

ОТВОРЕН РАЗГОВОР ЗА ОСАМЕНОСТА



Победа на емоционалните битки
со силата на Божјиот збор!

Џојс Маер

ОТВОРЕН РАЗГОВОР ЗА ОСАМЕНОСТА

Христијанска Црква „Оаза“
во Република Македонија

ОТВОРЕН РАЗГОВОР ЗА ОСАМЕНОСТА

Победа на емоционалните битки со силата на Божјиот збор!



ЦОЈС
МАЕР

Христијанска Црква „Оаза“
во Република Македонија

Наслов на изворниот текст: Straight Talk on Loneliness

Автор: Joyce Meyer

Copyright © 1998 by Joyce Meyer

Copyright © 2016 ХЦ Оаза во РМ

Сите права се задржани

Издава: ХЦ Оаза во РМ

adpavlovi@hotmail.com

www.crkvaoaza.com.mk

Издавач: Ангел Павлов

Превод: Даниела Павлова

Лектура: Елена Боцевска

Техничка подготовка: Печатница „2-ри Август“ Штип

Печати: Печатница „2-ри Август“ Штип

Тираж: 10.000 примероци

Во оваа книга е користен превод на Библијата на македонски јазик од 2006 година.

Забрането е копирање на оваа книга без писмена дозвола од издавачот.

СОДРЖИНА

	Вовед	7
<i>Прв дел</i>	Никогаш не си напуштен	9
1	Ти не си сам	11
2	Осаменоста може да биде излечена	21
3	Седум фази на тага	31
4	Заздравување од трагедијата и загубата	63
<i>Втор дел</i>	Стихови	79
	Стихови за совладување на осаменоста и тагата	81
	Молитва за совладување на осаменоста	85
	Молитва за лично заедништво со Господа	87
	За авторот	89

ВОВЕД

Главни проблеми со кои луѓето денес се соочуваат се тага и осаменост. Овие две, обично одат заедно затоа што многу луѓе тагуваат бидејќи се осамени.

Осаменоста стана поголем проблем отколку што беше порано. Во мојата служба, сè поголем број луѓе бараат молитва за водство и помош за надминување на осаменоста.

Во своето Слово, Бог нè зборува дека не сме сами. Тој сака да не ослободи, утеша и исцели. За жал, многу луѓе никогаш не ги надминуваат големите и болни загуби со кои се среќаваат во животот. Кога се случува некоја трагедија, а болката станува неподнослива, сатаната тоа го гледа како можност за обид да го доведе поединецот или целото семејство во трајно ропство. Смрт на сакана личност, развод или прекин на врска со блиски, може да донесе тага и многу луѓе минуваат низ процес на тагување. Клучот на победата е во разбирање на разликата помеѓу нормален, балансиран “процес на тагување” и “дух на тага”. Првото и помага на личноста која тагува по некое време да закрепне, а второто и прави на личноста да и биде уште полошо и да тоне се подлабоко во очај.

Верувам дека недостаток на разбирање на “процесот на тагување” е еден од причините зошто луѓето, а особено Христијаните, поради некоја загуба стануваат врзани од тага и осаменост. Кога Бог исцелува, резултатот е моментален. Но, многу често, Тој своите деца ги води чекор по чекор преку исцеление, особено кога закрепнуваат од загуба. Очигледно е дека луѓето различно реагираат на загубите, но сите ние имаме емоции кои можат да бидат повредени и ранети, и мора да бидат исцелени.

Исус дојде на земјата да ги уништи делата на ѓаволот (1 Јован 3:8) и да ни даде живот во изобилие (Јован 10:10)! Ако се научиме да го примиме тоа што Тој ни го овозможил, ќе го искусиме тој изобилен живот кој е ослободен од тага и осаменост.

Бог мене ме ослободи од оковите на тага и осаменост, и верувам дека ќе го користи процесот “чекор по чекор” во оваа книга за да ти помогне и на тебе да се ослободиш!

ПРВ ДЕЛ



Никогаш не си напуштен



Ти не си сам

“Тогаш Исус им се приближи и им рече: И еве Јас Сум со вас во сите дни до свршетокот на светот. Амин!”
Матеј 28:18,20



Ти не си сам

“Ќе го избавам зашто ме љуби, ќе го закрилам зашто Го познава Моето име. Ќе ме повика, а Јас ќе му одговорам, со него ќе бидам во невоља, ќе го спасам и ќе го прославам. Ќе го наситам со долг живот, ќе му го покажам Моето спасение.”

Псалм 91:14-16

Бог сака да знаеш дека не си сам. Сатаната сака да веруваш дека си потполно сам, но ти не си. Тој сака да веруваш дека никој не те разбира како се чувствуваш, но тоа не е вистина.

Освен тоа што Бог е со тебе, многу верници знаат како се чувствуваш и разбираат низ што се поминуваш и емоционално и ментално. Псалм 34:19 вели: “Праведникот има многу невољи, но Господ го избавува од сите.”

Во Библијата многупати се спомнуваат “неволји на праведникот” и Божјото ослободување од нив.

Бог е Тој Кој ослободува

Бог го ослободи Павле и Сила од затворот (Дела 16:23-26).

Во 1 Самоил 17:37 читаме како Бог го ослободува Давид од неволји: “Давид додаде уште: Господ Кој ме избави од лавовските канџи и од мечкините шепа, ќе ме избави и од рацете на тој Филистеец. Тогаш Саул му рече на Давида: Отиди и Господ нека биде со тебе!”

Кога напредуваш, сатаната често ти донесува некоја неволја за да те обесхрабри и се обидува да се чувствува осамено. Но, тоа што сатаната се обидува да го направи за да ни наштети, Бог ќе го изведе на добро (види Битие 50:20). Можеш да го направиш тоа што Давид го направи во овој стих и да се охрабриш така што ќе се потсетиш на претходните победи.

Седрах, Мисах и Авденаго искусиле неволја кога останале цврсти во својата посветеност на единниот вистински Бог (Даниел 3:10-30). Кога одбија да го послушаат злиот цар Навуходоносор, да се поклонат на златната статуа којашто тој го поставил, Навуходоносор ги фрлил во огнената печка која ја загреал седумпати повеќе отколку обично!

Навуходоносор бил вчудовиден (стих 24) кога видел дека Седрах Мисах и Авденаго се уште со еден човек во вжарената печка – Тој кој бил “како Синот Божји”

(стих 25). Не само што тие тројцата излегле недопрени од печката, воопшто ниту не мирисале на чад (стих 27)!

Стих 30 ни зборува дека кралот ги унапредил Седрах, Мисах и Авденаго. Бог не само што ќе те избави од своите неволји, туку исто така ќе те воздигне!

И Даниел имал неволји. Како казна за неговиот интегритет и посветеност на Бога, Даниел бил затворен во лавовска јама. Но, тој избрал да Му верува на Бог, и Бог го ослободил така што испратил ангел кој им ги затворил устите на лавовите. Даниел излегол од јамата неповреден (Даниел 6:3-23)! Твојата доверба нека ти биде во Бога и ти ќе излезеш неповреден.

Сите овие луѓе откриле дека Бог е верен. Јас исто така ја искусив Неговата верност и добрина. Како дете бев злоупотребувана сексуално, ментално и емоционално. Во животот бев болна, вклучувајќи 10 години мигрена, рак, како и неколку помали, но не и помалку болни и стресни заболувања. Секогаш Бог ме ослободуваше и ми даваше одговори. Но, имаше и време кога постојано чекав на Господа.

Во 1 Петар 5:8,9 читаме:

“Бидете трезвени и бдејте, вашиот противник, ѓаволот, обиколува како лав што рика, барајќи некого да го проголта. Спротивставете му се, цврсти во верата, знаејќи дека истите страдања се случуваат на вашите браќа по светот.”

Како што видовме, неволјите доаѓаат кај секој од нас. Сите ние во овој живот минуваме низ некоја тага и осаменост од време на време, но не сме сами. Библијата ни кажува да се спротивставиме на ѓаволот: да се “спротивставиме” = “цврсти во верата” (стих 9). Но, силата можеме да ја добиеме преку тоа што знаеме дека и другите знаат како се чувствуваме.

Бог работи за наше добро

Бог е добар и верен. Пред неколку години се соочив со голем емоционален шок поради кој се разделив од многу работи и луѓе кои ми се мили. Бог сакаше да продолжам, но јас не Го послушав. Бог работеше за мое добро, иако тогаш не можев да видам кое е тоа добро. Кога не одев напред, Бог ме придвижуваше мене и некои луѓе во мојот живот. Сега сфаќам дека тоа беше една од најдобрите работи кои некогаш ми се случиле, но тогаш мислев дека целиот свет ми се руши. Не знаев дали некогаш ќе закрепнам.

Смртта и разводот не се единствените разорни загуби кои луѓето можат да ги доживеат. Може да биде траума кога ги губиме долгогодишните врски или работата која ни е важна. Лична повреда која те спречува да се занимаваш со хоби кое ти е многу важно во животот или спорт, може многу тешко емоционално да ти влијае. Всушност, тешко е да се изгуби нешто или некој кој ти е важен во твојот живот.

За моето целосно заздравување ми требаше скоро три години, но напредував многу цврсто низ тој период. Нешто што ми помогна да бидам на крајот ослободена од големата болка, е разбирањето за “душевните врски.”

“Душевни врски”

Кога минуваме премногу време со некоја личност или со некој предмет, ние се врзуваме.

Како луѓе ние сме духови, имаме душа и живееме во тело. За душата може да се каже дека се состои од ум, волја и емоции.

За да се вклучиме во нешто, бара ментално време, мисли и планирање. Воопштено, зборуваме за тоа во што сме најмногу вклучени со умот, волјата и емоциите. Ако размислиме за ова, гледаме колку нашите “души” се вклучени во луѓето и предметите во кои вложуваме најмногу од нашето време и енергија.

Ако раката ми е врзана на страна и не ја употребувам со години, тоа ќе има поразителен ефект. Кога некој одеднаш ќе ми ја одврзе, таа ќе биде ослабена и овената, но и онеспособена. За мене ќе биде невозможно да ја користам таа рака како што треба додека повторно не ја зајакнам и употребувам. Ќе мора да научам нови начини како да функционирам и да ги развијам мускулите кои атрофирале бидејќи не биле користени.

