

# EGYENES BESZÉD - AZ AGGÓDÁS RÓL



Nyerjük meg az érzelmi csatákat Isten  
igéjének erejével!

# JOYCE MEYER

JOYCE MEYER

EGYENES BESZÉD  
AZ AGGÓDÁSRÓL

JOYCE MEYER

EGYENES BESZÉD  
AZ AGGÓDÁSRÓL

A mű eredeti címe: Straight talk on Worry  
copyright © 1998 by Joyce Meyer

A bibliaidézetek közléséhez a Károli Gáspár féle fordítást illetve annak revideált változatát használtuk. Ahol eltértünk ettől, ott jeleztük. Az igékben olvasható zárójeles részek a szerző által használt angol Amplified Bible kiegészítései.

Fordította:

Fercsikné Haász Veronika

Lektorálta:

Bárány Tamás

A fordítást az eredetivel egybevetette:

Gere József

A kiadvány bármely részének bármilyen formában, bármilyen elektronikus vagy mechanikus eszközzel történő sokszorosítása vagy továbbadása, ideértve a fénymásoló, adatrögzítő berendezést vagy más jellegű adattároló és adatbeolvasó eszközök használatát is, kizárólag a kiadó írásos engedélyével történhet. Rövid idézetek illusztráció céljából felhasználhatók.

Kiadja: MPE Szigetszentmiklósi Szabadkeresztény Gyülekezet

Kiadásért felelős: Gere József lelkipásztor

E-mail: [jmsorozat@gmail.com](mailto:jmsorozat@gmail.com)

Tel.: +36-24 368-712

Nyomda: West-Graph Kft.

Felelős vezető: Bárány Tamás

Printed in Hungary

# TARTALOM

1. Rész A FELSÉGES REJTEKÉBEN LAKNI.....	11
1. Védelem alatt maradni .....	12
2. Olvasd az útjelző táblákat: bízz Istenben .....	18
3. Minden rendben lesz.....	33
4. Isten gondolatai magasabbak a mi gondolatainknál .....	53
2. Rész VONATKOZÓ IGÉK .....	87
Igei segítség az aggodás legyőzéséhez .....	88
Ima az aggodás legyőzéséhez .....	91
Ima az úrral való személyes kapcsolathoz .....	92
A szerzőről.....	93
Joyce Meyer egyéb könyvei .....	95

## Előszó

Isten üzletet ajánl neked. Azt akarja, hogy add át Neki minden gondodat, problémádat, hibádat – a „hamudat” –, és Ő szépséget fog adni neked. Át fogja venni a gondjaidat, foglalkozik velük, gondot fog viselni rád.

„Alázzátok meg tehát magatokat Isten hatalmas keze alatt, hogy felmagasztaljon titeket annak idején.

Minden gondotokat őreá vessétek, mert neki gondja van rátok.”

1 Pét 5:6-7

Az Úr Isten lelke van én rajtam azért, mert fölkent engem az Úr... Hogy tegyek [vigasztalást és örömet] Sion gyászolóira, adjak nékik ékességet [koszorút vagy fejdísz] a hamu helyett („szépséget a hamuért” - a King James fordítás szerint)...

Ézsaiás 61:1,3

Isten gondoskodni akar rólunk, de ahhoz, hogy ezt megtehesse, abba kell hagynunk az aggodalmaskodást. Sokan akarják, hogy Isten gondoskodjon róluk, miközben aggódnak, vagy maguk próbálják megtalálni a megoldást, ahelyett, hogy az Úr útmutatására várnának. Tulajdonképpen dagonyáznak a „hamuban”, mégis azt akarják, hogy Isten szépséget adjon nekik. Azért, hogy szépséget adjon nekünk, át kell adnunk Neki a „hamunkat”.

Átadjuk Neki a gondjainkat azáltal, hogy bízunk benne: Ő képes gondot viselni ránk, és ezt meg is fogja tenni. A Zsid 4:3 azt mondja: „Mert mi, akik hiszünk, [akik ragaszkodnak Istenhez, bíznak benne és Rá támaszkodnak] be-megyünk abba a nyugalomba...”

Hit által megyünk be Isten nyugalomába. Az aggodás a hit ellentéte. Ellopja a békénket, testileg kimerít és még meg is betegíthet. Ha aggodunk, akkor nem bízunk Istenben, és nem megyünk be az Ő nyugalomába.

Milyen remek üzlet! Te hamut adsz Istennek, és Ő szépséget ad cserébe. Átadod Neki minden aggodalmadat, gondodat, és Ő védelmet, stabilitást, menedéket, az öröm teljességét adja neked – azt a kiváltságot, hogy gondoskodik rólad.

**1. RÉSZ**  
**A FELSÉGES REJTEKÉN LAKNI**



# 1.

## VÉDELEM ALATT MARADNI

*Aki a Felségesnek rejtekében lakik, a Mindenhatónak [Akinek az erejével szemben egyetlen el-lenség sem tud megállni] árnyékában pihen.*

91. zsoltár 1

Istennek van egy rejtekhelye, ahol békében és biztonságban lakozhatunk.

A rejtek az Istenben való nyugalom, a Benne való bé-kesség és vigasztalás helye. Ez a rejtekhely egy „szellemi hely”, ahol az aggodás eltűnik, és a béke uralkodik. Ez Isten jelenlétének a helye. Mikor imádkozunk, és keressük Istent, mikor az Ő jelenlétében időzünk, akkor a rejtekhelyen va-gyunk.

A „lakni” szó azt jelenti: „otthont készíteni, ott tartó-zkodni, ott élni.” Mikor te és én Krisztusban *lakunk* vagy a rejtekén *lakunk*, akkor nem csak alkalmanként látogatunk oda, hanem hosszasan ott tartózkodunk.

Az Újszövetségben az egyik görög szó, amit *lakni*-nak fordítanak, ugyanaz, mint a *megmaradni* a János 15:7-ben, ahol Jézus azt mondja: „Ha megmaradtok énbennem, és beszédeim megmaradnak tibennetek, akkor bármit akar-tok, kérjétek, és megadatik nektek.” Ha te és én Istenben maradunk, az ugyanaz, mintha Istenben lagnánk. Ami azt illeti, az angol The Amplified Bible, így fordítja a János

15:7-et: „Ha bennem élsz [alapvetően Velem egyesülve maradsz] és a szavaim megmaradnak bennetek és tovább élnek a szívetekben, kérjétek, amit akartok, és meglesz nektek.”

Más szóval, szilárdan meg kell gyökereznünk Istenben. Ismernünk kell segítségünk Forrását minden helyzetben és minden körülményben. Kell, hogy legyen életünkben egy békés és biztonságos rejtkehely. Istenre kell támaszkodnunk, és teljesen meg kell bízunk Benne.

## *A Rejtkehelyen*

*Aki a Felségesnek rejtékében lakik, az szilárd és stabil marad...*

91. zsoltár:1  
(angol fordítás szerint)

A zsoltáros azt mondja, hogy aki a *rejtkehelyen* (titkos helyen) lakozik, az nyugalomban és biztonságban lesz.

A titkos hely egy rejték, egy privát hely, menedék. Oda futunk, mikor megbántanak minket, túlterheltek vagyunk vagy erőtlennek érezzük magunkat. Oda futunk, mikor bántanak vagy üldöznek minket, mikor nagy szükségben vagyunk, vagy úgy érezzük, egyszerűen nem bírjuk tovább.

Emlékszem, mikor gyerek voltam, egy hatalmas, tágas házban éltünk. (Édesanyám takarította azt a házat, így fi-

zettük a lakbért.) Óriási, nagyon díszes épület volt, fafaragásokkal díszítve, és volt benne néhány takaros kis rejtkehely. Egy nap megtaláltam az egyiket, – egy faragott kis pad volt – az egyik színes ablakos lépcsőház aljában.

Még ma is látom magam, ahogy ott ülök azon a padon, és csak merengek. Nem tudom, kisgyermekként min tűnődhettem, de abban biztos vagyok, hogy elég sok lelki sebem és problémám volt.

Az otthoni életemet felkavaró és nyugtalanító családi helyzet jellemezte. Az a faragott pad a lépcsőházban olyan volt számomra, mint egy rejtkehely. Ide mentem, mikor féltem, vagy vigaszra volt szükségem.

Ez az igevers elmondja nekünk, hogy Isten akar lenni a mi rejtkehelyünk.

Vannak a világban olyanok, akik számára az alkohol a menedék. Van, aki a drogokat használja annak, mások a televíziót. Van, aki egyszerűen depressziós lesz, és a fejére húzza a takarót. Sokan, sokféle dologtól rejtőzködnek.

Ahelyett, hogy a világban keresnénk menedéket, Isten azt akarja, hogy a rejtkehelyünket Benne találjuk meg. Ezt jelenti a „Felségesnek rejtékében” kifejezés. Mikor problémáink vannak, bajban vagyunk, Isten azt akarja, hogy meneküljünk szárnya védelmező árnyéka alá. Azt akarja, hogy Hozzá fussunk!

## *A Mindenható Árnyékában*

*Aki a Felséges rejtekében lakik, a Mindenható  
[Akinek az erejével szemben egyetlen ellenség sem  
tud megállni] árnyékában pihen.*

91. zsoltár:1

Mennyei Atyánk nem azt akarja, hogy csak időnként látogassuk meg, vagy csak akkor fussunk Hozzá, mikor túlterheltek érezzük magunkat. Az Ő akarata az, hogy a szárnyai árnyékában lakozzunk, ott maradjunk, ott éljünk. Mikor ezt tesszük, stabilak és szilárdak maradunk, mert egyetlen ellenség sem állhat meg a Mindenható erejével szemben. Ha azon a helyen maradunk, a gonosz nem árt-hat nekünk.

Volt olyan idő az életemben, amikor egyszerűen ki-be futkároztam a rejtekhelyről, de mióta rájöttem milyen az, amikor odamegyek, és ott maradok, mikor ott lakozom, azóta nem érzem magam annyira túlterheltek.

Állandóan szükségünk van az Úrra, nem csak alkalmanként. A János 15:5-ben Jézus azt mondja, "... mert Nélkülem [elvágva a Velem való alapvető egységtől] semmit sem cselekedhettek."

Pontosan mit jelent a Mindenható árnyékában lakozni? Először is, az árnyék magában foglalja az „árnyat”, egy olyan helyet, ami megvéd a nap forróságától vagy a világi hőségtől. Egy árnyéknak, mint tudjuk, mindig van határa. Ha Isten szárnyainak árnyékában szándékozunk maradni, akkor annak jól látható határai között kell maradnunk.

A *határ* egy köztes terület vagy vonal kétfajta minőség vagy állapot között. Az árnyék esetében a határ ott húzódik, ahol véget ér az árnyas rész, és a napsütés elkezdődik.

Mondjuk, dél van, a nap teljes erőből süt, és megpillantunk egy nagy fát. Ha megyünk, és beállunk a fa alá, sokkal jobban fogjuk érezni magunkat az árnyékban, mintha továbbra is kint maradnánk a napon.

Mikor az emberek kint dolgoznak a hőségben, és izzadni kezdenek, szeretnek egy fa árnyékába húzódni a pihenőidejükben. Vannak, akik árnyas fákat telepítenek a házuk köré, mert így csökken a ház belső hőmérséklete, és még hűvösebb lesz odabent. Tehát az árnyék kívánatos hely, különösen a forróságban.

Ha úgy döntünk, hogy Isten szárnyainak árnyékában maradunk, az élet kellemesebb lesz. Nem lesz akkora a hőség, és nem fogunk annyira „kiizzadni”, hogy úgy mondjam. Ahelyett, hogy a problémáinkon aggódnánk, megpihenünk Istenben.

Ha úgy döntünk, kiállunk a napra, kényelmetlenül fogjuk magunkat érezni, izzadtak, megviseltek, szomjasak és tikkadtak leszünk. Tőlünk függ, hova fogunk állni – az árnyékba (bízva Istenben) vagy a napra (kiizzadva) –, megállunk Jézusban, vagy a világot választjuk annak minden problémájával együtt.

Te hogy döntesz, hova állsz? Én az árnyékban akarok maradni! De én is – mint mindnyájan – hajlamos vagyok

arra, hogy időnként elkóboroljak az árnyékból, és a hőségben kötök ki, ahol a körülmények nem túl kedvezőek. Aztán mikor már majdnem végem van, visszafutok az árnyékba, hogy újra megpihenjek. Utána hogy-hogy nem, megint visszamerészkedem a tűző napra.

A Rómaiakhoz írt levél 1:17 azt mondja, hogy élhetünk hitből hitbe. Bár, mi néha inkább hitből kétségbe, hitetlenségbe jutunk, aztán megint vissza a hitbe.

Mi van, ha tényleg az árnyék védelmében akarunk maradni, de néha kint találjuk magunkat onnan? Honnan tudjuk, hogy kikerültünk Isten védelme alól? Tudni fogjuk azokból az útjelző táblákból, melyeket az Úr helyez az utunkba.

## 2.

# OLVASD AZ ÚTJELZŐ TÁBLÁKAT: BÍZZ ISTENBEN

Képzeld el, hogy egy úton autózol. Ez az út az élet országútja. A közepén vonalak vannak. Néha dupla záróvonal, ami arra figyelmeztet: „ha átmész ezeken a vonalakon, bajba kerülsz, magas lesz a kockázata annak, hogy frontálisan ütközöl.”

Néha szaggatott fehér vonalat látunk, ami azt jelenti, „átmehetsz a másik sávba és megelőzheted az előtted levő autót, ha szeretnéd. Ha átléped ezeket a vonalakat, valószínűleg nem lesz gond, de bajba kerülhetsz, ha nem figyelsz a szembe jövő forgalomra, és nem bizonyosodsz meg róla, hogy szabad az út előtted.”

Vannak út menti táblák is, melyek egyedi iránymutatást vagy figyelmeztetést adnak: „Veszélyes padka”, „Zuhanó sziklák”, „Vadveszély”, „Egyirányú”, „Zsákutca”, „Építési terület”, „Veszélyes kanyar”. Ha figyelsz az útjelző táblák utasításaira, azok segíteni fognak abban, hogy az autódat az úton tartsd. Nem fogsz túlságosan balra húzódni és karambolozni, sem túlságosan jobbra, hogy az árokba fordulj.

Ugyanígy, az életben is vannak szellemi útjelző táblák. Azért, hogy Isten védelme alatt maradjunk, figyelniünk kell az út menti táblákat, melyek elmondják nekünk, hogy bízunk Istenben, és ne aggódjunk, féljünk vagy szorongjunk,

vessük a gondjainkat Rá. Aztán ahelyett, hogy vég nélkül valamilyen megoldáson agyalnánk, a gondolatainkat olyan dolgokra kell összpontosítanunk, melyek „igazak”, „tisztességek”, „igazságosak”, „tiszták”, „kedvesek”, „jó hírűek”, „erényesek” vagy „dicséretre méltók” (Fil 4:8 alapján)

Ha figyelembe vesszük a táblákat, és az út határain belül maradunk, képesek leszünk tartani az irányt. Védve leszünk, és megtapasztaljuk életünk során Isten igéjének minden csodálatos, bámulatos ígérését.

