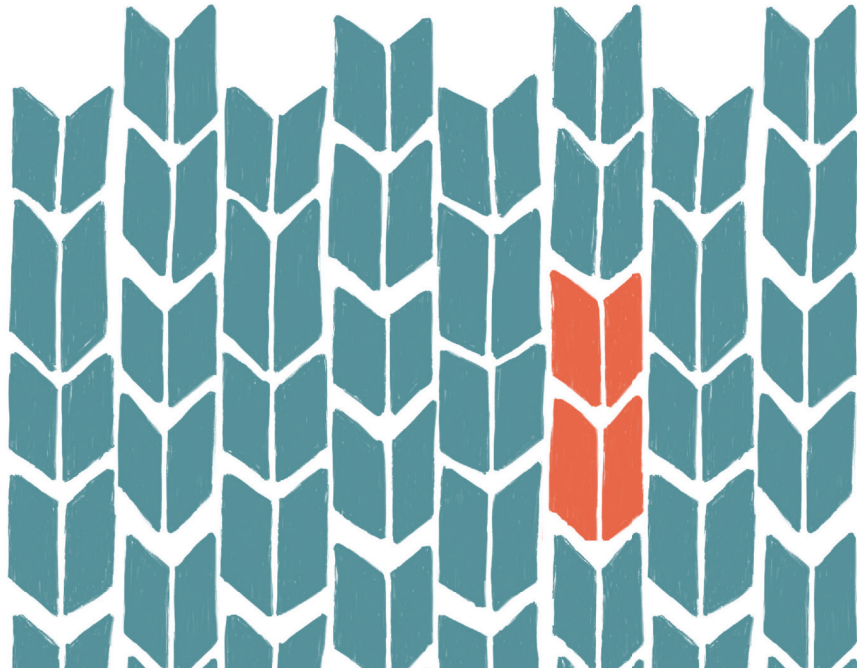
TUMAINI

kwa nyakati ngumu

NA JOYCE MEYER



TUMAINI
kwa nyakati ngumu

JOYCE
MEYER

JOYCE MEYER
MINISTRIES
P.O. Box 5, Cape Town 8000

Unless otherwise indicated, all Scripture quotations are taken from
THE AMPLIFIED BIBLE: Old Testament.
Copyright © 1962, 1964 by Zondervan Publishing House
(used by permission); THE KING JAMES VERSION; and from
THE AMPLIFIED NEW TESTAMENT
Copyright © 1958 by the Lockman Foundation
(used by permission).

Copyright © 2014 by Joyce Meyer Ministries – South Africa

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, distributed, or transmitted in any form or by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of Joyce Meyer Ministries – South Africa.

Joyce Meyer Ministries – South Africa
PO Box 5, Cape Town, 8000

Phone: +27 (0) 21 701 1056
Website: www.joycemeyer.org

Go to tv.joycemeyer.org to watch Joyce's messages in a variety of languages

Hope for Difficult Times – Swahili

Not For Resale

YALIYOMO

Utangulizi *5*

1. Kujaa Tumaini 9
2. Nini Cha Kufanya Unapokwama 15
3. Kuchagua Mtazamo wa Kuwa na Tumaini 21
4. Kumtumaini Mungu Unapopita Katika Dhoruba 25
5. Mambo Yote ni Mapya 31
6. Namna ya Kutazamia Mema Unapohisi Umevunjika Moyo 37

Hitimisho: Unapita Katika Wakati Mgumu? 43

Maombi ya Wokovu 46

Kuhusu Mwandishi 47

Joyce Meyer Ministries 48

UTANGULIZI

Nimefurahi sana kwa kuwa umechagua kusoma kitabu hiki. Inawezekana hivi sasa unaumia kwa namna fulani au unajisikia kukata tama kutokana na yanayotokea katika maisha yako. Na ijapokuwa sijui hali halisi unayopitia, ninajua jambo moja kwa uhakika kwamba:

Hauko peke yako — Mungu anakupenda, nasi tunakupenda pia.

Kwa kweli, nimeandika kitabu hiki kukuhimiza na kuujaza moyo wako tumaini. Ninataka ujue kuwa hata sasa, katikati ya unayopitia, Mungu yuko upande wako na hakuna lisilowezekana ukiwa pamoja Naye (Luka 1:37). Ana mpango mzuri kwa ajili ya maisha yako ya baadaye, na tayari anafanya kazi nyuma ya pazia kukusaidia (Yeremia 29:11).

Inawezekana unashughulikia tatizo ambalo hukutarajia kuwa lingetokea, na hujui ufanye nini ili uendelee mbele. Au pengine unaumwa na hauna namna ya kukuwezesha kumuona daktari. Ninajua kuwa watu wengi sana wanaishi siku hadi siku wakiwa hawana uhakika mlo wao unafuata utatoka wapi.

Na tunapopita katika mazingira au jambo fulani gumu sana, tunaweza kushawishika tukaacha na tukakata tamaa. Hata hivyo, jambo moja kuu zaidi tunaloweza kufanya ni kuweka tumaini letu kwa Mungu na tukabaki tukiwa tumejaa tumaini. Lakini, kwa hakika, tumaini ni nini?

Tumaini ni matarajio ya ujasiri kwamba kitu kizuri kitatokea. Inahusiana sana na imani yetu na kile tunachoamini. Tunapothubutu kutumaini, maisha yetu hufurika furaha na amani.

Adui anataka tusiwe na tumaini. Anataka kutuaminisha kuwa

kila kitu kimepotea na hakuna kitu kitakuwa sawa. Lakini Mungu anataka tujae tumaini, yaani tumwamini na tutarajie mambo makuu kutoka kwake. Kwa kweli, Biblia inasema Yeye ndiye "Mungu wa tumaini," amejaa rehema na mwanzo mpya (Warumi 15:13).

Kwa sababu ya dhuluma za kimapenzi, matusi na kimhemko nilizoteswa na baba yangu nikiwa mtoto, nilikuza tabia ya kutokuwa na tumaini. Mambo mengi mabaya yalinitokea kiasi kwamba nilianza kutarajia kitu kibaya kila wakati, hata baada ya kuwa Mkristo.

Hata hivyo, ninaweza kusema kwa uaminifu kwamba Mungu amenibadilisha kutoka kuwa mtu mwenye mtazamo hasi na kuwa aliyejaa matumaini, siku zote nikitarajia wema wake kila upande. Kidogo kidogo, alinisaidia kugundua nguvu ya tumaini na kwamba inamaanisha nini kwa mawazo, maneno, mitazamo na kila eneo la maisha yangu. Hivyo, hata sasa ninapokabiliwa na hali ngumu au nikikumbana na kikwazo, bado ninashikilia tumaini, nikijua kwamba Mungu atashughulikia kila kitu kwa faida yangu!

Inawezekana umevumilia maumivu mengi, kukata tamaa au kurudi nyuma na hauoni ahueni yo yote. Adui anataka kukushawishi kwamba mambo hayatabadilika kamwe. Lakini Mungu anataka ujue kuwa anakupenda, na unaweza ukamtumaini akafanya muujiza ukiwa katika hali yako ngumu! Wajibu wako ni kutokata tamaa kamwe - kutarajia wema wake uonekane kwako wakati wo wote.

Kurasa hizi zinajumuisha masomo makubwa zaidi ambayo Mungu amenifundisha katika eneo hili — masomo ambayo yataimarisha imani yako na kukusaidia kuyafikia maisha na mtazamo mpya kabisa.

Mara nyingi mimi husema kwamba mtu aliyejaa matumaini-ambaye anaendelea kuamini Neno la Mungu na hukataa kukata tamaa-hawezi kushindwa kamwe. Kwa sababu hata katikati ya dhoruba

za maisha, unapoweka imani yako Kwake, Anaweza kuyajaza maisha yako amani na furaha Yake ya ajabu na kuishughulikia hali unayopitia kwa faida yako.

Sijui umepitia hali gani katika maisha yako au unapita katika hali gani kwa sasa. Lakini ninajua kwamba Mungu anakupenda sana, ameelekeza jicho lake kwako, na atakusaidia (Warumi 8:38-39; Zaburi 33:18).

Yeye ni Mungu wa tumaini lote na Yeye ndiye anaweza akazibadili nyakati zako ngumu sana zikawa nyakati nzuri.

- SURA YA 1 -

Kujaa Tumaini

Wakati mwingine mimi husema kwamba sisi ni kizazi cha "nionyeshe". Tunataka kuona kabla ya kuamini. Kwa kweli, wengi wetu tuna wakati mgumu kuamini kwamba Mungu anafanya kazi kwa niaba yetu mpaka tuone kwa macho yetu ya asili kwamba kuna kitu kinatokea.

Lakini Mungu hufanya kazi namna hiyo — Mungu hufanya kazi nyuma ya pazia. Pengine usione chochote kinachotokea, lakini unaamini Mungu anafanya kazi katika maisha yako hivi sasa? Je, unaamini kuwa ana mpango wa kuwasaidia watoto wako, ndoa yako, au vitu ambavyo umekuwa ukiomba kwa miaka mingi?

Yeremia 29:11 inasema kwamba Mungu ana mpango mzuri kwa ajili ya maisha yako… *kukupa tumaini katika hali au nyakati zako za mwisho.* Kwa maneno mengine, Mungu anatafuta nafasi ya kuwa mwema kwako!

Pengine ni vigumu kujifikiria wewe mwenyewe kama mtu mwenye mtazamo chanya, aliyejaa imani, aliyejaa matumaini. Ikiwa ndiyo, ninajua namna unavyohisi! Baadhi ya watu huogopa kutumaini kwa sababu wamepita katika mazingira ya kukatisha tamaa mara kadhaa na hudhani hawawezi kukabiliana na maumivu zaidi.