Ова исто така е вистина за нашите души. Кога поминуваме предолго време со некоја личност, во некое место или покрај некој предмет, ние создаваме “душевени врски.” Кога ќе останеме без некоја од споменатите, ние реагираме како сеуште да сме врзани со тоа. Како раката која беше врзана на една страна, иако потоа е ослободена, сеуште се “чувствува” како да е врзана. Не функционира правилно додека не помине некое време и додека не се вложи одреден напор за да се врати повторно во функција.

Дури и кога сами ќе се одвоиме од некој или нешто, нашата душа ќе сака да остане таму. Чувствата се многу силни и можат да ни предизвикаат многу болки и маки. Треба да сфатиме дека можеме да ја користиме “волјата” за да одлучиме дали да направиме нешто или не. Една одлука со волја и цврстина, ќе ги надмине жестоките и измешаните емоции.

Постојат исправни и погрешни “душевени врски”. Добрите со тек на времето ќе се избалансираат, а со лошите мора да се избориме.

Со каква и да било ситуација со која сега се соочуваш, ако не постапиш како што треба, таа може да те онеспособи. Во секој случај, Бог знае како да постапи.

Ако си повреден во сообраќајна незгода, можеби ќе треба повторно да учиш како да одиш.

Ако си го изгубил брачниот партнер или сте разведени, мора да научиш да функционираш како самец. Мораш да научиш да правиш работи кои си ги заборавил или кои никогаш не си ги правел. Можеби ќе мора да најдеш работа или да научиш да готвиш и да се грижиш за децата или да донесуваш одлуки на кои не си навикнат, за работи за кои ништо не знаеш.

Ако си ја изгубил работата, ќе мора да научиш како повторно да се истакнеш или да се преселиш во потполно нова околина.

Додека ги правиш овие нови работи, можеби сеште си повреден, но можеш да уживаш во фактот дека сепак одиш напред. Секој ден напредуваш. Бог ветува дека ќе биде со тебе во неволјите. Додека чекаш Тој да те ослободи, може да те утеша фактот дека Тој е со тебе и работи за твое добро, иако во опипливиот свет не можеш секогаш да видиш што работи Тој. Матеј 28:20 вели: "...и ете Јас сум со вас во сите денови се до свршетокот на светот. Амин."



Осаменоста може да биде излечена

“Девојките ќе се веселат на танец, младо и старо заедно, зашто тагата ќе им ја претворам во радост, ќе ги утешам и ќе ги развеселам по жалоста.”

Еремија 31:13



Осаменоста може да биде излечена

Осаменоста не е грев. Затоа ако си осамен, немој на списокот на рани да го додаваш и чувството на вина.

Осаменоста може да биде излечена, каква било и да е причината. Некои кои најмногу страдаат од осаменост, која сама по себе е еден облик на тага, се срамежливите или многу плашливите, тие кои се чувствуваат неразбрани, водачите, разведените и безбрачните, вдовци и вдовиците, постарите луѓе, тие кои се чувствуваат отфрлени, тие кои чувствуваат дека се поразлични од останатите, злоупотребените, тие кои не можат да одржат здрави врски, особено со спротивниот пол, тие кои мора да се преселат или да ја променат работата...

Постојат многу причини за осаменост, но многу луѓе не сфаќаат дека не мора да живеат со тоа. Можат да се соочат и да се изборат со осаменоста.

Овој збор доаѓа од зборот сам, а тоа значи изолиран, без друштво. Придавката од тоа е осамен, а тоа исто значи и “напуштен, отфрлен”, а самотен значи “недостаток на друштво, оставен сам”.

Осаменоста често се манифестира како внатрешна болка, вакуум или жед за љубов. Ја следат чувства на празнина, бескорисност или недостаток на цел. Посериозен симптом е депресијата, која во некои случаи со време може да доведе до самоубиство.

Тажно е, но голем број луѓе вршат самоубиство затоа што не знаат како да се борат со осаменоста или затоа што не сакаат на вистински начин да се соочат и да се изборат со неа. Дури и Христијаните стануваат плен на овој страшен непријател.

Сам не значи осамен

Зборот сам се дефинира како “сам, без ништо, одвоен од сите”. Зборовите како што се: осамен и напуштен значат изолација која се доживува како резултат на недостаток на друштво.

Дали си сам (независен, одвоен, сам со себе) или си осамен и напуштен (отфрлен, напуштен поради недостаток на друштво), - постои разлика.

Треба да сфатиш дека ако си сам, не мора да значи дека си осамен.

Дури и кога си во друштво на други луѓе, тоа не гарантира отсуство на осаменост.

Состојбите кои создаваат осаменост понекогаш се минливи ситуации. Личност која го напушта своето друштво и се преселува во друг дом и друг град, може да искуси моментално чувство на осаменост, но со време ќе стекне нови пријатели.

Но, многу ситуации кои создаваат чувство на осаменост се многу потрајни, а ова се прашањата со кои може да се излезе на крај.

Додека секогаш не е можно да се избегне самотијата, за осаменоста секогаш постои решение!

Осаменост причинета од криза и траума

Осаменоста е често последица од трауми или кризи заради смрт на сакана личност (брачен другар, дете, родител, близок пријател или роднина), развод или разделба.

Кога ќе се случи нешто што ќе нè наведе да сфатиме дека ништо нема да биде онака како што било, тоа доведува до криза или траума во нашите животи, што може да доведе до чувство на осаменост и очај.

По природа, кризната ситуација бара од нас да одлучиме во која насока ќе одиме, да станеме подобри или полоши, да ја победиме или да и подлегнеме.

Сите имаме гледано филмови кои опишуваат сериозно повредена личност чијшто доктор го повикува семејството и вели: “Направив се што можев. Пациентот дојде до критична точка. Понатаму веќе ништо не зависи од мене.” Тоа што докторот сака да го каже, е дека за кратко време таа личност или ќе почне да закрепнува или ќе умре.

Кризите секогаш предизвикуваат промени, а промените на овој начин се тешки за секого кој е вклучен во нив.

Процесот на тагување наспроти дух на тага

Зборот тага се однесува на длабока ментална мака, исто како кај загуба, жал. Да тагуваш значи да ја “почувствуваш тагата”, односно да ја “чувствуваш менталната мака, да жалиш и да бидеш под стрес”.

Процесот на тагување е неопходен и здрав - ментално, емоционално и физички. Личноста која одбива да тагува, често не сака да се соочи со реалноста, коешто на крај има разорен ефект врз целото битие на таа личност.

Духот на тагата е нешто сосема друго. Ако не му се спротивставиме, ќе го преземе и ќе го уништи животот на личноста која минува низ некоја загуба. Ако не се соочиме со него и не го контролираме, ќе ни го украде здравјето, силата и виталноста - дури и самиот живот. Ќе ви дадам еден пример.

Една моја пријателка го изгуби синот кој долго се бореше со леукемија. Кога момчето умре, природно е дека тоа беше тешко за секого во семејството. Тие дефинитивно минуваа низ процес на тагување, што секако е во ред.

Меѓутоа, оваа пријателка ми покажа како го открила духот на тагата. Еден ден додека си ја перела облеката, почнала да размислува за синот и одеднаш почувствувала како нешто се обвиткало околу неа. Нешто мрачно и тажно, се чувствувала како да сака да “потоне” во тоа нешто.

Бог и открил дека тоа бил дух на тага кој сакал да ја измачува. Зграпчила една од маиците на син и, ја обвиткала околу себе и му рекла на ѓаволот дека тоа е нејзината “наметка на слава” (Исаија 61:3). Потоа почнала да игра и гласно да го слави Бог. Додека го правела тоа, почувствувала како тој притисок ја напушта.

Оваа жена можела да отвори врата за големи, долгорочни проблеми ако решително не се спротивставела на овој угнетувачки дух на тага.

Тага претворена во радост

“Блажени се оние кои плачат, зошто ќе бидат утешени.”
Матеј 5:4

Библијата на неколку места зборува за тие кои тагуваат.

Во Еремија 31:13, Господ зборува преку овој пророк.

“Девојките ќе се веселат на оро, младо и старо заедно, зашто тагата ќе им ја претворам во радост, ќе ги утешам и ќе ги развеселам по жалостта”.

Од овој стих гледаме дека Божја волја е да бидат утешени тие кои тагуваат, па така можеме да заклучиме дека утехата доаѓа по тагувањето. Ако утехата не дојде никогаш, тогаш нешто не е во ред.

Во Исаија 61:1-3 ги читаме овие зборови како ветување:

“Духот на Господа Бога е на Мене, зашто Господ Ме помаза, Ме испрати да им донесам Радосна Вест на бедните, да ги излечам скршените срца, да им проповедам слобода на заробениците и ослободување на оние во темница, да ја навестам годината на Господовата милост и денот на одмаздата на нашиот Бог, да ги развеселам натажените на Сион и да им дадам венец наместо пепел, масло на радост наместо облека на жалост, песна-благодарница наместо очаен дух. И ќе ги викаат Дрвја на Правдата, Господов Расад - за Негова слава”.

Од принципот кој го гледаме во овие стихови, очигледно дека Бог е за целосна обнова. Тој особено е заинтересиран за оние кои страдаат и сака да ја обнови нивната радост.

Можеби тагуваш по некоја загуба, но не мора да останеш во таа состојба до крајот на животот. Бог ветил дека твојата тага ќе ја претвори во радост. Треба да се држиш на тоа ветување додека минуваш низ процесот на тагување. Тоа ќе ти даде надеж за иднината.

Надежта која е пред нас

“Надежта, долго неостварена, го изнемоштува срцето, а исполнетата желба е како дрво на животот.”

Изреки 13:12

Додека тагувањето заради некоја загуба е неопходно и здраво, треба да се води сметка да не се падне во очај и безнадежност, кои се тежок товар за носење.

Наместо да се предадеме на безнадежност, да посветиме внимание на зборовите на Давид во Псалм 27:13, 14:

“Но, јас верувам дека ќе ја видам Господовата добрина во земјата на живите. Надевај се во Господ, биди бодар; нека е цврсто срцето твое; надевај се во Господ!”

Што и да се случува на земјата, секогаш постои надеж во Бога.

Во Евреите 6:17-18 Библијата вели дека Бог нè уверил за Неговата волја да не благослови преку потврда на Неговото ветување заколнувајќи се:

“Затоа Бог, кога на наследниците на ветувањето сакаше јасно да им ја покаже Својата неизменлива волја, посведочи со клетва, та преку две неизменливи работи, во кои не е можно Бог да излаже, да имаме голема утеха и ние, кои прибегнуваме да се прифатиме за надежта што ни е дадена.