### *Figyeld a Jelzőtáblát!*

*Saját füleddel hallhatod a mögötted hangzó szót:  
Ezen az úton járjatok, se jobbra, se balra ne tér-  
jetelek le!*

Ézs 30:21

Mondjuk, autózol az élet országútján, és elkezded jobbra letérni az útról. Észreveszed, hogy az út egy kicsit döcögősebb, mint volt, és emiatt jobban figyelsz, merre mész. Épp akkor, visszaemlékszel egy jelzőtáblára néhány mérfölddel azelőttről, melyen ez állt: „Bízz Istenben és ne aggódj.”

Ha úgy döntesz, tartod az irányt, az útpadkára fogsz kerülni, és akár az árokban is végezheted. Akkor aztán hívnod kell az autómentőt, hogy kihúzzon.



Ez van, amikor az aggodás mellett döntünk ahelyett, hogy Istenben bízunk. Kikerülünk a védelme alól, így az ellenség könnyebben becsaphat minket. Mikor ez megtörténik, elkerülhetetlenül elveszítjük a békénket.

### *Egyenes ösvények*

*...egyenes ösvényen járjatok...[igen, járjatok biztonságos és egyenes és boldog ösvényeken, melyek a helyes irányba tartanak]...*

Zsid 12:13

Mikor rossz döntést hozol, mikor az aggodás mellett döntesz, ahelyett, hogy bízna Istenben, elkezded kényelmetlenül érezni magad, és kezd elveszni a békességed. Talán még olyan érzésed is támad, hogy a dolgok nem fognak rendbe jönni soha többé, és elveszítetted az irányt valahol.

Ahogy fogyni kezd a békességed, meg kell állnod és azt kell mondanod: „Várjunk egy percet! Mit csinállok rosszul?”

Néha, ahogy az életem útján haladok, egyszer csak észreveszem, hogy mélyen belül nincs békességem. Mikor ez történik, megállok, és azt mondom, „Uram, hol tértem le az útról?” Tudom, hogy mikor elveszíttem a békémet, az azt jelzi, hogy kimentem az Ő szárnya árnyékának védelme alól.

Általában ez azért történik, mert elkezdtem aggódni. Néha azért, mert valamit rosszul tettem és nem bántam meg, vagy megbántottam valakit, és nem voltam érzékeny a hibámra.

Ebben a helyzetben egyszerűen azt kérem, „Uram, mutasd meg, miért veszítettem el a békességemet.” Ha egyszer rájövök erre, meg tudom tenni a megfelelő lépéseket, hogy rendezzem a helyzetet.

Ha úgy találsz, hogy aggodás támad benned, miközben követed azt, amit az Úr mutatott neked, javaslom, olvasd fel hangosan Jézus szavait a Máté 6:25-32-ből.

### *Hagyd abba az Aggodást*

*Ezért mondom nektek: ne aggódjatok életetekért, hogy mit egyetek, és mit igyatok, se testetekért, hogy mivel ruházkodjatok. Nem több-e az élet [minőségben] a tápláléknál, és a test a ruházatnál?*

Máté 6:25

Ha éppen diétázol, akkor talán az igevers első felét kellene elolvasnod – az evésről és ivásról szóló részt! Ha olyan vagy, mint én, akkor fogyókúra közben úgy tűnik, semmi másra nem tudsz gondolni, csak ételre!

Emlékszem, amikor régen diétáztam. Egész nap azon gondolkodtam, mikor és mit fogok enni és hogyan fogom

azt elkészíteni. A fejemben kimértem és kiszámoltam, hány kalóriát tartalmaz. Gyakran ez még éhesebbé tett, hiszen kizárólag ételekre gondoltam!

Igazából, valószínűleg kevesebbet aggódunk azon, hogy mit együnk és igyunk, mint azon, hogy mit fogunk tenni egy bizonyos helyzetben: mi van, ha ez történik, mi van, ha az? A legtöbbszörünknek van elég ruhája és elegendő étele, kényelmes háza és működőképes autója. Mikor azonban a dolgok eldurvulnak, és lehetetlennek tűnő helyzetekkel találjuk szembe magunkat, a fejünkben lévő hangok azt sikkítják: „Mihez fogunk most kezdeni?” És elkezdünk aggódni.

### *Nézd a madarakat*

*Nézzétek meg az égi madarakat: nem vetnek, nem is aratnak, csűrbe sem takarnak, és mennyei Atyátok eltartja őket. Nem vagytok-e ti sokkal értékesebbek náluk?*

Máté 6:26

Láttál már olyan madarat, aki ül a fán és éppen idegösszeomlást kap? Láttál már valaha előre-hátra toporgó szárnyast, aki azt mondogatja magában, „Ó, vajon honnan fog jönni a következő kukac? Kukacokra van szükségem! Mi van, ha Isten ma már nem teremt kukacokat? Nem tudom, mit tennék akkor. Talán halálra éheznek! Mi van, ha Isten teremt ugyan kukacokat, de idén nem annyira

szaftosak, vagy ha nem küld esőt és egy kukac sem fog előjönni a földből? Mi van, ha nem találok egy szál szalmát sem a fészekrakáshoz?” Mi van, ha, mi van, ha, mi van, ha!

Jézus azt mondta, „Nézzétek a madarakat!” Nem kapnak idegösszeomlást. Minden reggel kirepülnek, csak énekelnek, és jól érzik magukat.

Képelem, milyen békességet élvezhetnénk te és én, ha egy óráckára elmennék madárlesre!

### *Mit használ az aggodás?*

*Aggodásával pedig ki tudná közületek meghosszabbítani életét csak egy arasznyival is?*

Máté 6:27

Természetesen a válasz az, hogy senki. Azonban az életünket bizonyosan megrövidíthetjük, ha továbbra is ragaszkodunk az aggodás szokásához!

Aggodás helyett, inkább olyanoknak kell lennünk, mint az ég madarai, akiknek az élelmezése teljesen az Úrtól függ, és mégis egész nap énekelnek, mintha a világon semmi gondjuk sem lenne.

## *Figyeld meg a Liliomokat*

*Mit aggódtok a ruházatért is? Figyeljétek meg a mezei liliomokat, hogyan növekednek: nem fáradoznak, és nem fonnak, de mondom nektek, hogy Salamon teljes dicsőségében sem öltözködött úgy, mint ezek közül akár csak egy is. Ha pedig a mező fűvét, amely ma van, és holnap a kementébe vetik, így öltözteti az Isten, nem sokkal inkább titeket, kicsinyhitűek?*

Máté 6:28-30

Jézus itt arról beszélt, hogy a mező virágai nem a test cselekedeteitől „függnek”. Nem dolgoznak azon, hogy liliomok legyenek, egyszerűen azok. És Isten nagyon szépen öltözteti őket.

Tényleg azt gondoljuk, hogy Istennek nem vagyunk ugyanannyira fontosak, mint a madarak és a virágok?

## *Ne aggodalmaskodj!*

*Ne aggodalmaskodjatok tehát, és ne mondjátok: Mit együnk? vagy: Mit igyunk? vagy: Mivel ruházkodjunk? Mert mind ezeket a pogányok keresik. Mert jól tudja a ti mennyei Atyátok, hogy mind ezekre szükségetek van.*

Máté 6:31-32

Az a probléma az aggodással, hogy olyan dolgokat mondat velünk, mint: „Mit fogunk enni? Mivel ruházkodjunk?” Más szóval, „Mit fogunk csinálni, ha Isten nem segít nekünk?”

A nyugtalanság és zaklatottság elkezd megjelenni a ki-mondott szavainkban. Ahelyett, hogy a félelmeink lecsendesednének és elmúlna az aggodásunk, ettől csak még mélyebben rögzül mindkettő.

Azért jelent problémát, ha ezt tesszük, mert azok az emberek cselekednek így, akik nem tudják, hogy van egy mennyei Apjuk. De te és én is tudjuk, hogy van egy mennyei Apánk, tehát eszerint kell cselekednünk. A nem-hívők talán nem tudják, hogyan támaszkodjanak Rá, nekünk azonban tudnunk kellene.

Jézus biztosított minket arról, hogy mennyei Atyánk minden szükségünket ismeri már azelőtt, hogy kérnénk Tőle. Tehát miért kellene aggodnunk ezek miatt? Ehelyett összpontosítsuk figyelmünket olyan dolgokra, melyek sokkal fontosabbak – Isten dolgaira.

### *Az első dolgokat keresd először*

*De keressétek először az ő országát [igyekezzetek és törekedjete rá] és igazságát [ahogy Ő cselekszik és ahogy Ő igaz], és ezek is mind ráadásul megadatnak nektek.*

Máté 6:33

Éveken át, mielőtt bementem volna szolgálni az össze-  
jöveteleimre, körbe-körbe járkáltam, hogy működőképes  
legyek. Imádkoztam, „Ó, Istenem, segíts nekem!” Semmi  
rossz nincs abban, ha imádkozunk Isten segítségéért, én  
azonban inkább aggodalomból imádkoztam, mint hitből.

Manapság, mikor a szolgálatra készülök, egyszerűen ta-  
nulmányozom az igét, és felkészülök, amennyire csak tőlem  
telik. Aztán közvetlenül az összejövetel előtt időt szakítok  
egy csendes imára és elmélkedésre, dicsőítem az Urat, és  
közösségekben vagyok Vele.

Soha nem mondta nekem, hogy nagy összejövetelt ke-  
ressek. Soha nem mondta, hogy keressem a nagy adako-  
zást. Én csak Őt keresem, és Ő gondot visel a tömeg  
nagyságáról, az adakozás mértékéről, és minden másról.

Túl gyakran töltjük az időnket azzal, hogy Isten vála-  
szait keressük a problémáinkra, mikor csak annyit kellene  
tennünk, hogy egyszerűen Őt keressük.

Amíg Istent keressük, a rejtekhelyen maradunk, a  
szárnya árnyékában. (...szárnyai alatt lesz oltalmad.  
91.zsoltár:4) Mikor azonban elkezdünk válaszokat ke-  
resni minden problémára és helyzetre, amivel csak  
szembe kell néznünk, próbáljuk Isten akarata helyett a  
vágyainkat betölteni, kikerülünk az Ő szárnya árnyé-  
kából.

Sok évig kerestem Istent azzal kapcsolatban, hogyan  
növelhetném a szolgálatomat. Az eredmény az volt, hogy

a szolgálatom ugyanakkora maradt, mint volt. Soha nem növekedett. Sőt, időnként még lejtmenetbe is került. Nem jöttem rá, hogy csak annyit kellett volna tennem, hogy Isten királyságát keresem, és Ő megadta volna a növekedést.

Tudod, hogy még a saját szellemi növekedésed miatt sem kell aggódnod? Annyit kell tenned, hogy keresed a Királyságot, és növekedni fogsz. Keresd Istent, maradj Benne és Ő növekedést fog adni.

Egy baba csak issza a tejet és növekszik. Neked és nekem annyit kell tennünk, hogy vágyjunk az Ige hamisítatlan teje után, és növekedni fogunk. (1 Pét 2:2)

Soha nem tapasztalunk meg igazi sikert saját emberi erőfeszítéseink által. Inkább keressük először Isten királyságát és az Ő igazságát, aztán minden más dolog, amire szükségünk van, *megadatik* nekünk.

Nem Isten ajándékait kell keresnünk, hanem a jelenlétét.

### ***Tölts időt az árnyékban!***

*Egyet kérek az Úrtól, azért [kitartóan] esedezem: hogy lakhassam az Úr házában [az Ő jelenlétében] életemnek minden idejében; hogy nézhessem az Úrnak szépségét [az édes vonzerejét és az elbűvölő kedvességét] és gyönyörköd-*



*hessem az ő templomában. Bizony elrejt engem az ő hajlékába a veszedelem napján; eltakar engem sátrának rejtekében, sziklára emel fel engem. Most is felülemeli fejemet ellenségeimen, a kik körülöttem vannak, és én az ő sátorában örömmáldozatokkal áldozom, énekelek és zengedezek az Úrnak.*

27. zsoltár:4-6

Néha visszafelé éljük az életünket. Én is pontosan ezt tettem néhány évvel ezelőtt. Egy nagy szolgálatot akartam, mindenfélét meg akartam változtatni a személyiségemen, mert nem szerettem magam. Azt kerestem, hogy megváltozzon a férjem. Hogy megváltozzanak a gyerekeim. Gyógyulást és bővelkedést kerestem. Kerestem én mindent a nap alatt, és közben egyáltalán nem töltöttem időt az árnyékban.

Aztán az Úr közbelépett és megmutatta nekem, mit csináltam rosszul. A 27. zsoltár 4-6-ot használta arra, hogy hangsúlyozza számomra, Őt és az Ő jelenlétét kell először keresnem életem minden napján.

Azelőtt egy csomó dolgot kértem Tőle, és a többségüknek köze sem volt Isten jelenlétéhez. Ahogy elkezdtem keresni Őt, ez lett az a dolog, amire leginkább vágytam. Aztán mikor jöttek a bajok, Ő elrejtett engem, mondhatni a sátrának rejtekébe. Mikor az ellenség ellenem jött, és megpróbált megsemmisíteni, örömmel kiáltottam, és dicséreteket énekeltem az Úrnak.

A gonosz nem tudott hozzám férni, mert a Mindenható rejtekén voltam. Elérhetetlen voltam a számára. A sátán nem tudott nekem idegösszeomlást okozni, mert az árnyékban voltam, ahol semmiért sem aggódtam.

### *Semmi felől ne aggódj!*

*Semmiért se aggódjatok, hanem imádságban és könyörgésben mindenkor hálaadással tárjátok fel kéréseiteket Isten előtt; és Isten békessége, mely minden értelmet meghalad, meg fogja őrizni szíveteket és gondolataitokat a Krisztus Jézusban.*

Fil 4:6-7

Régen Isten azt mondta nekem, hogy mikor imában odamegyek Hozzá, tegyem le Elé azt, amit a gonosz megpróbál nekem adni.

Ilyen az ima. A gonosz jön, és hoz nekünk egy problémát. Mi azt mondjuk, „Ezt nem tudom elhordozni, mert túl nehéz nekem. Itt van, Istenem, átadom Neked.”

A Filippi 4:6-7-ben Pál apostol azt mondja nekünk: „Imádkozzatok, és ne aggódjatok.” Nem azt mondja, hogy, „Imádkozzatok és aggódjatok.” Mikor imádkozunk, és odaadjuk a problémáinkat Istennek, az jel az Ő számára, hogy bízunk Benne. Erre való az ima.

Elég gyakran meg kell ezt tennem, hiszen ott van Danny, a tinédzser fiam. Még itthon lakik, és mivel a szolgálat megköveteli, hogy a férjem és én időnként elutazunk, fáj a szívem, hogy Dannyt otthon kell hagynunk. Érettségi előtt egyszer elmondta nekem a telefonban, hogy volt néhány küzdelme az iskolában, és mikor elutazunk, hiányzunk neki, főleg reggelenként, mikor felkel, és esténként, mikor lefekszik aludni.