Hata hivyo hiyo ni sawa, kwa sababu Mungu ni "Mungu wa tumaini," amejaa huruma na mwanzo mpya (Warumi 15:13). Na ukiwa pamoja naye, haujachelewa kuanza kuamini, kutazamia, kutumaini na kutarajia.

MATARAJIO MAKUU...

Tumaini linaweza kufasiliwa kuwa ni "tarajio linalofaa na la ujasiri."

Ninaamini mara nyingi tunakuwa na msimamo, na tunaamua tu kuwa "tusubiri na tuone" ikiwa kutatokea mabadiliko au "kitu fulani kitatokea" na kutuendea vizuri. Lakini Mungu anataka tutarajie kwa makusudi. Anatamani tutarajie kitu kizuri.

Hivyo, ninakuuliza: *Unatarajia nini?*

Unaona nini katika akili yako na fikra zako? Unasema nini kuhusu mustakabali wako? Unapoamka asubuhi, unafikiri, Sawa, ninadhani nitajaribu kuifanya siku ya leo kuwa njema na kuifikia kesho. Au unaamka ukiwa na matarajio kwamba leo inaweza siku ya kufanikiwa kwako?

Mwanamke anapokuwa mjamzito, tunasema "anatarajia." Na kadri anavyoendelea, ndivyo anavyotarajia zaidi kile kinachokuja.

Mimba zangu zilikuwa za kipekee kwa sababu nilikuwa ninajifungua watoto wangu wote wanne takriban mwezi mmoja baada ya tarehe niliyotarajia kujifungua. Daktari wangu aliniambia mimi ndiye mwanamke pekee anayemfahamu ambaye huwa mjamzito kwa muda mrefu kama tembo!

Kuelekea mwisho wa kila ujauzito, nilikuwa ninaamka kila siku na kusema, "Leo itakuwa siku yangu ya kujifungua — lazima ni leo!" Masanduku yangu yote yalikwa yamefungwa yakiwa tayari. Nilikuwa ninakagua kila kitu mara mbili mbili kuhakikisha kuwa kila kitu kilikuwa sawa, niliamini kwamba mtoto wangu atakuja wakati wowote. Wakati wowote nilipohisi mchomo, ningefikiria, *Tayari! Mtoto anatoka!*

Hivi ndivyo Mungu anataka uwe pamoja naye! Ana mpango mzuri sana kwa ajili ya maisha yako, na anataka utarajie kwamba vitu vizuri viko karibu.

Tumaini husema: "Inawezekana mambo yalikuwa hivi kwa muda mrefu, lakini Mungu ni Mungu wa mambo yasiyowezekana, na mambo yanaweza yakabadilika."

WEWE NI MFUNGWA WA TUMAINI?

Kama nilivyosema, nilikuwa mtu mwenye mtazamo hasi sana. Hakika nilikuwa kama bilauri iliyojaa maji nusu-niliona ubaya katika kila hali na mazingira.

Ndiyo sababu nilijiona mnyonge sana. Mashaka na hali ya kuwa hasi kwa kila kitu hutushusha… lakini tumaini huleta furaha!

Tumaini inamaanisha kuwa na mawazo au mtazamo mzuri. Mtu mwenye matumaini hukataa kabisa kuwa hasi katika namna yo yote ile. Ingawa anatambua na anakabiliana na dhoruba za maisha, anabaki na matumaini katika fikira, mtazamo na mazungumzo.

Ninadhani mara nyingi, tunanaswa na mtego wa kusubiri mpaka tujisikie kuwa tunategemea au kutumaini mambo mazuri. Lakini tumaini ni uamuzi wa kuwa na fikra chanya na si kuishi kwa namna tunavyohisi. Ukweli ni kwamba tunapofanya uamuzi thabiti wa kufikiria katika mtazamo chanya, mawazo yenye matumaini, na hisia zetu huimarika!

Ninaipenda sana Zekaria 9:12. Bwana asema, *Rudini katika ngome [ya usalama na mafanikio], enyi wafungwa wa matumaini; hata hivi leo ninasema kwamba nitakurudishia mafanikio yako maradufu.*

Inamaanisha nini kuwa "mfungwa wa tumaini"? Inamaanisha kuwa haijalishi nini kinatokea katika maisha yetu, tunakataa kuacha kutumaini na kuamini uwezo wa Mungu.

Unapokuwa mfungwa wa tumaini, adui hajui afanye nini. Anaweza akakujia na mawazo mabaya, lakini hawezi akawa na uwezo wa kukudhuru unapoamua kuweka tumaini lako kwa Mungu kila wakati.

Mungu anataka kukubariki na kukupa maradufu kwa sababu ya maumivu ya zamani na vitu ulivyopoteza (Isaya 61:7). Nasi tuna wajibu wa kuhakikisha hili linatokea. Wajibu wetu ni kuamini, kutegemea na kutumaini.

NI WAKATI WA KUSHUSHA NANGA

Waebrania 6:19 inasema, *[Sasa] tunal [tumaini] hili kama nanga ya hakika na thabiti ya nafsi [haiwezi kuteleza na haiwezi kuvunjika hata ikikanyagwa na ye yote].*

Basi hebu tuyanyambue maandiko haya. Sisi sote tunajua nanga ni nini. Unapotaka boti, mashua au meli ikae na itulie mahali pamoja, unashusha nanga.

Maandiko, yanasema kwamba tumaini ni "nanga ya nafsi." Nafsi zetu ni akili zetu, mapenzi yetu na hisia zetu. Nafsi zetu hutuambia kile tunachofikiria, tunachotaka na tunachohisi.

Hivyo hii yote inamaanisha nini? Inamaanisha kwamba kila kitu kinapoonekana kufifia au dhaifu ... inapoonekana kuwa hakuna kitu cha maana, na inapoonekana kuwa ahadi za Mungu hazitatimilika katika maisha yetu, tumaini ni nanga yetu ambayo hutuvuta na kutushikilia ikisema, "Subiri! Bado kitatokea!"

Lakini hebu tuchukue hili kwa undai zaidi. Waebrania 6:19 inasema kwamba tumaini ni nanga yetu na kwamba… *[haiwezi kuteleza na haiwezi kuvunjika hata ikikanyagwa na ye yote …*

Tumaini ni nanga yetu na ndicho kitu kinachosababisha "tutembee" tukiwa na imani. Baadhi ya watu hawahisi ahadi na nguvu za Mungu kwa sababu tu hawatembei wakiwa na imani. Ni katika kutembea huku ndipo ahadi za Mungu hutimilika kwa vitendo!

Nikupe mfano. Kwa zaidi ya miaka 40, nimesafiri kote ulimwenguni na kufundisha Neno la Mungu. Lakini bado kuna nyakati kabla ya mkutano huwa sijisikii kuwa na upako, sifai au sijawa tayari kufanya

kile ninachotaka kufanya.

Kabla ya kupanda jukwaani, huwa ninawaza, *Sawa, Mungu, nina uhakika utaonekana la sivyo nitapata shida kubwa.* Kisha, ninapojitokeza kufanya kile ambacho huwa ninaamini kuwa ametaka nifanye, Mungu huingilia kati akanisaidia kuhubiri au kufundisha ujumbe wangu. Hajawahi kuniangusha hata mara moja!

Kwa wengi wenu, Mungu anawasubiri tu muishikilie nanga hiyo ya matumaini. Anakusubiri ufanye sehemu yako ili Yeye naye ajitokeze katika maisha yako afanye kitu ambacho kitakushangaza.

Usiruhusu masumbufu ya maisha yakuweke mbali na Mungu. Shusha nanga yako na uingie kwenye msingi wa uhakika wa tumaini. Kwa sababu ukiweka tumaini lako kwa Mungu, *hautavunjika moyo.*

- SURA YA 2 -

Nini Cha Kufanya Unapokwama

Umewahi kukwama? Umewahi kufika mahali katika maisha ambapo ilionekana ni kama mwisho wa kila kitu… kama vile haukuwa na nafasi nyingine tena?

Nimekuwa katika hali hiyo mara nyingi, na nina uhakika watu wengi wamewahi kuwa katika hali hiyo. Lakini ninashukuru kwa sababu kwa miaka mingi Mungu amekuwa ananifundisha kwamba hata tukikwama, hakuna hali ngumu ambayo hawezi kuishughulikia!

Basi tuanze kwa kuangalia simulizi ya Yusufu katika kitabu cha Mwanzo (Mwanzo 37-50). Biblia inasema alikuwa kipenzi cha baba yake kati ya wana 12, na kaka zake walimwonea wivu sana kwa sababu hiyo.

Siku moja Yusufu aliwashirikisha kaka zake ndoto aliyoota. Katika ndoto yake, wote walikuwa wakimsujudia. Na ndugu zake walichukia!

Matokeo yake, kaka zake walijadiliana wakaamua namna ya kumuondoa Yusufu. Kwanza, walimtupia katika shimo (kisima kisicho na maji) ili wamuache afie humo. Lakini baadaye waliamua kumuuza utumwani kwa kikundi cha wafanyabiashara Waishmaeli. Kisha wakapanga mpango wa kumuaminisha baba yao kuhusu kifo cha Yusufu!

Kama unavyoweza kuwa unajua, simulizi hii inaishia katika ushindi. Yusufu anakuwa mtu wa pili kwa mamlaka baada ya Farao, mwishowe anaunganishwa tena na familia yake na yote yanasamehewa.

Kilichotokea kwa Yusufu ni uthibitisho kwamba bila kujali unapita katika mazingira gani katika maisha, daima kuna tumaini. Unaweza ukatimiza kusudi la Mungu kwa ajili yako kwa sababu vitu vyote vinawezekana kwa Mungu!