Во стихот 19 продолжува:

“Неа ја имаме како безбедна и цврста котва на душата, која навлегува и зад завесата”.

Котвата го чува бродот да не отплови за време на бура. Надежта го прави истото за нашите души. Надежта е како котва која не држи на правецот додека животните бури не носат горе - долу, таму - ваму.

Кога ти е тешко, не разбираш многу, и болката поради загубата ти ја распарува душата, држи се на оваа вистина: Бог те љуби и има иднина за тебе. Надевај се на Него и верувај Му дека твојата тага ќе ја претвори во радост, и дека ќе ти даде убавина наместо скршеност, дури и кога минуваш низ разни фази на тага.



Седум фази на тага

“Надевај се на Господа со сето свое срце и не се потпирај врз сопствениот разум. Мисли на Него на сите свои патишта и Тој ќе управува со твоите патеки.”

Изреки 3:5,6



Седум фази на тага

Откако ќе искусиме некоја трагедија или загуба, скоро секој од нас минува низ некој процес на тагување. Постојат седум основни чекори или фази на овој процес. Ајде да го погледнеме секој од нив и да се обидеме подобро да разбереме што ни се случува во тек на овој процес и што можеме да направиме за да имаме полза од тоа.

Прва фаза: Шок и одрекување

Обично прво се среќаваме со овие фази кога се случува трагедија или загуба. Бог ги користи како заштита против потполно уништување.

Шок:

Шок е нешто што го протресува умот или емоциите со голем, неочекуван удар.

Шокот главно е вградена заштита. Ни дава време постепено да се навикнеме на промената која се случила. Не спречува одеднаш да се соочиме со реалноста.

Пред да продолжиме понатаму во животот, мора да имаме нов начин на размислување. Шокот ни дава време да изградиме нов начин на размислување за нашите животи и за иднината.

За да ви илустрирам, помислете на автомобилските амортизери. Тие служат да го заштитат автомобилот од неочекувани удари на патот. Ако ги нема нив, автомобилот ќе се распадне поради силните удари во текот на возењето.

Често пати истото се случува и со нас. Патуваме на патот на животот и многу од нас не очекуваат дупки на патот. Затоа не сме подготвени за нив кога неочекувано ќе се појават. Светиот Дух ни вградил амортизери како заштита од ударите, додека мислите не ни се приспособат на неочекуваната промена на животниот пат.

Фазите на шок можат да траат од неколку минути до неколку недели. Но, ако траат подолго, тогаш нешто не е во ред.

Здравиот шок е како привремена анестезија, но ние не можеме постојано да останеме под анестезија. Треба да продолжиме понатаму. Шокот е привремено бегство од реалноста, но ако продолжи да трае, може да доведе до многу големи и сериозни проблеми.

Се сеќавам дека бев со тетка ми кога умре мојот татко. Беше болен некое време, иако смртта беше неизбежна, мојата тетка постојано повторуваше: “Не ми се верува. Не можам да поверувам дека го нема”. Таа беше во почетна фаза на шок кој обично доаѓа по трагичната загуба.

Кога минуваме низ шок, најдобро е да не остануваме неактивни многу долго. Една жена од мојот тим, искусна некадејна, разорна криза. Се сеќавам како зборуваше: “Бог ми рече да продолжам понатаму, затоа се вратив на работа”.

Таа сподели со нас дека не е сигурна колку нејзината работа сега ќе биде квалитетна, но знаеше дека за неа ќе биде катастрофално ако се предаде на апатијата која сакаше да ја надвлее и да ја повлече на дното. Во еден ден изгуби нешто што и значеше сè во животот. Нејзиното целосно чувство беше: “Која е целта? Зошто да се обидувам?” Таа знаеше дека, ако сака да преживее, треба да преземе позитивни чекори со кои ќе се спротивстави на овие чувства.

Кога минуваш низ шок поради трагична загуба, како верник треба да ја препознаеш разделбата помеѓу душата и духот. Дури и во трагедијата или за време на загубата, треба да направиш разлика помеѓу човечките емоции и вистинското водство на Светиот Дух.

Одрекување:

Одрекувањето е одбивање да се соочиме со реалноста која може да предизвика емоционална и ментална болест со различни степени.

Бог го испратил Својот Дух за да не охрабри да се соочиме со реалноста, да се фатиме за Неговата рака, да одиме низ мрачните долини и да ги надминеме препреките коишто ги носи животот.

Со Божјиот Дух кој живее во нас и којшто не чува, можеме заедно со цар Давид да кажеме:

“Ако поминам и низ долината на смртна сенка, нема да се уплашам од злото; зошто Ти си со мене; Твојот стап и Твојата палка ме утешуваат”.
(Псалм 23:4)

Дури и кога смртта носи сенка над нашите животи, можеме да живееме со надеж.

Кога зборуваме за надеж, сетете се повторно на: Седрах, Мисах и Авденаго (Даниел 3:8-27). Иако морале да бидат фрлени во печка која била разгорена седум пати посилно отколку вообичаено, Бог бил со нив во тој голем пламен.

Можеме да погледнеме на духовната важност на спомнатово и да се охрабриме кога ќе се најдеме во тешка ситуација. Како што се случи со момчињата Евреи во таа вжарена печка, па излегоа од неа слободни и не-

повредени, така Бог ќе биде и со нас во секоја ситуација со која се соочуваме во животот.

Божјата волја е да се соочиме со реалноста, да поминеме низ тоа, и да излеземе како победници во секоја смисла на зборот. Тешко е да се соочиме со реалноста, но уште потешко е да избегаеме од неа.

Втора фаза: Гнев

Втората фаза е одбележана со гневот: гнев на Бога, гнев на ѓаволот, гнев на себе си и гнев на личноста која предизвикала болка или загуба, дури и кога таа личност веќе е мртва.

Гнев кон Бог:

Веруваме дека Бог е добар и дека има контрола над нашите животи. Затоа кога ќе дојде некоја трагедија или ќе се случи некоја загуба, ние не разбираме зошто Бог не ги спречи ваквите работи кои многу не повредуваат.

Кога се соочуваме со трагична загуба, често се лутиме и се прашуваме: “Ако Бог е добар и семоќен, зошто дозволува да се случуваат лоши работи на добрите луѓе?” Ова прашање зазема главно место, кога ние како Божји деца, страдаме.

Тогаш здравиот разум сака да викне: “Ова нема никаква смисла!” Повторно се поставува прашањето: “Зошто Боже, зошто?” И ги мачи оние кои тагуваат над загу-

бата во своите животи, како што ги мачи и оние кои се осамени и отфрлени.

Во 1Коринтјани 13:12 апостол Павле вели дека во овој живот секогаш ќе има некои неодговорени прашања:

“Зошто сега гледаме како во огледало - нејасно; но тогаш: лице во лице. Сега знам делумно, но тогаш ќе (Го) спознаам целосно, како што и јас бев самиот наполно познат (од Бога).”

Претерано размислување кое се обидува да ги сфати работите за кои не можеме да најдеме одговор, не мачи и ни донесува голема збунетост, но Изреки 3:5,6 ни кажуваат дека верата во Господ ни носи увереност и насока:

“Надевај се на Господа со сето свое срце и не се потпирај врз сопствениот разум. Мисли на Него, на сите свои патишта и Тој ќе управува со твоите патеки.”

Кога во животот ќе се соочиме со моменти на криза, потребна ни е насока. Овие стихови ни зборуваат дека верувањето во Бога е единствениот начин да најдеме насока.

Довербата бара од нас да дозволиме некои неодговорени прашања да бидат во нашиот живот.

Тешко ни е да се соочиме со вистината бидејќи човечката природа сака да разбере сè. Во Римјаните 8:6 вели:

“Бидејќи телесното размислување води во смрт, а Духовното размислување во живот и мир.”

Ние сакаме сè да има смисла, но Светиот Дух ни дава мир во срцата и за нешто што во нашиот ум нема никаква смисла.

Колку и да ти е тешко поради трагедијата или загубата, Светиот Дух може да ти даде длабок мир дека некако се ќе биде во ред.

Бескорисно е да се лутиме на Бог, бидејќи Тој е единствениот Кој може да ни помогне. Само Тој може да донесе долготрајна утеха и исцеление кое ни е потребно. Те охрабрувам да продолжиш да веруваш дека Бог е добар, и да знеш дека што и да се случи, Бог секогаш ќе биде добар. Дури и кога не ги разбираш околностите, продолжи да веруваш и кажи дека Бог е добар - затоа што е така!

Во Псалм 34:8 псалмистот не охрабрува:

“Вкусете и видете колку е добар Господ; блажен е човекот кој се надева на Него!”

Потоа во Псалм 86:5 тој вели за Бог: “Зашто Ти си Господи добар и проштаваш со задоволство, полн си со љубов и милост кон сите, кои Те повикуваат.”

Конечно во Псалм 136:1 ни е кажано: “Дадете Му благодарност на Господа, зашто Тој е добар; зошто Неговата милост и добрина владеат вечно.”

Бог е добар, но ѓаволот сака да веруваме дека не можеме да Му имаме доверба на Бог и дека Тој не нè сака и не се грижи за нас. Ако се сомневаш во Божјата љубов за тебе и во Неговата верна грижа за тебе, те молам разгледај ги овие зборови на апостол Павле на оваа тема, за која пишува во Римјани 8:35-39:

“Кој ќе не одвои од Христовата љубов? Неволјата ли, или мака, или гонење, или глад, или голо-тија, или гибел или меч? Како што е напишано: Заради Тебе не убиваат постојано, не сметаат како овци за клање. Но, во се ова победуваме надмоќно преку Оној, Кој не возљуби. Зашто сум уверен дека ни смртта, ни животот, ни ангелите, ни властите, ни сегашноста, ни иднината, ни силите, ни височината, ни длабочината, ниту некое друго создание, ќе може да не оддели од Божјата љубов, која е во Христа Исуса, нашиот Господ.”

Не лути се на Бог. Прими го служењето на Светиот Дух. Слушај ги зборовите на Исус во ова поглавје:

“Да не се вознемирува вашето срце; верувајте во Бог и во Мене верувајте. И Јас ќе Го молам Мојот Татко и Тој ќе ви даде друг Утешител, за да биде со вас до века. Нема да ве оставам сираци, ќе дојдам при вас.” (Јован 14:1,16,18)

Утеши се со овие зборови, спротивстави му се на ѓаволот кој ќе се обиде да те увери дека треба да го излиеш гневот и фрустрацијата на Бога.