Az évek során, Dave és én igazán jó kapcsolatot alakítottunk ki a fiunkkal. Szeretjük őt, és ő is szeret minket (a sorban előtte lévő gyermekünk tíz éves volt, mikor Isten beszélt nekünk Danny születéséről, szóval ő igazán a mi bébink!) Aggódtunk érte, mikor középiskolába ment, mert tudtuk, hogy ott milyen nyomás alatt lesz, és milyen hatások érik majd.

Mindnyájan szembesülünk napi kihívásokkal, melyekkel meg kell küzdenünk. Ha beleesünk az önsajnálát csapdájába, és lógó orral járkalunk, mert az életünkben nem minden alakul tökéletesen, ez nem visz minket sehová. Máshová kell fókuszálnunk és azt kell tennünk, amit a Biblia mond – imádkozzunk!

Mindig, mikor elkezdtem aggódni Danny miatt, amikor a szolgálat miatt távol voltam tőle, így imádkoztam:

*Atyám, köszönöm, hogy vigyázol Dannyre. Köszönöm, Uram, hogy jó terved van az életére, és megőrzöd őt, és minden összedolgozik a javára. Köszönöm, hogy befedezed őt Fiadnak, Jézusnak vérével.*

Mikor te és én elkezdünk így imádkozni, a gonosz el fog futni tőlünk. Érzékeli, hogy nem inogunk meg, és eltökélten bízunk Istenben.

### *Maradj pozitív!*

*De hittel kérje, semmit sem kételkedve, mert aki kételkedik, az olyan, mint a tenger hulláma, amelyet a szél sodor és ide-oda hajt. Ne gondolja tehát az ilyen, hogy bármit is kaphat az Úrtól.*

Jakab 1:6-7

Ha az aggodalmainkat odavisszük az Úrnak imában és aztán tovább aggódunk miattuk, összekeverünk egy pozitív és egy negatív erőt. Az ima pozitív erő, az aggódás negatív. Ha összeadjuk őket, az eredmény nulla.

Nem tudom, te hogy vagy velem, de én nem szeretném lenullázni az erőmet, így próbálok nem keverni az imát és az aggódást.

Isten egyszer szólt hozzám és azt mondta: „Sok ember ereje nulla, mert mindig keveri a pozitív erőt a negatívval. Pozitív megvallást tesznek egy rövid ideig, aztán egy kis ideig negatívát. Imádkoznak egy keveset, aztán aggódnak

egy keveset. Bízunk egy ideig, aztán aggódnak egy kicsit. Ez azt eredményezi, hogy előre-hátra toporognak, és soha nem fejlődnek igazán.”

Miért ne hozhatnánk meg a döntést, hogy pozitívak maradunk és visszautasítjuk az aggodást?

### 3.

## MINDEN RENDBEN LESZ

A második jelzőtábla a szorongással foglalkozik. Azt mondja, „Ne félj, és ne szorongj!” Ez is egy figyelmeztető tábla, hasonló az elsőhöz, „Bízz Istenben és ne aggódj!”, azonban ha figyelmen kívül hagyjuk, a következmények egy kicsit drasztikusabbak. Ahelyett, hogy az árokba hajtánál, ami akkor történné, ha jobbra térnél le az útról, egy frontális ütközést kockáztatsz. Mintha átlépnéd a dupla záróvonalat kanyar közben.

A szorongás, ellentétben az aggódással, egy kellemetlen érzés, ami azután is megmarad, miután azt gondoltuk, leszámoltunk vele. Majdnem olyan, mint egy dupla adag aggódás. Ha elindulunk ebbe az irányba, kilépünk a hitből a félelembe, különösen a holnaptól és az ismeretlentől való félelembe. Ennek az eredménye a szorongás.

### *A szorongás jelei*

*Aki aggódik szívében, az levertté lesz...*

(Péld 12:25)

A szorongás levertséget hoz az ember életébe.

A Webster-féle értelmező szótár szerint a *szorongás* „egy nyugtalanító, rossz előérzet, vagy aggódó állapot...”

Néha ez a nyugtalanság igazából bizonytalan, nem kézzel fogható. Talán nem is tudjuk igazán, mi a baj. Csak annyit tudunk, hogy nyugtalanok vagyunk, és ez időnként más emberek társaságában is úrrá lesz rajtunk.

A Webster szerint, a *rossz előérzet* „a balsejtelem szorongó érzése; rettegés”. Más szóval a rossz előérzet a szorongás egy rossz esete.

Emlékszem egyszer nekem is volt dolgom ezzel a fajta szorongással. Annyi rossz dolgot tapasztaltam életem során, hogy végül eljutottam arra a pontra, hogy csak rossz dolgokra számítottam. Igazából nem értettem, mi történik velem, amíg az Úr meg nem mutatta az Igében.

## *Gonosz balsejtelmek*

*A csüggedő és lesújtott napjai gonoszak [szorongó gondolatok és balsejtelmek által], de a boldog szívűnek szüntelen ünnepe van [tekintet nélkül a körülményekre].*

Péld 15:15 (az angol fordítás szerint)

Egy reggel, sok évvel ezelőtt, fésülködtem a tükör előtt. Egy homályos érzés támadt bennem, hogy valami rossz fog történni. Akkoriban nem értettem, mi ez, mert nemrégén töltött be a Szent Szellem, és csak nem sokkal azelőtt tanulmányoztam Isten igéjét. Csak azt tudtam, hogy homályosan érzem: valami fenyeget.

Úgy döntöttem, megkérdézem az Urat, „Mi ez a dolog, ami állandóan itt ólálkodik körülöttem? Velem van, amióta csak az eszemet tudom.” Az Úr azt mondta nekem, hogy ezek „gonosz balsejtelmek.”

Még soha nem hallottam ezt a kifejezést, azt gondoltam magamban, „Mi a csuda az a „balsejtelem”? Így hát fogtam magam, és megnéztem a szótárban. Felfedeztem, hogy a *balsejtelem* „közelgő szerencsétlenség vagy gonoszság előérzete”.

Megtanultam, hogy a balsejtelemnek semmi köze ahhoz, ami éppen abban a pillanatban történik, ez egy negatív érzés, valamilyen esemény jövőbeli kimenetelével kapcsolatban.

Akkor még nem tudtam, hogy ez a kifejezés benne van a Bibliában. Később, ráakadtam a Példabeszédek 15:15-ben, ami „szorongó gondolatokról” és „gonosz balsejtelmekről” beszél.

Isten azt akarja, hogy szabaduljunk meg a gonosz balsejtelmektől, hogy élvezni tudjuk az életet. Ezt azonban könnyebb mondani, mint megtenni, hiszen a sátán, a mi ellenségünk, azt akarja elhíttetni velünk, hogy soha semmi jóra nem számíthatunk. El akarja hitetni velünk, hogy mindig félreértenek majd, és nem fognak elfogadni, soha senki nem fog kedvelni, nem akar majd velünk lenni, senki nem fog törődni velünk. Azt akarja, hogy megalázottnak érezzük magunkat a múlt miatt, tehetetlennek érezzük magunkat a jelenben, és reménytelennek lássuk a jövőt. Ren-



geteg aggodást és szorongást akar ránk rakni, azért, hogy elvonjon minket az Istennel való kapcsolatunktól, és megakadályozza, hogy elvégezzük a munkát, amit az Úr kijelölt számunkra.

A *szorongó* szó összes meghatározása – „aggódó és csüggedt a bizonytalanság miatt”, „aggódás kíséri, aggodást mutat vagy aggodást okoz” – mind megerősíti ezt a tényt.

## *Ha megváltott vagy, így szólj!*

*Így szóljanak az ÚR megváltottai, akiket megváltott az ellenség kezéből.*

107. zsoltár:2

Ha egyszer felismered, hogy a gonosz megpróbál összezavarni, ne hagyj tétlenül, hogy aggodással és negatív gondolatokkal ütlegeljen! Nyisd ki a szádat, mondj olyasmit, amit nem akar hallani, és eltávozik tőled! Kezdd el megvallani a tekintélyedet Krisztusban!

Néha, miközben prédikációra készülök egy gyülekezetben vagy szemináriumon, engem is elkezdenek bombázni a negatív gondolatok.

Néhány évvel ezelőtt olyanokon gondolkodtam, hogy vajon hány ember regisztrált előre a női alkalomra, amit vezetnem kellett. Mikor megkérdeztem az asszisztensemet, azt mondta, nem sokan regisztráltak, de az alkalom szer-

vezői hitték, hogy legalább annyian lesznek, mint előző évben.

Hirtelen átfutott az agyamon, „Mi van, ha senki nem jön el? Mi van, ha én és a csapatom megtettük ezt a nagy távolságot, és csak néhány ember fog eljönni?” Aztán bátorítottam magam a saját szavaimmal és hangosan ki-  
mondtam: „Minden rendben lesz.”

Néha ezt meg kell tennünk, mert ha nem tesszük, a gonosz balsejtelmek folytatódni fognak, aggodást és szorongást keltve bennünk.

Miután felismertem a szorongó gondolatokat és gonosz előérzeteket, és uralmat vettem rajtuk, Isten elkezdett szabadulást hozni az életembe, így elkezdhettem élvezni azt.

A sátán szorongó és aggodó gondolatokat helyez el a fejünkben, néha ténylegesen „bombázza” az elménket velük. Azt reméli, hogy elfogadjuk ezeket, és elkezdjük a szánkkal hangosan „kimondani” őket. Ha ezt meg tesszük, akkor lesz elég muníciója ahhoz, hogy ténylegesen az általa adott szorongó gondolatok szerint alakítsa az életünket.

A szavaknak teremtő ereje van a szellemi tartományban. Az 1 Mózes 1:3 azt mondja, „Azt mondta Isten, Legyen... és lett”!

Jézus azt mondta: „Ne aggodalmaskodjatok tehát, és ne mondjátok: Mit együnk? vagy: Mit igyunk? vagy: Mivel ruházkodjunk?” (Máté 6:31). Ha egy negatív gondolatot

elkezdünk kimondani, akkor már csak néhány lépésnyire vagyunk a valódi problémáktól. „Ne aggodalmaskodjatok tehát a holnap felől; mert a holnap majd aggodalmaskodik a maga dolgai felől”...(u.i. 34.vers)

## *Élvezd az életet!*

*... a szelíd és csendes lélek [nem szorong, nem zaklatott, azonban]..ez értékes az Isten előtt.*

1 Pét 3:4

A szorongás azt is jelenti, hogy „aggodalmaskodás”, „gondterheltség”, „nyugtalankodás”, „az elme zaklatott állapota”. Péter elmondja nekünk, hogy az a lélek, amit Isten szeret, az csendes, nem pedig szorongó vagy izgatott.

Mikor zaklatottak vagyunk, feszültség van bennünk és úgy érezzük, mintha görcsbe rándulna a gyomrunk. Minden teher lesz számunkra – óriási, komoly, megerőltető feladat –, így nem vagyunk képesek lazítani és élvezni az életet úgy, ahogy Isten eltervezte.

Az én esetemben ez úgy volt, hogy mindig feszült és ingerült voltam, mert nem volt gyerekkorom a bántalmazás miatt (már nagyon kis koromban úgy éreztem magam, mint egy felnőtt). Miután soha nem voltam igazán gyerek, nem tudtam hogyan kell elengedni magam és hogyan kell gyermekként viselkedni. Így aztán mikor megházasodtam, és megszülettek a saját gyerekeim, nem tudtam, hogyan élvezzem igazán a társaságukat.

Évekig még a férjem társaságát sem tudtam élvezni, mert túlságosan lefoglalt, hogy megpróbáljam megváltoztatni. Folyamatosan próbáltam tökéletesíteni őt – és mindenki mást is.

Voltak gyerekeim, de nem igazán élveztem ezt. Minden nap, mielőtt elindultak iskolába, ellenőriztem, hogy mindenki megfésülködött-e, nem gyűrött-e a ruhájuk és az ebédjük rendesen be van-e csomagolva az uzsonnás dobozukba. Szerettem a gyerekeimet, de nem élveztem őket.

Szép házam volt, makulátlan tisztaságot tartottam, ahol mindennek megvolt a helye, de nem élveztem. Igazából más sem élvezte. Nem tudtunk benne élni. Csak nézhettük.

A gyerekeimnek szép játékaik voltak, de nem élvezték ezeket, mert nem hagytam nekik. Nem akartam, hogy kivigyék a játékaikat és játszanak velük.

Soha nem tudtam, mi az a szórakozás. Bármi is volt, nem gondoltam, hogy olyasmi, amire a családom jogosult. Azt gondoltam, „Nincs *szükségetek* arra, hogy szórakozzatok. Amire *szükségetek* van, az egy jó adag napi munka.”

Emlékszem, azt mondogattam a gyerekeimnek, „Menj ki innen, eredj játszani!” Mikor aztán ezt tették, rögtön megjelentem a nyomukban és mondtam, „Micsoda disznóól van itt! Azonnal tüntesd el azokat onnan! Állandóan csak a rendetlenséget csináljátok!”

Fel kellett ismernem életem egy pontján, hogyha a dolgok nem teljesen az én akaratom szerint alakulnak, az még nem a világ vége. Meg kellett tanulnom lazítani és élvezni az életet.

A Biblia azt mondja a 118. zsoltár 24. versében: „Ez a nap az, a melyet az Úr rendelt; örvendezzünk és vigadjunk ezen!”

A Ján 16:33-ban Jézus azt mondta, „Ezeket azért mondom nektek, hogy [tökéletes] békességetek legyen énbenem. A világon nyomorúságotok van, de bízzatok [bátorodjatok]: én legyőztem a világot.”

A Filippi 4.4-ben így ír Pál apostol: „Örüljete az Úrban [viduljate fel, örvendeztesséte meg magatokat Benne] mindenkor; ismét mondom, örüljete!”

Ne legyél annyira komoly! Derül fel egy kicsit! Adj esélyt Istennek, hogy dolgozhasson! Döntsd el, hogy élvezni fogod az életet!

### *Átváltozni dicsőségről dicsőségre*

*Mi pedig, miközben fedetlen arccal, mint egy tükörben szemléljük az Úr dicsőségét mindnyájan, ugyanarra a képre formálódunk át az Úr Lelke által dicsőségről dicsőségre.*

2 Kor 3:18

Észrevetted, hogy ha csak akkor engeded meg magadnak, hogy jól érezd magad, mikor minden tökéletes, akkor soha nem fogsz szórakozni?

Ne kövesd el azt a hibát, hogy addig vársz azzal, hogy jól érezd magad, amíg te és a körülötted lévők mind tökéletesek lesznek, és célba értetek.

A Biblia azt mondja, hogy te és én átváltozunk Isten képmására, és dicsőségről dicsőségre jutunk. Ez azt jelenti, hogy sok különböző szakaszon megyünk át. Meg kell tanulnunk, hogyan élvezzük jelenlegi állapotunk dicsőségét, miközben a következő állomás felé tartunk. Meg kell tanulnunk azt mondani: „Még nem vagyok ott, ahol lennem kell, de hála Istennek, már ott sem vagyok, ahol voltam. Valahol középen járok, és minden állomást élvezni fogok.”

