Zdravo, ja sam Courtney iz služe *„WomenLivingWell.org“* odakle su krenule *„DobroJutroDjevojke.com“.*

Dobrodošla u 12. po redu biblijsko proučavanje *„Učiniti svoj dom utočištem“*.

Ovu godinu sam nazvala naše proučavanje *„Uspori za duhovni rast“*. O tome ću danas govoriti. Postoji 5 osnovnih navika za duhovni rast. U narednih mjesec dana proučavat ćemo, stavljati u praksu ovih 5 osnovnih navika.

Moja je molitva i nada da ovo ne radiš samo ovaj mjesec dana, već da ove navike postanu dio tvog života dok god živiš. Ove navike su centar mog života. Moja djeca mogu posvjedočiti da to radim svaki dan, a kad propustim potpuno sam zbrkana, kao da nisam svoja.

Što je navika? Navika je ono što radimo, a da i ne razmišljamo puno o tome. Npr. pranje zubi, tuširanje, češljanje, kad svaki dan napravimo krevet... To su neke svakodnevne stvari, naš prirodni ritam.

Tako bi i naš duhovni ritam trebao imati svoje navike kako duhovno rastemo.

1. duhovna navika je: **TIŠINA**. tišina je potrebna kada želimo imati dublji odnos s Bogom, bolje zajedništvo s Njim. Moramo usporiti ako želimo duhovno rasti. Ne možemo Bogu dati samo svoje „prljavo rublje“ – popis molitvenih zahtijeva.

Moramo naučiti slušati i biti svjesno usmjerene da slušamo Njega.

Neki vrijeme s Bogom zovu „tiho vrijeme“. Tiho i tišina, to su iste riječi. To je vrijeme kada se utišamo pred Bogom. Neki ljudi to zovu vrijeme pobožnosti. To znači vrijeme posvećeno Bogu, kada su sami s Bogom.

Znači, iza sve svakodnevne buke, iza sve galame, nalazi se tišina. Kada sve utišamo, nećemo naći samo tišinu, jer u našoj glavi, u našim mislima mnogo je buke. Mnogo razgovora sa samom sobom, unutarnjih misli i promišljanja.

Često kada smo sami s Bogom, tada sve ono što je negdje potisnuto... ljutnja, gorčina, bol ili zbrka... tada sve ispliva na površinu.

Ali, to je dobro. Tako rastemo duhovno. Tada možemo sve te stvari predati Gospodinu i boriti svoju duhovnu bitku baš u tim područjima gdje nas sotona želi zarobiti. U 1. Petrovoj 5,8 piše da neprijatelj poput ričućeg lava traži koga može uništiti. Neprijateljksa rika je glasna i bučna. On te želi ometati. Neprijatelj ne želi da provodiš vrijeme s Bogom i tu moramo ojačati.

Živimo u svijetu koji je aktivan 24 sata na dan, 7 dana u tjednu. Tako je s internetom, TV-om, društvenim mrežama, pa čak i neki restorani i pumpne stanice rade po cijeli dan. I onda pokušavamo uhvatiti taj ritam svijeta.

Ali, Božji ritam je mnogo usporeniji. Zato moramo stati, moramo usporiti i uhvatiti Božji ritam. On ima drugačiji, sporiji ritam. Često se uhvatimo da idemo ispred Boga, zar ne?

Ali, samo u našim neužurbanim trenucima možemo potpuno jasno vidjeti i čuti Boga. Zato se moramo boriti, moramo se izboriti za svoje vrijeme mira. Svaki dan. Neprijatelj ne želi da naš odnos s Bogom bude dublji. Zato idi dublje i dalje s Bogom.

2. duhovna navika je: **OSAMA**. Prije nego sam rodila djecu, bilo je lako naći osamljeno mjesto i biti s Bogom. Onda su došla djeca, bebe i mališani i odjednom je bilo teško naći 15 minuta za tuširanje i nije bilo sigurno ostaviti djecu samu. Morala sam opet iznova stvoriti naviku za vrijeme s Bogom, vrijeme nasamo. To traži vrijeme. Kako prolazimo kroz različita razdoblja života, moramo se stalno prilagođavati i to je u redu. Moramo sjesti i pogledati i procijeniti svoj život, odlučiti koje je najbolje doba dana, ujutro ili uvečer, da bi proveli vrijeme s Bogom. Znam da to moramo raditi.

