

# NAUKI ZA SREDNJEŠOLCE



*Poplava čustev*

8

Napisal:  
Gary B. Swanson in sodelavci

Prevod:  
Petra Turk

Lektura:  
Pavel Repnik

Za založbo:  
Marica Žižak

Založila:  
Krščanska adventistična cerkev, Uprava  
Njegoševa cesta 15  
Ljubljana 2011

# VSEBINA

1. Vlak smrti .....	4
2. Nevarno območje .....	12
3. To ne bo nikoli delovalo .....	19
4. Skrb za Betsy .....	25
5. Ko sem malodušen .....	32
6. Študentovo objokovanje .....	39
7. Pomembno je koga poznaš .....	46
8. Abraham in pogovor .....	54
9. »Ker se mi je tako zahotelo« .....	60
10. Sodelavci z Duhom .....	66
11. Samo midva .....	72
12. Burna prijateljstva .....	78
13. Ethanova odločitev .....	84

# 1

## VLAK SMRTI



**Uvod** Če si človek in ne kakšna druga vrsta bitja, si prav gotovo že občutil jezo, občutek krivde in potrnosti in pa tudi srečo. Če si se kdaj počutil manj vrednega, plašnega, izključenega ali brezupnega, veš, da tega nisi bil ravno vesel. Ta teden se bomo naučili, kako in zakaj nas ta čustva včasih obvladajo in ali obstaja način, da mi obvladamo nje. **Priprite si torej varnostne pasove in zdržite, medtem ko si bomo ogledali svet čustvenega vlakca, ki je včasih zunaj našega nadzora.**

**B**anshee si lahko videl od zelo daleč – to je bila ukrivljena gmota kovine. Videti je bilo, kakor da bi kdo odvrigel zelo močno bombo pod železnico vlaka smrti. Eksplozija pa je povzročila to pogubonosno vožnjo. Bili so zavoji navzgor, nenaden obrat in ovinki; načrtovana je bila tako, da bi vrgla voznika v praznino naokoli. Ko si v vrsti čakal na vožnjo, si lahko opazoval, kako so bili vagončki naenkrat v višini velikanskih žerjavov in včasih si ujel pogled na zadnja dva vagončka, za katera se je zdelo, da sta se za nekaj stotink sekunde iztirila iz tračnic.

*Končno sem hripavo rekla:  
»Prav gotovo se ti ni zdelo  
zabavno.«*

Še danes mi ni jasno, kako me je moja sostanovalka pregovorila za vožnjo s to pošastjo in kako ji je uspelo, da nas je spravila v zadnji vagonček.

Vsekakor pa se jasno spominjam obračanja želodca, ko smo se vozili čez strašne ovinke, in kako sem se sprostila ob počasni vožnji v hrib, ki ji je spet sledila divja vožnja navzdol. Kaj šele zanke tračnic, ki so nenadoma

zavile za devetdeset stopinj in povzročile, da so kolki boleče spoznali neoblazinjeno stran vagončka.

Po času, ki se je zdel kakor tisočletje, se je vožnja končala. Takoj ko sta moja sostanovalka in spremljevalec odtrgala moje prste od držala in mi pomagala iz vagončka, sem slišala sostanovalko reči: »Uf, to je bilo čudovito! Pojdimo znova – tokrat brez držanja. Naslednjič se ne držimo oprijemalne palice!«

Ker nisem mogla govoriti, sem previdno pogledala sostanovalko in poskušala odkriti znake duševne slabosti. Končno sem hripavo rekla: »Christy, prav gotovo se ti to ni zdelo zabavno. Kako bi ti lahko bila vseh ta nočna mora?«

Odvrnila je: »No, mislim, da se moraš naučiti uživati.«

Kaj pa ti? Ali se ti je že kdaj zdelo, da se voziš v vlaku čustev – en dan se voziš navzgor, naslednji dan navzdol in potem spet gor? Včasih se ozreš naokoli ter ugotoviš, da drugi sploh niso videti tako brez nadzora. Nekdo prekine zvezo z dekletom, pa mu ni nič hudega. Nekateri tvoji prijatelji imajo zgodnjo policijsko uro, pa jih to ne vznemirja. Nekdo izgubi košarkarsko igro, pa ni niti jezen niti se ne počuti manjvrednega. Kaj povzroča to razliko? Kje leži skrivnost obvladovanja naših čustev?

Spoznali bomo, da nas čustva popeljejo na potovaje z vlakom smrti, skrivnost preživetja vožnje pa je v tem, kakor je rekla moja prijateljica, da se naučiš uživati (ali pa vsaj živeti s tem).

### KLJUČNO BESEDILO

- *»Boljši je potrpežljivi od močnega, in kdor gospoduje svojemu srcu od onega, ki mesto pribori.«*  
(Prg 16,32)

## ODKRIJ



### Sobota

V enem samem dnevu imamo opraviti s paleto čustev. Nekatera, na primer veselje, so dobrodošla. Toda potrnost, jeza ali skrb so čustva, brez katerih bi nam bilo boljše. Oglej si spodaj navedeno in označi tisto, kar si občutil v zadnjih štiriindvajsetih urah.

Bil sem:

- |                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> zdolgočasen | <input type="checkbox"/> prizadet      |
| <input type="checkbox"/> zavisten    | <input type="checkbox"/> ranljiv       |
| <input type="checkbox"/> sramežljiv  | <input type="checkbox"/> zadovoljen    |
| <input type="checkbox"/> srečen      | <input type="checkbox"/> potr          |
| <input type="checkbox"/> jezen       | <input type="checkbox"/> v dvomih      |
| <input type="checkbox"/> osamljen    | <input type="checkbox"/> pod pritiskom |
| <input type="checkbox"/> zagrenjen   | <input type="checkbox"/> uporen        |
| <input type="checkbox"/> zapuščen    | <input type="checkbox"/> vznemirjen    |
| <input type="checkbox"/> miren       | <input type="checkbox"/> uspešen       |
| <input type="checkbox"/> potrpežljiv | <input type="checkbox"/> nestrpen      |
| <input type="checkbox"/> razočaran   |  |

### RAZMISLI

Ali so katera čustva bolj krščanska kakor druga? Kako se lahko izognem čustveni vožnji z vlakom?