Mikor a gyermekeink kisbabák, cuki dolgokat csinálnak, például mosolyognak és gügyögnek, ugyanakkor vannak kevésbé aranyos dolgaik is, például amikor felsírnak az éjszaka közepén, jön a foguk, és hasmenésük van. Azon kapjuk magunkat, hogy ilyeneket mondunk, „Boldog leszek, mikor végre túlesünk ezen a korszakon, akkor majd tényleg élvezni fogom őket.”

Valahogy túljutnak ezen a szakaszon, aztán belépnek a következőbe. Ekkor beszélnek, és aranyos kifejezéseket mondanak, ugyanakkor járkálnak és bármilyen kezük ügyébe kerülő tárgyat eldobnak. Újra alig várjuk, hogy vége legyen ennek a korszaknak.

Hamarosan óvodába kerülnek, és mi azt mondjuk, „Boldog leszek, amikor már elsősök lesznek, és az egész napot az iskolában töltik majd.” Ám amint eléri az általános iskolát, már azt kezdjük mondogatni: „Boldog leszek, mikor elkezdik a középiskolát.” Aztán leérettségiznek, erre mi: „Boldog leszek, mikor felnőnek és megházasodnak.”

Aztán egy nap ez is megtörténik, és hirtelen rájövünk, hogy soha nem élveztük életük egyik korszakát sem. Mindig vártuk, hogy majd akkor leszünk boldogok, *amikor*.

Az egész életemet így éltem. Mindig más alkalomra vártam a boldogsággal.

Amikor ötven embernek tartottam összejövetelt, azt gondoltam, „Boldog leszek, mikor majd több százan fognak eljönni az alkalmaimra” Az igazság az, hogy amikor ez végül bekövetkezett, nem tett egyáltalán boldogabbá.

Minden szakasz, amin átmegyünk, tartogat számunkra egy bizonyos mennyiségű örömet, de megvannak a maga kis problémái is. Meg kell tanulnunk boldognak lenni a körülmények ellenére.

## *Légy boldog minden körülmények között!*

*Mert megörvendeztettél tetteiddel, Uram, kezéd alkotásainak ujjongok.*

92. zsoltár:5

Néhány évvel ezelőtt megtaláltam a boldogsághoz vezető ajtót. Isten jelenlétében található.

Régen akkor voltam boldog, ha Isten tett valamit, ami boldoggá tett. De nem tudtam, hogyan legyek boldog Őmiatta. Tudtam, hogyan keressem a Kezét, de nem igazán tudtam, hogyan keressem az Arcát.

Ne gondold, hogy akkor leszel boldog, amikor Isten megteszi a következő dolgot, amit akarsz Tőle. Ahogy megteszi, már lesz valami más, amit akarni fogsz, amiről úgy gondolod, hogy nem lehetsz boldog, amíg meg nem kapod. Ne éld le úgy az életed, hogy mindig egy másik alkalomra vársz ahhoz, hogy boldog légy!

Egy nappal azután, hogy átéltem ezt az áttörést, egy találkozóra indultam és egy népszerű dicsőítő dalt énekeltem, „Te tettél boldoggá, Te tettél boldoggá. Örvendezni fogok azért, mert Te tettél boldoggá.” Ekkor a Szent Szellem szólt hozzám és azt mondta, „Most először énekled helyesen ezt a dalt.”

Mivel Isten jobban hallja a szívünket, mint a szavainkat, az a dal másként hangzott a számára. Azelőtt ezt hallotta: „A dolgok, amiket tettél értem, boldoggá tettek, a dolgok, amiket tettél értem, boldoggá tettek. Örvendezni fogok, mert a dolgok, amiket tettél értem, boldoggá tettek.”

Mikor az Úr megtette amit akartam, boldog voltam, de mikor nem tette meg amit én akartam, nem voltam boldog. Tehát így „egyszer fent-egyszer lent” életet éltem. Mintha



hullámvasúton utaztam volna. Megviselt az állandó hullámzás. Ha a körülményeim stimmeltek, fent voltam, ha pedig nem, akkor lent.

Ha az öröm teljességében akarunk élni, találunk kell okot a boldogságra a körülményeinken kívül.

## *Légy boldog az emberek viszonyulásától függetlenül!*

*Örüljete az Úrnak, ujjongjatok, ti [megalkuvás nélküli] igazak! Vigadjatok mind, ti igaz szívűek! [ti, akik becsületesek vagytok és igazak Isten előtt]*

32.zsoltár:11

Még ha minden körülményünk kedvünkre való is, végül rá fogunk jönni, hogy a világ tele van olyan emberekkel, akik nem felelnek meg nekünk. Mire sikerül feljavítanunk őket, máris jönnek újak a helyükbe. Ez egy végtelen körforgás.

A szolgálatunknál rengetegen dolgoznak a csapatunkban. Még akkor is, ha ők talán a legcsodálatosabb emberek, akikkel valaha találkoztam, előfordul, hogy nem mindnyájan tesznek boldoggá.

Még ha keresztényekkel vagyunk körbevéve, az sem fog mindig boldoggá tenni minket. Az Egyetlen, aki képes mindig, minden alkalommal boldoggá tenni, az Jézus – és még Ő is csak akkor, ha mi megengedjük neki.

## *A Márta-szindróma*

*Amikor továbbhaladtak, betért egy faluba, ahol egy Márta nevű asszony a házába fogadta. Volt ennek egy Mária nevű testvére, aki leült az Úr lábához, és hallgatta beszédét. Márta pedig teljesen lefoglalta magát a sokféle szolgálattal. Ezért előállt Márta, és így szólt: „Uram, nem törődsz azzal, hogy a testvérem magamra hagyott a szolgálásban? Mondd hát neki, hogy segítsen [nyújtson segítséget és tegye meg az ő részét velem együtt]!”*

Luk 10:38-40

Senki sem ismerte jobban a boldogság, békesség és öröm Forrását Máriánál, Márta testvérénél. Mikor a vendégük, Jézus megérkezett az otthonukba, elhelyezkedett a Lábainál, hogy mindent halljon, amit mondani fog, és ne mulasszon el egyetlen szót sem. Nagyon izgatott volt, hogy Jézus úgy döntött, meglátogatja őket azon a napon, és igazán élvezni akarta az együtt töltött időt. Így hát leült Jézus mellé, és le sem vette róla a szemét.

Aztán ott volt a testvére – a jó öreg Márta. Egész nap fel-alá futkosott, takarított, suvickolt, főzött, próbált mindent elvégezni Jézus látogatására.

(Én könnyen el tudom képzelni Mártát ebben a helyzetben, hiszen én is pont ilyen voltam, mint ő.)

Mindennek rendben kellett lennie Márta vendégének érkezésére. Mikor megérkezett, Márta bevette magát a konyhába, hogy minden ételt kitálaljon, és elvégezze az utolsó simításokat a terítéken.

Végül mérges lett és Jézushoz ment ezzel a litániával, „Mester, miért nem mondd Máriának, hogy keljen fel, és segítsen nekem, csináljon valamit ő is?” Remélve, hogy szimpátiát ébreszt maga iránt, és talán valamennyire észreveszik, milyen sok mindent tett, Mártát sokként érte, mikor Jézus azt mondta, „Márta, Márta, sok mindenért aggodsz és nyugtalankodsz, pedig kevésre van szükség, valójában csak egyre. Mária a jó részt választotta, amelyet nem vehetnek el tőle.” (Luk 10:41-42)

Biztos vagyok benne, hogy ezután egy ideig csend volt a házban. Mártának azonban hallania kellett ezt.

Emlékszem, egyszer Isten valami hasonlót mondott nekem is. Azt mondta, „Joyce, nem tudod élvezni az életet, mert túl komplikált vagy.” És igaza volt! Még egy egyszerű grillezést is képes voltam túlbonyolítani!

Emlékezetes volt, amikor egyszer meglátogattam néhány barátunkat, és a pillanat hevében meghívtam őket hozzánk. Emlékszem, valami ilyesmit mondtam, „Hé, srácok, miért nem jöttök át vasárnap? Rádobunk néhány hot dogot a grillre, kinyitunk egy zacskó chipset és egy csilis bab konzervet. Csinálok egy kis teát, kiülünk a teraszra és jól érezzük magunkat, talán labdázhatunk vagy játszhatunk is valamit.”

Miután ezt mondtam, örömmel gondoltam arra, milyen jól fogunk szórakozni együtt. Beszálltam a kocsimba és hazamentem. Mire a házhoz értem, a hot dogos ötletemből steak lett, a chipsből krumplisaláta! Végül is, nem akartam, hogy a barátaim azt gondolják, hogy csak hot dogot engedhetek meg magamnak, vagy nem tudom, hogy kell egy krumplisalátát összedobni.

Nem sokkal ezután, úgy döntöttem, a grillt is át kell festeni és a régi kerti bútorokat le kell cserélni. Természetesen fűvet is kell nyírni és az egész házat ki kell takarítani. Hiszen jó benyomást kell tennem a vendégeimre.

Egy idő után azon kezdtem el gondolkodni, hogy nem csak azt a hat embert kellene meghívnom, hanem azt a tizenégyet is, aki megbántva érezné magát, ha megtudná, hogy az a hat nálam volt, őket pedig nem hívtam meg. Mostanra ez az egyszerű baráti összejövetel valóságos rémálommá vált. Engedtem az emberektől való félelemnek.

Aztán a Márta-szindróma még tovább gyűrűzött. Elkezdtem örülten takarítani és felmosni a padlót. Mindenkit elzavartam a boltba, hogy hozzon ezt, hozzon azt. Dühös voltam Dave-re és a gyerekekre, és olyanokat mondtam, hogy „Egyszerűen nem értem miért van, hogy nekem kell megcsinálnom minden munkát, amíg mindenki más csak szórakozik!” Akkora már lerítt rólam, hogy én vagyok Márta, és tudtam, Máriával ellentétben én nem a legjobb részt választottam.

## *Élj a mostban!*

*Szeretteim, [még itt és most] Isten gyermekei vagyunk, de még nem lett nyilvánvaló [nem világos], hogy mi vé leszünk [ezentúl]. Tudjuk, hogy amikor ez nyilvánvalóvá lesz, hasonlóvá leszünk hozzá, és olyannak fogjuk őt látni, amilyen valójában.*

1 Ján 3:2

A valóságban, a ma meghozott döntéseink határozzák meg, hogy élvezni fogjuk-e a jelen pillanatait vagy elpazaroljuk aggodással. Néha elszalasztjuk a mai nap pillanatát, mert túlságosan aggodunk a holnap miatt.

Még egy meghatározás a *szorongásra*: „Nyugtalanság és aggodás jövőbeli bizonytalanságok miatt.” A meghatározás, amit Isten adott nekem ugyanezt követi: „A szorongást az okozza, amikor megpróbálunk mentálisan és érzelmileg olyan dolgokkal foglalkozni, melyek még nincsenek itt (a jövővel) vagy olyan dolgokkal, melyek már megtörténtek (a múlttal).”

Az egyik, amit meg kell értenünk, Isten azt akarja, hogy megtanuljunk, hogyan legyünk a *most* emberei. Például a 2 Kor 6:2 azt mondja: „Íme... most van az üdvösség napja!” és a Zsidókhoz írt levél 4:7-ben: „Ma, ha az ő hangját halljátok, ne keményítsétek meg a szíveteket!”

Meg kell tanulnunk most élni. Túl sokszor időzik gondolkodásunk a múltban vagy a jövőben. Talán viccesen hangzik a számodra, de nekem annyi problémám volt ezzel

a hajlammal az életemben, hogy Isten egyszer megmutatta, hogy én még fogmosás közben is képes voltam szorongani!

Miközben mostam a fogam, már a következő dolgon gondolkodtam, amit meg akartam tenni. Siettem, és a gyomrom máris görcsben volt.

Mikor te és én nem igazán figyelünk arra, amit éppen csinálunk, hajlamossá válunk az aggodásra. A fogmosás talán egy végtelenül egyszerű dolog, de én úgy gondolom, hogy pontosan az ilyen egyszerűnek tűnő mindennapi helyzetek okozhatják a legtöbb problémát.

Emlékszem, mikor először betöltött a Szent Szellem. Az elmém olyan zűrzavaros volt, hogy a leghétköznapiabb dolgokkal is gondban voltam. Felkeltem reggel, elindítottam a három kisgyermekemet iskolába és a férjemet munkába, aztán belevetettem magam abba, amit aznap meg kellett csinálnom. Azonban képtelen voltam bármire koncentrálni.

Mondjuk, éppen beágyaztam a hálószozában, amikor hirtelen eszembe jutott, hogy még nem pakoltam be a mosogatógépbe. Berohantam a konyhába, hogy megcsináljam, otthagya a félig bevetett ágyat.

Miközben pakoltam be a mosogatógépet, arra gondoltam, „Tudod, igazából le kell mennem a földszintre, hogy kivegyem a húst a fagyasztóból, hogy vacsorára kiolvadhasson.”

Így aztán leviharoztam a lépcsőn, hogy kivegyem a húst a fagyasztóból. Eközben észrevettem, hogy ott tornyosul a szennyes, és úgy döntöttem, muszáj megállnom és be kell pakolnom a mosógépbe.

Csak ezután jutott eszembe egy telefonhívás, amit meg kellett ejtenem, így visszarohantam az emeletre, hogy telefonáljak. Ennek a rohanásnak és zűrzavarnak a közepén hirtelen visszaemlékeztem, hogy a postára is el kell mennem, befizetni néhány csekket. Rohantam, hogy teljesítsem a küldetést.

Mikor vége volt a napnak, nagyobb volt a rendetlenség, mint amikor elkezdtem rendet rakni. Minden csak félig volt elvégezve, én pedig frusztrált és megviselt voltam. Miért? Egyszerűen azért, mert nem koncentráltam teljes erőmmel egy dologra.

### *Egyszerre csak egy dolog*

*Őrizd meg lábaidat [teljes elmédet szenteld oda annak, amit csinálsz]...*

Prédikátor könyve 5:1

Tudod, miért nem koncentrálnak egy dologra? Mert túlságosan lefoglal minket a következő. Azt kell tennünk, amit a Prédikátor könyvének írója mond – szenteljük oda az elménket arra, amit éppen csinálunk. Ha nem ezt teszünk, nem őrizzük a lábainkat, elveszítjük az egyensúlyt az életben, és semminek nem lesz értelme!

Meg kell hoznunk a döntést, hogy a jelent éljük meg, nem pedig a múltat vagy a jövőt, mert ha a tegnapi vagy

a holnapba merülünk, amikor a jelenben kellene élnünk, azt okozza, hogy elveszítjük a mai napra rendelt kenetünket. Egyszerre egy nappal kell foglalkoznunk, mert csak így fogunk eljutni oda, ahová megyünk.

Egy instant-társadalomban élünk, ahol azt akarjuk, hogy valaki lengessen meg egy varázspálcát felettünk, és tegyen mindent jobbá. A dolgok azonban nem így működnek. A változás jön, de egyszerre mindig csak egy nappal.