Lakini sehemu ya simulizi ya Yusufu ambacho tunatakiwa kuzingatia ni kile kilichotokea alipotupwa shimoni na kaka zake na kuwa katika kasri la Farao. Maisha ya Yusufu yalipita katika misukosuko kadhaa kipindi hicho. Lakini sifa moja ya tabia yake iliyomfikisha kwenye mwisho huu wa ushindi ilikuwa uvumilivu. Kwa sababu ya imani yake kwa Mungu, Yusufu hakukata tama kamwe!

USIKATE TAMAA

Katika maisha yetu sisi wenyewe, tunaweza kuangukia shimoni mara kwa mara. Linaweza kuwa shimo la ugonjwa, ukosefu wa fedha, masuala yanayohusiana na uhusiano au matatizo mengine. Ikitokea hivyo, unatakiwa uamue kuwa vyo vyote itakavyokuwa, hautakata tamaa!

Daima kumbuka kuwa, ili uwe na ushuhuda mzuri wa kile ambacho Mungu amefanya, lazima kwanza tufaulu majaribio. Hata Yeus alituambia:

...Katika ulimwengu mna dhiki na majaribu na huzuni na kukata tamaa; lakini jipeni moyo [jipe moyo; kuwa na ujasiri, uhakika, kutokuwa na hofu]! Kwa maana nimeushinda ulimwengu. [Nimeunyima nguvu ya kuwadhuru na nimeushinda kwa ajili yenu] (Yohana 16:33).

Haiepukiki kwamba utapitia mambo magumu. Wakati mwingine unaweza ukahisi kukata tamaa. Lakini ukivumilia na ukamwamini Mungu katika yote, anaweza akakurejeshea yote. Anaweza kuyageuza mabaya yote na kuyafanya kuwa mema (Warumi 8:28).

Inasemekana kuwa Winston Churchill alitoa hotuba ifuatayo kwa wahitimu katika Shule ya Harrow mwaka 1941:

"Kamwe, kamwe, kamwe, kamwe, kamwe usikate tamaa! Katika jambo kuu au dogo, kubwa au lisilo la muhimu — usikate tamaa kamwe!"

Sijui kwa hakika ikiwa alisema kitu hicho tu, lakini ninaamini kwamba Roho Mtakatifu anazungumza jambo hilo kwa wengi wetu leo - "Usikate tamaa, kwa sababu Mungu ana mambo mengi sana kwa ajili ya maisha yako!

Ni rahisi sana kutaka kukata tamaa mambo yanapokuwa magumu. Wakati mwingine watu hukwama mahali walipo na hawajui namna ya kujikwamua, hivyo hudhani kuwa kukata tamaa itakuwa rahisi.

Wanaweza wakajisikia kama vile hawana akili au vipaji vya kutosha; labda jambo fulani lililowasababishia kiwewe liliwatokea; au wanaweza kuwa wameshindwa kwa jambo fulani au walifanya makosa makubwa huko nyuma.

Lakini Roho Mtakatifu hutupatia nguvu na uwezo wa kuendelea, kuendelea na kwenda mpaka kuufikia ushindi wetu, hata ikiwa mambo hayaendi kama tulivyopanga.

Kushindwa hakumaanishi kuwa hakuna chaguzi zaidi. Unaweza ukajifunza kutokana na makosa ya zamani-nimegundua kuwa historia ni mwalimu mzuri! Mengine yote yanaposhindwa, jaribu tena. Ikiwa hakuna kitu kingine chochote, utajua kinachowezekana na kisichowezekana na uanze kutokea hapo. Unaweza ukageuza kikwazo chako kuwa fursa ya kukua na kuwa na hekima na kukomaa kiroho.

Mungu anataka tuishi maisha mema na mazuri, hata hivyo uaminifu na uvumilivu ni lazima. Roho Mtakatifu atatuongoza hatua moja ya imani hatua moja baada ya nyingine katika mipango mizuri ambayo Mungu anayo kwa kila mmoja wetu. Tunatakiwa kupiga hatua hizo ... *na tusikate tamaa kamwe!*

JAMBO LA KUFANYA UNAPOUMIA

Mtazamo wako unapokuwa katika "shimo" lako unaweza ukaleta mabadiliko makubwa pia.

Kumbuka, ni wakati wa kujaribiwa… wakati ambapo tabia au hulka yako inakuzwa. Kipindi hiki ndicho ambacho wakati mwingine huwa ninakiita "miaka ya ukimya" kwa sababu ni wakati ambao unaweza ukahisi kuwa hakuna mengine yanayoendelea katika maisha yako.

Au unaweza kuwa unapitia maumivu na machafuko au mabadiliko, na ikaonekana ni kama vile Mungu hafanyi chochote kuhusu hali hiyo.

Lakini ni muhimu sana kwako kumwamini katika kipindi hiki kwa kwa sababu anafanya kazi moyoni mwako ili uwe kama Kristo.

Hivyo, unapaswa kufanya nini unapokwama katika shimo lako?

- *Usikate tamaa!* Pambana na jaribu la kudhani kuwa hakuna namna ya kutoka katika hali unayopitia. Yesu ndiye Njia. Huu ni wakati wako wa kusogea karibu yake na kumfuata.

- *Epuka kumlaumu Mungu au kudhani kuwa anakuadhibu kwa sababu ya dhambi fulani.* Mungu anatumia tu hali hiyo kufanya kazi katika maisha yako. Na ingawa unaweza usijisikie vizuri kila wakati, kusudi lake litakuwa kwa faida yako daima.

- *Fanya yaliyo sahihi (tenda haki) hata unapoumia, unapohisi mambo hayako sawa au wengine wanapokutendea vibaya.* Watendee mema watu wengi kadri unavyoweza na mara nyingi kadri inavyowezekana.

- *Usijiondoe na usinune au kujitenga na wengine.* Kumbuka, unaweza ukawa mwenye huruma au mwenye nguvu, lakini huwezi kuwa na vyote! Mara nyingi, Mungu anaweza

akawatumia wengine kukutia moyo wakati huu.

- *Timiza kile unachosema na heshimu ahadi zako.* Huu ni wakati wa kujenga tabia (na haiba) na unaandaliwa kuchukua nafasi yako katika "nyumba ya mfalme"

- *Usiache kuamini...* usikate tamaa kwamba Mungu hawezi kuboresha hali yako!

JITIKISE

Pengine umewahi kusikia simulizi kuhusu punda aliyetumbukia shimoni.

Baada ya kuona kile kilichotokea, mmiliki wake alimfikiria kwa muda, kisha akaamua kwamba kwa sababu shimo lilikuwa refu sana na punda alikuwa mzee sana, atamzika punda katika shimo hilo hilo.

Aliwaita marafiki na majirani waje kusaidia, na wakaanza kutupa takataka ndani ya shimo.

Mwanzoni punda alilia, ni wazi aliogopa hali ilivyoanza kuwa. Baadaye, hata hivyo, mmiliki wake aligundua kuwa punda alikuwa amenyamaza na akadhani kuwa pengine amekufa tayari. Lakini punda alikuwa hajafa.

Mmiliki alipotazama chini kwenye shimo, aliona kuwa kila wakati takataka zinapommwangikia, punda alikuwa anajitikisa na kuzikanyaga. Hili liliendelea kwa masaa kadhaa mpaka, mwishowe, punda akawa amesimama juu ya takataka nyingi zikamwezesha kujiinua na akatoka katika shimo hilo!

Tunaweza tukajifunza kitu kutoka kwa punda huyo. Maisha yatatutupia takataka mara kwa mara. Inaweza kuwa katika mahusiano au fedha zetu au afya. Lakini huu ni wakati wa kujifunza namna ya kufuata mwongozo wa Roho Mtakatifu. Atakuonyesha

namna ya kutikisa takataka na kupiga hatua mbele, akikupa muhtasari wa mambo mazuri yanayokuja katika kila hatua unayochukua kutoka kwenye shimo lako hadi katika kasri lako!

Daima kutakuwa vizuizi unavyotakiwa kuvishinda kila wakati. Daima kutakuwa "masuala" unayotakiwa kuachana nayo. Lakini pia kutakuwa kutendewa zaidi ya matarajio, kupewa fursa nyingine na mwanzo mpya.

Haujachelewa-usikate tamaa! Unapofanya sehemu yako na unapofanya unachoweza — unaposhikilia tumaini, songa mbele na usikubali kumkatia tamaa Mungu — Atakuwa mwaminifu kufanya kile usichoweza.

Hivyo, ikiwa umekwama na hujui ufanye nini, usikate tamaa, *kwa sababu uko katika nafasi nzuri ya kuanza upya.*

- SURA YA 3 -

Kuchagua Mtazamo wa Kuwa na Tumaini

Kwa sababu nilidhalilishwa nilipokuwa msichana mdogo, nilianza kuwa na hofu isiyoeleweka kwamba jambo baya lilikuwa karibu kunitokea. Unaweza ukalinganisha kile ninachosema.

Mambo mengi mabaya yalinitokea kiasi kwamba nilifika hatua ambapo nilitarajia kitu kibaya kila wakati, hata baada ya kuwa Mkristo.

Ninakumbuka asubuhi ambayo mwishowe nilimuomba Mungu nikasema, "Hii ni nini? Kwa nini ninajisikia hivi kila wakati?"

Mungu alizungumza na moyo wangu akasema, "Ni hofu ya kiovu inayokufanya ujisikie kuwa kitu kibaya kinakwenda kukutokea." Sikuwa nimewahi kusikia neno hili kabla, lakini siku chache baadaye nililiona katika Mithali 15:15, ambayo inasema:

Siku zote za waliokata tamaa na wanaoteswa hufanywa ovu [kwa mawazo ya wasiwasi na hisia ya kutokea uovu], lakini yeye aliye na moyo wa furaha huwa na karamu ya daima [bila kujali hali au mazingira].