Sedaj nekaj trenutkov razmišljaj o tem, kateri občutki so dobri in kateri slabi. Obkroži dobre. Če si kakor večina ljudi, boš obkrožil srečen, zadovoljen... V resnici pa (to je pomembna točka) noben občutek sam po sebi ni dober ali slab. Občutki (čustva) so pogosto samo odziv telesa na močne misli. Slabo ali dobro je to, kako opravimo s svojimi občutki.

Oglej si naslednja besedila in zapiši opisane občutke ali čustva oziroma tisto, kar meniš, da je občutil Kristus.

Mt 27,12 \_\_\_\_\_

Mr 3,1-5 \_\_\_\_\_

Mr 10,13.14 \_\_\_\_\_

Mr 11,15.16 \_\_\_\_\_

Mr 14,32-34 \_\_\_\_\_

Mr 16,14 \_\_\_\_\_

Jn 13,21 \_\_\_\_\_

Kristus je prav tako doživljal različne občutke.

## Nedelja

Ker so občutki odziv telesa na misli, težko izbiraš, kako se boš počutil. Čeprav ni lahko nadzirati določenih čustev, pa lahko vseeno narediš nekaj stvari, da čustva ne bi nadzirala tebe.

Prvič, pomembno je prepoznati čustva. To ni vedno tako preprosto, kakor zveni, toda odziv tvojega telesa ti bo pokazal pot. Primerjaj odziv telesa z ustreznimi občutki:

- a. Utrujenost, pomanjkanje energije    \_\_\_ jeza
- b. bolečine v želodcu    \_\_\_ skrb
- c. zardelost, stisnjenost    \_\_\_ potrtnost

Včasih ti bo pogovor s kom ali zapisovanje stvari pomagalo odkriti, kaj občutiš. Poskusi tudi zapolniti praznino:

Zadnjič, ko sem se tako počutil, je bilo...

---

---

Prav tako ne pozabi na to, kako naj bi se počutil, in se osredotoči na to, kaj resnično občutiš. Kaj občutiš, kadar umre kdo, ki ti je bil resnično blizu? Žalost? Občutek izgube? Mnogim odleže, so jezni ali pa se počutijo krive ob čigavi smrti. Ne zanikajte občutkov, ki se zdijo nesprejemljivi. Če jih zanikaš, potem ne moreš opraviti z njimi.

Ko boš enkrat prepoznal in sprejel svoje občutke, jih moraš znati tudi pravilno izraziti. Za izražanje občutkov obstajata dve pravili: ne prizadejni živih bitij ne telesno in ne z besedami ter ne uničuj stvari.

Kaj naslednja besedila pravijo o izražanju občutkov?

Ps 118,6 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Prg 16,32 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Prd 7,9 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Rim 12,3 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Jak 3,2 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Jak 5,9 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Ponedeljek

Obstajajo pozitivni načini, kako opravimo z občutki. Dopolni odstavke tako, da napišeš kaj, kar bi bil pripravljen poskusiti narediti naslednjič, ko boš občutil kaj težkega.



**1. Vadi.** Vaja olajša napetost in zviša raven endorfinov v telesu. Endorfin je hormon, ki nudi dober občutek. Vadim lahko...



**2. Sprosti se.** Vzemi si odmor in se odmakni od vsakdanje utirjenosti, kar ti bo pomagalo pridobiti boljše stališče o zadevi. Sprostim se lahko...



**3. Smej se.** Preberi kaj smešnega, glej komedijo ali pa svoje stare fotografije. »Smeh je najboljše zdravilo.« Najboljše je, da se pričneš smejati sebi. Bolj se smejim, če...



**4. Naredi kaj za koga drugega.** To se morda ne zdi težek način za upravljanje svojih občutkov, vendar preberi 1 Jn 3,17-22 in ugotovi, zakaj to deluje. Za druge lahko naredim kaj tako, da...



**5. Moli.** Bog morda ne bo spremenil razmer, ki ti povzročajo določene občutke, lahko pa olajša skrb, občutek praznine in celo odstrani cmok v grlu. Svoje molitveno življenje lahko izboljšam tako, da...

Preberi Heb 4,16.



---

## **Torek**

Ena ključnih prvin v ravnanju z našimi občutki je stališče. Občutki so močni in resnični. Tvoja jeza, ker so te obtožili po krivem, je resnična; tvoj občutek zavračanja ob izgubi prijatelja je močan. Morda se boš moral prisiliti, da boš prepoznal to pomembno zasnovo: tvoja bolečina in rana ne bosta večni. Seveda to spet ne pomeni, da bi moral zanikati moč občutkov ali da bi jih moral povesakdanjiti – samo opazuj jih v pravi luči.

Sveto pismo nas spodbuja, naj ohranimo svoje stališče. Oglej si naslednja besedila in zapiši del vrstice, ki govori o stališču:

Ps 30,5

---

---

2 Kor 4,16.17

---

---

---

## **Sreda**

Včasih dovolimo, da čustva prevladajo logično razmišljanje – tako izgubimo svoje stališče in si škodimo, ker ne moremo pravilno opraviti

z občutki. Še preden se zavemo, naša čustva vodijo nas, namesto da bi bilo obrnjeno.

Naj to ponazorim s poročilom o Eliju iz 1 Kr 19,1-18. Zapiši, kaj je imel Elija za vzrok potrnosti in osamljenosti, potem pa kratko zapiši, kakšno je bilo pravo stanje.

### **Strah (1 Kr 19,1-3)**

Misli, ki so povzročile občutke:

---

---

Resničnost:

Bog je pravkar naredil čudež.

---

---

### **Potrnost (1 Kr 19,4-6)**

Misli, ki so povzročile občutke:

---

---

Resničnost:

---

---

### **Osamljenost (1 Kr 19,10-18)**

Misli, ki so povzročile občutke:

---

---

Resničnost:

---

---

Ali vidiš, kako nevarno se je odločati na temelju samih čustev? Elija se je slabo odločil in pobegnil; dovolil je, da so občutki zameglili njegovo razmišljanje.

Gledanje na težave v pravi luči in razumsko raziskovanje misli, ki stojijo za občutki, nas bosta usposobila nadzorovati naše občutke. »Vsako čustvo in željo je treba podrediti razumu in vesti.« /*T V, str. 177*/ Katerih občutkov še nisi razumsko razčlenil, čeprav si jih doživel?