### *Egyszerre csak egy nap*

*..Ne aggódjatok tehát a holnapért, mert a holnap majd aggódik magáért: elég minden napnak a maga baja.*”

Máté 6:34

A János 8:38-ban Jézus úgy utal magára, hogy „Én vagyok”. Ha te és én, a tanítványai, a múltban és a jövőben próbálunk élni, nehéznek fogjuk találni az életet, mert Jézus mindig a jelenben van. Ezért mondta nekünk, hogy ne aggódjunk a tegnapi vagy a holnapi miatt.

Ha a jövőben vagy a múltban próbálunk élni, az megnehezíti az életet. Ha azonban a mostban élünk, rájövünk, hogy az Úr velünk van. Bármilyen helyzetet is hozzon az élet az utunkba, Ő megígérte, hogy soha nem hagy el, el nem távozik tőlünk, viszont mindig velünk lesz, és segít nekünk. (Zsid 13:5, Máté 28:20)



Egyszerre egy dologra figyelni a mostban nem csak a fizikai dolgokra vonatkozik, hanem az értelmünkre és az érzelmeinkre is. Például, lehetünk testben egy adott helyen, de közben az elménkben valakivel éppen párbeszédet folytatunk valahol máshol.

Mikor továbblépünk gondolatban a következő dologra, az szükségtelen nyomást helyez ránk. Mikor visszatérünk a jelenbe, talán nem is tudjuk pontosan, mi történt, amíg gondolatban máshol jártunk.

Ezért próbálja a gonosz folyamatosan elragadni az elménket, és máshová téríteni. Azt akarja, hogy kihagyjuk, ami a mostban történik.

Emlékszem, egyszer mérges voltam valamiért a férjemre. Régebben nagyon könnyen begurultam, és napokig dühös maradtam. Végül Dave mondott valamit, ami igazán megragadta a figyelmemet: „Nem lenne szánalmas, ha Jézus ma este visszajönne, és te így töltötted az utolsó napodat a Földön?” Ezután volt min gondolkodnom.

Neked és nekem nem kell a holnap miatt aggódnunk, mikor mindenünk megvan, ami a mai naphoz kell. Még ha meg is oldjuk az összes problémánkat ma, holnap megint újabakkal kell szembenéznünk, és holnapután még többel.

Miért vesztegetnénk az időnket aggódásra, mikor az nem fog megoldani semmit? Miért aggódunk a tegnap miatt, ami elmúlt, vagy a jövő miatt, ami még nem érkezett meg? Élj hitben most! Ne félj, és ne aggódj!

## 4.

# ISTEN GONDOLATAI MAGASABBAK A MI GONDOLATAINKNÁL

Te is mindig, mindenben agyalsz? Sokan beleesünk ebbe a verembe: ahelyett, hogy gondjainkat az Úrra vetnénk, minden kis nyugót magunkkal cipelünk.

Mikor mindent mi akarunk megoldani, a saját okoskodásunkat Isten életünkre vonatkozó gondolatai és tervei fölé helyezzük. Magasabbra tesszük a mi útjainkat az Ő útjainál.

A korintusiakhoz írt második levél 10:5 elmondja nekünk, mit kell tennünk: „foglyul ejtünk minden gondolatot a Krisztus iránti engedelmességre”. A harmadik útjelző tábla ez: „Vesd az Úrra minden gondodat és kerüld az okoskodást.” Mikor ezt tesszük, abba hagyjuk a folyamatos agyalást, megtanuljuk az Úrra vetni terheinket és bemelegyünk az Ő nyugalomába.

*Lépj be Isten nyugalomába!*

*„Mert mi, akik hiszünk, [akik ragaszkodnak Istenhez, bíznak benne és Rá támaszkodnak] bemelegyünk abba a nyugalomba...”*

Zsid 4:3

Ez az igeszakasz Kánaán földjére utal, ahová Izrael gyermekeinek be kellett volna mennie a pusztában való vándorlás helyett. A saját életünkre is vonatkoztathatjuk: ha nem vagyunk nyugalomban, akkor igazából nem hiszünk és nem bízunk, mert a hit és a bizalom gyümölcse a nyugalom.

Néha kísértésem van arra, hogy minden részletét kitaláljam annak, hogy mi történik, illetve miért történik. Tudom azonban, hogy amikor ezt teszem, igazából nem bízom Istenben.

A Példabeszédek 3:5 azt mondja nekünk: „Bízzál az Úrban teljes szívből, és ne a magad eszére támaszkodj!” Más szóval így figyelmeztet minket: „Bízz Istenben és ne próbálj mindent kitalálni az alapján, amit láatsz.”, és nem: „Bízz Istenben, miközben próbálsz mindent magad kitalálni!”

Rájöttem, hogy régebben a szám azt mondta, hogy én bízom Istenben, közben pedig az elmém mindent maga próbált kiokoskodni. A Példabeszédek 3:5 azt kéri tőlünk, hogy bízunk az Úrban teljes szívünkéből és teljes elménkből!

Ez azt jelenti, hogy fel kell hagynunk a túlzott okoskodással.

## *Az Igazsággal ellentétes okoskodás*

*Legyetek az igének cselekvői [engedelmeskedjete az üzenetnek], ne csupán hallgatói, hogy be ne csapjátok magatokat [megtévesztve magatokat az okoskodással, amely ellentétes az Igazsággal].*

Jak 1:22

Mikor Isten megmutatta nekem, hogy fel kell hagynom a túlzott okoskodással, igazi kihívás elé állított, hiszen az okoskodás rabja voltam. Nem bírtam megállni, hogy ne én találjak ki mindent.

Például, Isten azt mondta néhány évvel ezelőtt nekünk, hogy tegyünk meg néhány dolgot a szolgálatunkban, és halvány fogalmam sem volt, hogyan lehet ezeket kivitelezni. Az egyik ilyen dolog az volt, hogy napi szinten jelenjünk meg a televízióban. Természetesen ez ötszörösére növelte a szolgálattal járó munka mennyiségét és anyagi felelősségét. Több alkalmazottra és helyre volt szükség.

Isten azonban nem arra hívott el, hogy kitaláljam, pontosan hogyan fogok mindent megcsinálni, amit kért tőlem. Arra hívott el, hogy Őt keressem, ne a választ a problémáimra, aztán engedelmesen tegyem meg, amit mond nekem.

Nem tudtam, hogyan szerzünk pénzt azokra a dolgokra, amiket az Úr mondott nekünk, honnan lesz helyünk, vagy embereink. Azonban elég tapasztalatom volt már Istennel ahhoz, hogy tudjam, ha egyszerűen ott maradok az árnyékban, az Ő szárnya alatt, dicsőítem és imá-

dom Őt, vállalom a rám eső felelősséget, de a gondjaimat Rá vetem, akkor Ő mindenen keresztülvisz akaratának és tervének megfelelően.

A rám eső felelőség az, hogy megtegyem, bármit is mutat nekem. Isten annyit kér tőlem, hogy azt mondjam: „Lépéseket fogok tenni Uram, és hiszem, hogy te gondoskodni fogsz rólunk.” Biztosíthatlak róla, hogy Isten soha nem kért arra, hogy aggódjak vagy megpróbáljak rájönni, hogyan fog mindent véghezvinni, amit megmutatott.

Mikor aggódunk, elveszítjük a békességünket, s mikor megpróbálunk mindent kitalálni, összezavarodunk. Akkor maradunk békességben, ha a Mindenható árnyékában lakunk!

Egyszer megkérdeztem az Urat, „Miért vagyunk mindnyájan összezavarodva?” Így válaszolt: „Ha abbahagyjátok, hogy mindenre ti akartok rájönni, akkor nem lesztek összezavarodva.”

A zavarodottság megjelenése egy figyelmeztető jelzés, hogy rossz irányba tartunk és bajba kerülünk.

A zavarodottság annak az eredménye, hogy a saját megértésünkkel okoskodunk, pedig bízunk kellene az Úrban teljes szívünkben, hogy mindennek megtalálja a módját az Ő terve szerint. Mikor bízunk benne, hogy az Ő gondolatai magasabbak a mi gondolatainknál, azzal gátat szabunk a zűrzavarnak, még mielőtt elkezdődne.

## *Végtelen párbeszéd*

*... ne aggódjatok [előre] amiatt: hogyan, vagy mivel védekezzetek, vagy mit mondjatok, mert a Szentlélek abban az órában megtanít majd titeket arra, amit mondanotok kell.*

Luk 12:11,12

Néha nemcsak azt próbáljuk előre kitalálni, mit kellene tennünk, hanem azt is, mit kellene mondanunk.

Otthon konfrontálódnod kellene a házastársaddal néhány közös ügyetek miatt. A munkahelyen fizetésemelést kellene kérned a főnöktől, vagy meg kellene intened egy alkalmazottat helytelen viselkedéséért. Bármilyen szituációval nézel szembe most, tele lehetsz szorongással.

Miért nem döntöd el, hogy bízol Istenben, ahelyett, hogy tervezgatsz, és újra meg újra elpróbálsz a párbeszédet a fejedben? Miért nem hiszed el egyszerűen azt, hogy Ő azt akarja, hogy azzal birkózz meg, amit éppen eléd helyeztél, anélkül, hogy idő előtt kitalálnád a mondanivalódat?

Talán azt akarod, hogy legyen egy általános elképzelésed arról, mit akarsz mondani, de egyensúlyban kell maradnod. Ha megszállottá válsz és újra meg újra lejátszod a helyzetet a fejedben, az azt jelzi, hogy nem bízol rá magad az Úr kenetére. Magadra támaszkodsz, és el fogsz bukni.

Tudod, mondhatunk néhány szót Isten kenetével, és ezzel békét és harmóniát teremthetünk, vagy mondhatunk kétszáz szót, emberileg totális káoszt és zavart okozva!

Néha erőltetjük az agyunkat, hogy valami tervvel álljunk elő, amivel kezelhetnénk egy nehéz helyzetet. Gondolkodunk, majd végül eldöntjük mit fogunk csinálni, és ekkor aggasztó gondolatok bukkannak fel: „Igen, de mi van ha...?” És még zavarodottabbak leszünk, mint előtte.

Emlékszem, egy éjszaka feküdtem az ágyamban, és egy helyzeten gondolkodtam, ami nem hagyott nyugodni. Végül már végeláthatatlan párbeszédet folytattam a képzeletemben: „Ha ezt mondom, ők azt mondják majd. Ha ez történik, nagyon dühös leszek! Akkor mit fogok tenni?”

Tudtam, hogy meg kell beszélnem néhány kellemetlen dolgot pár emberrel, akiket nem akartam megbántani, tudtam, hogy nem lesz könnyű. Bár nem akartam, hogy megharagudjanak rám, a felelősséget sem akartam lerázni magamról azáltal, hogy „embereknek akarok tetszeni”. (Ef 6:6, Kol 3:22) Szükségem volt egyfajta békességre és magabiztosságra ezzel kapcsolatban.

Isten békéje mindig elérhető – de nekünk kell mellette döntenünk. Választanunk kell, hogy kiállunk az aggodás forró napja alá – és izzadtak, elcsigázottak, szomjasak és tikkadtak leszünk – vagy maradunk Isten békéjének hűs, kellemes árnyékában.

## *Istennek jó tervei vannak számunkra!*

*Mert csak én tudom, mi a tervem veletek – így szól az Úr –: békességet és nem romlást tervezek, és reményteljes jövőt adok nektek.*

Jeremiás 29:11

A bántalmazó otthoni környezet miatt gyermekként megtanultam, hogy biztosnak kell lennem abban, hogy mindig a megfelelő dolgokat mondom, mielőtt kinyitom a számat. Félttem, hogy ha rosszat mondok, szenvedni fogok miatta.

Életem során sok évet töltöttem azzal, hogy párbeszédet folytattam a fejemben, tudnom kellett, hogy jól hangzik-e minden, amit, amit mondani fogok. Végül, persze, az elmém kialakította a negatív és védekező gondolkodás szokását.

A bizonytalanságaim és az elutasítástól való félelmem miatt napokat töltöttem azzal, hogy rájőjjek valamilyen hétköznapi megjegyzés értelmére, amit valaki teljesen ártatlanul mondott nekem.

Isten nem akarja, hogy erre használjuk az elménket. Ez haszontalan időpazarlás. Mennyei Atyánknak van egy terve az életünkre. Az Ő gondolatai magasabbak a mi gondolatainknál és az Ő útjai a mi útjainknál. (Ézs 55:8-9) Te sem és én sem fogjuk kifürkészni Őt soha.

Miután évekig szenvedtem, végül azt mondtam az Úrnak, „Mi a problémám?” Az Úr olyasmit mondott



nekem, ami megváltoztatta az életemet. Azt mondta: „Joyce, a gyermekkorodban átélt sok rossz dolog miatt a félelem beágyazódott a gondolkodásmódodba.”

Természetesen, mióta betöltött a Szent Szellem, az Úr azon dolgozik, hogy gyökerestül kivegye ezt a félelmet belőlem. Bár már nagy utat tettem meg, tudom, hogy még sok van előttem.

Mindezek ellenére, Isten így szólt hozzám: „Joyce, minden rendben lesz!” Mikor ezt mondta, az olyan volt, mint egy áttörés. Emlékeztetett arra, mit mondtam a gyerekeimnek, mikor zaklatottan és sírva jöttek hozzám: „Minden oké! Anyu megoldja. Minden rendben lesz.” Bár az üzenet egyszerű, számtalan alkalommal emlékeztetnem kellett rá magam.

Egy esetre különösen emlékszem, amikor a szolgálócsapatom és én elterveztük, hogy tartunk egy szemináriumot. Bár a hanganyaghoz szükséges címkéket előre megrendeltük, így is rengeteg munkánk volt. Mikor felhívtuk a céget, úgy tűnt, nincs nyoma a rendelésünknek. Bár jóval előre elküldtük a megbízást, most mégis úgy tűnt, kifutunk az időből, és így expressz rendelést kellett leadnunk.

Egy nappal az új szállítási határidő után a címkék még mindig nem érkeztek meg! Ahelyett, hogy engedtem volna, hogy a helyzet maga alá temessen, egyszerűen azt mondtam, „Minden rendben lesz.” Elég annyi, hogy mire hazamentem, felhívtak az irodából, hogy a címkék megérkeztek, pont azután, hogy eljöttem.

## *Fejleszd a hited!*

*De nem csak ezzel dicsekszünk, hanem a megpróbáltatásokkal is, mivel tudjuk, hogy a megpróbáltatás munkálja ki az állhatatosságot, az állhatatosság a kipróbáltságot, a kipróbáltság a reménységet;*

Róm 5:3-4

Hányszor voltál már frusztrált, és zaklatott az ehhez hasonló helyzetekben? Hány évet töltöttél azzal, hogy azt mondogatod, „Ó, én hiszek Istenben. Bízom Benne.”, mikor a valóságban, csak aggódtál, negatívan beszéltél, és mindent saját erődből akartál megoldani? Talán azt gondoltad, hogy bízol Istenben, mert azt mondogattad: „Bízom Istenben”, de belül szorongtál és pánikoltál. Próbáltad megtanulni az Istenbe vetett bizalmat, de még nem sikerült.