Sisi sote tutakabiliwa na nyakati ngumu maishani, na tunapokabiliawa na hali hiyo, ni rahisi kuogopa siku za mbele na kuwa na mawazo ya wasiwasi na hisia za kutokewa na jambo ovu. Lakini tunahitaji kufika mahali ambapo tunajifunza kukubaliana na Mungu na Neno Lake shida zinapotokea.

Tunaweza kuiachilia imani yetu kwa kusema, "Ninajua Mungu ananipenda. Atanijali na atanilinda. Ninaamini atanipa neema na nguvu ya kufanya kile ninachohitaji kufanya, na kitu kizuri kitatoka katika hili."

USIOGOPE!

Mungu hajakusudia kamwe kuwa tuwe na hali duni au "siku ya kutisha," hata wakati ambapo mambo hayatuendei vizuri. Anataka tutarajie vitu vizuri na tuwe na tumaini kamili, bila kujali hali zetu.

Na kuna neno moja hapa litakalokusaidia: *Usiogope*

Hofu au woga ni nini? Ni kutarajia kupitia hali mbaya isiyofurahisha-*ni kinyume cha tumaini.*

Pasipo hata kutambua, nadhani watu wengi wanahofu katika maisha yao karibia siku nzima. Tunaweza tukaogopa kwenda kazini, tukaogopa msongamano wa magari, tukaogopa kuosha vyombo, kufua nguo, kukata nyasi, kupika chakula cha jioni, na kuendelea na kuendelea.

Hata hivyo, hofu inaweza kuiba furaha yetu na kutuharibia siku. Hofu inaweza ikatuacha tukiwa hatuna matumaini. Badala yake, ninakuhimiza uachane na tabia ya huzuni na kujiona mnyonge kuhusu vitu ambavyo huwezi kufanya cho chote au kuvibadilisha. Chagua kuwa na furaha na umruhusu na umwache Mungu avishughulikie!

Katika hali na mazingira yo yote, tunatakiwa kuwa na mtazamo unaosema, "Ninaweza kufanya chochote ninachohitaji kufanya, na sitaacha kufurahia maisha yangu, haijalishi nini kinatokea. Sikupanga jambo hili, lakini najua Mungu anaweza kushughulikia kila kitu kwa faida yangu."

Sasa, sisemi kwamba shida zako ziondoke. Hata hivyo, kuchagua kutoogopa hakika kutafanya maisha kuwa bora!

TAFUTA FURAHA KATIKA MAMBO MADOGO

Kuwa na maisha ya ushindi haihusu vitu "vikubwa" maishanihuanza na vitu vidogo. Bwana anataka tuwe na mafanikio na furaha katika kila eneo la maisha yetu, na kuishinda hofu ni jambo kuu katika hili. Uchaguzi wetu wa kuwa na mtazamo mzuri, wenye tumaini unaweza kusababisha mabadiliko!

Hakika, kutakuwa baadhi ya vitu katika maisha ambavyo ni vigumu zaidi au havifurahishi sana; hata hivyo, siyo lazima vitufanye tuwe duni au tusifurahie maisha. Kwa kweli uamuzi ni juu yetu na mtazamo tutakaoamua kuchukua.

Inashangaza namna tunaweza kujionea huruma kisha tukaruhusu mitazamo yetu ikatuharibia siku nzuri sisi na wengine. Niaminini, ninajua - nilikuwa mzuri katika kucheza "shahidi wa imani" ilipokuwa wakati wa kufanya kazi za nyumbani.

Mara nyingi nilikuwa ninatembea kila mahali ndani ya nyumba nikiwa nimejaa hasira, nikigugumia na kuzungumza maneno kama, "Kweli, kila mtu hapa anatarajia nifanye kila kitu. Dave huenda kucheza gofu na watoto wanavuruga kila kitu. Ninapika tu chakula chao na ninasafisha vyombo na kufua nguo zao. Ninataka kujua ni nani ananijali!."

Ukweli ni kwamba, hakuna aliyekuwa ananilazimisha nifanye mambo hayo. Nilichagua kufanya kwa sababu ninaipenda familia yangu. Lakini, sikuwa na furaha kwa sababu nilikuwa nimeamua kuwa na mtazamo hasi.

Inaonekana si jambo geni? Hali yako inaweza isihusu kazi za nyumbani, lakini sote tunajaribiwa kujionea huruma na kuwa na hofu juu ya kitu fulani wakati mmoja au mwingine.

Hata wakati mambo mabaya au yasiyofaa yanapotutokea, bado tunaweza kuchagua kuitikia kwa mtazamo chanya. Tunapofanya hivyo, tunakubaliana na Mungu, kwa sababu Mungu huwa chanya kila wakati.

ZINGATIA MAMBO CHANYA

Mara nyingi huwa ninawahimiza watu wacheze "Mchezo wa Furaha." Ni nini hicho? Unapokabiliwa na mazingira au hali hasi au mbaya, chagua kwa makusudi kuwa na mtazamo mzuri au mtazamo chanya!

Kwa mfano, ukikwama barabarani kwa sababu ya msongamano wa magri, sema, "Ninakwenda polepole na niko nyuma, lakini pengine Mungu ananilinda dhidi ya ajali ambayo ingetokea ikiwa ningekwenda kwa kasi."

Hii inafanya kazi katika hali yo yote, kubwa au ndogo. Hata ikiwa ni jambo muhimu kama kupoteza kazi, unaweza ukachagua kuelekeza mwelekeo wako kuwa chanya na ukasema, "Ninaweza nisiwe kazini, lakini sasa nina fursa ya kumtazama Mungu akinipa kazi bora kuliko ile niliyokuwa nayo mwanzoni!"

Biblia inasema,… *Bwana [kwa bidii] anasubiri [akitarajia, akiangalia, na kutamani] kuwa mwenye neema kwako ... ili aweze kukuhurumia na kukuonyesha upendo-fadhili ...* (Isaya 30:18) .

Haijalishi maisha yako yanakuletea nini, Mungu ana mpango wa kuyaboresha — mpango uliojaa tumaini na mambo mema. Ninakuhimiza upatane Naye.

Ikaribie kila siku ukiwa na mtazamo chanya, wenye matumaini na uchague kutoogopa. Kadri unavyofanya hivyo, ninaamini utaanza kupata furaha katika kila eneo la maisha yako.

- SURA YA 4 -

Kumtumaini Mungu Unapopita Katika Dhoruba

Kwa miaka mingi, nimejifunza kuwa ni jambo moja kumwamini Mungu kwa ajili ya kitu fulani-kubadilisha kitu au mtu katika maisha yako-lakini ni jambo lingine kabisa kumtumaini Mungu kwa jambo fulani.

Ninapata faraja nyingi kutoka kwa Isaya 43:2-3. Inasema, *Upitapo katika maji mengi nitakuwa pamoja nawe; na katika mito, haitakugharikisha; uendapo katika moto, hutateketea; wala mwali wa moto hautakuunguza. Maana mimi ni BWANA, Mungu wako....*

Unapopita katika nyakati ngumu, ni muhimu kukumbuka kwamba Mungu yuko pamoja nawe, na unaweza ukamtumaini akakusaidia ukavuka nyakati hizo.

Kwa mfano, inaweza kuwa ngumu kukaa katika imani wakati mazingira yako au hali yako inapovurugika au maisha yanapoonekana kutokuwa sawa. Ni vigumu hasa pale unapohisi kuwa unafanya unachopaswa kufanya lakini hupati matokeo sahihi.

Au vipi kuhusu hili: Unaona mtu ambaye hafanyi jambo sahihi, lakini anaonekana kupata matokeo bora kuliko wewe! Kutakuwa nyakati katika maisha yetu ambapo kila kitu kitakuwa kama kinatetemeka na hakuna kitu kinachoonekana kuwa salama, na jibu la kweli ni kumtumaini Mungu na kuendelea kumwamini Yeye.

Nimejifunza pia kutokana na uzoefu kwamba Mungu atatutumia

nyakati hizi kwa faida yetu. Wakati yanapoonekana kutotulia, atatumia hali zetu kutusaidia kukua tukiwa karibu naye na kushikamana kwa nguvu na mwamba wa wokovu wetu - Yesu Kristo — ambaye hawezi kusukumwa au kutikiswa! (Zaburi 62:2, 6).

"KUKUA" UKIWA KATIKA NYAKATI NGUMU

Hii inaweza ikaonekana kama kichekesho, lakini nimefika hatua ambapo ninaamini majaribu na mambo magumu vinaweza kuwa marafiki wetu bora. Kwa nini? Kwa sababu Bwana huvitumia kutufundisha, kutufunza na kutusaidia kukua katika namna ambazo hatuwezi tukiwa peke yetu.

Kwa uhakika, Yakobo 1:2-3 inatuambia *Ndugu zangu, hesabuni ya kuwa ni furaha tupu, mkiangukia katika majaribu mbalimbali; mkifahamu ya kuwa kujaribiwa kwa imani yenu huleta saburi.*

Majaribu na mateso hayatoki kwa Mungu, lakini Mungu huyatumia kutuimarisha na kutusaidia kufurahia maisha yenye amani, utulivu na utoshelevu.

Nyakati ngumu katika maisha hutufanya tukakua na kuwa mtu tunayetaka kuwa. Tunapokutana na hali ambayo "inazidi uwezo wetu," inatusaidia kuweka utegemezi wetu kwake, tukijua kwamba hatuwezi kutatua matatizo yetu wenyewe.