### ***Četrtek***

Naši občutki izvirajo iz naših misli. Ali ne bi bilo čudovito, ko bi lahko nadzirali svoje misli in se nam ne bi bilo treba bojevati s pobeglimi čustvi? To zmoremo po Kristusovi moči.

Preberi Flp 4,13.

Vlak občutkov je še posebno nevaren za naše duhovno življenje. Ali si že kdaj v molitvenem tednu doživel, da se ti je pridiga zdela zelo ganljiva, morda si se odzval vabilu in stopil pred prižnico, potem pa ugotovil, da duhovne 'višine' ne trajajo večno? Zakaj je tako? Kaj lahko naredimo glede tega?

Ne bomo vedno čutili, da smo bližju Boga. Toda ali je še vedno ob nas,

kadar ne čutimo njegove navzočnosti? Ali še vedno skrbi za nas, celo kadar grešimo? Na črte ob naslednjih vrsticah zapiši najboljši odgovor na ti vprašanji:

Joz 1,5 \_\_\_\_\_

---

---

Rim 8,35.37-39 \_\_\_\_\_

---

---

Kako lahko potem dosežemo, da se naša čustva in duhovno življenje ne vzpenjajo in padajo? »Ne bi si smeli prizadevati nasilno dvigniti uma do določene jakosti občutkov. Morda danes ne občutimo miru in veselja, ki smo ju občutili včeraj, toda z vero se oprimumo Kristusove roke in mu zaupajmo tako v temi kakor v svetlobi.« /*Sanctified Life, str. 90*/

Kaj v preprostem jeziku pomeni zgornji stavek »oprimumo se Kristusove roke«?

---

---

---

---

---

---

## ***Petek***

---

Če se ti v nekem trenutku zdi, da hodiš po zraku, v naslednjem pa si potr, jezen ali žalosten, potem se voziš v vlaku čustev.

Ta teden smo spoznali, da so čustva in občutki neopredeljeni – so le odzivi na močne misli. Kako opravi-

mo z občutki, pa je lahko dobro ali slabo. Čustva moramo prepoznati, jih pozitivno izraziti in si jih potem ogledati v pravi luči.

Jezus razume naše čustvene vzpone in padce in obljubil nam je moč za nadzorovanje ne samo čustev, temveč tudi misli, ki jih povzročajo.



### **DELUJ**

Naredi osebni načrt za vsakdanjo telovadbo. V beležko zapiši, kako se počutiš telesno in čustveno 30 minut potem, ko si končal vaje, in to primerjaj z občutki, ki so te prežemali 30 minut pred začetkom vaj.

# 2

## NEVARNO OBMOČJE



**Uvod** Kdaj si bil resnično potr – tako da si se počutil kakor cunj v prahu? Ali se spomniš, kako strašno si se počutil? Kaj se je zgodilo, da si to premagal? Na žalost to, da si kristjan, ne pomeni, da nikoli ne boš imel težav s potrnostjo. Ta teden si bomo ogledali vzroke, ki povzročajo potrnost, in kaj naj naredimo, da bi jo preprečili ali premagali. **Če si torej že bil potr ali poznaš koga, ki je bil, preberi ta nauk. Morda te bo prebrano presenetilo.**

**K**aira je sedela na tračnicah železniškega mostu in gledala reko Sacramento, ki je bila polna spomladanske vode in se je čez 60 metrov pod njo vrtinčila kakor čokoladno mleko. Skozi vroče solze je opazovala veliko vejo, ki jo je voda odtrgala od vrbe nekje višje ob reki. Za trenutek je bila videti kakor granitni steber, potem pa jo je odneslo pod mostom naprej.

### *Dejal je, da ji mora povedati nekaj pomembnega.*

V mislih se ji je neusmiljeno ponavljajal prizor, ki ga je pred štirimi dnevi doživela v šoli. Bilo je, kakor da bi se ji v glavi ustavil video-posnetek. Pred tremi meseci sta s Kentom opravila maturo in sedaj jo je povabil v kot šolske restavracije. Dejal je, da ji mora povedati nekaj pomembnega. Potem ko sta hodila že več kakor leto dni, sta načrtovala, da se bosta oktobra vpisala na isto fakuteto. Kent pa je sedaj rekel, da si je premislil. Dodal je še, da meni, da bi bilo najboljšo zanju, ko bi prenehala hoditi. Ko ga je vprašala, kaj je z njim narobe, je preprosto

skomignil z rameni, kakor da vse skupaj ne bi bilo nič. Vedela je, da se Kent nikoli ni veliko pogovarjal o težavah, da pa se ni hotel pogovoriti o njenem odnosu, jo je zelo prizadelo.

V odmoru za kosilo je zapustila šolo, saj ni bila prepričana, da bo zdržala še dve šolski uri po tem, kar je doživela. Kaira je prejkotala večino popoldneva in objemala svojo priljubljeno plišasto živalico – sivega tjulnja, ki ji ga je prinesel Kent s šolskega izleta v Marilandu. Potem je potonila v potreben spanec, iz njega pa so jo zbudili glasovi staršev v pritličju. Mati in oče sta bila zaposlena z nečim popolnoma nepomembnim. »Ko bi se vsaj lahko o tem pogovorila z mamo,« je pomislila Kaira. »Toda glede na težave, ki jih z očetom preživljata zadnje čase, se zdi, da nima časa za moje težave.«

Od takrat so minili štirje dnevi. Vsakič ko je videla Kenta v šoli, se je hitro obrnil stran ali pa se pretvarjal, da se pogovarja s kom ob sebi. Nekajkrat se je z njim poskusila pogovoriti, toda on ni hotel imeti opravka z njo.

