPRAVU:

1. Šta su molitva i proučavanje Biblije doneli vama u vašem hodu za Gospodom? Šta bi bilo sa vašom duhovnošću kada biste prestali da se molite i proučavate? Šta molitva i proučavanje Biblije znače za vas i zašto su tako važni u vašem hodaњу za Gospodom?
2. Kakva su vaša lična iskustva sa vašom mesnom crkvom? Kako biste mogli da unapredite to iskustvo? Šta vi i vaša crkvena zajednica možete da učinite da crkva postane mesto u kom će svima biti prijatno, u kom će se svi ljudi osećati dobrodošlima, na kom će svi moći da upoznaju spasenje i sadašnju istinu o spasenju koju Crkva propoveda? Na kojim područjima je tvoja mesna crkva jaka, a na kojima bi trebalo da napreduje?
3. Kakva su vaša lična iskustva u davanju i primanju oprostjenja? Šta bi od onoga što ste naučili moglo da pomogne i onima koji teško opraštaju?
4. Pretpostavimo da neko dođe k vama i kaže: »Da, ja verujem u Boga, u Hrista, u spasenje, ali ne znam kako da hodam u veri! Jednostavno ne znam kako da se oslonim na Boga!« Koji praktični savet biste mu dali?

JANUAR

UZDIGNITE HRISTA BOŽJEGA SINA

Uzdignite Hrista

1. S Filibljanima 4,8. Uzdignite Hrista Božjega Sina

Božji Sin

2. N Jovan 17,5. Božji Sin postoji pre svega
3. P Jovan 8,58. Samopostojeći Božji Sin
4. U Filibljanima 2,5.6. Jednak s Ocem
5. S O Jovu 38,4-7. Izdaja na Nebu
6. Č 1.Mojsijeva 2,9. Adam i Eva obožavaju Isusa
7. P 2.Korinćanima 11,3. Sloboda izbora
8. S Jovan 14,6. Put Spasenja

Nada vekova

9. N 1.Jovanova 4,14. Vrata nade za grešnike
10. P 1.Timotiju 2,5.6. Samo je Hristos zadovoljio
zahteve Božjeg zakona
11. U 2.Mojsijeva 20,24. Oltar i žrtva
12. S Jevrejima 10,11.12. Žrtve i obredi otkrivaju božansku ljubav
13. Č Rimljanima 5,5.6. Nada vekova
14. P 1.Mojsijeva 3,15. Božji karakter u Hristu
15. S 5.Mojsijeva 18,15. Biti prorok

Primer bez mrlje

16. N Matej 2,1.2. Mudraci Ga pozdravljaju
17. P Luka 2,41.42. Isus svetkuje prvu pashu
18. U Filibljanima 2,8. Poslušan svojim zemaljskim roditeljima
19. S Jevrejima 4,15. Primer bez mrlje
20. Č Jevrejima 1,4-6. Onaj koji je veći od anđela
21. P Luka 19,10. Da nađe i spase što je izgubljeno
22. S Jovan 17,25.26. On predstavlja oca

Samo jedan nepogrešivi uzor

23. N Isaija 58,12. Obnovitelj
24. P 2.Korinćanima 8,9. Naš zaštitnik
25. U Jevrejima 2,18. Izložen najtežim iskušenjima
26. S Psalam 4,5. Odeveni u Hristovu pravdu
27. Č 1.Petrova 2,21. Samo jedan nepogrešivi uzor
28. P Luka 23,44.45. Priroda je saučestvovala u njegovim patnjama
29. S Matej 27,46. Veličina njegove žrtve

Okruženi Njegovom ljubavlju

30. N Jovan 19,30. Novi put za sve
31. P Efescima 5,2. Okruženi Njegovom ljubavlju

FEBRUAR

UZDIGNITE HRISTA KAO STVORITELJA

Stvoritelj je pripremao našu sreću

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

Njegovi stvaranjem i otkupljenjem

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

Neograničeno moćan

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

Božja sila u nama i u prirodi

- | | |
|------------------------|--------------------------------------|
| 20. N Isaija 64,8. | Pokoriti se majstoru lončaru |
| 21. P Psalam 33,6. | Božja Reč stvorila je njegova dela |
| 22. U Psalam 147,8,9. | Božja stvaralačka moć održava svemir |
| 23. S Rimljanima 1,20. | Božja sila u nama i u prirodi |
| 24. Č Matej 13,3. | Nebeski sejač |
| 25. P Osija 14,7. | Rast potiče od Boga |
| 26. S Dela 17,28. | Zavisni od Stvoritelja |

On zadovoljava naše potrebe

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

MART

UZDIGNIMO HRISTA KAO SINA ČOVEČIJEGA

Neshvatljiva tajna

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

Mi nađosmo Mesiju

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

On je uvek blizu

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

Izaberi Njega

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

S desne strane Bogu

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

ČITANJE BIBLIJE REDOM

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

VEČERNJE BOGOSLUŽENJE U PORODICI

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

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

POČETAK SUBOTE U JANUARU 2011. GODINE

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

Podaci iz ove tabele izvedeni su po zimskom računanju vremena.

POČETAK SUBOTE U FEBRUARU 2011. GODINE

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

Podaci iz ove tabele izvedeni su po zimskom računanju vremena.

POČETAK SUBOTE U MARTU 2011. GODINE

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

Podaci iz ove tabele izvedeni su po zimskom računanju vremena.

Ako se prelazi na letnje vreme dodati 1 sat.