Гнев кон ѓаволот:

Библијата зборува дека треба да го мразиме злото (Амос 5:15), а со оглед на тоа дека ѓаволот е причинител на секое зло, тогаш лутината на него може да биде здрава - ако таа лутина е изразена на библиски начин.

Во Ефесјани 6:12 ни е кажано дека,
“...нашата борба не е против крв и тело, туку против началствата, против властите, против световните управители на темнината од овој век, против поднебесните духови на злобата.”

Нашата борба секако не е против Бог и луѓето, туку против непријателот на нашите души. Како може ефикасно да се изрази гневот на ѓаволот? Ќе ви дадам пример од мојот живот.

Многу години бев гневна на сатаната заради петнаесетте години на злоставување кое го претрпев во детството, но го насочував тој гнев во погрешна насока. Срцето ми стврдна и станав груба во однесувањето со другите. Од тогаш научив дека злото можеме да го поразиме со добро (Римјани 12:21).

Бев лута на ѓаволот бидејќи ми го украде детството, но се однесував како него, со коешто не му вратив назад за мојата загуба. Сега го проповедам Евангелието, помагам на луѓе кои се повредени, гледам голем број об-

новени животи на луѓето. Правејќи го тоа, преминувам преку злото коешто ми го направи сатаната, така што се однесувам љубезно спрема другите и им ја донесувам добрата вест за Бог.

Ова е начинот како да му се одмаздиме на ѓаволот!

Кога си повреден, колку побргу се вклучиш во помагање на некој друг, толку подобро ќе ти биде. Достигнување до некоја друга повредена личност ти помага да ја заборавиш својата болка.

Единствениот начин да му се одмаздиме на ѓаволот за болката и уништувањето во својот личен живот, е упорно и силно да ги правиме Исусовите дела.

Гнев кон себе си:

Кога ќе се случи некоја трагедија, често се поставува прашањето: “Дали можев да направам нешто, за да го спречам ова?”

Една жена со која разговарав, спомна дека откако и умрел сопругот од ненадеен срцев удар, се сетила дека тој често повторувал дека лошо се чувствува. Таа се обвинуваше себе си што не инсистирала да отидат кај доктор.

По некоја трагедија, особено кај загуба на сакана личност, луѓето ќе се сетат на нештата кои би сакале да ги кажат или да ги направат или на оние кои би сакале да не ги кажале или направиле.

Секогаш можеме да најдеме многу причини да жалиме за нешто, но жалењето само создава уште повеќе агонија врз тоа што веќе го минуваме.

Често сатаната ќе ја искористи ситуацијата така што ќе ни наметне вина. Неговата тактика е да не фрли во доживотна вина, проклетство и омраза кон нас самите.

Во Филипјани 3:13,14 апостол Павле вели: “Браќа, јас не мислам дека сум го достигнал тоа; но едно правам: го заборавам тоа што е зад мене, а се стремам кон тоа што е пред мене, трчам кон целта – кон наградата на горното призивание од Бога во Исус Христос.”

Ми се допаѓа зборот “се стремам”. Тоа ми зборува дека кога се соочуваме со такви ситуации, треба да продолжиме, и дека ќе има противење на непријателот којшто треба да го надминеме.

*Завршетоците секогаш донесуваат
нови почетоци.*

Сатаната сака да не спречи да дојдеме на новото место којшто Бог го подготвил за нас. Сака да не зароби во минатото и да живееме постојно во очај. Гнев кон себе и нафрлање вина на себе си, само ќе го постигнат тоа што сатаната го сака за нас.

Те охрабрувам да престанеш да се мачиш со жалење. Сатаната секогаш ќе сака да те нападне кога си најслаб.

Вината и жалењето се неговите најсилни оружја. Медитирај над работи кои те охрабруваат, а не на оние кои те обесхрабруваат.

Запамети: не гневи се на Бог, а ниту на себе. Гневи се на ѓаволот, но изрази ја таа лутина на вистински начин така што злото ќе го победиш со добро.

Гнев кон другите:

Нормално е да се гневиме на некого кој ни нанел болка, дури и ако таа личност е мртва. Тетка ми ми рече дека откако умре тетин, некогаш ноќе удирала по неговата перница и викала: Зошто ме остави? Очигледно нејзиниот интелект знаел дека тој не ја оставил намерно, но од неа зборувале нејзините емоции.

Треба да научиме дека емоциите имаат глас, а кога се повредени можат да регистрираат како повредено животно. Ранетите животни можат да бидат многу опасни, како и ранетите емоции, ако ги следиме.

Кога страдаме поради некоја загуба, важно е да не дозволиме повредените емоции да се претворат во презир или огорчување. Кога разводот е причина за загубата, ние сме во искушение да ја мразиме личноста која го предизвикала разводот или да се одмаздиме така што и ние ќе ја повредиме таа личност.

Немој да го поминеш животот во огорченост. Наместо тоа, верувај дека Бог има контрола над што и да се случува и дозволи тоа да те направи подобар. Тоа што ти

нанесува болка на тебе, ги боли и многу други. Замоли Го Бог да ја земе твојата “скршеност” и да ти даде “убавина”. Замоли Го да ти дозволи на крајот да помогнеш и на другите кои минуваат низ нивната тага и осаменост.

Дури и кога саканата личност ќе умре, може ќе има периоди кога ќе се лутиш на таа личност што те оставила. Ќе имаш мисли како на пример; “Би сакал повеќе да се потрудеше.” Или “Како можеше да ме оставиш да ги воспитувам децата и да се соочувам со ова сама?”

Иако овој начин на размислување може да изгледа глупав за некоја стабилна личност во некоја нормална ситуација, кога ќе дојде трагедијата и тагата, тогаш често доаѓа и склоноста да обвинуваме некој друг за болката која ја чувствуваме. Мислите и чувствата можат да бидат нестабилни, почнувајќи од гнев кон Бог, до гнев на самиот себе, до гнев кон ѓаволот, и потоа до гнев кон личноста која е одговорна за загубата. Овој круг може да се повторува многу пати и да стане многу збунувачки.

Кога и да сме повредени, природниот човечки одговор е гнев и обид да се одбраниме од неподносливата болка низ која минуваме.

Затоа е важно да го разбереме процесот на тагување и да бидеме свесни за некои емоции кои одат со тој процес. Често сме учени да не им придаваме ниту малку значење на чувствата – и да ги отфрлиме како неважни.

Откако ќе искусиш некоја голема загуба во животот, не е момент да ги одрекуваш чувствата и да се бориш со некои прашања кои те вознемируваат и ти донесуваат грижа. Наместо тоа, треба да ги утетиш своите емоции и да се избориш со нив.

Не треба да се згаснат емоциите, туку да се препознаат и изразат на правилен начин.

Трета фаза: Неконтролирани емоции

Луѓето кои се соочуваат со трагедија често поминуваат низ разни фази на емоции, кои вклучуваат липање и хистерија. Тие можат да дојдат и да си отидат кога најмалку се очекува. Во еден момент личноста чувствува дека ќе биде добро, а подоцна ја обзема тага.

Дури и оние кои не се претерано емотивни можат да искушат многу емоции во периодот на загубата. Човек кој никогаш не плаче, може неконтролирано да липа во некои периоди.

Главно луѓето се плашат од емоции, а неконтролираното покажување емоции може да биде застрашувачко.

Ако сега поминуваш низ тежок емотивен период, те молам да не се плашиш бидејќи тоа ќе помине. Доброто разбирање и многу помош од Светиот Дух ќе ти помогне да поминеш низ најтешкиот период.

Некои луѓе одбиваат да тагуваат или да покажат каква било надворешна емоција, а тоа не е здраво. Потиснатите емоции се силни и треба да бидат ослободени. Ако во состојба на длабок стрес, како што е загуба на саканата личност, не ги ослободиш емоциите, тие ќе почнат да те јадат одвнатре и можат да ти го уништат менталното, емоционалното и физичкото здравје.

Со оглед на тоа дека Бог ни ги дал солзите и можноста да плачеме, тоа значи дека во животот ќе има периоди кога ќе треба да плачеме.

Библијата на неколку места зборува за солзите. На пример, во Псалм 56:8, псалмистот зборува за садови во коишто Бог ги чува солзите. Во Откровение 21:4 се зборува за ново небо и нова земја која еден ден ќе биде дадена на Божјиот народ: “И ќе ја избрише секоја солза од нивните очи, и смрт нема да има веќе, ни тага, ни плач, ниту болка, зашто првото помина.”

Постои здраво тагување и нездраво тагување. Правилното ослободување на ранетите емоции е здраво, ама пазете се од самосожалувањето. Ако не се соочиш со него, тоа ќе стане како чудовиште кое ќе се сврти против тебе на болен начин.

Сочувствителноста е дар која Бог ја ставил во секој од нас, да се свртиме кон некој друг на кого му е тешко. Сочувствителноста која се свртува кон нас самите како самосожалувањето може да не осакати.

Тоа исто така предизвикува зависност. Ти си мислиш дека на тој начин си помагаш на самиот себе, а всушност тоа е начин на сатаната да те спречи да се издигнеш над трагедијата.

Исто така треба да се чуваш од солзите со кои ги контролираш другите. Кога ти е тешко, другите ти требаат за да ти покажат љубов и љубезност.

Од време на време сите ние, колку и да сме силни и независни, ни треба помош од други за некое време. Но, треба да се сетиме дека, иако постојат моменти кога ни е потребно посебно внимание, другите не можат да ги решат нашите проблеми. Грешиме кога бараме од другите да направат нашата болка да исчезне.

Прво, луѓето не можат да ни дадат сè што ни е потребно. Второ, премногу ги притискаме другите кога од нив бараме да ги исполнат нашите лични потреби. Тоа често негативно влијае врз нашите односи, особено ако таквото однесување потрае подолго.

Потполно е разбирливо кога жена којашто го изгубила мажот, се сврти кон децата за да и ја исполнат таа празнина. Ова е во ред само ако таа жена вистински сака повеќе да се посвети на децата сега кога има време и можност да го направи тоа. Но, ако нејзината намера е да ги присили децата да преземат одговорност за неа, тие ќе негодуваат за тоа.

Во суштина, секоја личност треба да живее свој живот и колку и да постои љубов помеѓу двајца, никој не сака да биде манипулиран или контролиран од себични причини.

Ако минуваш низ некоја болка или повреда, те охрабрувам да веруваш во Бог и да Му дозволиш Тој во твоите односи да го промени тоа што треба да се менува.