Živim u srednje-zapadnoj Americi cijeli svoj život. Za vrijeme zime prisilno mirujemo jer je toliko hladno vani da svi ulaze u zatvorene prostore. I biljke i životinje, sve se odmara. Ali, čim proljeće najavi dolazak, i biljke i životinje pokazuju svoju ljepotu, ljepotu kojom ih je Stvoritelj stvorio jer biljke i drveće počinju pupati, cvjetati i ptići i pačići i lanad se rađaju.

Drage moje, s nama je isto. Mi trebamo prisilno mirovanje kada ulazimo unutra, u svoju nutrinu, nasamo s Bogom. Mi trebamo tiho, neproduktivno vrijeme odmora s Isusom. Kada dođe proljeće, kada prolazimo kroz nešto teško možemo pokazati veličanstvenost svog Stvoritelja jer cvjetamo i listamo, mi rastemo i pokazujemo Isusov život u sebi.

U doba osamljenosti Bog nas ispunjava iznova, puni naše rezervoare i možemo jasno čuti Njegov glas. Provodiš li dovoljno vremena u osami? Isus je tražio osamu. Vidjeli smo da je bio 40 dana sam u divljini, kada je bio kušan. Vidimo u evanđeljima kako se osamio, po cijelu noć prije izbora 12 učenika. Vidjele smo ga kako zajedno s učenicima služi po cijeli dan, a onda uvečer ih zove na brod i odlaze na drugu stranu, daleko od gomile, nasamo da se odmori. Vidjele smo nakon što je iscijelio gubavca, da se osamio te noći, u divljini, da bi molio.

Drage moje, ako je Isusu trebala osamljenost, onda sigurno treba i nama.

Kada ovako provodimo svoje vrijeme, ne samo da mijenjamo sebe,već mijenjamo i naše obitelji jer oni trebaju nas koje imamo blizak odnos s Bogom, gdje dobivamo snagu i mudrost od Njega.

Trebamo tišinu, trebamo osamu...

3. duhovna navika je: **PROUČAVANJE BOŽJE RIJEČI**. Božja riječ je ispunjena živom vodom i trebamo piti ovu vodu, iz dubine i tako postati žene koje žive dobro. Biblija je čudesna! Toliko je ispunjena čudesnim istinama koje mijenjaju život. U njoj ćeš naći ljubavnu priču, tragediju, heroje... U njoj ima i dobra i zla, ima neizvjesnosti, drame, mudrosti i utjehe.

Nas žene zna odvući romantična priča u romanu ili knjige samopomoći ili kuharice i društvene mreže ili TV programi (Netflix i slično) i sve su to jadne zamjene za Bibliju. I za naš odnos s Bogom. Ne smijemo dopustiti da nam ove stvari ukradu vrijeme koje ćemo provesti s jednom knjigom. Jednom knjigom u kojoj možemo čuti Božji glas.

Nemoj me krivo razumjeti. Sigurno ćeš me naći na plaži kako čitam neku od gore navedenih knjiga. Ili petkom uvečer ćeš me naći kako čitam knjigu ili gledam nešto na TV-u umotana u svoju dekicu ili kako prolazim na mobitelu kroz društvene mreže... Ne kažem da ne smijemo to raditi.

Ono što želim reći je da je ovo (Biblija) jedina knjiga na svijetu u kojoj možemo izravno čuti Božji glas.

Želim znati zašto zapostavljamo čitanje Božje Riječi. Zar ne želimo čuti Božji glas?

Svaki dan punim svoj mobitel. Ako ga punim samo nedjeljom i čekam do iduće nedjelje da ga opet napunim, u međuvremenu će biti ugašen. Moram ga puniti svaki dan. Tako je i s čitanjem Biblije. Ne možeš samo čuti nedjeljom i onda je zatvoriti sve do iduće nedjelje. Svakog dana Bog nas želi ispuniti i napuniti tako da provodim vrijeme u Božjoj Riječi.

4. duhovna navika je: **VAPLJENJE I MOLITVA**. Kada usporimo da bi molili tada duhovno rastemo. Drage moje, što radimo kadase utišamo, kada se osamimo, proučavamo Božju Riječ, vapimo i molimo, a Bog šuti? Jesi li nekad bila u situaciji i pomislila: radim sve kako treba, nalazim se pred Božjim prijestoljem i molim i proučavam Božju Riječ, ali ne čujem Božji glas, On mi ne govori i Njegova Riječ mi je suhoparna i čini se da Bog šuti.

To boli. Bila sam u takvim situacijama. Razumijem to.