Bwana anataka twende Kwake ili tupate nguvu na tufike mahali ambapo tunaweza kubaki kuwa imara hata tunapokutana na majaribu ya maisha. Anataka tuwe na furaha na kuridhika katika Yeye, hata wakati hali na mazingira si sahihi (Nehemia 8:10).

Kama ambavyo almasi hutengenezwa chini ya shinikizo kubwa, mara nyingi Mungu hutumia magumu tunayopitia katika maisha yetu kutunyenyekeza, kukuza tabia zetu, kutubadilisha ili tuwe katika mfano Wake ... na kutuandaa kwa mambo mazuri aliyonayo kwa ajili ya siku zetu za baadaye.

MAJARIBU HUTUSAIDIA KUAMINI

Kuna uhuru mkubwa katika kumtumaini Mungu. Kitu Fulani kinapokuwa hakiendi sawa, badala ya kukasirika au kukerwa, tunaweza kuamini kwamba Mungu ana mpango bora kuliko mpango wetu, na mwishowe atashughulikia hali hiyo kwa faida yetu (Warumi 8:28).

Tunahitaji kuelewa hili kwa sababu wakati mwingine tunapokuwa na shida, tunaweza tukamkasirikia Mungu au hata watu wengine waliobarikiwa. Tunaweza tukawa na mtazamo wa kujiona kuwa tuna haki unaosema, "Naam, mimi ni Mkristo bora kuliko wewe. Ninastahili baraka hizo."

Kwa mfano, pengine unataka kupandishwa cheo kazini, lakini mtu mwingine anapandishwa badala yako. *Unapaswa kufanya nini?*

Unaweza ukakerwa, ukajiona ni mwenye haki na ukajiumiza sana kiroho. Au unaweza ukamtumaini Mungu na ukasema, "Bwana, ikiwa hapa ndipo unaponitaka kwa sasa, basi nitamtumikia bosi wangu nikiwa na tabasamu usoni pangu. Na ninajua ikiwa unataka kuniweka mahali pengine, Unaweza kufanya hivyo kwa wakati wako mzuri."

Nimejifunza kwamba Mungu ni mwerevu kuliko sisi! Wakati mwingine Yeye huahirisha kutupatia kile tunachotaka kwa sababu Ana kusudi tofauti akilini — kitu bora kuliko kile tunachoweza kufikiria.

Kwa mfano, mara nyingi Bwana ameniruhusu kupitia mambo katika namna ngumu. Wakati mwingine imekuwa ngumu sana, hasa wakati nilipowaona wengine wanafanikiwa haraka zaidi katika maeneo yaliyokuwa yananitesa.

Lakini Mungu anaponiruhusu nipite katika njia, anataka nipate uzoefu na kuelewa ni nini watu wanapitia ili niweze kuyaelewa maumivu yao na niweze kuwasaidia kupita katika njia hiyo kwa mafanikio.

Isingekuwa ni kwa sababu ya nyakati ngumu katika maisha yangu — hali ambazo Bwana alitumia kunisaidia kukua na kubadilika — kwa hakika nisingeweza kuwasaidia watu wengi kama ninavyofanya leo!

Mungu hakuwahi kutuahidi maisha yasiyo na shida au matatizo, lakini anaahidi kutoondoka au kutuacha kamwe (Waebrania 13: 5). Katika nyakati ngumu, tunaweza kupata faraja kujua kwamba anatupenda sana na tayari ana mpango wa kutusaidia.

MUNGU YU PAMOJA NAWE KATIKA YOTE

Ninataka kukutia moyo ili ufanye uamuzi thabiti wa kumwamini Mungu katika kila nyanja ya maisha yako. Unapopigwa na dhoruba za maisha au unapopitia mambo usiyoyaelewa, hapo ndipo unatakiwa kuchagua kumtumaini Mungu – pasipo kujali unafikiria nini au unajisikiaje, na bila kujali unapita katika hali au mazingira ya namna gani.

Na kadri unavyomwamini Mungu katika hayo yote, atakupa kitu thabiti — *Atajifunua zaidi kwako.*

Je, unapitia jambo gumu leo? Kuna jaribu linalotishia kukushinda? Ikiwa ni hivyo, ninakuhimiza uchukue muda sasa uombe.

"Bwana, ninakushukuru kwa kuwa nami kila wakati — katika nyakati nzuri na pia maisha yanapokuwa magumu. Tafadhali nisaidie kujisogeza karibu na wewe maisha yanapovurugika na kuwa magumu. Ninakuamini na ninajua kuwa utafanya kila kitu kwa faida yangu. Kwa jina la Yesu, ninaomba. Amina."

Kumbuka, kile unachopitia sasa hakitadumu milele. Ninapopitia kipindi kigumu, ninapenda kujikumbusha, "Hiki pia kitapita." Wakati huu, unaweza ukachagua kuweka tumaini lako kwa Mungu na kumruhusu akupe furaha katikati ya kile unachopitia.

Ni vizuri pia kukaa katika Neno la Mungu na ujitie moyo wewe

mwenyewe kwa maandiko kama Isaya 41:10. Mungu anasema, *usiogope, kwa maana mimi ni pamoja nawe; usifadhaike, kwa maana mimi ni Mungu wako; nitakutia nguvu, naam, nitakusaidia…*

Cho chote unachoweza kuwa unapitia hivi sasa, ninakuhimiza kushikilia hapo na usikate tamaa. Fanya uamuzi wa kuendelea kuwa na mtazamo mzuri na uendelee kuweka tumaini lako katika Mungu. Kwa sababu Yesu yuko pamoja nawe katika kila dhoruba, na utatoka upande wa pili ukiwa na nguvu.

- SURA YA 5 -

Mambo Yote ni Mapya

Unapokata tamaa na kujisikia kutokuwa na tumaini, inasaidia sana kukumbuka namna ambavyo Bwana alikusaidia siku za nyuma. Inatia moyo pia kujikumbusha uaminifu Wake kwa wengine-watu kama wewe ambao wanahitaji sana msaada wa Mungu.

Je, umewahi kuwagundua watu wote katika Biblia ambao Mungu aliwapa mwanzo mpya?

Musa alikuwa mzee kabla ya kukutana na kichaka kilichokuwa kinawaka moto na aliitwa na Mungu kuongoza taifa. Kabla ya hapo, hata hivyo, alitumia miaka 40 kujificha nyuma ya jangwa! Hakujua Mungu alikuwa amepanga nini. (Kutoka 1-4.)

Daudi, mvulana mnyenyekevu mchungaji wa kondoo, alipakwa mafuta kuwa mfalme wa Israeli. Kimsingi hakuwa mtu maarufu na hakujulikana kabisa — alikuwa mtu wa mwisho ambaye mtu yeyote angemchagua kuwa mfalme. Lakini Mungu alimtumia kuwaongoza watu wake. (1 Samweli 16.)

Petro, mtume aliyemkana Kristo, alisamehewa na kuitwa kutumia maisha yake yote kuhubiri na kumtukuza Mungu. (Luka 22:54-62; Yohana 21; Matendo 3.)

Na **Paulo**, ambaye aliwahi kuwatesa watu wa Mungu, alibadilishwa akiwa njiani kuelekea Dameski na kuishia kuandika sehemu kubwa ya Agano Jipya! (Matendo 9:1-22.)

Unapofikiria kuhusu watu wote katika Maandiko ambao Mungu aliwasamehe, akawakomboa na akawatumia katika namna kuu, unaweza ukawa na shaka kuwa ana uwezo wa kufanya vivyo hivyo hata kwako?

Mungu wetu ni Mungu wa matumaini. Yeye ndiye Mungu wa "kutenda zaidi ya matarajio," anayetoa fursa nyingine, kuanza upya na mwanzo mpya. Na hana ukomo kuhusu ni vingapi unaweza kuwa navyo.

KUONA KWA JICHO LA MATUMAINI

Kumbuka, tumaini ni nanga ya roho zetu. Mambo yanapoonekana kuwa giza na hatuna jibu, hapo ndipo tumaini huingia kutukumbusha kuwa mwanzo wetu mpya uko karibu kufika.

Inapoonekana kama vile kila mtu mwingine anabarikiwa, na tumechoka na tunajisikia kukata tamaa, tumaini ndilo hutuliza mioyo yetu na kutushikilia kwenye imani yetu katika ahadi ya Mungu.

Kwa kuongezea tena, tumaini ni matarajio mazuri na ya ujasiri. Ni mtazamo mzuri na matarajio ya furaha kwamba kitu kizuri kitatokea.

Tumaini la kweli sio la kutamani, lisilo wazi lililosimama katika mtazamo, "tusubiri tuone nini kitatokea", lakini ni kuamini na kutumaini kwamba kile ambacho Mungu ameahidi, atafanya. Mungu anatafuta fursa za kuwa mwema kwa watoto wake, na anataka tutarajie na tutazamie hilo!

Katika 1 Wathesalonike 5:8, tumaini linaelezewa kama kofia ya chuma. Kwa hivyo, *kile tunachofikiria* lazima kiwe muhimu sana. Mtazamo wetu na kile tunachotarajia kina uhusiano na kile tunachofikiria na kusema!

Ninakuhimiza kwamba kitu cha kwanza unachotakiwa kufanya kila siku asubuhi ni kudhibiti mawazo na maneno yako. Unapoamka

asubuhi, usiwe na mawazo kama, *naam, ninadhani nitajitahidi leo ili niifikie siku nyingine.*

Badala yake, tarajia mambo mazuri kutoka kwa Mungu. Fikiria na azimia vitu kama:

Mungu, asante kwa siku hii! Ninajua kuwa Unanipenda na una mpango mzuri kwangu leo. Mbali na Wewe, siwezi kufanya kitu chochote, lakini katika Kristo, ninaweza kufanya chochote ninachohitaji kufanya. Na kwa msaada wako, nitakuwa na mtazamo mzuri na mawazo mazuri.