Тој знае дека сега имаш други потреби. Знае дека празнината во твојот живот сега треба да биде исполнета. Кога тоа ќе се случи, Бог ќе ја исполни празнината во нашите животи ако чекаме на Него и ако не се обидуваме да ги користиме емоциите за да ги манипулираме другите.

Луѓето обично не го прават ова намерно. Едноставно сме повредени и бараме што било, кое би ни ја олеснило болката. Но, Божјиот начин не е да ја отргне болката на една личност така што ќе ја даде таа болка на некоја друга личност.

Трагедијата нè ослабнува, а сатаната секогаш ќе сака да не искористи во нашата најслаба состојба. Ѓаволот не се срами да нè нападне кога веќе сме паднале. Овие осамени, болни моменти, тој ги гледа како златна прилика за трајно да ни донесе ропство и очај.

Балансот ќе му ја затвори вратата на сатаната пред носот.

Со тек на годините, научив дека многу работи мораме сами да ги направиме. Ова не значи дека не ни се потребни луѓе, потребни се. Бог дефинитивно употребува други за да ни донесе утеха кога ни е тешко. Меѓутоа, ако нашата “потреба” за луѓе го изгуби балансот, тоа може да го спречи Бог да работи во нашиот живот.

Моите емоции со години многу страдаа поради злоставувањето во детството. Некогаш очекував од сопругот да ги исполни моите емоционални потреби и да ја исполни празнината во мојот живот која беше тука поради лошиот однос кој го имав со татко ми. Секако Бог го употребуваше мојот сопруг за да добијам емоционална исполнетост во животот, но научив дека на своите проблеми треба да работам само со Бог.

Една од добрите работи кога немаме кон кого да се свртиме освен кон Бог, е дека ќе ги зацврстиме нашите корени во Него. Тој е карпа, цврст темел кој никогаш не се помрдува. Што и да се тресе околу нас, Тој секогаш е истиот.

Ако тагуваш и си останал сам поради некоја трагедија, сврти ја таа ситуација во можност да развиеш подлабок личен однос со Таткото, Синот и Светиот Дух.

Запомни: сатаната сака да ги искористи ваквите периоди за да те уништи, но она што тој го смислил за твоја штета, Бог ќе го сврти за твое добро, ако Му веруваш (Битие 50:20, Римјани 8:28).

Четврта фаза: Депресија

Ако си под депресија, немој заради тоа да мислиш лошо за себе си. Секој понекогаш искусил депресија.

Кога тагата ќе ја преплави душата, често се појавува чувство на депресија, дури и помеѓу оние кои го познаваат и го љубат Господа. Дури и во псалмите, крал Давид, за кој се вели дека бил човек по Божјото срце, се зборува дека бил под депресија. Ако човек како крал Давид имал работа со депресијата, тогаш ќе ја има и секој од нас.

Привремената периодична депресија е само човечка емоција, која секој ја искусува за време на процесот на тагување. Но, исто како и останатите емоции кои доаѓаат заради тагувањето, депресијата може да стане голем проблем ако не се препознае.

Зборот “депресија” се однесува на состојба која е под нешто, или на некоја област која потонала под нормалното ниво. Едноставен начин да размислуваме за неа е следниов: Исус е нашата слава и Оној кој ги подига нашите глави (Псалм 3:3). Но, додека Исус не подига сатаната доаѓа да не повлече на дното и да не закопа под раните, повредите и проблемите.

Депресијата ни ја краде енергијата. Стануваме апатични и рамнодушни и ништо не ни се работи. Ако ваквата состојба продолжи и стане доволно силна, секое

движење ќе стане напорно. Депресивните луѓе спијат многу повеќе отколку што е потребно - само да го избегнат животот.

Депресијата може да стане начин да побегнеме и да се скриеме. Може да се користи како избегнување за да се соочиме со животот и проблемите. Секогаш е потешко да се соочиме со проблемите отколку да ги избегнеме.

Во мојот случај, до триесет и втората година бегав од моите проблеми кои беа заради злоупотребувањето. Кога бев исполнета со Светиот Дух, една од првите работи кои Бог почна да ги прави во мојот живот беше тоа што ме воведе во вистината како што вети Исус (Јован 16:13). Исус рече дека и вистината ќе нè ослободи (Јован 8:32), но со вистината треба да се соочиме ако сакаме да има позитивен ефект врз нашите животи.

Да погледнеме некои стихови за да видиме како кралот Давид одговори на стариот проблем со депресијата. Во Пслам 42:5-11, тој пишува за својата состојба:

Зошто тагуваш, душо моја, и зошто си вознемирена? Надевај се на Бога, бидејќи јас пак ќе Го славам мојот Помошник, мојот Бог. Тагува душата моја во мене, поради тоа ќе си спомнувам на Тебе од земјата Јорданска, од Ермон и од гората Мицар. Бездна повикува бездна со гласот на Твоите водопади; сите Твои води и Твои бранови навалија на мене. Дење Господ ми ја покажува милоста Своја, а јас ноќе ќе Му пеам и ќе Му

се молам на Бога на мојот живот. Ќе Му речам на Бога: Ти си моето засолниште. Зошто ме забора-ви? Зошто одам нажален додека непријателот ме притиска? Трошејќи ги коските мои, непријателите мои се подигруваат со мене, велејќи ми секој ден: каде е твојот Бог? Зошто тагуваш, душо моја, и зошто си вознемирена? Надевај се на Бога, бидејќи Него јас пак ќе Го прославувам, мојот Помошник, мојот Бог.

Ми се допаѓаат овие стихови бидејќи покажуваат дека кралот Давид чувствувал дека депресијата го на-паѓа и ја преплавува неговата душа, но сепак ја надми-нал. Со други зборови, иако искусил депресија, не и се предал. Зборувал со себе си за својата ситуација така што и ние треба да го правиме тоа исто така низ тешките периоди.

Давид се сетил на добрите времиња со цел негова-та душа да не биде исполнета само со негативни мисли и влијанија.

За да се заштитиме, најважно е да се спротивста-виме на продолжената депресија. Невозможно е да се помине низ здраво тагување, а да не искусиме некои чувства на тага, загуба или депресија. Но, сепак, мојата намера е да дадам предупредување што се однесува до неурамнотежената ситуација која ги надминува рамките на нормалното и преминува во категорија на деструк-тивно.

Здраво е да се има нормални емоции кои се покажуваат на вистински начин. Но, кога ќе дозволиме на емоциите да не контролират, тие можат да станат прилично разорни. Не ги поттиснувајте своите емоции, но не им дозволувајте ниту да владеат над вашиот живот.

Секоја личност која не сака да се обиде да ги управува емоциите и на тој начин им допушта да излезат од контрола, на крајот ќе живее живот кој ќе ја уништи.

Емоциите се Божји подарок. Тие се витални за човечкото постоење. Никој не сака да живее без чувства. Но, исто така не можеме да го живееме нашиот живот според своите емоции. Прво, тие се нестабилни. За една иста ситуација, во тек на еден месец, можеме да имаме илјада различни емоции.

Луѓето го искусуваат овој недостаток на стабилност во своите емоции, особено во период на криза или трагедија, што не води во следната фаза на нормален период на тагување.

Петта фаза: Бранови од преплавена емоција

Кога минуваш низ период на тагување, ќе има период кога ќе чувствуваш дека си се изборил со емоционалната траума на својата трагедија или загуба.

Потполно е нормално да бидеш загрижен поради сите болни чувства кои се повлекуваат и засекогаш исчезнуваат. Меѓутоа, обично ова не функционира така.

Обично овие чувства кои се повлекуваат ќе бидат следени од моменти со наизглед преплавена емоција.

Ваквите чувства се како плима и осека. Можеме да ги замислиме како океан со моќни бранови кои удираат на брегот, со мирни и благи интервали помеѓу нив.

Изгледа како да нема прекини помеѓу брановите на очај кои те преплавуваат и се закануваат дека ќе те одвлечат на дното. Ова е вообичаено чувство кое е познато на сите низ историјата. Ако се сетиш на псламот 42:6,7 ќе се сетиш како Давид напиша за својот очај: “Тагува душата моја во мене, поради тоа ќе си спомнувам на Тебе од земјата Јорданска, од Ермон и од гората Мицар. Бездна повикува бездна со гласот на Твоите водопади; сите Твои води и Твои бранови навалија на мене.”

Меѓутоа, по некое време, почнуваат моменти на мир помеѓу острите бранови. Во ваквите моменти, ќе помислиш дека болката нема никогаш да се врати. А, тогаш кога најмалку очекуваш, почнува силно да доаѓа. Се случува нешто што ќе ти ги поттикне сеќавањата и тогаш сите тие стари емоции одмазднички се враќаат назад.

Многу е тешко да се избориш со случувањата како што се: годишнината на смртта, загубата или раскинувањето, и останатите важни и значајни пресврти како што се: празници или родендени.

Дознав дека бројот на самоубиства расте, особено за време на празниците. Замисли колку му е тешко на некој да се избори со неочекувана смрт на саканата личност, или со слична трагедија, особено ако не Го познава Бог и Неговото закрепнувачко присуство.

Ние кои веруваме во Исус Христос добиваме утеха од Светиот Дух, и сепак ваквите ситуации ни се тешки. Така што можеме само да замислиме низ каква болка минуваат тие кои веќе ја носат празнината во себе, а потоа уште и доживуваат загуба на некој или нешто што многу им значи.

Во овие тешки времиња, сигурна сум дека на сатаната и е лесно да ги увери дека нема смисла да живеат и дека болката која ја трпат е претежок товар за нив.

Некогаш слушам дека луѓето однапред велат: “Се плашам од годишнините или од тоа случување. Секогаш на тој ден паѓам во депресија.”

Ужасот е претходник на стравот и никогаш не донесува благослов. Кога се ужаснувам од нешто, Светиот Дух нежно ме потсетува дека така отвaram врата за очај.

Кога ќе видиш дека почнуваш да чувствуваш ужас, ти предлагам да се молиш и да Го замолиш Господ да те зајакне за да можеш да се спротивставиш на овие преплавени емоции.

Некогаш се преплашуваме од некои работи, не фаќајќи дека го правиме тоа. Кога бараме помош од Господа, тоа ќе не освести за она што се случува и ќе не подготви за да можеме да не потонеме во збунетост, дезориентираност и страв.

Шестта фаза: Збунетост, дезориентација и страв

Кога во нашите животи се соочуваме со големи промени, повикани сме да се избориме со емоционално најтешките ситуации. Дури ако и самите сме сакале промена, често ни е тешко да се избориме со неа.