Psalam 121, David piše: *Oči svoje podižem k brdima odakle dolazi pomoć moja. Pomoć je meni od GOSPODA koji stvori nebo i zemlju. On nozi tvojoj posrnuti ne da, čuvar tvoj zadrijemati neće.*

Drage moje, Bog ***nikada*** ne spava! On je ***uvijek*** s tobom! ***UVIJEK***!!! On je uvijek u kontroli čak kad izgleda da šuti.

Tokom godina, uvijek iznova kažem svojoj djeci, kada misle da prolaze kroz teške situacije, kažem im: Bog uvijek gleda! Bog uvijek sluša! On je uvijek s tobom! Želim da ih to utješi i da znaju kada ne mogu osjetiti Božju prisutnost, Bog je s njima. I to im može biti utjeha.

Bog nam je dao Utješitelja i Njegovo ime je Duh Sveti. Isus nam govori o Duhu Svetom u Ivanovom evanđelju, 14,16-17.

*Ja ću moliti Oca pa će vam dati drugog Utješitelja da ostane s vama dovijeka: Duha istine, kojega svijet ne može primiti jer niti ga vidi niti ga poznaje. A vi ga poznajete jer boravi kod vas i jer će biti u vama.*

Neće vas napustiti, bit će u vama. Kaže, dat će vam drugog Pomoćnika. Na grčkom, riječ drugi znači parakletos, drugi koji je potpuno isti.

Duh Sveti isti je kao Isus, isti je kao Otac nebeski, i parakletos znači Utješitelj – Onaj koji je uz tebe i pomaže. Ako si ranjena, možeš se osjećati potpuno usamljena. Ali, tvoji su osjećaji potpuno krivi. Nisi sama! Isus je poslao drugog Savjetnika, Parakletosa, Utješitelja s istim mislima, istim osjećajima, istim načinom razmišljanja kao Isus, da nas vodi, da vodi i utješi naša srca, da nas usmjeri i pomogne nam pronaći put kroz život. Zato te želim pitati: jesi li se prepustila Duhu Svetom? Slušaš li ga? Jesi li se umirila, usporila i provela dovoljno vremena s Bogom nasamo, proučavala Bibliju, bila u molitvi da možeš osjetiti utjehu Duha Svetog koji je s tobom?

Ako nisi, sada je vrijeme. Vrijeme je za nas da usporimo. To nas dovodi do...

5. duhovna navika je: **SLAVLJENJE**. Drage moje, Bog je tako dobar, dobar prema nama da mu trebamo zahvaljivati. Znaš da je najduža knjiga u Bibliji: Psalmi? To je knjiga pjesama. Uvijek iznova David u knjizi Psalama govori: pravimo radosnu buku Gospodinu. Bog želi da pjevamo, da proslavljamo.

Ali, ne možemo pjevati niti proslavljati, ako ne usporimo samo da procijenimo svoje živote i vidmo Božju dobrotu. Božju dobrotu koja je isprepletena s nekim od najtežih situacija u našem životu.

Na ove navike ćemo usmjeriti svoju pažnju u narednih mjesec dana kako budemo prolazili kroz ovo proučavanje. Naći ćeš svakog dana u našem Priručniku mjesto gdje možeš zapisati sve ono za što si zahvalna i za što moliš. Moraš zastati i to zapisati.

Ako si s nama radila proučavanja, onda znaš da obično čitamo 1 poglavlje dnevno.

Ali, u ovom proučavanju smo jako usporile. Čitat ćemo 1 stih dnevno (od ponedjeljka do petka). Mislim da nisam nikada do sada napravila ovakvo proučavanje. Sada ćemo tako usporiti. Želim da uzmeš taj 1 stih, da ga upiješ, možda i upamtiš ili proučiš, nađeš komentare za njega, da upiješ sve ono što govori tebi, pronađeš grčko i hebrejsko značenje. Nađi vremena proučavati Božju Riječ i natopi se njom.

Ako ovo radiš sa mnom, u stvarnom vremenu, naš završni tjedan je praznik Dan zahvalnosti (u Americi). To je vrijeme kada slavimo i zahvaljujemo Bogu za sve dobro koje nam je dao.

Počnimo!!!

Prvi izazov, ovaj tjedan, je upaliti svijeću svaki dan i zahvaliti Bogu jer je dobar i za sve dobro što nam je dao. Ta svijeća nije ništa posebno ni magično. To je samo nešto praktično što radimo i pomaže nam da se zaustavimo, podsjeća nas da stanemo, da se molimo i zahvalimo.

Jedva čekam idući tjedan da se opet sretnem s tobom, u isto vrijeme, na istom mjestu.

Nastavi hodati s Kraljem!