Kisha tarajia mafanikio yako na mwanzo wako mpya. Sema, "Leo ndiyo leo!"

Ni muhimu kutambua kwamba hatuwezi kuishi namna tunavyohisi ikiwa tunataka kuwa na maisha chanya, yaliyojaa matumaini. Hisia hasi zinapokuja, tusipozijali na tusipozilisha, huwa zinakufa.

Hivyo, usijiingize na ukanaswa katika mtego wa kungojea ili ujisikie mwenye matumaini, lakini badala yake, amua kujaa matumaini. Unapofanya uamuzi wa kuwa na mawazo chanya, yaliyojazwa imani siku nzima, hisia zako mwishowe zitaendana na uamuzi wako!

TOKA KATIKA HEMA YAKO

Miaka kadhaa iliyopita, nilimwuliza Bwana, "Kwa nini mambo maalumu ya kusisimua hayatokei katika maisha yangu?" Mungu alizungumza na moyo wangu, akasema, "Joyce, bado ninafanya vitu hivyo kila wakati. Umezoea tu."

Mungu anataka tuishi tukishangazwa na wema wake katika maisha yetu ... tukitambua kikamilifu mambo ya kustaajabisha anayotutendea. Kwa nini? Kwa sababu tunapoishi tukistaajabu, hatutakuwa bila matumaini kamwe! Hebu tuangalie simulizi ya Abrahamu…

Mungu alikuwa amembariki sana Ibrahimu. Hata hivyo, kulikuwa kitu kimoja ambacho yeye na mkewe, Sarah, hawakuwa nacho- mtoto. Abrahamu akasema, *...Bwana Mungu, utanipa nini, nami ninaondoka [unaondoka katika ulimwengu huu] ilhali sina mtoto...?*

Naye [Mungu] akamtoa nje [ya hema yake kwenye mwanga wa nyota] akasema, Tazama sasa kuelekea mbinguni na uzihesabu nyota — ikiwa unaweza kuzihesabu. Kisha akamwambia, Ndivyo wazaliwa wako watakavyo kuwa (Mwanzo 15:2, 5).

Ingawa hitaji la Abrahamu lilionekana kuwa kubwa mno, Bwana alimtoa nje ya hema yake kumshangaza na kumkumbusha kwamba Anaweza kufanya yasiyowezekana.

Ninaamini tunaweza kutumia muda mwingi "katika hema zetu," tukiziangalia shida zetu wenyewe. Ndiyo sababu Biblia inasema tusiuangalie usumbufu wa maisha bali tumtazame na kumzingatia Yesu, ambaye ndiye Mwanzilishi na Mkamilishaji wa imani yetu. (Waebrania 12: 2.)

Kila wakati tunapoamua kuomba, kusoma Neno Lake au kukaa tu juu ya mambo makuu aliyotutendea zamani, inazaa matumaini. Na, kama Abrahamu, huwa tunaanza kuwaza, Mhh, pengine anaweza akanifanyia hili!

Nyakati zinapokuwa ngumu na unahisi kuvunjika moyo, ni wakati wa kutoka nje ya hema na kuona kile ambacho Mungu anataka kusema. *Unapofanya hivyo, utaona kwamba Yeye anasubiri tu ili akushangaze.*

JIONGEZE MARADUFU KWA AJILI YA SHIDA YAKO

Ikiwa uko kama mimi, unaona ni rahisi kuwa na matumaini kwa ajili ya mtu mwingine. Haichukui mambo mengi hata kidogo kwangu kuona shida na kumtia moyo mtu kwa maneno kama, "Yote yatakuwa sawa - mwamini Mungu tu naye atageuza mambo."

Lakini ikiwa ni sisi wenyewe? Huwa ni hadithi tofauti! Tunapokuwa katikati ya maumivu au kukata tamaa, tunajaribu sana kujiambia, nimekwisha. *Nimechelewa sana, siwezi kutatua hili.*

Lakini bado haujachelewa! Bado haujachelewa kuanza upya unapokuwa na maisha katika Kristo. Maisha yako ya zamani sio hatma yako. Ukikataa kukata tamaa, na ukamruhusu Roho Mtakatifu akuongoze, sio tu kwamba Mungu atakurudishia kile ulichokuwa nacho, atayaboresha maisha yako zaidi. Ninaipenda Yoeli 2:25-26. Unaposoma, kitafakari kifungu hiki. Pokea hii kwako leo.

Nami nitawarudishia hiyo miaka iliyoliwa na nzige, na parare, na madumadu, na tunutu, jeshi langu kubwa nililotuma kati yenu. Nanyi mtakula chakula tele na kushiba, na kulihimidi jina la BWANA, Mungu wenu, aliyewatendea mambo ya ajabu; na watu wangu hawatatahayari kamwe.

Kama mtu mzima mchanga, nilishawishika kwamba kudhalilishwa nikiwa mtoto kuliniathiri milele. Nilihisi kuwa siwezi kamwe kuwa kama wengine au kuwa na maisha ambayo ningekuwa nayo.

Lakini mambo yote yanawezekana kwa Mungu! Tunapoona mwisho, Mungu huona mwanzo mpya. Anataka kuchukua maumivu ya zamani; si kuyaponya tu, lakini anataka kuturudishia zaidi ya vile ambavyo tungekuwa navyo mwanzoni!

Soma pamoja nami Isaya 61:7. *Inasema, Badala ya aibu yenu mtapata maradufu, na badala ya fedheha wataifurahia sehemu yao; basi katika nchi yao watamiliki maradufu; furaha yao itakuwa ya milele.*

Mara nyingi huwa ninasema kuwa kwa Mungu, ikiwa Mpango A unashindwa, daima Yeye huwa na Mpango B- ambao ni bora zaidi kuliko Mpango A!

Mungu ni Mungu wa urejesho na mwanzo mpya. Ikiwa utamruhusu,

atakupa mwanzo mpya - Atakupa mara mbili! Na itakuwa bora kuliko vile unavyoweza kufikiri.

- SURA YA 6 -

Namna ya Kutazamia Mema Unapohisi Umevunjika Moyo

Sisi sote hupitia nyakati katika maishani tunapojisikia kuvunjika moyo kwa sababu fulani, lakini hatuwezi kuruhusu hali tunazopitia zikadhibiti hisia na mihemko yetu.

Shetani hutafuta kujaza akili zetu mawazo mabaya ambayo mwishowe hutufanya tupoteze furaha yetu na tujisikie huzuni. Yeye ni mnyonge, na anataka kutuangusha kimhemko, kiroho, kifedha na kwa kila namna anayoweza.

Lakini Yesu ni Mfariji wetu, na alikuja kutuinua! Alikuja kutupa haki, amani na furaha. Anataka sisi tutarajie vitu vizuri kwa ajili ya siku zetu za baadaye na atujaze matumaini.

Kila mtu hupitia nyakati za kuchanganyikiwa na kufadhaika kuhusu mipango au ndoto ambazo hazijatimizwa. Mambo yanapokwama yasiende kama tunavyotarajia, ni kawaida kuhisi kuvunjika moyo au kukata tamaa.

Lakini lazima tuwe waangalifu namna tunavyoshughulikia hisia hizi, kwa sababu ikiwa tutaruhusu hisia hizi zikakaa ndani yetu kwa muda mrefu sana, zinaweza kutusababishia unyogovu na mfadhaiko.

Zaburi 30:5 inatuambia kwamba *...kulia kunaweza kudumu kwa usiku mmoja, lakini furaha huja asubuhi.*

Mambo yanaweza yakatufanya tukahuzunika kwa muda mfupi, lakini hatupaswi kukaa na huzuni. Tukifanya hivyo, adui anatumia

fursa ya mlango ulio wazi na kujiingiza zaidi katika maisha yetu, na kuleta shida kubwa zaidi.

Hata hivyo, tukiwa pamoja na Mungu, tunapokata tamaa, tunaweza kuchukua uamuzi wa kuhuishwa na kuwa na nguvu tena. Tunaweza kuchagua kumtazama Yeye kwa ajili ya tumaini jipya na nguvu mpya ya kuendelea mbele.

JALI HISIA ZAKO

Ikiwa umewahi kupata unyogovu, unajua kuwa ni kitu halisi. Inaweza ikatufanya tukajisikia kutengwa, wapweke na tusio na matumaini… kana kwamba kila kitu kinachotuzunguka kinaporomoka.

Sasa, nimegundua kuwa unyogovu unaweza ukawa matokeo ya uzani usio sawa wa kemikali mwilini, na sitaki kuzipunguza sababu hizi. Kuna wakati Bwana atamuongoza na kumwelekeza mtu kwa mtaalamu wa tiba au mtaalamu wa saikolojia ambaye anaweza kumsaidia kujua mzizi wa tatizo na akamsaidia. Ninaamini maarifa ya matibabu hutoka kwa Mungu na kwamba Yeye hufanya kazi kupitia madaktari na hufanya mambo makubwa.

Hata hivyo, kwa idadi kubwa ya watu, unyogovu ni suala la kiroho pia. Unaona, Shetani hutumia unyogovu kuiba nguvu za kiroho za mtu na uhuru-hutafuta kujaza akili zetu giza na huzuni na kushusha mihemko yetu.

Lakini Mungu anataka kutusaidia tuishi bila unyogovu. Anataka kutujaza furaha yake, tumaini na matarajio ya vitu vizuri kwa ajili ya maisha yetu. Ili tushirikiane naye. Jambo moja ambalo lazima tufanye ni kujifunza kutoishi kwa kufuata hisia zetu.