Ако промената доаѓа како резултат на трагедија, загуба или криза, тогаш збунетоста, дезориентацијата и стравот се нормални. Одеднаш плановите за иднината ни се рушат. Одморот, купувањето куќа, пензионирањето и останатите планови кои сме ги имале, одеднаш се откажани.

Потребно е време за да имаме нови правци. Во ваквите моменти, одеднаш се појавуваат многу прашања во нашите глави, а многу од нив очекуваат моментални одговори.

Дури и добронамерните пријатели и семејството повторуваат: “Што ќе направиш сега? Каде ќе живееш? Дали наскоро ќе се вратиш на работа или ќе паузираш некое време?”

Сите овие прашања се правилни и со тек на време ќе мора да им се најде одговор.

Ако си искусил изненадна трагедија или загуба кои ти го промениле животот, знаеш дека мораш да донесеш некои сериозни решенија кои се однесуваат на иднината. Но, можеби ќе чувствуваш дека уште не си подготвен да ги донесеш!

Во ваквите времиња, не ти е се јасно: Можеби мислиш дека си одлучил нешто, а потоа одеднаш се предамислуваш. Емоциите почнуваат да си играат со тебе. Осцилираат напред назад поради што донесувањето одлуки станува се потешко отколку порано.

Со збунетоста и дезориентацијата доаѓа и стравот. Ќе почнеш да се прашуваш: “Што да работам во врска со финансиите? Кој ќе се погрижи за овие работи со кои јас не можам да излезам на крај?”

Кога се соочуваш со вакви тешки прашања, ти предлагам да медитираш над овие стихови, од посланието до Евреите. Тие секогаш ме тешат и ми даваат надеж, а верувам дека ќе те охрабрат и тебе:

“Тој (Бог) Самиот рече: Нема никако да те оставам ниту да те напуштам. (Нема да те оставам беспомошен, ниту ќе те изневерам, нема да те отфрлам)”

(Евреите 13:5)

Кога не знаеме што да правиме и што ни носи иднината, утешно е да го познаваме Оној кој знае. Во Псалм 139:15-17 псалмистот не уверува дека нашиот небесен Татко го знае нашето минато, сегашност и иднина.

“Ниедна моја коска не се сокри од Тебе, додека настанував во тајност, исткаен во длабините на земјата. Твоите очи го видоа зародишот мој и во Книгата Твоја сè е запишано за мене дури и деновите мои се забележани кога уште не постоеше ниеден. Колку ми се скапоцени Твоите мисли, Боже, колку се многубројни!”

Бог е Алфа и Омега, почеток и крај. Затоа што тоа е така, Тој е и сето тоа што е помеѓу. Тој ја знае нашата ситуација, и ќе не води ако ние Му веруваме.

Нашиот небесен Татко ни го дава тоа што ни е потребно ден по ден. Милост за секој ден доаѓа со тој ден. Заради ова е тешко да се гледа предалеку во иднината без да се уплашиме.

Кога ќе погледнеме напред, често мислиме дека не би можеле да се соочиме со тешкотиите кои ги носи иднината. Но, ние гледаме на нив без Божјата благодат која ја имаме над нас.

Кога ќе пристигнеме на местото, тогаш ќе ја најдеме благодатта.

Илјади години Псалмот 23 донесува утеша на милиони разжалостени и осамени луѓе. Во време на збунетост, дезориентација и страв, можеш да го користиш како котва за својата душа:

“Господ е Пастир мој, ништо нема да ми недостасува, Тој ме одмара на зелени пасишта и ме води на тихи води, ја закрепнува душата моја, ме води по патот на правдата заради името Свое. Кога би тргнал и по долината на смртната сенка, нема да се исплашам од зло, зашто Ти си со мене; Твојот жезол и Твојата палка ме успокојуваат. Си приготвил пред мене трпежа пред очите на непријателите мои, си ја помазал главата моја со миризливо масло; и чашата моја се прелева. Само добрина и милост ќе ме придружуваат преку сите денови на мојот живот, и јас ќе престојувам во домот Господов многу дни.“

(Псалм 23:1-6)

Седма фаза: Физички симптоми

Често се случува луѓето кои се во жалост поради смрт или некое друго трауматско искуство да почнуваат да чувствуваат и физички симптоми. Некогаш изгледа дека скоро е невозможно ова да се поднесе. Тешко е одеднаш да се соочиш со ментална, емоционална и физичка болка.

Емоционалната вознемиреност предизвикува огромен стрес на телото. Слабостите кои веќе се присутни се

нагласени преку своите граници. Крајниот резултат на ова често е физичка болка или болест.

Вообичаено е да чувствувате јака болка во главата, вратот, грбот и stomакот кога сме под голем стрес. Една од работите која ќе го олесни стресот е физичката активност.

За време на периодот на тагување, често сакаме само да седиме и “мислиме” (нешто мрачно). Иако ова е природно, оваа тенденција треба да ја надминеме со силно позитивно дејствување.

Ако минуваш низ процес на тагување, ти предлагам да одиш во прошетка. Ако се согласуваш, тогаш ти предлагам и многу пожива физичка активност.

Запомни: веќе си под притисок, затоа немој да претеруваш.

Докажано е дека вежбите го намалуваат менталниот, емоционалниот и физичкиот стрес и ги релаксираат напрегнатите мускули.

Губењето на апетитот исто така е честа појава во овој период, што е разбирливо. Меѓутоа, би било погубно за твоето здравје ако престанеш да јадеш подолг период. Ако не можеш многу да јадеш, обиди се да јадеш нешто што е богато со хранливи материи.

Иако е тешко, обиди се да спиеш доволно. Уморно, слабо и прегладнето тело под стрес е отворен повик за болести. Затоа важно е да се има доволно вежби, храна и одмор, за да му помогнеме на умот и телото да останат здрави во тек на овие стресни периоди.

Исто така, верувам дека е важно да сфатиме дека во периодот на тагувањето и осаменоста, нормално е да минуваме низ разни фази. Потребно е да се помине низ нив, за да се врати емоционалното здравје.

Како што кажавме веќе, поттиснатите емоции се многу тешки за нашиот систем. Ако не се изразат правилно, можат да направат многу штета.

Запомни: кога негативните емоции се поттиснати, тие ќе излезат на друг погрешен начин за да се изразат.

Често мислиме дека ги криеме во себе, но тие се изразуваат во нашето однесување или разговор, па дури и во нашите тела.

Додека минуваме низ сите овие седум фази од процесот на тагување, клучниот збор е рамнотежа.



Заздравување од трагедијата и загубата

„Духот Господов е врз Мене; зашто Господ Ме помаза. Ме прати да им соопштам радосна вест на бедните. Ме прати да им проповедам на заробените ослободување и на слепите прогледување, да ги пуштам на слобода напатените;“

Лука 4:18



Заздравување од трагедијата и загубата

Низ што било и да минуваш во тага и осаменост, можеш да бидеш сигурен во едно: Господ ќе те води во твоето заздравување. Тој ќе ти даде до знаење кога ќе претераш и кога ќе изгубиш баланс - ако си подготвен да го послушаш Неговиот дух.

Не е можно да се одреди периодот кој ќе биде потребен за да се помине низ процесот на тагување. Тоа се менува и зависи од личност до личност и од ситуација до ситуација. Колку и да трае ќе дојде време кога Господ ќе рече: "Време е да станеш и да продолжиш. Мораш да го оставиш минатото и да продолжиш по патот кој го поставив пред тебе. Никогаш нема да те оставам ниту да те заборавам, затоа биди храбар и силен и оди напред!"

Секоја случка е различна

Првите шест месеци на тагување е најтешко. Може да трае подолго или пократко, во зависност од околностите. Постојат многу фактори кои се специфични поодделно за секоја ситуација:

1. Неочекувана загуба. Ако некоја личност била болна подолго време, семејството има повеќе време емоционално и ментално да се подготви за смрт на саканата личност. Ако загубата е неочекувана и одеднаш, може да биде траума и потешко да се навикнат на тоа.
2. Присуство или отсуство на личност која ни дава поддршка. Ако умрат маж или жена, голема е разликата дали има деца кои ќе го утешат родителот кој останал сам. Ако дојде до загуба на дете, другите деца ќе помогнат да се исполни празнината којашто починатото дете ја оставило зад себе.
3. Квалитетот на врските помеѓу тој кој останал и тој кој починал. Ако врската била силна и полна со љубов, тогаш периодот на тагување ќе трае подолго и ќе биде потешко отколку ако врската не била толку исполнета.
4. Карактер на личноста која останува. Ова е особено важно кога личноста ќе остане без брачен другар. Некои луѓе се потпираат повеќе на другите и на нив им треба повеќе напор за да ја преземат водечката улога и да продолжат со животот.
5. Длабочината на врската на личноста која тагува, со Господ Исус Христос. Ова е најважен фактор. Трагедијата или загубата често ја поттикнуваат личноста да биде во интимна врска со Господ, а тоа донесува утеха. Личноста која веќе го познава Господ и “силата на Неговото воскресение” (Филипјани 3:10), побргу ќе заздрави од онаа личност која има само површна врска со Него.

Како илустрација на тоа што сакам да го кажам за различните временски периоди кои се потребни за обновување од трагедијата или загубата, ќе ги споделам со вас овие две случки:

Прв случај:

Познавам една многу силна Христијанка која долго беше вклучена во службата. Беше мажена над 25 години. Нејзиниот маж, иако Христијанин, не покажуваше плодови од својата врска со Господ. Тој дефинитивно не се однесуваше добро со својата сопруга и тоа траеше со години.

Работата му беше пред сè друго во животот. Беше себичен, егоцентричен, а некогаш и суров спрема својата жена и нејзините потреби.

Како што оваа жена продолжуваше по својот пат со Господа, Тој и даде посебна молитвена задача за нејзиниот маж, предупредувајќи ја дека ако тој не се предаде на Божјото дејство во рок од 6 месеци, тој ќе умре.

Жената се молеше, а мажот и понатаму се спротивставуваше на Божјото делување. Преку непослушноста тој отвори врата на сатаната да му го скрати животот. Како резултат на тоа, човекот умре од ненадеен срцев удар.

Иако загубата беше тешка за оваа жена, ќе беше многу потешко за некој кој ужива во прекрасна врска со својот сопруг. Таа беше однапред предупредена и подготвена.