Úgy értem, hogy a hit és a bizalom kifejleszhető azáltal, hogy azt mondjuk, „Ne aggódj, minden rendben lesz”? Nem. A hit és bizalom felépüléséhez idő kell. Általában szükség van némi időre, hogy legyőzzük az aggódás, a szorongás és a félelem berögzült szokását.

Ezért annyira fontos, hogy „kitartsunk” Istennel. Ne szállj ki, ne add fel, mert tapasztalathoz és szellemi erőhöz jutsz minden győztes meccsel. Minden alkalommal egy kicsit erősebb leszel, mint az előző hasonló helyzetben. Előbb vagy utóbb, ha nem adod fel, több leszel annál, mint amit a gonosz kezelni képes.

## *Csak Isten tud igazán segíteni*

*Te hoztál ki engem anyám méhéből, biztonságba helyeztél anyám emlőin. Már anyám ölében is rád voltam utalva, anyám méhében is te voltál Istenem. Ne légy tőlem távol, mert közel van a baj, és nincs, aki segítsen!*

22.zsoltár 10-12

Már hosszú ideje Istennel járok, így van néhány tapasztalatom, és átmentem néhány nehéz időszakon. Soha nem felejtettem el azonban azt a sok évet, amikor a gonosz irányított és manipulált engem. Emlékszem az olyan éjszakákra, amikor sírva járkáltam fel-alá a nappaliban, és azt éreztem, hogy "nem bírom tovább".

Emlékszem, a barátaimhoz és másokhoz futkostam, hátha tudnak segíteni nekem. Végül volt annyi eszem, hogy abbahagyjam az emberekhez való szaladgálást – nem azért, mintha nem szerettem volna őket vagy nem bíztam volna meg bennük, hanem mert tudtam, igazából ők nem tudnak segíteni, csak Isten.

Hallottam egy előadótól, „ha emberek tudnak neked segíteni, akkor igazából nincs is problémád.”

Régen nagyon bosszantott a férjem, mert mikor problémái voltak vagy nehéz időközön ment keresztül, nem mondta el nekem. Aztán két vagy három héttel később, mikor már legyőzte őket, elmondta: „Igazán nehéz időket éltem meg néhány héttel ezelőtt.”

Mielőtt még befejezte volna, azt kérdeztem, „Miért nem beszéltél erről nekem?”

Tudod, mit mondott?

„Tudtam, hogy úgysem tudsz segíteni, ezért eleve nem is kérdeztelek!”

Nem azt mondom, hogy rossz, ha megosztod, mi történik az életedben egy olyan személlyel, akit szeretsz, és akiben bízol, Dave azonban megértett egy igazságot, amit nekem is a gyakorlatba kellett átültetnem a saját életemben. Vannak idők, amikor csak Isten tud segíteni. Bár szerettem volna segíteni a férjemnek, de valóban nem tudtam volna. Csak Isten volt képes rá, és Dave-nek Hozzá kellett mennie.

Az Úr egyszer azt mondta nekem, hogy meg kell tanulnunk titokban szenvedni. Az egyik ige, amit ehhez kapcsolódóan mondott, az Ézsaiás 53:7: „Amikor kínozták, alázatos maradt, száját sem nyitotta ki...” Egyszer eléred az Úrral való kapcsolatodban azt a pontot, ahol ez az arany-szabály még több erőhöz juttat majd Benne.

## *Vesd az Úrra minden gondodat!*

*Minden gondotokat őreá vessétek, mert neki gondja van rátok.*

1 Péter 5:7

Az Úrral való kapcsolatomban el akartam jutni arra a pontra, ahol szilárdan állok, nem aggódom, nem vagyok tele felesleges okoskodásokkal, és képes vagyok minden gondomat Őrá vetni.

A férjemnek különleges ajándéka van ezen a területen. Sok mindenén átment Istennel, és az évek során az Úr egyfajta békességet és biztonságot adott neki. (Ez egy jó dolog, mert én nagyon aggódó voltam, és ha mindketten ilyenek lettünk volna, sehová sem jutunk el.)

Én vezettem a háztartás kiadásait, és ügyeltem rá, hogy befizessük a számlákat. Minden hónapban elővettem a számlógépet, és elkezdtem összeadni a számlákat, teljes két-ségbeesésbe hajszolva magamat, hogy mégis hogyan fogjuk ezeket mind befizetni.

Dave közben a nappaliban volt a gyerekekkel. Hajcsavarókat tettek a hajába, kúsztak-másztak a hátán, miközben tévéztek. Hallottam, ahogy kuncognak és nevetnek, nagyszerűen érezték magukat.

Elég hamar berágtam Dave-re, mert ő itt élvezzi az életet, miközben én annyira szerencsétlen vagyok.

De hát így megy ez. Mikor nyomorultul érezzük magunkat, haragszunk arra, aki nem vesz részt ebben velünk.

Kint ültem a konyhában, kezeimet morzsolva ezt mondogattam: „Ó, drága Istenem, bízom Benned. Hiszek. Újra át fogsz segíteni minket ezen a hónapon is.” A megfelelő szavakat mondtam, de közben aggódtam, és szerencsétlennek éreztem magam.

Eljött a hónap vége, és elég annyi, hogy Isten csodát tett a pénzügyeinkben. Aztán, persze jött a következő hónap, ami miatt aggódhattam. Bár tudtam, hogy Isten akaratában vagyunk, mégis aggódtam.

Az Istenbe vetett bizalom egyike azoknak a területeknek, amit magunknak kell megtapasztalnunk. Nem jön imalánc vagy kézrátétel útján. Ez nem olyasmi, amit más nekünk adhat. Idővel magunknak kell jártasságot szereznünk benne.

### *Kiálts Istenhez!*

*Légy kegyelmes, Uram, mert hozzád kiáltok minden nap.*

86. zsoltár:3

Nemcsak a pénzügyek területén kellett megtanulnom, hogy bízzak Istenben. Voltak olyan idők az életemben, mikor annyira megbántottak, hogy feküdtem a dolgozószobám padlóján, és egy bútor lábát markoltam, hogy ne fussak el Istentől. Arcra borultam és kiáltottam Hozzá, „Uram, segítened kell! Ha nem teszel valamit, én nem bírom tovább!”

Az ilyen reménytelen időkben igazán jól megismerhetjük Istent. Őszintén az Úrhoz kiáltani, mint egy kisgyermek, és teljesen Tőle függni, az egészséges. Mikor kiáltunk, nem kell azon aggódnunk, hogyan hangzik mindez, vagy éppen hogy nézünk ki.

Biztos vagyok benne, hogy volt, amikor abszolút idiótán néztem ki, mikor az Úrhoz kiáltottam, de akkor is megtettem.

### *Milyen irányba tartasz?*

*Nem a nélkülözés mondatja ezt velem, mert én megtanultam, hogy körülményeim között elégedett legyek [elégedett annyira, hogy ne legyek zavart vagy nyughatatlan].*

Fil 4:11

Ne bátortalanodj el, ha még nem vagy ott, ahol lenni szeretnél. Időt és tapasztalatot igényel, hogy megtanuld, hogyan vesd rá az Úrra minden gondodat, és hogyan maradj az Ő árnyékának rejtekében.

A kérdés nem az, „Hol vagy most?” . Sokkal inkább: „Milyen irányba tartasz?”

Tanulsz? Akarsz változni? Nyitott vagy a növekedésre? Már az a tény, hogy éppen ezt a könyvet olvasod, mutatja, hogy komolyan le akarod győzni a félelmet, a

szorongást és a bizonytalanságot. Most nincs más dolgod, mint némi tapasztalatot szerezni abban, hogyan vedd az Úrra minden gondodat, hogy így elkerüld a hiábavaló okoskodást.

*Legyél felelősségteljes, de a gondjaidat vedd az Úrra!*

*Bízd az Úrra dolgaidat [bízd Rá őket teljesen, Ő összhangba fogja hozni a gondolataidat az akaratával, és] akkor teljesülnek szándékaid.*

Példabeszédek 16:3

Azt hiszem, azért próbáltam mindent magam kigondolni, mert egész életemben féltém a kudarctól. Mindig felelősségteljes ember voltam, és azt akartam, hogy jól menjenek a dolgok. De a felelősséggel együtt a gondot is a nyakamba vettem.

Isten azt akarja, hogy *legyünk felelősségteljesek, de vessük rá a gondjainkat*. Miért akarja, hogy vessük Rá a gondjainkat? Mert Ő *gondot visel* ránk.

Nem tudom, te hogy vagy vele, de én túl sok évet töltöttem azzal, hogy aggódással és szorongással kínoztam magam, olyan dolgokat próbáltam kezelni, amiket nem tudtam, illetve amiket nem is nekem kellett volna. Ezzel éveket elpazaroltam az életemből.



Ha igazán frusztrált akarsz lenni, akkor próbáld meg folyamatosan olyan dolgokat csinálni, melyekkel kapcsolatban amúgy semmit sem tehetsz. Ha ezt teszed, elviselhetetlen frusztrációban leszel részesed.

## „Hát, jó”

*Tégy le a haragról, hagyd a heveskedést, ne légy indulatos, mert az csak rosszra visz!*

37. zsoltár:8

Valahányszor olyan helyzetben találom magam, amivel kapcsolatban nem tehetek semmit, azt a jó módszert alkalmazom, hogy gondjaimat az Úrra vessem, egyszerűen azt mondom: „Hát, jó.”

Vegyük, mondjuk azt a reggelt, amikor Dave kiöntötte a narancslevet az autóban, és még a pulóveremre is jutott belőle egy kicsi. Rögtön azt mondta, „Gonosz, nem vagyok lenyűgözve.” Én pedig: „Hát, jó.” A probléma ezzel megoldódott, és ment tovább a napunk.

Vannak dolgok, melyek miatt nem érdemes felhúzni magunkat, különösen, ha emberekről van szó. Sajnos a keresztények nagy többsége az idő nagy részében zaklatott, bosszús és tele van szorongással. Nem a nagy dolgok okozzák ezt náluk, hanem azok a kis dolgok, melyek nem illelnek a terveikbe. Ahelyett, hogy az Úrra vetnék terheiket, és csak annyit mondanának, „Hát, jó,” olyan dolgokon rugóznak, melyekkel kapcsolatban semmit sem tudnak tenni.

Ez az egyszerű két szó már tényleg többször átsegített engem a nehézségeken.

Egyszer Danny fiunk hibát ejtett a papír legalján, mikor a házifeladatát írta. Összegyűrtte és újrakezdte az egészet. Végül dühös és zaklatott lett, hogy ő hagyja a csudába az egészet.

Az apja és én elkezdtünk foglalkozni vele úgy, hogy csak ennyit mondtunk: „Hát, jó.” Működött. Ezek után valahányszor fel akart adni valamit, azt mondtuk: „Danny”, és ő már mondta is: „Hát, jó.” Aztán visszatért ahhoz, amit éppen csinált, és befejezte azt.

## *Légy józan!*

*Legyetek józanok...*

1 Péter 5:8

Néha embert próbáló helyzetekben a szorongás akadályoz meg abban, hogy megtegyük, amit kell. Tegyük meg minden tőlünk telhetőt, s bízzuk az Úrra a többit!

Akkor működünk a legjobban, ha nyugodt és józan az elménk. Mikor az elménk nyugodt, akkor nincs benne félelem, aggodás vagy gyötrődés. Ha a gondolkodásunk józan, képesek vagyunk felülről nézni a helyzetet, és el tudjuk dönteni, mit tegyünk, vagy mit ne tegyünk.

Mikor bajba kerülünk, a legtöbben elveszítjük a józanágunkat. Vagy úgy, hogy a teljes passzivitás állapotába kerülünk, ahol nem teszünk semmit, és mindent Istentől várunk, vagy hiperaktívak leszünk, s az idő nagy részében a test cselekedeteit követjük. Isten azt akarja, hogy józanok legyünk, és így képesek legyünk szembenézni bármilyen élethelyzettel, és azt tudjuk mondani, „Nos, hiszem, hogy meg tudok tenni bizonyos dolgokat ezzel a helyzettel kapcsolatban, de nem többet.”

Ez sokunkkal megtörténik az adóbevallás idején. Azt gondoljuk, eleget fizettünk az év során, hogy fedezze adókötelezettségünket. Aztán rájövünk, hogy még van hátralékunk. Az idő általában kevés, és nem tudjuk, honnan lesz meg a pénz, amit az állam követel.

Ahelyett, hogy kétségbeesnénk, és megtelnénk félelemmel és aggodással, Isten elé kell mennünk, és mondanunk kell: „Hát, Uram, hiszem, hogy segíteni fogsz nekem ebben a helyzetben, de van valami, amit akarsz, hogy megtegyek?”

Isten talán megmutatja, hogy vállaljunk részmunkaidős állást egy ideig, hogy megkeressük a pénzt, amire szükségünk van az adó befizetéséhez. Talán megmutatja, hogyan tudnánk kölcsönhöz jutni, egy olyan tervvel, amivel gyorsan vissza is tudjuk fizetni. Bármilyen tennivalót is mutat nekünk a problémánkkal kapcsolatban, készségesen meg kell tennünk azt. Akkor aztán bízhatunk Benne a végeredménnyel kapcsolatban.

Néha azt gondoljuk, hogy erőnkön felül kell tennünk azért, hogy megoldjuk a problémáinkat, vagy betöltsük szükségünket. Azonban, ha Isten iránymutatása nélkül előrerohanunk, testben fogunk cselekedni, és minden erőfeszítésünk hiábavaló lesz. Van, hogy el kell határoznunk, nyugton maradunk, annak ellenére, hogy az elménk azt ordítja: „Mit fogunk most csinálni?”

Biztosnak kell lennünk abban, hogy az az Isten, akit szolgálunk, nem kíván tőlünk többet annál, mint amit meg tudunk oldani. Ha megteszünk mindent, amit tudunk, Istenre bízhatjuk a többit. Ezt hívom én hitnek és józanságnak.

### *A hit és józanság embere*

*Hit által engedelmeskedett Ábrahám, amikor elhívott, hogy induljon el arra a helyre, amelyet örökségül fog kapni. És elindult, nem tudva, hova megy.*

Zsid 11:8

Ábrahám a hit és józanság embere volt. Gondoljunk bele a helyzetébe egy pillanatra!

Az Úrnak engedelmeskedve Ábrahám hátrahagyta a családját, a barátait és az otthonát, hogy útnak induljon egy ismeretlen helyre.

Biztos vagyok benne, hogy minden lépésnél ott ordított a gonosz a fülébe: „Te bolond! Mit gondolsz, hová mész? Mit fogsz csinálni, ha leszáll az éjszaka? Hol fogsz aludni?”

Mit fogsz enni? Gyerünk Ábrahám, mit fogsz odakint csinálni? Mégis miből gondoltad, hogy ez Isten ötlete volt? Ismersz valaki mást, akinek Isten mondta volna, hogy ezt tegye?”

## *Ne bizonytalanítsd el magad!*

*Ő azonban így szólt hozzájuk: „Miért rémültetek meg, és miért támad kétség a szívetekben?”*

Luk 24:38

A gonosz ordibálása ellenére Ábrahám továbbment. A Biblia azt mondja, hogy bár nem tudta, hová megy, *„elméjében nem kételkedett”* (Zsid 11:8, az angol fordítás szerint)

Néha saját magunkat bizonytalanítjuk el! Néhányan annyira szeretünk aggódni, hogy ha a gonosz nem ad valami aggódnivalót, találunk mi magunknak!