Mara nyingi nimesema kwamba mihemko inaweza kuwa moja ya adui zetu wakubwa. Ni rahisi kuongozwa na namna tunavyohisi, lakini ni lazima tutambue kwamba hisia hubadilika siku hadi siku!

Hatupaswi kufuata kila wazo au hisia zinazokuja kwa sababu mara

nyingi zinaweza kupingana na ukweli wa kile Mungu anasema juu yetu.

Kwa miaka mingi ya maisha yangu, nilikuwa na unyogovu wa kila mara. Ningeamka asubuhi na ningesikia sauti ndogo kichwani mwangu ikisema, "Ninajisikia kunyong'onyea na kufadhaika." Niliamini hii ilikuwa mawazo yangu mwenyewe, bila kutambua kuwa adui alikuwa anajaribu kusema uwongo katika akili yangu.

Baadaye, Mungu aliponivuta nikawa ninatembea nikiwa karibu naye na nikaanza kusoma kwa bidii Neno Lake, nilijifunza kwamba sikuwa na ulazima wa kufuata kila hisia na mawazo ambayo nilikuwa nayo. Nilianza kusema kwa sauti, "Sitavunjika moyo wala kufadhaika!"

Tutakuwa na hisia kila wakati na hazitaondoka. Hata hivyo, tuna chaguo ikiwa tutaruhusu hisia zetu ziamuru maisha yetu au la.

TAWALA MAWAZO YAKO

Akili ni ufunguo mwingine mkuu wa kushinda kuvunjika moyo na unyogovu. Je, ulijua kuwa kile unachofikiria kina nguvu ya kuathiri kila eneo la maisha yako?

Mithali 23:7 inasema, *Maana kila [mtu] anavyofikiri moyoni mwake, ndivyo alivyo....*

Akili zetu zina nguvu! Tunapochagua kukaa katika hisia na mambo yote hasi kuhusu sisi wenyewe au mambo mabaya yaliyotutokea, hali hiyo huwa chakula kwa ajili ya kulisha kukata tamaa na fedheha au unyogovu.

Miaka iliyopita, nilipambana na saratani ya matiti, na kwa hakika ilikuwa jaribu kwangu. Nilijua kuwa haitachukua muda kunisukumia mbali pembeni ikiwa ningeiruhusu akili yangu kuwa na fikra hasi.

Kipindi hicho, Mungu aliweka moyoni mwangu vitu vifuatavyo ili

nivijaze katika akili yangu, kisha niseme kwa sauti mara nyingi kadri nilivyoweza. Ningefikiria na nikasema:

"Mungu, ninajua kwamba unanipenda. Ninaamini kwamba vitu vyote vinafaa kwa wale wanaokupenda na walioitwa kulingana na kusudi lako. Ninakutumaini Wewe, wala sitaogopa." (Warumi 8:28, 35-39; Yoshua 1:9; Mithali 3:5).

Unaona, kadri unavyotumia wakati mwingi kusoma na kutafakari Neno Lake, ndivyo linavyozidi kuingia ndani yako na linaanza kukubadilisha kutokea ndani.

Waebrania 4:12 inasema kwamba Neno la Mungu *ni hai na lina nguvu.* Lina uwezo wa kukubadilisha namna unavyojiona na hata maisha yako ya baadaye.

Unapojaza akili yako na kile ambacho Mungu husema juu yako na ukadai ahadi zake kama zako wewe mwenyewe, litaleta tumaini na kujenga imani yako.

TIBA YA UNYOGOVU KIBIBLIA

Kama nilivyosema, wakati mwingine, unyogovu ni matokeo ya tatizo la kimwili au kikemikali, na ninaamini ni muhimu kuwaruhusu madaktari wakatusaidi kadri Bwana anavyoongoza. Lakini hata ninapomtembelea daktari, nadhani ni vizuri kuhakikisha kwamba tunaweka imani yetu kwa Mungu, Mponyaji wetu.

Hata hivyo, mara nnyingi pia unyogovu ni vita vya kiroho… na Biblia inatupa maelekezo mazuri namna ya kupambana nao.

Isaya 61:3 inatuambia *tuvae mavazi ya sifa kwa ajili ya roho ya uzito...*

Hatuwezi kujisikia kumsifu Mungu kila wakati, lakini kutenga muda mfupi kuzungumza na Bwana na kumshukuru kwa wema wake ni mojawapo ya silaha zenye nguvu zaidi tunazotumia katika

kupambana na kukata tamaa na unyogovu.

Kimsingi tunaualika uwepo wa Mungu katika hali zetu, ambao unatuletea nguvu za Mungu, amani na furaha. Wafilipi 4:4 inasema, *Furahini katika Bwana siku zote [furahini, jifurahisheni ndani Yake]; tena nasema, furahini!*

Kumsifu Bwana katikati ya maumivu yetu ni jambo kuu tunaloweza kufanya. Kwa nini? Kwa sababu tunapochagua kuyaelekeza mawazo yetu kwa Mungu na kufurahia mambo mema aliyofanya, tunamfanya kuwa mkubwa kuliko shida zetu.

Ukweli ni kwamba, Mungu ni mwema kila wakati, bila kujali kinachoendelea kutokea katika maisha yetu. Yeye ndiye Chanzo chetu cha furaha, na tunaweza kumkimbilia ili kupata kitulizo wakati wowote tunapotaka.

Hili linaniongoza kwenye Zaburi 16:11. Inayosema, ... *Mbele za uso wako kuna furaha tele; na katika mkono wako wa kulia kuna mema ya milele.*

Tunapomwabudu Mungu, tunaualika uwepo wake maishani mwetu. Huondoa kukata tamaa na huzuni yetu na kutuwekea furaha na amani Yake… akitupa tumaini na kupumua maisha mapya katika hali zetu.

Hatuwezi kubadilisha kila kitu kinachotokea karibu nasi, lakini uwepo wa Mungu utatubadilisha-namna tunavyofikiri, namna tunavyohisi na namna tunavyotazama hali na mazingira yetu.

MRUHUSU MUNGU ACHUKUE MAUMIVU YAKO

Hatutakuwa huru kabisa kutoka katika maumivu au kukata tamaa, lakini siyo lazima turuhusu kile kinachotokea leo kikaiharibu kesho.

Tunaweza tukachagua. Tunaweza tukabadilisha mambo kwa kufanya uamuzi wa kuacha hali zilizosababisha tukavunjika mioyo

na tukapata unyogovu, na tukajielekeza kwenye mambo mazuri ambayo Mungu amepanga kwa ajili ya siku zetu za baadaye.

Ninaipenda 1 Petro 5:9, inayosema *kumhimili yeye [shetani]… [dhidi ya shambulizi lake]…* Ni muhimu sana kupinga hisia za kukata tamaa na unyogovu mara moja, kwa sababu kadri tunavyoziruhusu zikae ndani yetu kwa muda mrefu, ndivyo zinavyozidi kuwa ngumu kuzipinga!

Nimelisema hili kwa miaka: Ikiwa hautamruhusu Shetani akufurahishe na kile anachofanya, basi hawezi kukuonea; na ikiwa hawezi kukuonea, basi hawezi kukukandamiza.

Wakati mwingine utakapokutana na hali ambayo inatishia kukuangusha, fanya uamuzi wa kumgeukia Roho Mtakatifu na kumruhusu akujaze tumaini. Chagua kuamini kile Mungu anasema badala ya hisia zako. Ijaze akili yako na mdomo wako kwa vitu chanya, vyenye matumaini kutoka katika Neno la Mungu.

Haupaswi kuruhusu kukata tamaa na unyogovu vikatawala maisha yako. Maisha "yanapoendelea" mruhusu Mungu wa tumaini lote akuimarishe na akutie moyo kutokea ndani.

Kwa sababu haijalishi unapita katika hali gani, Mungu yuko tayari na yuko radhi kukusaidia kukuondolea maumivu yako… *na kuyabadilisha kuwa kitu kizuri.*

- HITIMISHO -

Unapita Katika Wakati Mgumu?

Ikiwa unapita katika wakati mgumu sasa hivi, nataka ujue kuwa Mungu anakupenda. Anaona kile unachopitia, yuko pamoja nawe, na anatamani akusaidie pale ulipo.

Zaburi 34:18 inasema, *Bwana yu karibu na waliovunjika moyo; huwaokoa wale ambao roho zao zimepondwa.* Tunapoumia, Mungu huumia pamoja nasi.

Hivi sasa, unaweza kuwa unakabiliwa na hali inayoonekana kama hali ngumu isiyowezekana. Lakini nataka ujue kwamba Mungu anaweza kufanya vitu vyote kuwa vipya. Anaweza akaichukua shida yako na akaibadilisha kuwa kitu kizuri.

Ikiwa unashughulikia hali ngumu au kitu kinachotishia kukushinda, ninakuhimiza utenge muda mfupi na uombe sasa hivi:

Baba, ninakuhitaji sasa. Unasema Unanipenda na unaona kabisa mahali nilipo… na licha ya namna ninavyohisi, ninachagua kuamini Neno lako. Mbele ya yote ninayopitia, ninakutazama wewe unisaidie. Ninahitaji nguvu Yako ili nishughulikie kila kitu kinachoonekana kuwa kikubwa sana kwangu hivi sasa. Nisaidie ili niweke macho yangu kwako. Tafadhali jidhihirishe kwangu… na unitie moyo kwa ajili ya yaliyo mbele. Nisaidie niuone upendo wako na uwepo wako katika namna inayoonekana. Ninajileta kwako kama nilivyo. Katika jina la Yesu, amina.