Tik pred mrakom se je Kaira s svojo plišasto igračko v roki skozi zadnja vrata tiho izmuznila na prosto, ne da bi starši to opazili. Odtavala je proti reki. Ko si je sedaj ogledovala tekoči vrtinec pod mostom, se ji je voda nenadoma zazdela topla in vabljiva. Pomislila je: »Le zakaj ne bi vsega končala kar tukaj? V nekaj trenutkih bi ta bolečina minila za vedno!«

### **KLJUČNO BESEDILO**

! »Kaj si tako žalostna, moja duša, in nepokojna v meni? Čakaj Boga, kajti še ga bom slavil, da je pomoč mojega obličja in moj Bog.« (Ps 43,5)



## Sobota

Potrnost lahko povzroči veliko dejavnikov, toda če verjameš ali ne, je eden najpogostejših vzrokov potlačena jeza. Da bi to ponazorili, si predstavljaljaj, da nisi pravilno odgovoril na vprašanje pri izpitu iz zgodovine. To je bilo vprašnje, ki je odločalo o tem, ali boš opravil izpit ali ne. Meniš, da je odgovor, ki si ga obkrožil ti, boljši od učiteljčinega. V učbeniku zgodovine ugotoviš, da imaš prav, in zato pristopiš k učiteljici. Ona se s tabo ne strinja in ti ne da prav. Najverjetneje bi v takšnem trenutku občutil jezo.

Kako bi lahko na dober način izrazil jezo?

\_\_\_ Rekel bi učiteljici, da te je njena odločitev razočarala. Prosil bi jo, naj znova premisli ali pa ti pojasni svoje stališče.

\_\_\_ Priznal bi si, da si jezen, ker si prepričan, da imaš prav, vendar si prav tako prepričan, da ni vredno zameriti za tako navadno zadevo.

### RAZMISLI

? Kaj bi rekel Kairi, da bi ji pomagal odpraviti potrnost? H  
• komu bi se zatekel po nasvet, ko bi bil ti Kaira?

\_\_\_ Pogovoril bi se z Bogom. Izrazil bi svoje občutke in mu priznal svojo jezo. Prosil bi ga za obljubljeno pomoč, da bi lahko odpustil in pozabil ta dogodek.

Kako se počutiš, kadar pravilno izraziš svojo jezo?

---



---



---



---

Kako se počutiš, kadar jezo zadržuješ? Najverjetneje se počutiš potrto. Ali vidiš, da je lahko potrnost posledica nepravilnega ravnanja z jezo, ki jo čutiš do drugih?

## Nedelja

Beseda, ki jo pogosto uporabljamo za opis jeze do drugih, je krivda.

Preberi 2 Sam 11,2-17.26.27; 12,1-20.

Primer potrtosti, ki je posledica krivde, je Davidova izkušnja potem, ko je grešil z Batsebo. »Njegova krivda se je pokazala v vsej svoji obsežnosti. V spokorjenju se je poklonil pred Bogom. S trepetajočimi ustnicami je dejal: 'Grešil sem zoper Gospoda.' ... Zavest o lastnem grehu in daljnosežnih posledicah je zlomila njegovega duha.« /Očaki in preroki, str. 565.566/

Predstavljaljaj si, kako se je počutil David, še posebej, ker je moral sin umreti zaradi očetovega greha. David je doživel to, kar strokovnjaki imenujejo prava krivda, ki jo doživimo, kadar ravnamo v nasprotju s tem, kar nam je naročil Bog. Lažna krivda je občutek krivde za nekaj, česar Bog ni posebej obsodil.

Preberi naslednja besedila in obkroži P, če meniš, da je oseba doživela pravo krivdo, ali pa N, če misliš, da gre za lažno krivdo.

P N Čprav se v šoli trudiš po svojih močeh, se ti zdi, da ne zadovoljuješ starševskih pričakovanj. Počutiš se krivega, ker ne izpolnjuješ njihovega pričakovanja.

P N Igrate košarko. Do konca igre je ostala še sekunda in pred tabo je prosti met. Tvoje moštvo zaostaja za eno točko. Zgrediš oba prosta meta. Počutiš se krivega, ker je tvoje moštvo izgubilo.

P N Tvoj fant/dekle si želi bolj telesnega spoznanja, ti pa še nisi pripravljen/a na to. Ker jo/ga zavrneš, se odločiti hodi z drugim/drugo. Počutiš se krivega, ker si uničil dobro razmerje.

P N Mati te je že dvanajstič prosila, da odneseš smeti. Ti nergaš in ji rečeš: »Delo imam, poleg tega pa nisem tvoj suženj.« Mati odnese smeti sama, ti pa se počutiš krivega.

P N Opravljaš zadnji izpit in ugotoviš, da si pozabil del, ki je vreden skoraj četrtno možnih točk. Od soseda ti uspe prepisati večino odgovorov. Pozneje občutiš izredno krivdo zaradi svojega početja.

Preberi Ps 51,1-14. Kako je David opravił s svojo krivdo?

---

---

---

Kaj bi prosil Boga, naj naredi, da bi ti olajšal potrtost, ki je posledica občutka krivde?

---

---

---

---

## ***Ponedeljek***

Drugi dejavnik, ki povzroča potrtost, je stres. Zdravniki menijo, da je 85 % potrtosti nekako povezane z življenjskimi stresi. Oglej si vrste stresa in označi tistega, ki ga morda doživljaš prav sedaj.

\_\_\_ Izguba – smrt koga, ki ti je blizu; izguba službe, sostanovalca, prijatelja ali osebne lastnine (na

primer uničen avto); izguba občutka varnosti (premestitev v novo šolo).

\_\_\_ Zunanji viri napadov na samozavest (izgubil si na volitvah, zaradi nečesa se ti posmehujejo, nisi dobil službe ali prejel nagrade) in notranji viri (nemirna vest, občutek manjvrednosti).

\_\_\_ Satanovi napadi – občutek, da te je Bog zapustil, krivda.

\_\_\_ Lasten trud – nezmožnost, da dosežeš cilje (ocene, odnosi, služba).

\_\_\_ Negotovost – nisi prepričan, kaj bo prinesla prihodnost, ne moreš se odločiti za študij ali poklicno pot. /Povzeto iz knjige *Happiness Is a Choice*, str. 98-105/

Katero besedilo ti je najbolj uporabno, kadar se bojuješ z življenjskimi stresi? Zapiši ga.

---

---

---

---

---

---

---

---

Preberi Mt 6,25-34.

## Torek

Ali si že bil kdaj tako zelo osamljen ali potr, da si pomislil na samomor? Ali si poznal koga, ki je grozil s samomorom? Kaj naj bi naredil v takšnih okoliščinah?