Забележав дека таа многу брзо зазdrави од загубата. Има работи во нејзиниот живот со кои треба да излезе на крај, како што се финансиите, но во многу краток период таа успеа да зазdrави и да продолжи со својот живот.

Втор случај:

Ова е случка со мојата тетка. Таа и тетин ми се познаваа од детството и се венчаа кога таа имала 15 години, а тој само неколку години повеќе. Таа никогаш немала друго момче, ниту пак излегувала со други момчиња.

Тие двајцата не можеа да имаат деца, па затоа беа многу блиски. Преку 30 години работеа во истата пекара. Работеа се заедно, служејќи на Бог како партнери во службата.

Двајцата поминаа низ многу болести во животот и многу време поминаа грижејќи се еден за друг. Некогаш се случува колку повеќе време луѓето се грижат еден за друг, толку повеќе и да си значат еден на друг.

Тие двајцата беа длабоко вклучени во животот еден на друг. Се вклопуваа како рака и ракавица. Одлично се забавуваа кога беа заедно: готвеа, рибареа, одеа во црква...

Иако тетин ми беше болен со години, неговата смрт многу тешко и падна на мојата тетка. Некогаш ја парализираше артритисот во колената, но не можеше да се оперира поради лошата состојба на срцето. Затоа повеќе беше во куќата откако умре тетин ми, кое што само ја влошуваше нејзината траума.

Поради овие тешки околности и требаа години да закрепне.

Тагувањето е нормално, но живот во тага не е

Од овие две случки, гледаме како истата ситуација, различно влијае врз различни луѓе. Иако е невозможно точно да се одреди колку ќе трае процесот на тагување, преку тој процес треба да се гледа напредување.

Ова напредување може да биде постепено и тешко е да се забележи веднаш, но треба да се види.

Како што зараснува една рана, болката може да потрае подолго, но за целосно заздравување потребно е секојдневно подобрување. Кога физичката рана не зараснува, сигурно постои инфекција која мора да се лечи. Верувам дека ова се однесува исто и за емоционалните рани.

Емоционалниот дел од нас треба да зарасне, како и физичкиот. Бог ни дал емоции како што ни дал и физичко тело. Ни обезбедил емоционално заздравување

во Исус Христос, исто како што ни обезбедил и физичко здравување. Како верници, имаме право и на двете здравувања.

Не верувај во лагите на сатаната. Тој ќе се обиде да ти каже дека никогаш нема да ја надминеш загубата и никогаш нема да имаш емоционално здравје. Вистина е дека сеуште ти недостига тоа што си го загубил, но тоа не значи дека мораш постојано да тагуваш и да бидеш осамен.

Кога ќе помине одредено време, тагата ќе се повлече и ти треба да тргнеш во следната нова животна сезона. Ако ова не се случи во некој нормален временски период, тоа е знак дека некаде постои проблем како што е: погрешен ментален став, одбивање да се соочиш со реалноста или можеби присуство на нереален и ненормален страв.

Кој и да е коренот на проблемот, Бог ќе ти го открие ако поминеш време читајќи го Неговото Слово и барајќи Го Бог, преку молитва и медитација.

Запомни дека тагувањето е нормално, но не е нормално да живееш во дух на тага.

Надминување на тагата и осаменоста

Сакам со вас да споделам две клучни работи за да ви помогнам да ја надминете тагата и осаменоста како и емоционално да заздравите целосно.

1. Знај дека Бог е секогаш со тебе

Во Матеј28:20 Исус вели ...“И ете Јас сум со вас во сите денови до свршетокот на светот. Амин.” Потоа во Евреите 13:5 читаме дека Бог ветил: “Зошто Тој рече: Нема никогаш да те оставам ниту да те отфрлам.”

Тагата и осаменоста често водат кон страв, кој за возврат отвора разни видови прашања на кои нема одговор, како што се: “Што ако се разболам и не бидам во можност да работам? Тогаш кој ќе се грижи за мене? Што ако останам сама целиот свој живот? Што ако дојде некој проблем кој не можам да го решам?”

“Што ако...што ако...што ако...” овие прашања одат до бескрај.

Не можеш да одговориш на секое вакво прашање. Но, додека знаеш дека Исус е со тебе, можеш да бидеш сигурен дека Тој ги има сите одговори кои ти се потребни.

Погледни ги овие стихови и нека ти донесат утеха:

“Татко на сирачињата, бранител на вдовиците, Бог е во Своето свето Живеалиште. Бог ќе ги вдоми осамените во семејства, на затворениците ќе им даде среќна слобода, само бунтовниците останаа во безводната пустина.”

(Псалм 68:5,6)

“Ако татко ми и мајка ми ме остават, Господ ќе ме прими (посвои како Негово дете.)”

(Псалм 27:10)

“Не плаши се, зашто нема да бидеш посрамена; не возбудувај се, зашто нема да бидеш исмеана: ќе го забораиш посрамувањето на младоста своја и нема повеќе да си спомнеш за срамот на вдовството твое. Зашто твојот Творец е твојот сопруг; Јахве Саваот е името Негово, твој искупител е Светецот Израелов: Тој ќе се нарече Бог на целата земја.”

(Исаија 54:4,5)

“Тој беше презрен и отфрлен меѓу луѓето, човек на болки и свикнат на страдања, и ние го одвраќавме од Него лицето свое; Тој беше презиран, и ние за ништо не Го сметавме. Но, Тој ги зеде врз Себе нашите болки и ги понесе нашите слабости; а ние мислевме дека Тој беше поразуван, казнуван и понизуван од Бога. А, Тој беше изнранет за нашите гревови и мачен заради

нашите беззаконија; казната за нашиот мир падна врз Него, а преку Неговите рани ние се излекувавме.”

(Исаија 53:3-5)

Болестта исто така донесува тага и осаменост. Кога сме повредени и болката преовладува во нашето тело, сакаме некој да разбере колку ни е лошо. Иако нашето семејство и пријателите за нас прават се што знаат, ние се чувствуваме осамени во нашето тагување.

Долготрајната болест е уште полоша, бидејќи по некое време, гледаме дека другите не сакаат постојано да слушаат како лошо се чувствуваме. Тоа нив не ги изградува, ниту нам не ни помага во нашето заздравување ако постојано повторуваме колку ни е лошо.

Кога си болен, се прашуваш исто како кога поминуваш низ некоја трагедија или загуба: “Што ако никогаш не оздравам? Кој ќе се грижи за мене? Што ако никогаш не бидам во состојба да ги правам работите кои ги правев? Што ако никогаш не сум во состојба да се вратам на работа? Кој ќе се грижи тогаш за мене и моето семејство? Што ако морам да ја поднесувам оваа болка до крајот на животот?”

Во болестта треба да ги примениш истите принципи како и за тагувањето и осаменоста. Мора да знаеш дека Бог е Тој кој што исцелува и да веруваш дека Неговата сила дејствува во твоето тело за да те исцели и обнови.

Сети се дека “Победата ја проголта смртта.” (1Коринтјани 15:54) и дека Бог рече: “...бидејќи Јас сум Господ, твој лекар.” (Излез 15:26).

Помини време со Господ и дозволи Неговиот воскреснат живот кој е во тебе како верник, да се погрижи за твоите физички потреби. Додека го правиш тоа, медирај над овие стихови:

“Зар не знаеш? Зар не си чул? Господ е вечен Бог, Творец на земните краишта. Тој не се заморува, не постанува и Неговиот ум е неизмерлив. На заморениот му ја враќа силата, го зајакнува немоќниот. Младите се заморуваат и се истоштуваат, изнемоштените момчиња се тетерават. Но, оние кои се надеваат во Господа, силата им се обновува, им растат крилја како на орлите, трчаат и не постануваат, одат и не се уморуваат.”
(Исаија 40:28-31)

“Благословувај Го Господа, душо моја и сè што е во мене: Неговото свето име! Благословувај Го Господа, душо моја и не заборави ги Неговите добрини: Тој ги проштава сите твои гревови, Тој ги исцелува сите твои болести. Тој ти го спасува животот од распадливост, те овенчува со добрина и љубов; Ти го исполнува животот со добрини, твојата младост се обновува како на орелот.”

(Псалм 103:1-5)

Ќе те потсетам уште еднаш дека не си сам. Господ е со тебе. Тој разбира низ што поминуваш и вети дека ќе биде со тебе во секоја животна неволја. Кога се “чувствувааш” осамено и напуштено, со вера отвори ја устата и јасно кажи: “Не сум сам/а, бидејќи Бог е со мене!”

Додека чекаш исцелението да се види, исповедај го гласно: “Исцелителната моќ на Господ работи во мене сега.”

Исто така читај и исповедај ги овие стихови кои ќе те уверат во Божјата сила и присуство:

“Еве, иде часот и дојде веќе, за да се разбега-те секој на своја страна и да Ме оставите Мене Сам; но сепак не Сум Сам, зашто Татко Ми е со Мене. Ова ви го реков, за да имате мир во Мене. Имате неволја во светот; но, бидете храбри - Јас го победив светот.”

(Јован 16:32-33)

2. Решително појди во нов живот

Не е се готово во твојот живот. Само еден негов дел е завршен. Една доба поминала, а друга може да почне - ако си подготвен да ја преземеш акцијата.

Немој само пасивно да седиш и да чекаш нешто да се случи или некој да дојде. Моли се, а потоа зачекори со вера.

Порано ви зборував за мојата тетка и како и беше тешко да започне со нов живот откако умре тетин ми. Меѓутоа колку и да беше тешко, таа успеа. Сега патува со мене и мојот сопруг и ни помага во нашето служење. На состаноците продава касети од семинарите. Во куќата ни готви, ни ги чува децата секогаш кога има можност.

Сите овие работи се огромна помош за нас и за Божјото царство. Таа одлучна појде во нов начин на живот и во тој процес на многу луѓе стана благослов.

Ако си осамен, немој само да седиш и да посакуваш да запознаеш некој. Оди, спријатели се со некој! Најди уште некој кој е осамен - некој кој е уште повеќе осамен од тебе и биди пријател на таа личност. Ќе жнееш тоа што си го посеал. Бог ќе ти го врати тоа пријателство и ќе го умножи.

Нашата ќерка Сандра помина низ еден период на осаменост, како млада возрасна жена. Повеќето од нејзините пријатели отидоа на факултет или стапија во брак, така што многу вечери помина сама во куќата.