Ninakuhimiza pia utenge muda ili usome maandiko haya chini. Ninaweza kukuambia kutokana na uzoefu kwamba Neno la Mungu litayabadilisha maisha yako — namna unayofikiri, namna

unavyohisi… na hata unavyoyaona maisha yako ya baadaye.

Ninaipenda Yeremia 29:11. Inasema Mungu ana mpango mzuri kwa ajili ya maisha yako ya baadaye — mipango ya amani… mpango wa kukuletea tumaini.

Daima kumbuka kwamba Mungu yuko upande wako. Yeye ni Mungu wa mambo yasiyowezekana… *na ndiye anayeweza kufanya muujiza kutoka katika hali yoyote ile.*

MUNGU ANAKUPENDA

"Nimekupenda kwa upendo wa milele, ndiyo maana nimekuvuta kwa fadhili zangu.." **Yeremia 31:3**

Maana milima itaondoka, na vilima vitaondolewa; bali wema wangu hautaondoka… asema BWANA akurehemuye. **Isaya 54:10**

Umehesabu kutangatanga kwangu; Uyatie machozi yangu katika chupa yako; Je! Hayamo katika kitabu chako? **Zaburi 56:8**

Kabla sijakuumba katika tumbo nilikujua [na] nikakuidhinisha [kama chombo change kiteule], na kabla haujazaliwa nilikutenga… **Yeremia 1:5**

MUNGU ATAKUSAIDIA

"Usiogope, kwa maana mimi ni pamoja nawe; usifadhaike, kwa maana mimi ni Mungu wako; nitakutia nguvu, naam, nitakusaidia, naam, nitakushika kwa mkono wa kulia wa haki yangu."
Isaya 41:10

Hata nikipita katika bonge lenye giza nene, sitaogopa uovu, kwa sababu uko pamoja nami…. **Zaburi 23:4**

Nilimtafuta BWANA, naye akanijibu, akaniokoa kutoka kwa hofu zangu zote. **Zaburi 34:4**

Upitapo katika maji mengi nitakuwa pamoja nawe; na katika mito,

haitakugharikisha; uendapo katika moto, hutateketea; wala mwali wa moto hautakuunguza. **Isaya 43:2**

MUNGU NI TUMAINI LAKO.

Maana nayajua mawazo ninayowawazia ninyi, asema BWANA, ni mawazo ya amani wala si ya mabaya, kuwapa ninyi tumaini siku zenu za baadaye. **Yeremia 29:11**

…Kwa kuwa Yeye [Mungu] Mwenyewe amesema, Sitakupungukia kamwe, wala sitakuacha…[Ninakuhakikishia!]. **Waebrania 13:5**

Kwa kuwa kwa Mungu hakuna lisilowezekana.... **Luka 1:37**

Mtwike Bwana mzigo wako [ili uzito usikuelemee] naye atakutegemeza.... **Zaburi 55:22**

Nitakapokuwa na hofu, nitakuwa na ujasiri na nitakutumaini na kukutegemea wewe. **Zaburi 56:3**

MUNGU NI FARAJA NA NGUVU ZAKO.

Huwaponya waliopondeka moyo, Na kuyaganga majeraha yao. [akiponya maumivu na huzuni zao]. **Zaburi 147:3**

Huwapa nguvu wazimiao, humwongezea nguvu yeye asiyekuwa na uwezo. Huwaongeza nguvu…Wale wanaomngojea Bwana [wanaomtarajia, wanaomtafuta na wanaomtumaini] watabadilika na kufanywa upya nguvu na uwezo wao; …watakimbia na hawatachoka, watatembea na hawatazimia au kuchoka.
Isaya 40:29, 31

Njooni kwangu, ninyi nyote msumbukao na wenye kulemewa na mizigo, nami nitawapumzisha. [Nitawapa raha nafsini mwenu.]
Mathayo 11:28

Mungu kwetu sisi ni kimbilio na nguvu, msaada utakaoonekana tele wakati wa mateso. **Zaburi 46:1**

MAOMBI YA WOKOVU

Mungu anakupenda na anataka kuwa na uhusiano wa kibinafsi na wewe. Ikiwa haujampokea Yesu Kristo kama Mwokozi wako, unaweza ukafanya hivyo sasa hivi. Fungua moyo wako kwake na uombe maombi haya…

"Baba, ninajua kuwa nimekutenda dhambi. Tafadhali naomba unisamehe. Nioshe niwe safi. Ninaahidi kumtumaini Yesu, Mwana wako. Ninaamini kwamba alikufa kwa ajili yangu — Aliibebda dhambi yangu alipokufa msalabani. Ninaamini kwamba Alifufuliwa kutoka kwa wafu. Natoa maisha yangu kwa Yesu sasa hivi. Asante, Baba, kwa zawadi yako ya msamaha na uzima wa milele. Tafadhali unisaidie ili niishi kwa ajili yako. Katika jina la Yesu, amina."

Kwa vile umeomba kutoka moyoni mwako, Mungu amekupokea, amekutakasa na kukuweka huru kutoka kwenye utumwa wa kifo cha kiroho. Chukua muda wa kusoma na kujifunza maandiko haya na umwombe Mungu azungumze nawe unapotembea naye katika safari hii ya maisha yako mapya.

Yohane 3:16
Waefeso 1:4
1 Yohana 1:9
1 Yohana 5:1
1 Wakoritho 15:3-4
Waefeso 2:8-9
1 Yohana 4:14-15
1 Yohana 5:12-13

Muombe Mungu akusaidie kupata kanisa zuri linaloamini katika Biblia ili uweze kuhimizwa kukua katika uhusiano wako na Kristo. Kristo yuko pamoja nawe kila wakati. Yuko tayari kukuongoza kila wakati na kukuonyesha namna ya kuishi maisha makamilifu aliyonayo kwa ajili yako!

Ikiwa uko tayari kuanza safari yako mwenyewe, ya kibinafsi na Yesu au pengine unataka kumjua kwa undani zaidi, tembelea:

tv.joycemeyer.org/kiswahili

KUHUSU MWANDISHI

Joyce Meyer ni mwandishi bora kwa mujibu wa gazeti la New York Times na mmoja wa waalimu mashuhuri wa Biblia ulimwenguni. Kupitia *Joyce Meyer Ministries*, hufundisha kwa vitendo na kwa uwazi, akiwashirikisha wengine hadharani maisha aliyopitia na kuwasaidia mamilioni ya watu kutumia kanuni za kibiblia kwa hali zao na mwishowe kupata tumaini na urejesho kupitia Yesu Kristo. Kitabu chake *Battlefield of the Mind-Uwanja wa Vita Akilini* kimeuzwa sana na kinaendelea kuuzwa kwa wingi, katika kitabu hicho anawafundisha watu namna ya kushinda vita akilini mwao na "wafikirie kuhusu kile wanachofikiri." Joyce amefanya mikutano Marekani na ulimwenguni kote, na kipindi chake cha *Kufurahia Maisha ya Kila Siku* hutangazwa katika televisheni, redio na mtandaoni kwa mamilioni ya watu katika lugha zaidi ya 100. Pia ameandika vitabu zaidi ya 130, ambavyo vimetafsiriwa katika lugha zaidi ya 155.

JOYCE MEYER MINISTRIES

Kumhubiri Kristo—Kuwapenda Watu

Joyce Meyer Ministries imeitwa kwa ajili ya kuhubiri Injili, kuyafanya mataifa kuwa wanafunzi na kupanua upendo wa Kristo

Kupitia vyombo vya habari tunawafundisha watu namna ya kutumia kweli ya kibiblia katika kila hali ya maisha yao na kuwatia moyo watu wa Mungu kuuhudumia ulimwengu unaowazunguka. Kupitia tawi letu la kitume, *Hand of Hope-Mkono wa Tumaini,* tunatoa misaada ya kibinadamu ulimwenguni, tunawalisha wenye njaa, kuwavisha maskini, kuhudumia wazee, wajane na yatima, na kuwafikia watu wa kila umri na matabaka yote ya maisha.

Joyce Meyer Ministries imejengwa juu ya msingi wa imani, uadilifu na wafuasi wanaotuunga mkono kwa kujitolea kushiriki wito huu.

* * *

Ili kutiwa moyo zaidi kutoka kwa *Joyce Meyer Ministries,* tafadhali tembelea:

tv.joycemeyer.org/kiswahili

Hauko Peke Yako!

Unapita katika kipindi kigumu? Iwe unashughulikia msiba au tatizo ambalo haukulitarajia, ugonjwa wa kutisha unaohitaji matibabu, au hata unajiuliza mlo wako unaofuata utatoka wapi, Mungu hataki ukabiliane na vita ukiwa peke yako. Badala yake, jambo kuu moja tunaloweza kufanya ni kumwamini Yeye, tukijua kuwa yuko pamoja nasi na tunaweza tukabaki tukiwa tumejaa *matumaini.*

Katika kitabu hiki, Joyce anafundisha:

- Namna ya kupokea faraja ya Mungu katika nyakati ngumu
- Kwa nini mabadiliko ya mtazamo yanaweza yakaibadilisha kabisa siku yako
- Namna ya kuanza upya na kusahau mambo ya zamani
- Funguo za Kibiblia za kupambana na unyogovu na kuvunjika moyo

Chochote ulichopitia, kitabu hiki kitakusaidia kuongeza matarajio yako na usikate tamaa kwa Mungu kamwe. Kwa sababu, zaidi ya yote, Yeye ndiye "Mungu wa tumaini" (Warumi 15:13), na Yeye ndiye anaweza kuichukua hali yako na kuibadilisha kuwa kitu kizuri zaidi.

JOYCE MEYER MINISTRIES®