Najprej razmislimo o opozorilnih znakih. Vse od navedenega so opozorilni znaki, ki najavljajo možni samomor:

- ◆ molčečnost in zaprtost vase
- ◆ izguba ali pomanjkanje prijateljev
- ◆ hitre spremembe razpoloženja
- ◆ spremembe v prehrabnih navadah
- ◆ uporaba alkohola in mamil
- ◆ razdajanje imetja
- ◆ pomanjkanje zanimanja za redne dejavnosti
- ◆ neosebno izražanje občutkov, kot sta hvaležnost ali ljubezen
- ◆ nenadno opravičevanje za dogodke iz preteklosti
- ◆ zanemarjanje zunanjega videza
- ◆ uporništvo
- ◆ nezmožnost osredotočanja
- ◆ spremembe v spalnih navadah
- ◆ odtujenost
- ◆ govorjenje o smrti ali samomoru

## Sreda

Kaj naj bi naredil, kadar izveš za koga, ki razmišlja o samomoru? Kako naj bi se odzval, kadar vidiš znake nagnjenja k samomoru pri prijatelju?

- ◆ Predvsem moraš nekaj narediti in ne samo razmišljati o težavah ali se



jih bati. Dober začetek je pogovor s prijateljem. Vlij mu pogum. Pomagaj mu sprevideti, da obstaja jo še druge možnosti poleg samomora. »Slabo počutje je boleče, vendar ne traja večno. Samomor je večn.« /*Current Health, september 1987, str. 21/*

- ◆ S svojimi besedami zapiši, kaj ta besedila ponujajo človeku, ki je ostal brez upanja:

Iz 49,15.16 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Jer 31,3 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- ◆ Ne boj se naravnost vprašati prijatelja, ali razmišlja o samomoru. Ne boj se teh zamisli položiti v njegove misli. Tvoj prijatelj se mora pogovoriti o teh občutkih.
- ◆ Če odkriješ, da razmišlja o samomoru, ga vprašaj o podrobnostih. Kolikor bolj je prijatelj o tem razmišljal, toliko večja je nevarnost – poišči pomoč.
- ◆ Prisluhni. Poskusi se vzdržati besed, kot so: »Ne bi smel tako razmišljati,« ali pa; »Se boš že izkopal iz tega.«
- ◆ Povej to komu, ki mu lahko pomaga. To je težavna odločitev, ker ti je prijatelj morda to povedal zaupno in se boš mogoče počutil kot izdajalec. Vendar je še vedno bolje poiskati pomoč in rešiti njegovo življenje kakor pa ne narediti ničesar.

- ◆ Pokliči telefonsko številko za pomoč osebam, ki so nagnjene k samomoru. Poišči jo na spletu s pojmom samomor ali pomoč v stiski.
- ◆ Če ti pride kdaj na misel samomor, se pogovori s kom, ki mu lahko zupaš. Prav tako se prisili premisliti še o drugih možnostih. Vedi, da te Bog ljubi. Vidi te in skrbi zate. Preberi Iz 51,12.

## Četrtek

Tukaj je nekaj nasvetov za spopad s potrlostjo in kako se ji izogneš ali pa ji vsaj preprečiš nadzorovati tvoje življenje:

1. Vsak dan se izroči Bogu, da te vodi in nadzoruje tvoje življenje. Če imaš osebni odnos s Kristusom, imaš pristop do njegove moči.
2. Ohrani pozitivno mišljenje. »V svojem srcu poj in vriskej Bogu tudi takrat, kadar si potr in te teži občutek žalosti. ... Znova bo zasvetila svetloba in vrnilo se bo veselje, meglice in oblaki bodo razgnani.« /*SM II, str. 242.243./* Preberi Flp 4,4.
3. Vsak dan sproti odženi zamere. Zapiši, kaj o tem pravi besedilo v Flp 4,6:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. Vsak teden preživi nekaj časa z vsaj enim dobrim krščanskim prijateljem. Kaj pravi apostol Pavel, kdo ga je potolažil? Preberi 2 Kor 7,5.6.
5. Vsak teden naredi za koga kaj lepega. Prijaznost do drugih koristi tako tebi kakor njim, s katerimi si prijazen.

---

## ***Petek***

Skoraj vsak trpi za potrlostjo – nekateri pač močneje kakor drugi.

Nerešena jeza je korenina potrlosti – jeza na druge (zamera) in jeza do sebe (krivda). Zato je pomembno, da opravimo z jezo.

Stresi, kot so izguba ljubljene osebe, prizadeta samozavest in Satanovi napadi, prav tako vodijo v potrlost. Vendar ne pozabi, da nam je Bog obljubil pomoč med stisko.

Razmisli o tem, kar je zapisal psalmist David:

»Kaj si tako žalostna, moja duša, in nepokojna v meni? Čakaj Boga, kajti še ga bom slavil, da je moč mojega obličja in moj Bog.« (Ps 43,5)



### **DELUJ**

Preglej pet stvari, ki so zapisane v četrtkovi lekciji, in razmisli o tem, kaj lahko narediš, da se izogneš potrlosti ali pa jo zmanjšaš. Napiši, kako bi lahko uporabil te nasvete. Imej to pri rokah, ko se boš naslednjič spopadel s potrlostjo.

# 3

## TO NE BO NIKOLI DELOVALO



**Uvod** Ali si bil kdaj v dvomih? Ali je tvoj dvom o duhovnih zadevah kdaj ustrezal tem razlagam: »Občutek pomanjkanja zaupanja,« »razmišljanje o čem neverjetnem,« »biti nagnjen k neverovanju,« »biti nezaupljiv,« »biti v stanju, ki pospešuje negotovost ali omahovanje,« »biti negotov.« Če ti je kaj od tega znano, si že doživel dvom. **Ta teden si bomo podrobneje ogledali vzroke za duhovni dvom in kaj lahko naredimo, da se ga rešimo.**

Morda si že slišal zgodbo o dveh stewardesah, ki sta morali prevzeti nadzor nad letalom in slediti kontrolorjevim navodilom, ker je bilo s pilotoma nekaj narobe:

»To ne bo nikoli uspelo,« je godrnjala Kimberley. »Neki moški, ki ga še nikoli nisem videla, mi pravi, naj potegnem tole in tisto ter naj pogledam na instrumente. Pojma nimam, čemu služijo vse te naprave.«

### *Ni časa za pojasnila. Samo nikar še ne spustita koles.*

Janet je zakričala: »Utihni, saj ti ni treba natanko vedeti, kako vse to deluje. Narediti morava, kar pravi, in mu zaupati. Kaj drugega nama sploh preostane.