Gondoljunk egy pillanatra a saját elménkre! Mivel kellene megtöltenünk? Dicsőítéssel, Isten igéjével, buzdítással és építő szavakkal, reménnyel és hittel.

Most készítsünk egy gyors leltárt, miket gondolunk egész nap! Szomorú, de be kellene vallanunk, hogy többségünk elméje tele van aggódással, bosszúsággal, félelemmel, agyalással, mesterkedéssel, tervezéssel, elméletek gyártásával, kétséggel, szorongással és nyugtalansággal.

Ennek eredményeképp ezek a gondolatok pókhálóként szővik be a hit fogaskerekeit. Le kell fűjnünk ezeket a pókhálókat, és meg kell olajoznunk a fogaskerekeket a Szent Szellem olajával – bár lehet, hogy nehezen fognak beindulni, hiszen annyi évig nem használtuk őket!

Mint Ábrahámnak, nekünk is ki kell lépnünk hitben, és meg kell tennünk, amit tudunk, Istenre bízva a többit, és nem szabad elbizonytalanítanunk az elménket. Sebeségbe kell tennünk a hitünket, az elménket azonban nyugalomban kell hagynunk.

Ne pazarold el az életed! Határozd meg, mi a te felelősséged és mi nem az. Ne próbáld magadra venni Isten felelősségét! Tedd, amit meg tudsz tenni, amit az Úr elvár tőled, aztán hagyd a többit Rá! Légy felelősségteljes, de vedd a gondjaidat Őreá!

## BEFEJEZÉS

A 91. zsoltár 2. verse hasonló üzenetet hordoz, mint az 1. vers, amit korábban megvizsgáltunk.

*Aki a Felséges rejtekében lakik, a Mindenható  
[Akinek az erejével szemben egyetlen ellenség sem  
tud megállni] árnyékában pihen, az ezt mond-  
hatja az Úrnak: Oltalmam és váram, Istenem,  
akiben [magabiztosan] bízom!*

91. zsoltár:1-2

### *Oltalmunk és várunk*

Ezek az igék megmutatják számunkra, hogy nem kell aggódnunk, szoronganunk vagy bosszankodnunk, mert lehetünk Istenben, és Belé vethetjük a bizalmunkat.

A második igevers azonban nemcsak azt mondja, hogy Isten a mi oltalmunk (menedékünk), hanem azt is, hogy a várunk.

A menedék különbözik a vártól. A menedék titkos rejtekhely, ahol az ellenség nem talál meg. Ha elrejtőzünk Istenben, a sátán nem tud felfedezni. Mi láthatjuk, mi történik, a gonosz azonban nem lát minket. Nem tudja, hol vagyunk, mert elrejtőztünk a szeme elől a Mindenható árnyékában.

Egy vár ezzel szemben a védelem látható helye. Az ellenség tudja, hogy ott vagyunk, de nem tud elkapni, mert hozzáférhetetlenek vagyunk számára – mint a régi western-filmekben, ahol a katonák erős, fa erődöt építettek, hogy védekezzenek ellenségeik ellen.

Lehetünk a rejtekhelyen, ahol mi látjuk az ellenséget, de ő nem lát minket, vagy lehetünk egy látható erődben, ahol az ellenség tisztán lát minket, de nem férhet hozzánk, mert Isten védelmében vagyunk.

A második vers legalább olyan fontos, mint az első, hiszen az ebben a zsoltárban található gazdag ígéretek feltételei ebben a két versben teljesülnek. „...Mert megparancsolja angyalainak, hogy vigyázzanak rád minden utadon [az engedelmesség és szolgálat útján].” (11.vers), az 1. és 2. vers feltételei teljesülnek – ha engedelmeskedünk ezeknek.

## *Támaszkodj Rá!*

*Mivel hallottunk a Krisztus Jézusba vetett hitetektől [teljes emberi személyiségetekkel rá támaszkodtok, az Ő erejébe, bölcsességébe és jóságába vetett abszolút bizalommal és magabiztossággal]...*

Kol 1:4

Mikor a zsoltáros azt mondja a 91. zsoltár 2. versében, „Azt mondom az Úrnak”, azzal Ő nem holmi képmutatásra utal. Nem azt jelenti, hogy ígéket memorizálunk és



hangosan ismételtjük őket. Azt igényli részünkről, hogy igazán megbízzunk Benne, hogy a magabiztosságunk teljesen Belőle fakadjon, hogy teljesen Rá támaszkodjunk.

A Kol 1:4 szerint igazából ez a hit – teljes emberi személyiségünkkel Istenre támaszkodni, az Ő erejébe, bölcsességébe és jóságába vetett abszolút bizalommal és magabiztossággal.

Nemrég az Úr megmutatta nekem, néha hogyan támaszkodunk Rá. A félelmeink miatt valamennyire ráhagyatkozunk. De közben magunkra is támaszkodunk, ha Isten arrébb mozdulna, azért meg tudjunk állni a saját lábunkon is.

Meg tudjuk mondani, mikor nem támaszkodunk igazándiból Istenre, mert olyankor a gondolataink ilyenek lesznek: „Igen Uram, bízom Benned, de ha véletlenül mégsem segítenél, van egy másik tervem, amire támaszkodhatok.”

Ez nem az Istenbe vetett teljes és tökéletes bizalom! Isten azt akarja, hogy fenntartás nélkül bízzunk benne, úgy, hogy a kudarc nem szerepel a gondolatainkban és terveinkben.

Tényleg az Úr a te menedéked? Tényleg Ő a te várad? Igazán Rá támaszkodsz, és bízol Benne? Vagy csak mondod?

Ha bizonyítottnak látod magadra nézve az 1. és 2. verset, akkor a 91. zsoltár többi része tele van neked szóló csodálatos, bámulatos ígéretekkel.

## *Ő megment és betakar téged*

*Mert [akkor] ő ment meg téged a madarász csapdájától, a pusztító dögvészétől. [Akkor] Tollaival betakar téged, szárnyai alatt oltalmat találsz, pajzs és páncél a hűsége.*

91. zsoltár: 3

Az első ezek közül a csodálatos, bámulatos ígéretek közül a 3. és 4. versben található, ami az Úr szabadításáról és védelméről szól.

A pajzs és a páncél is védekezésre szolgál harc közben. Gyakran a páncél elég nagy volt ahhoz, hogy betakarja az ember egész testét, megvédve őt az ellenség nyilaitól. Néhány páncél inkább domború volt, mint lapos és nagyobb védelmet nyújtott a jobbról vagy balról érkező nyilak ellen.

Ellenben a pajzs kis, kerek eszköz volt, amit a karon viseltek vagy kézben tartottak. Inkább közelharcban használták és körkörös védelmet nyújtott, mikor a harcos harcba bocsátkozott az ellenséggel. Hasonló kép található a 125. zsoltár 2. versében: „Ahogy Jeruzsálemet hegyek veszik körül, védő karjával az Örökkévaló úgy veszi népét körül...”

Mindegy, milyen helyzetben találjuk magunkat, Isten velünk van. Számunkra talán reménytelennek tűnik, de ha az Úr velünk, kicsoda ellenünk? (Róm 8:31)

Az Úr velünk van, mert megígérte, „Nem maradok el tőled, sem el nem hagylak téged.” (Zsid 13:5). Ő megtart minket, mert a Biblia azt mondja, hogy támogat minket ígéretei szerint. (119.zsoltár:116). Befedez minket, ahogy a 91. zsoltár 4. verse mondja: „Tollaival betakar téged, szárnyai alatt oltalmat találsz...”

Engedd, hogy ez a kép szilárdan beágyazódjon az elmédbe! Isten körülvesz. Érted van. Veled van. Megtart, és betakar. Egyedüli ellenséged a gonosz, és addig, amíg a Felséges rejtekében laksz, stabilan és szilárdan a Mindenható árnyékában, az ellenség nem tud megtalálni, képtelen hozzád férni!

Ha mindez igaz, mitől kellene félned?

## *Ne félj!*

*Nem kell félned a rémségektől éjjel, sem a subanó nyíltól [a gonoszok aljas cselszövéseitől és rágal-mazásaitól] nappal, sem a homályban lopódzó dögvésztől, sem a délben pusztító ragálytól. Ha ezren esnek is el melletted, és tízezren jobbod felől, téged akkor sem ér el. A te szemed csak nézi [te magad elérhetetlen vagy a Felséges rejtekében], és meglátja a bűnösök bűnhődését. Ha az Urat tartod oltalmadnak, a Felségest hajlékodnak*

91. zsoltár: 5-9

Neked és nekem meg kell tanulnunk, hogyan rejtjük el magunkat Istenben. Ha megtanuljuk, hogyan lakjunk a rejtkehelyen, akkor a gonosz idegösszeomlást fog kapni miattunk. Képesek leszünk nyugodtan ülni, és nézni, ahogy megpróbál elkapni, de nem lesz képes rá, mert elérhetetlenek leszünk a számára.

Néhány évvel ezelőtt Isten nagyban megváltoztatta az életem. Akkor már megtértem és betöltött a Szent Szellem, de még mindig szenvedtem, és sok problémám volt. Aztán az Úr elkezdte megtanítani nekem, hogy az Ő jelenlétében van az öröm teljessége, és csak úgy lehet stabil az életem, ha az Ő jelenlétében lakom.

Életemnek azon a pontján annyira lefárasztott a sok fent és lent, hogy epekedtem a stabilitás után. Nem akartam érzelmi zűrzavarban élni. Nem akartam, hogy a körülményeim irányítsanak. Nem akartam azzal tölteni hátralévő napjaimat, hogy az ördöggel ordibálok. Kézbe akartam venni az életemet, és el akartam fogadni és élvezni az összes áldást, ami – Isten gyermekeként – a Biblia szerint az enyém.

Mikor eljutottam idáig, az Úr elkezdett tanítani arról, hogyan lakjak az Ő jelenlétében. Évekig tanulmányoztam ezt a témát, és egyre inkább alkalmaztam az életemben.

Most, évekkel később, nehéz szavakkal kifejeznem, mekkora változás történt az életemben. Boldog és stabil lettem. Ez nem azt jelenti, hogy soha nincsenek problémáim. Hogy soha nem küszködök. Azt azonban igen, hogy

a problémáim és küzdelmeim közepette is képes vagyok Isten jelenlétében maradni mozdíthatatlanul.

A 91. zsoltár nem csak egy szép, inspiráló irodalmi mű. Igaz és valóságos, melyre az én saját életem a bizonyíték.

Ha megtanulod, hogyan lakj a rejtekhelyen, akkor a gonosz nem tudja majd rád tenni a kezét. Nem tud irányítani többé.

Mikor az Úr lesz a menedéked és a Felséges lakhelyed, képes leszel ülni és figyelni a gonoszok büntetését, téged azonban nem érhet baj.

### *Nem érhet téged baj*

*Nem érhet téged baj, sátradhoz közel sem férhet csapás. Mert megparancsolja angyalainak, hogy [különösen] vigyázzanak rád minden utadon [az engedelmesség és szolgálat útjain], kézen fogva vezetnek téged, hogy meg ne üsd lábadat a kőben.*

91. zsoltár:10-12

Az angol *Ampilified Bible* fordítás világossá teszi, hogy az angyali védelem akkor van jelen, ha engedelmségben és Isten szolgálatában járunk.

Az egyik munkatársnőm egyszer egy hajóban ült. Csak ült és megvallotta a 10. verset arról, hogy csapás nem közelíthet a sátrához, mert Isten angyalai védelmezik őt. Hir-

telen, jött egy hullám, ő elesett, és beverte a fejét a hajó oldalába.

Meghökken. Nem értette, hogy lehet, hogy ő igényelte és megvallotta a védelemről szóló igeverset, aztán mégis megsérült. Mikor megkérdezte erről az Urat, Ő azt mondta neki: „Nem haltál meg, ugye?” Habár ő nem gondolt így bele, Isten angyalai megvédték.

Szerinted már hányszor haltál volna meg, ha Isten angyalai nem védelmeztek volna? Valószínűleg többször, mint gondolnád!

Ne panaszkodjunk olyan dolgokról, melyekben nem látjuk, Isten mit csinál. Hálát kell adnunk neki, azért, amit tesz.

## *Eltaposod az ellenséget*

*Eltaposod az oroszlánt és a viperát, eltiprod az oroszlánkölyköt és a tengeri szörnyet.*

91. zsoltár:13

A Lukács 10:19 erre az igeversre utal, és további magyarázattal szolgál, mit jelenít meg az oroszlán, vipera, skorpió és a tengeri szörny (az angol fordításban – kígyó): „Íme, hatalmat adtam nektek, hogy kígyókon, skorpiókon tapodjatok, és az ellenség minden erején, és hogy *semmi* se ártasson nektek.”

Az oroszlán, vipera, kígyó és skorpió mind az ellenséget ábrázolják. Isten hatalmat adott nekünk arra, hogy eltapos-suk, vagy eltiporjuk őket. A hatalom, *exousia*, amit Isten ad nekünk, egy Jézusról „ránk ruházott hatalom”. Ha úgy dön-tünk, hogy használjuk, akkor eltaposhatjuk az ellenséget. Ez a helyünk Istenben, mikor elfoglaljuk jogos pozícióinkat.

### *Mert szeretjük Őt*

*Mivelhogy ragaszkodik hozzám, megszabadítom  
őt, felmagasztalom őt, mert ismeri az én nevemet  
[személyesen ismeri irgalmamat, szeretetemet,  
kedvességemet – bízik Bennem és rám támasz-  
kodik, tudván, hogy nem hagyom el, soha, sem-  
mikor]! Segítségül hív engem, ezért  
meghallgatom őt; vele vagyok háborúságában:  
megmentem és megdicsőítem őt.*

90. zsoltár: 14-15

Figyeld meg, ahhoz, hogy Isten áldásait és védelmét él-vezhessük, személyesen kell ismernünk a nevét. Nem le-hetünk kapcsolatban Istennel anyánkon, apánkon vagy egy barátunkon keresztül. Magunknak kell kapcsolatban len-nünk az Úrral. Oda kell mennünk a rejtekre, a titkos helyre, és ott időt kell töltenünk Vele.

Sokszor ebből az igéből csak arra tudunk gondolni, hogy „ments meg”, és azt mondogatjuk, „Ments meg, ments meg, ments meg.” De a megmentés egy folyamat.

Mikor bajban vagyunk, először is Isten ott lesz *velünk*. Meg fog erősíteni minket, és győztesen keresztül visz rajta. *Ezután* ment meg és dicsőít meg minket.

Sok évig Isten velem volt a próbákban és bajokban, amiken keresztülmentem, mialatt próbáltam felülemelkedni a múltamon. Mikor azonban Isten elkezdett *megmenteni* engem, ugyanakkor elkezdett *megdicsőíteni* is.