Наместо да седи и да се самосожалува, таа одлучно стануваше и излегуваше сама. Сама работеше нешто во црквата или ќе отидеше во друга црква на состанок за самци. Не и беше лесно, но знаеше дека мора нешто да направи, а не само да седи и да сака друштво.

Можеби ќе ми речеш: Џојс јас не само што сакам, јас верувам. Ќе те потсетам дека Библијата не учи дека верата нè движи да преземеме акција која е инспирирана од Бога (Јаков 2:17). Јас не предлагам дела на телото или само телесна похот, но велам дека треба да се биде решителен и да се направи чекор таму каде што Бог нè води.

Сандра сега е мажена за Стив, млад човек којшто го сретна во црква каде самата отиде. Делата на нејзината вера и дадоа насока и цел.

На тој начин, вклучи ги рацете и нозете во твоите молитви. Нека твојата осаменост роди во тебе сочувство за други осамени луѓе, а потоа направи нешто во врска со тоа прашање!

Заклучок

Решително тргни кон следната сезона од твојот живот. Работите можеби никогаш нема да бидат исти, но не го пропуштај остатокот од својот живот останувајќи во минатото.

Дојде времето да престанеш да мислиш и да зборуваш за минатото. Ти имаш иднина. Светиот Дух стои подготвено да ти помогне, да те утеша и да те упати понатаму да го исполниш Божјиот прекрасен план за тебе.

Запомни: Бог се уште не завршил со тебе!

Завршетоците секогаш нудат нови почетоци

Во Јован 10:10 Исус рече, “Крадецот доаѓа само да украде, убие и уништи. Јас дојдов за да имате живот и да уживате во него, и да го имате во изобилие (целосно, до претекување).”

Без разлика колку добар или лош бил твојот живот пред загубата, ти не можеш да уживаш во животот во сегашноста и иднината ако се уште живееш во минатото.

Што и да си изгубил, биди решителен да не го пуштиш тоа што останува.

Запомни:

Бог е добар.

Тој те сака многу.

Тој има добар план за твојот живот.

Читај и медитирај над стиховите во следниот дел од книгата и дозволи Господ да ти зборува преку нив во твојата сегашна ситуација.

ВТОР ДЕЛ



Стихови

Стихови за совладување на осаменоста и тагата

Бог е секогаш со тебе

Не бидете среброљубци. Бидете задоволни со она, што го имате, зашто Тој рече: „Никогаш нема да те напуштам, ниту ќе те оставам!“

(Евреи 13:5)

Ќе го избавам зашто ме љуби, ќе го закрилам зашто Го познава Моето име. Ќе Ме повика, а Јас ќе го услишам, со него ќе бидам во неволја, ќе го спасам и ќе го прославам.

(Псалм 91:14-15)

Ти не можеш да бидеш одвоен од Божјата љубов

Кој ќе нè одвои од Христовата љубов? Неволјата ли, или притеснувањето, или гонењето, или гладот, или голотата, или гибелта или мечот? Зашто сум уверен дека ни смртта, ни животот, ни ангелите, ни властите, ни сегашноста, ни иднината, ни силите, ни височината, ни длабочината, ниту

некое друго создание, ќе може да нè оддели од Божјата љубов, која е во Христа Исуса, нашиот Господ.

(Римјани 8:35,38, 39)

Господ ќе се погрижи за тебе

Господ е пастир мој, ништо нема да ми недостасува.

(Псалм 23:1)

Татко на сирачињата, бранител на вдовиците, Бог е во Своето свето Живеалиште. Бог ќе ги настави осамените во семејства, на затворениците ќе им даде среќна слобода, само бунтовниците останаа во безводната пустина. (Псалм 68:5,6)

Ако тако ми и мајка ми ме остават, Господ ќе ме прими (ќе ме усвои како Негово дете).

(Псалм 27:10)

Не бој се, нема да се посрамиш, не срами се, не ќе црвенееш. Ќе го заборавиш срамот на својата младост и веќе нема да си спомнуваш за подбивот на своето водство. Зашто сопруг ти е твојот Творец, името Му е Господ над Воинствата, твој Искупител е Израилевиот Светец, Тој се вика Бог на целата земја.

(Исаија 54:4,5)

Бог ќе направи нешто ново

Не спомнувајте си за она што се збидна, не мислете за она што помина. Еве, правам нешто ново; веќе се појавува. Зар не забележувате? Да, ќе направам пат во пустината, и патека во безводна земја.

(Исаија 43:18,19)

Ете, претскажаното порано се збидна, и ново ќе ви објавам; пред да стане тоа, Јас ќе ви го објавам.

(Исаија 42:9)

Продолжи понатаму

Браќа, јас уште не мислам дека го достигнав! Но сепак правам едно: го заборавам она што е зад мене, а се стремам кон она што е пред мене; трчам кон целта: за наградата на горното призивание од Бога во Христа Исуса.

(Филипјани 3:13,14)

Не се предавај и не се откажувај. Наместо тоа, решително и цврсто продолжи понатаму.

Бог сеуште не завршил со тебе

Зашто Јас ги знам Своите замисли за тоа што
имам намера со вас - зборува Господ - замисли
за мир, а не за несреќа: да ви дадам иднина и
надеж.

(Еремија 29:11)

МОЛИТВА ЗА СОВЛАДУВАЊЕ НА ОСАМЕНОСТА



Сега сакам да се молам за тебе и да ти оставам завршен збор на охрабрување:

Татко,

Јас доаѓам кај Тебе во името на Исус, потсетувајќи те на сето тоа Каков е Тој и барам милост и благодат од тебе.

Оваа личност за која се молам, и е тешко. Барам утехата на Светиот Дух сега да тече низ оваа личност. Твоето Слово вели дека Ти ги исцелуваш скршените срца. Ветуваш дека ќе ги превиткаш нашите рани и ќе ги оздравиш нашите повреди.

Те бараме Тебе, Господи, бидејќи Ти си нашиот Помошник во време на потреба. Вети дека осамените и напуштените ќе ги сместиш во семејства. Те молам Господе да направиш според Твојот Збор и на ова дете да му дадеш пријатели и семејство кои ќе се грижат за него или нејзе.

Помогни и на оваа личност, Душе Свети, додека презема чекори на вера за да изгради нов живот. Барам ментален, физички, духовен, финансиски и социјален напредок на оваа личност. Амин.

Дете Божјо, верувам дека помазанието на Светиот Дух сега тече низ тебе. Ти предлагам да останеш во Неговото присуство за некое време, дозволувајќи Му да ти служи. Нека Тој го земе Словото што го споделив со тебе, и додека чекаш, верувај дека Тој работи во тебе.

Верувам дека свежо ветре на Светиот Дух дува на тебе за да те подготви за нова сезона во твојот живот. Нека Божјата љубов, благодатта на нашиот Господ Исус Христос и заедништвото на Светиот Дух, бидат со тебе.

МОЛИТВА ЗА ЛИЧНО ЗАЕДНИШТВО СО ГОСПОДА



Повеќе од се друго, Исус сака да те спаси и да те исполни со Светиот Дух. Ако никогаш не си го побарал Исус, Принцот на мирот, да биде твој Господ и Спасител, те повикувам да го направиш тоа сега. Моли ја оваа молитва и ако искрено тоа го сакаш, ќе искусиш нов живот во Христос.

Татко,

Ти толку го засака светот што го даде својот Единороден Син да умре за нашите гревови и секој што ќе поверува во Него, нема да пропадне, туку ќе има вечен живот.

Твојот Збор вели дека сме спасени според Твојата милост и преку вера, коешто е дар од Тебе. Ништо не можеме да направиме за да го заработиме спасението.

Верувам и признавам со својата уста дека Исус Христос, Твојот Син, е Спасител на светот. Верувам дека Тој умре на крстот за мене и дека ги однесе сите мои гревови и дека ја плати цената за нив. Во своето срце верувам дека го воскресна Исус од мртвите.

Те молам да ми ги простиш гревовите. Го признавам Исус како свој Спасител и Господар. Според Твоето Слово, јас сум спасен и ќе ја поминам вечноста со тебе!

Ти благодарам многу Татко! Во името на Исус, амин.

Види Јован 3:16; Ефесјани 2:8,9; Римјани 10:9,10; 1Коринтјани 15:3,4; 1Јован 1:9; 4:14-16; 5:1, 12, 13.

ЗА АВТОРОТ



Џојс Маер е една од водечките светски учители на Библијата. Како автор број 1 на списанието „Њујорк Тајмс“, напишала повеќе од 70 книги, вклучувајќи ги „Жена со самодоверба“, „Те предизвикувам“, „Бојното поле на умот“. Таа исто така издала повеќе аудио материјали, како и комплетна видео библиотека. Нејзините радио и ТВ програми „Уживајќи во секојдневниот живот“ со Џојс Маер, се емитуваат ширум светот. Таа патува водејќи конференции и предавања. Џојс и нејзиниот сопруг Дејв имаат четири возрасни деца и живеат во Сент Луис, Мисури, САД.

Сакате ли да дознаете повеќе или да не информирате какво влијание имаше оваа книга на вашиот живот

ПИШЕТЕ НИ НА

Павлови
Никола Карев 32
2000 Штип
Македонија

ИЛИ ПРЕКУ Е МЕИЛ

adpavlovi@hotmail.com

ЕМИСИИТЕ „УЖИВАЈЌИ ВО СЕКОЈДНЕВНИОТ ЖИВОТ СО ЏОЈС МАЕР“ МОЖЕТЕ ДА ГИ ГЛЕДАТЕ НА

ТВ Стар за Штип и околината
<http://tv.joycemeyer.org/macedonian/>

Не си сам!

Дали се соочуваш со некоја загуба во твојот живот? Загуба поради која се чувствуваш сам, парализиран и очаен? Можеби тоа е ненадејна смрт на сакана личност, прекин на некоја блиска врска или чувство на осаменост затоа што не си разбран од другите. Постојат многу причини заради кои луѓето се чувствуваат осамени, но благодарение на Бог можеме да го надминеме тоа преку Неговото Слово - Библијата!

Во оваа книга, најпродаваниот автор Џојс Маер ќе те научи како да го победиш чувството на осаменост и да најдеш обновена сила, надеж и радост преку Господ Исус Христос. Ти нуди практични и ефикасни начини како да имаш победа над осаменоста и тагата за да можеш да живееш среќен и исполнет живот.

Во животот ќе има периоди кога ќе се чувствуваш осамено, но тогаш сети се дека не си сам/а бидејќи Бог стои покрај тебе!

Оваа книга е поклон од Џојс Маер
и не смее да се продава!