»Nič drugega!« je posmehljivo odvrnila Kimberley. »Kdo je sploh človek z radia? Še nikoli ga nisem videla ali se z njim seznanila. Kako sva lahko prepričani, da naju ne bo zapeljal v gore iz čiste zabave?«

»Zresni se, Kimberley,« je odgovorila Janet. »Glej, pred nama je letališče.«

### **KLJUČNO BESEDILO**

! »Kajti kar se od njega ne more videti, njegova večna moč in • božanstvo, to se od ustvarjenja sveta zaznava z umom in vidi po njegovih delih, tako da se ne morejo izgovarjati.« (Rim 1,20)

»Upam samo, da se ne bo katero drugo letalo zaletelo v nas,« je rekla Kimberley. »Kaj takšnega se je že zgodilo, veš. Menim, da je že čas, da spustiva pristajalna kolesa.«

Ko sta jih začeli spuščati, sta zaslišali kontrolorjev glas: »Kar koli že počneta, nikakor še ne spustita pristajalnih koles.«

»Zakaj pa ne?« je z odporom vprašala Kimberley. »Jasno vidi va letališče. Predstavlja ti, da pristaneva brez koles. Vidiš, sem ti rekla, da naju bo poskusil ubiti.«

»Sedaj ni časa za pojasnila,« je zahreščal glas v radiu. »Samo nikar jih še ne spustita.«

»Ali boš sodelovala in ubogala njegova navodila?« je prosila Janet. »Ni ti treba prav zdaj poznati razlogov za vsa njegova navodila. Poskusiva varno pristati, potem pa lahko vprašaš, kar koli želiš.«

Toda če sta stewardesi mislili, da bosta kmalu varno pristali, sta se motili, kajti možakar v stolpu jima je še naprej dajal navodila o hitrosti letala in smeri, in zato sta kar naprej krožili nad letališčem. Minilo je 10, 20 in 30 minut.

»Tole postaja že smešno,« se je pritoževala Kimberley. »Prosim, vprašaj moškega, ali lahko sedaj pristaneva.«

Vsakič, ko sta vprašali: »Kdaj bomo lahko pristali?« je bil odgovor enak: »Ohranite sedanjo smer.«

Ženski sta se nagnili naprej, da bi skozi majhno okno videli tla. Le kaj čakajo?

Spet sta sporočili po radiu:  
»Pripravljeni smo in čakamo na navodila za pristanek,« in znova sta prejeli enak odgovor. »Ne zdaj. Ohranite sedanjo smer.«

Štirideset minut, petdeset minut in cela ura je že minila, sporočilo pa je bilo še zmeraj isto: »Ohranite sedanjo smer.«

Kimberley je bila črnogleda in je dvomila. Večina od nas nismo takšni dvomljivci; toda ali se kdaj ujamate, da ko razmišljate ali pa komu govorite o Bogu, govorite to, kar je Kimberley govorila o človeku v nadzornem stolpu?

## ODKRIJ



### Sobota

Peter in Abraham sta ga občutila in prav tako Janez Krstnik. Tomaž je bil celo poimenovan po njem, z njim se je bojeval tudi Job. Kaj imajo skupnega vsi ti ljudje? Vsi so občutili dvom. Ali je napačno zastavljati vprašanja o tem, kar verujemo, in o Bogu?

### RAZMISLI

• Kako ta zgodba odseva mojo osebno izkušnjo? Kako se lahko naučim premagati dvom?

Preberi Iz 1,18.

Bog želi, da zastavljaš iskrena vprašanja, da bi zvedel, kdo je v resnici in kakšen je. Rad bi, da sprejmeš dano resnico, ker sam veruješ vanjo, ne pa ker so jo sprejeli tvoji starši ali prijatelji.

Vendar se spraševanje lahko spremeni v resnega moralca vere – v dvom. Tukaj imate nasvete, da bodo vaša vprašanja lahko vedno ostala ustvarjalna, ne pa uničevalna:

1. Predstavi svoja vprašanja Bogu. Kdo je med prej naštetimi osebami prišel v težave zaradi dvoma, ker se ni o tem pogovarjal z Bogom? Tomaž je razširil dvom še na druge učence.
2. Vedi, da se nekaterih stvari ne sprašuje. To so izjave »tako pravi Gospod«. Ko nam recimo Bog jasno pravi: »Spominjaj se sobotnega dne, da ga posvečuješ,« nimamo o čem dvomiti. Če bi dvomili o takšnih stvareh, bi to bilo nevarno.

Zapiši pomembne resnice o dvomu, ki jih uči Sveto pismo.

Mt 14,26-32 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Jak 1,6 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Jud 22 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Večina nas malce dvomi o stvareh, ki jih ne moremo videti, slišati ali se jih dotakniti. A vendar je večina duhovnih stvari prav takšnih. Pogosto težko verujemo v to, česar ne moremo videti, kar pa ne pomeni, da to ne obstaja. To je ironičen pojav, kajti tega, česar se moramo v tem življenju resnično zavedati, ne moremo videti.

Preberi Ef 6,12.

---

---

V vsakdanjem življenju verujemo v marsikaj, česar ne vidimo. Ali na primer veruješ v zakon težnosti? Ali se je lahko dotakneš? Ali jo lahko vidiš? (Bodi previden, če je tvoj odgovor na zadnje vprašanje DA. Težnosti same ne moremo videti. Ko spustiš kamen in ta pade, ne vidiš težnosti, temveč njeno delovanje.)

Za kristjana je to pomembna zasnova. Prav tako ne moremo videti veliko nebeških stvari – angelov ali Svetega Duha – vendar verujemo, da obstajajo, enako kakor verujemo, da obstaja težnost, čeprav tudi nje ne moremo videti.

Ali kdaj dvomiš o Božjem obstoju, ker ga ne moreš videti? »Kajti kar se od njega ne more videti, njegova večna moč in božanstvo, to se od ustvarjenja sveta zaznava z umom in vidi po njegovih delih, tako da se ne morejo izgovarjati.« (Rim 1,20)

Ali si že kdaj pomislil takole: »Ko bi Bog le naredil kakšen čudež zame, kakor ga je za Izraelce, potem bi laže veroval vanj?« Če Bog želi, da verujemo vanj, zakaj se potem ne razodene bolj jasno in razločno?