Mikor bajba kerülsz, a telefonhoz rohansz vagy a trónhoz? Elsőre talán nehéznek tűnik, hogy amikor baj van, vagy döntést kell hoznod, akkor Istenhez futsz és nem az emberekhez. Nincs értelme felhívni egy csomó embert, akik legtöbbször a saját életüket sem tudják menedzselni, azért, hogy megkérdezd, mit kellene tenned.

A többségünknek bőven elég a saját életét működtetni, anélkül, hogy megkísérelnének másoknak tanácsokat osztogatni.

Ehelyett tanulj meg Istenhez futni. Tanulj meg arra a titkos helyre futni, a lakóhelyre, a rejtkehelyre. Tanuld meg azt mondani, „Uram, senki sem segíthet rajtam, csak Te. Teljesen tőled függök.”

Sokszor Isten felken valakit, hogy segítsen nekünk, de ha először az embereket keressük, az bántja Őt. Meg kell tanulnunk először Istenhez menni és azt mondani: „Uram, ha valaki mást fogsz használni, hogy segíts nekem, akkor Neked kell kiválasztanod és felkenned azt az embert, mert én nem akarom, hogy csak úgy bárki megpróbálja meg-



mondani, mit tegyek. Akarom, hogy Te szólj hozzám, vagy nem akarok semmit.”

## *Hosszú élettel*

*Megelégítem hosszú élettel, gyönyörködhet szabadításomban.*

91. zsoltár:16

Néha könnyű belátni, hogy bizonyos testi bűnök, mint alkoholizmus, drogok és szexuális kicsapongás halálhoz vezethetnek. Azonban kevésbé fontosnak gondoljuk az olyan bűnöket, mint az aggodás, szorongás és okoskodás. Ésszerűsítjük őket, mondván, biztos, hogy ezek nem bűnök. Pedig azok. Ugyanúgy megviselik a testünket, és korai halálhoz vezetnek, szívroham, fekély vagy magas vérnyomás által.

Istennek azonban az a terve, hogy hosszú élettel elégítsen meg minket, és megtapasztaljuk ennek a zsoltárnak a csodálatos, bámulatos ígéreteit.

Ahogy haladsz az életed útján, legközelebb, ha támad a gonosz, ültess át gyakorlatba a 91. zsoltár első két versének utasításait – lakj a Felséges rejtekében, a Mindenható árnyékában, támaszkodj Rá, és legyen Ő az oltalmad és várad!

## *Kövess az útjelzőket!*

*De miután feltámadtam, elöttetek megyek...*

Márk 14:28

Tehát az út menti jelzőtáblák: (1) Bízz Istenben és ne aggódj, (2) Ne félj és ne szorongj, (3) Vesd az Úrra minden gondodat, és kerülj az okoskodást!

Azért, hogy ne térjünk el se jobbra, se balra, figyeljünk oda ezekre a jelzőtáblákra! Ha úgy találsz, hogy éppen sodródsz egyik vagy másik oldalra, korrigáld magad, ne hogy karambolozz, vagy az árokban landolj!

Keresztény utunkon legtöbbször az aggodás miatt sodródunk le az útról. A János 15:5-ben Jézus azt mondta, „... nélkülem [levágva a Velem való éltető egységről] semmit sem tudtok cselekedni.” Elmélkedj ezen a versen, és hagyd, hogy ez a szó, *semmi*, megragadjon. Az aggodás *semmit* sem változtat a helyzeteden. Ellenben a hitben való hozzáállás nem aggodik, bosszankodik vagy szorong a jövő miatt, mert a hit megérti, hogy bármerre is kell mennünk, Jézus már ott van.

Nem kell mindennek az okát tudnunk és értenünk az életünkben, bízz benne, hogy bármit is kell tudnod, azt az Úr felfedi majd előtted. Dönts úgy, hogy megelégszel azzal, hogy ismered Őt, Aki mindent tud, és mindent jól csinál!

2. RÉSZ  
VONATKOZÓ IGÉK

# IGEI SEGÍTSÉG AZ AGGÓDÁS LEGYŐZÉSÉHEZ

Olvasd el és valld meg a következő igéket! Segíteni fognak, hogy aggodás-mentes életet élhess.

*Aki aggódik szívében, az levertté lesz, a jó szó viszont felvidítja.*

Péld 12:25

*A csüggedő és lesújtott napjai gonoszak [szorongó gondolatok és balsejtelmek által], de a boldog szívűnek szüntelen ünnepe van [tekintet nélkül a körülményekre].*

Péld 15:15 (az angol fordítás szerint)

*Akinek szilárd a jelleme [hajlamában és karakterében], azt megőrzöd teljes békében, mert benned bízik.*

Ézs 26:3

*Ezért mondom nektek: ne aggódjatok életetekért, hogy mit egyetek, és mit igyatok, se testetekért, hogy mivel ruházkodjatok. Nem több-e az élet [minőségben] a tápláléknál, és a test [magasan felette áll és kiválóbb] a ruházatnál? Nézzétek*

*meg az égi madarakat: nem vetnek, nem is aratnak, csűrbe sem takarnak, és mennyei Atyátok eltartja őket. Nem vagytok-e ti sokkal értékesebbek náluk?*

Máté 6:25-26

*Ne aggódjatok tehát, és ne mondjátok: Mit együnk? - vagy: Mit igyunk? - vagy: Mit ölt-sünk magunkra?*

Máté 6:31

*Ne aggódjatok tehát a holnapért, mert a holnap majd aggódik magáért: elég minden napnak a maga baja.*

Máté 6:34

*...de e világ gondja, a gazdagság csábítása, vagy egyéb dolgok megkívánása megfojtja az ígét, úgyhogy ez sem hoz termést.*

Márk 4:19

*Békességet hagyok nektek: az én békességemet adom nektek; de nem úgy adom nektek, ahogyan a világ adja. Ne nyugtalanodjék a ti szívetek, ne is csüggedjen [ne engedjétek többé, hogy gondterheltek és nyugtalanok legyetek és ne engedjétek meg magatoknak, hogy féltősek, ijedtek, gyávák és nyugtalanok legyetek.]*

Ján 14:27

*Azt szeretném, hogy gond ne terheljen titeket...*

1 Kor 7:32

*Semmiért se aggódjatok, hanem imádságban és könyörgésben [határozott kérésekben] mindenkor hálaadással tárjátok fel kéréseiteket Isten előtt; és Isten békessége [legyen tiétek...az a békesség], mely minden értelmet meghalad, meg fogja őrizni szíveteket és gondolataitokat a Krisztus Jézusban.*

Fil 4:6-7

*Egyébként pedig, testvéreim, ami igaz, ami tisztességes, ami igazságos, ami tiszta, ami szeretetreméltó, ami jó hírű, ha valami nemes és dicséretes, azt vegyétek figyelembe [ezeken gondolkodjatok]!*

Fil 4:8

*Minden gondotokat [minden szorongásokat, minden aggódásokat, minden bajotokat egyszer és mindenkorra] öreá vessétek, mert neki gondja van rátok.*

1 Pét 5:7

## IMA AZ AGGÓDÁS LEGYŐZÉSÉHEZ

*Atyám, segíts, hogy ne aggódjak! Tudom, hogy aggodás nem használ nekem, sőt, ami azt illeti, csak ront a helyzeten. Segíts, hogy olyan jó dolgokon gondolkodjak, melyek a javamra válnak nekem is, és Királyságodnak is !*

*Uram, hálás vagyok azért, mert gondot viselsz rám. Jó terved van az életemre. Meg fogom tenni azokat a lépéseket, melyeket mutattál nekem, hogy betöltssem ezt a tervet. Bízom Benned és az Igédben. Minden gondomat Rád vetem, mert tudom, hogy neked gondod van rám.*

*Jézus nevében, ámen.*

## IMA AZ ÚRRAL VALÓ SZEMÉLYES KAPCSOLATHOZ

Isten szeret, és személyes kapcsolatra vágyik veled. Ha még nem fogadtad el Jézus Krisztust Megváltódként, ebben a pillanatban megteheted. Csak nyisd ki a szívedet és mondd el a következő imát...

*“Mennyei Atyám! Tudom, hogy vétkeztem ellened. Kérlek, bocsáss meg és moss tisztára. Ezennel fogadom, hogy bízni fogok Jézusban, a Te Fiadban. Hiszem, hogy Ő meghalt értem, és kereszthalálakor magára vette a bűneimet. Hiszem, hogy Ő feltámadt a halálból. Jézus kezébe adom az életemet. Köszönöm Atyám, a megváltás és az örök élet ajándékát. Kérlek, segíts, hogy érted éljek! Jézus nevében, Ámen.”*

Ha szívből elmondtad ezt az imát, Isten magához fogadott téged, tisztára mosott és megszabadított a szellemi halál rabságából. Tölts időt a Biblia olvasásával, tanulmányozd a következő Igeszakaszokat a Szentírásból és kérd Istent, hogy beszéljen hozzád, amint Vele jársz új életed útján.

János 3:16

1 Korintus 15:3-4

Efézus 1:4

Efézus 2:8-9

1 János 1:9

1 János 4:14-15

1 János 5:1

1 János 5:12-13

Imádkozz és kérd meg Őt, hogy vezessen el egy jó Biblia-centrikus gyülekezetbe, ahol segíthetnek a Krisztussal való kapcsolatod elmélyítésében. Isten mindig veled van. Napról napra vezet téged, és megmutatja, hogyan élheted meg azt a bővülködő életet amit Ő szánt neked.



## A SZERZŐRŐL

JOYCE MEYER 1976 óta tanítja Isten igéjét és 1980 óta tölt be teljes idejű szolgálatot. Az egyik legnépszerűbb író, több mint kilencven inspiráló könyvet írt eddig. Emellett több ezer hangfelvételt-, illetve teljes videó-gyűjteményt adott ki tanításaiból. Joyce Örömteli Mindennapok című rádió és Tv programjait az egész világon közvetítik, ő pedig rengeteget utazik, és konferenciákon tanít. Joyce és férje, Dave 4 felnőtt gyermek szülei, és St. Louis-ban, Missouri államban élnek.

*Látogasson el a <http://tv.joycemeyer.org> honlapra, ahol megnézheti magyarul és sok más nyelven az "Örömteli Mindennapok" című Joyce Meyer tanításokat!*

Ha szeretné felvenni a kapcsolatot a kiadóval, akkor a következő címek egyikén teheti meg:

Magyarországi elérhetőségek: email cím: [jmsorozat@gmail.com](mailto:jmsorozat@gmail.com) weboldal: <http://tv.joycemeyer.org> Levelezési cím: Szabadkeresztény Gyülekezet, 2310 Szigetszentmiklós, Wesselényi u. 22. Telefon: 06-24-368-712

Egyéb elérhetőségek: Joyce Meyer Ministries P.o. Box 655 Fenton, Mo 63026 Tel: 001-800-727-9673; 001-36-349-0303 (az Egyesült Államokon kívülről) Internet cím: [www.joycemeyer.org](http://www.joycemeyer.org)

Amikor írsz nekünk, kérlek oszd meg velünk a bizonygatóleveledet, illetve azt, hogy milyen segítséget nyújtott neked ez a könyv. Szívesen fogadjuk az imakéréseidet is.

*Látogasson el a <http://tv.joycemeyer.org> honlapra, ahol megnézheti magyarul és sok más nyelven az "Örömteli Mindennapok" című Joyce Meyer tanításokat!*

## JOYCE MEYER EGYÉB KÖNYVEI:

Never Give up!  
The Confident Woman Devotional  
Power Thoughts  
Eat the Cookie... Buy the Shoes  
The Confident Woman  
Hearing from God Each Morning  
The Everyday Life Bible  
Straight Talk on Fear  
The Love Revolution (A Szeretet Forradalma)  
The Secret to True Happiness  
Look Great, Feel Great  
Battlefield of the Mind (Az Értelem Küzdőtere)  
Approval Addiction  
How to Hear from God  
In Pursuit of Peace  
Knowing God Intimately  
Seven Things That Steal Your Joy  
Any Minute  
Secrets to Exceptional Living  
Making Marriage Work  
Straight Talk on Insecurity  
Straight Talk on Loneliness  
Straight Talk on Discouragement

*Látogasson el a <http://tv.joycemeyer.org> honlapra, ahol megnézheti magyarul és sok más nyelven az "Örömteli Mindennapok" című Joyce Meyer tanításokat!*

Celebration of Simplicity  
How to Hear from God Study Guide  
Jesus Name Above All Names  
Life in the Word Living Beyond Your Feelings (Ne Engedd, Hogy az Érzé-seid Irányítsanak!)

Prepare to Prosper  
Straight Talk on Depression  
Straight Talk on Worry  
The Power of Determination  
The Power of Forgiveness  
The Secrets of Spiritual Power  
Wearry Warriors, Fainting Saints  
Beauty for Ashes  
Do It Afraid!  
Eight Ways to Keep the Devil Under Your Feet  
Ending Your Day Right  
Enjoying Where You Are on the Way to Where You Are Going  
Healing the Brokenhearted  
How to Succeed at Being Yourself  
Managing Your Emotions  
Me and My Big Mouth!  
The Battle Belongs to the Lord  
The Joy of Believing in Prayer  
The Most Important Decision You Will

*Látogasson el a <http://tv.joycemeyer.org> honlapra, ahol megnézheti magyarul és sok más nyelven az "Örömteli Mindennapok" című Joyce Meyer tanításokat!*

Ever Make  
Don't Dread  
The Power of Being Positive  
The Word, the Name, the Blood  
Woman to Woman  
A Leader in the Making  
Be Anxious for Nothing  
Be Healed in Jesus' Name  
Be Your Best  
Eat and Stay Thin  
Expect a Move of God in Your  
Life...Suddenly!  
Filled with the Spirit  
If Not for the Grace of God  
Peace  
Straight Talk on Stress  
Tell Them I Love Them (Mondd Meg Nekik, Hogy  
Szeretem Őket)  
The Root of Rejection  
When, God, When? (Mikor, Istenem, Mikor?)  
Why, God, Why? (Miért, Istenem, Miért?)  
100 Ways to Simplify Your Life  
Start Your New Life Today  
Straight Talk  
The Penny  
Starting Your Day Right/Ending Your Day

*Látogasson el a <http://tv.joycemeyer.org> honlapra, ahol megnézheti magyarul és sok más nyelven az "Örömteli Mindennapok" című Joyce Meyer tanításokat!*

Right Box Set  
New Day, New You  
The Secret Power of Speaking God's Word  
I Dare You  
The Power of Simple Prayer  
Battlefield of the Mind Devotional  
Battlefield of the Mind for Kids  
Battlefield of the Mind for Teens  
Reduce Me to Love  
21 Ways to Finding Peace and Happiness  
Starting Your Day Right  
Be Anxious for Nothing: Study Guide  
Being the Person God Made You to Be  
Never Lose Heart

Joyce Meyer Spanish Titles:

Las Siete Cosas Que Te Roban el Gozo  
(Seven Things That Steal Your Joy)  
Empezando Tu Dia Bien (Starting Your Day Right)  
Books By Dave Meyer  
Life Lines

*Látogasson el a <http://tv.joycemeyer.org> honlapra, ahol megnézheti magyarul és sok más nyelven az "Örömteli Mindennapok" című Joyce Meyer tanításokat!*