Na to vprašanje bomo morda laže našli odgovor, če se bomo na stvari ozrli z Božjega stališča. Premisli, kaj si po tvojem mnenju Bog najbolj želi od tebe, in to oceni (1 najpomembnejše; 3 najmanj pomembno). Pri odločitvi si pomagaj z naslednjimi besedili.

\_\_\_ Želi, da ga ubogam. (Jn 14,15)

\_\_\_ Želi, da ga ljubim. (Mt 22,37.38)

\_\_\_ Želi, da verujem v njegov obstoj. (Heb 11,6)

Vse zgoraj naštetu mu je pomembno, toda če bi Bog želel samo, da ga ljudje ubogajo ali verujejo, da obstaja, bi lahko delal neverjetne čudeže, da bi vsi verovali in ga ubogali. Lahko bi razdelil morje (to je že počel) ali pa kaj uničil z ognjem (tudi to je že počel).

Bog lahko vsekakor naredi neverjetne čudeže. Toda njemu je pomembnejše, da ga ljubimo; če pa ga resnično ljubimo, ga bomo ubogali, ker sami tako želimo.

## **Torek**

---

Kako bi odgovoril, ko bi te kdo vprašal: »Zakaj Bog ne dela več čudežev? Zakaj se ne razodene jasneje?«

---

---

»Bog ne bo nikoli iz nikogar odstranil vzrokov za dvom. ... Daje namreč dovolj dokazov, da nepristranski um lahko veruje.« /*T IV, str. 323/*

Zakaj nas Bog noče premagati s svojo močjo in tako odstraniti ves dvom iz naših misli? Uporablja tihi nežni glas, s katerim se nam približa. Želi, da ga svojevoljno ubogamo in vračamo ljubezen, ki nam jo daje. Ne želi pa, da bi to počeli iz strahu pred tem, kaj bo naredil, če tega ne bomo počeli.

Preberi Ef 1,17.18; 1 Jn 4,13; Jn 14,25.26. Kako nas Jezus vodi danes, ko ne uporablja več ognjenega stebra, kakor ga je pri Izraelcih?

---

---

---

---

---

Preberi Lk 11,13 in odkrij, kako lahko prejmeš ta dar – Božje vodstvo.

## **Sreda**

---

Kaj posamezni navedek govori o gotovosti Božjega obstoja?

5 Mz 29,29

---

---

Job 11,7.8

---

---

Rim 11,33

---

---

Veliko težav imamo zaradi omejenosti človeškega uma. »Vsi pa, ki zares želijo spoznati resnico, bodo našli dovolj dokazov, na katerih bo lahko počivala njihova vera.« /*Pot h Kristusu (2014), str. 88/* Celó kadar se nam zdi, da smo daleč od Boga, ali pa da naše molitve niso uslišane, smo lahko prepričani, da nas Bog ljubi.

## **Četrtek**

---

Tukaj je nekaj namigov, kako se bojevati zoper dvom:

\_\_\_ Ne premišluj o njem. (Flp 4,4.8)

- \_\_\_ Razmišljaj o Božji neverjetni ljubezni in njegovi moči, da nas reši samih sebe. (2 Pt 1,3; 1 Jn 4,9; Ef 1,18.19; Zef 3,17)
- \_\_\_ Počivaj v Božjih obljubah. (Joz 23,14; Ps 145,13)
- \_\_\_ Veruj v zvesto pričevanje drugih. (Heb 12,1)
- \_\_\_ Bolje spoznaj Boga iz osebnega odnosa in po molitvi. (Jn 17,3)
- \_\_\_ Bojuj se z dvomom. (1 Tim 6,12)
- \_\_\_ Pomisli na vse dobrote, ki jih je že naredil zate. (Ps 77,11; 1 Let 16,12)

»Če se približamo Jezusu in se veselimo v polnosti njegove ljubezni, se bosta naš dvom in tema razpršila v svetlobi njegove navzočnosti.« /Pot h Kristusu (2005), str. 135/

Celo najpomembnejši ljudje v Svetem pismu so kdaj občutili dvom in naravno je, da ga tudi mi včasih občutimo. Odzovimo pa se pravilno, tako da o tem povemo Bogu.

Bog nas ne bo premagal s svojo močjo, da bi verovali. »Bog nikoli ne zahteva od nas, naj verujemo, ne da bi nam dal dovolj dokazov, na katerih lahko utemeljimo svojo vero.« /Pot h Kristusu (2014), str. 88/ Najpomembnejše mu je, da se ga naučimo ljubiti, ker sami tako želimo. Danes nam govori zaupneje – po Svetem Duhu, ki nam ga bo dal, če prosimo zanj.

Zadnji odgovor na dvom je zaupanje Bogu in zaupamo mu lahko samo tako, da ga bolje spoznamo. Poskusi. Poizvedi čim več o njem in opazuj, kako bo tvoj dvom splahnel.

### DELUJ

Naredi seznam zakonov ali naravnih sil, za katere veš, da obstajajo, čeprav jih ne vidiš, slišiš ali okusiš. Za začetek podajam tri: nagon, sila težnosti, sevanje. Kateri dokazi te osebno prepričajo, da te zadeve dejansko obstajajo?





# 4

## SKRB ZA BETSY



**Uvod** Prebrano je tvoje ime. Glave se obračajo. Vstaneš s sedeža in se sprehodiš po prehodu. Vse oči so usmerjene vate. V želodcu se ti obrača. Nastopil je dan mature. Prav sedaj si vesel. Kaj pa pravzaprav je veselje? Slovar slovenskega knjižnega jezika pravi, da je to »prijetno duševno stanje, ki se izraža v vedenju«. Ali si kot kristjan to že kdaj občutil? Če ne, zakaj? **Ali si želiš veselje v življenju?**

**M**ladenič, ki ga je dolgočasila Menoličnost njegovega življenja, je sedel na veliki verandi očetove hiše. Medtem ko je strmel v daljavo, ki se je bleščala zaradi zahajajočega sonca, je razmišljal: »Sit sem že tega. Moji prijatelji imajo svobodo. Jaz pa sem tukaj, obtičal sem na očetovi kmetiji. Od vsega me je zadela prav kmetija. Takšno življenje ni zame.«

Tisto noč se je mladenič odpravil v posteljo, vendar ni mogel zaspati. Premetaval se je in obračal. Jutro je dočakal buden. »Zajtrk,« je zaklical močan glas.

*Kar sapo ti je vzelo, ko si ga videl v najlepših oblekah.*

Ko se je mladenič pojavil, je imel na ramenih nahrbtnik in bil je čudno oblečen. »Sin...« je začel oče.

»Oče, preden kaj vprašaš, ti želim povedati, da odhajam.«

»Odhajaš, kam?«

»Ne vem zanesljivo. Oče, to življenje ni zame. Če mi daš torej moj delež iz sklada za študij, se bom odpravil.«

### KLJUČNO BESEDILO

! »Gospod je moja luč in moj ščit; njemu je zaupalo moje srce, in pomagat mi je, zato se silno raduje moje srce in slavil ga bom s svojo pesmijo.« (Ps 28,7)

Starec je odprl predalnik, umaknil steklenico pijače in mu podal denar, ne da bi ga pogledal v oči.

Tako je mladenič odšel v veliko mesto in se v njem sprijateljil z ljudmi, ki so bili željni zabave kakor on. Vozil se je v najdaljših in najbolj bleščečih avtomobilih. Kar sapo ti je vzelo, ko si ga videl v najlepših oblekah. Obedoval je v izbranih restavracijah. Niti enkrat ni pomislil na dom. »Prišel sem. Uspelo mi je. Vedel sem, da mi bo,« je razmišljal. Ničesar ni pogrešal.

Sčasoma pa je v tem velikem mestu videl vse več ljudi brez službe. Njegovi prijatelji so se zredčili. Pričelo mu je zmanjkovati denarja in spoznal je, da je mesto v gospodarski krizi.

Ko mu je pošel še zadnji groš in se je odločil preživeti, se je odpravil v predmestje, kjer naj bi po govoricah bile na voljo službe.

»Seveda te vzamem,« je rekel posestnik, »vendar ti ne morem veliko plačati zaradi stanja, v katerem smo.«

»Ni mi mar,« je odvrnil mladenič. »Samo majhen prostor potrebujem za spanje in kar koli mi pač ponudite za hrano.«

»Dobro; pojdi na dvorišče. Tvoja skrb je Betsy, jaz pa te bom hranil in ti dajal prenočišče.«

To bo šlo brez težav, je pomislil mladenič. Samo skrbeti moram za Betsy. Saj znam z otroki.

Ko je stopil na dvorišče, je ugotovil, da je bila Betsy navaden umazan in hrupen prašič.

»Slišal sem, da so v okolici tatovi prašičev,« je povedal lastnik. »Zato ne želim Betsy pustiti same čez noč. Pripravi si posteljo iz sena in spi poleg Betsy. In da ne pozabim, z njo si lahko deliš tudi hrano.«

»Toda, gospod...« je godrnjal mladenič.

»Tako sva se pogodila,« je zasikal lastnik. »Vzemi ali pusti.«

»Pred samo nekaj dnevi sem bil srečen, prvič v življenju sem bil radosten,« je pomislil mladenič. »Zdaj pa me poglej. Kar se mi je zdelo veselje, se je izkazalo za žalost. Domov grem. Očetu bom povedal, da sem bil neumen in da mi je žal. Rotil ga bom, naj me sprejme.«

Ko se je približal vratom stare kmetije, je pospešil korake. Oče, ki je stal na verandi, je stekel proti njemu. Ko sta se srečala, ga je oče objel in poljubil.

Ob tem snidenju je bilo veliko veselje. »Moj sin se je vrnil!« je vriskal oče. »Prinesite najboljšo hrano in praznujmo. Naj kdo prinese moje satenasto oblačilo in usnjene čevlje za mojega sina. On si zasluži najboljše, saj je našel pot domov.«

## RAZMISLI

- ?
- Tako oče kakor sin sta bila vesela, ko sta se znova srečala.
- Kaj to pove o odnosu z Bogom? Ali obstaja kakšna razlika med veseljem, srečo in duševnim mirom?

## ODKRIJ



## Sobota

Ena pesem, ki se vedno občasno poje v cerkvi, se glasi: »V svojem srcu imam veselje, veselje, veselje.« Ko sem bila še brezskrben otrok, sem jo pela zelo prepričljivo. Sčasoma sem odrasla in vedno teže mi jo je bilo peti, kajti včasih v srcu nimam veselja. Ko sem padla pri izpitih, nisem bila vesela. Ko sem bila ob priložnostno službo, prav tako nisem bila vesela.

In ko sem se morala preseliti in za seboj pustiti prijatelje v Angliji, sem se počutila precej bedno. Pa vendar se od mene kot mlade adventistke pričakuje, da se ves dan smehljam, mar ne?

Kaj pravi o tem besedilo v Prg 3,1.4?

---

---

---

Sveto pismo pravi, da bodo nastopili časi, ko ne bomo srečni. Ko bodo nastopili, nam bo zelo pomagalo, če razumemo, kaj je sreča in od kod pravzaprav prihaja.

Ali se spomniš še katerih imen za veselje?

---

---

---

Slovar slovenskega knjižnega jezika pravi, da je veselje prijetno duševno stanje. Veselje je lahko tudi zadovoljstvo ali upanje, mir ali zaupanje.

Od kod prihaja veselje po besedilu iz Gal 5,22?

---

---

---

Kaj lahko narediš, da bi bil vesel tudi tedaj, kadar nisi srečen?

---

---

---

Če želimo biti veseli, moramo samo prositi Boga. Prosimo Božjega Svetega Duha, naj nam da veselje.

---

## Nedelja

Stara ženica je ležala na smrtni postelji. Ob njej so bili zbrani svojci. Bila je zelo slabotna in trpela je bolečine. Družini je bilo zelo težko, ko so

jo gledali v takšnem stanju, in sin se ni mogel vzdržati joka. Starka je nežno poklicala sina k postelji.

»Ne joči za menoj,« je zašepetala. »Sedaj sem srečnejša, kakor sem bila kdaj prej. Kmalu bom zaspala in ko sem bom zbudila, bom zagledala Jezusa.«

Kaj pravi Ps 146,5 o odnosu med veseljem, srečo in upanjem?

---

---

Pomisli na okoliščine v svojem življenju, ko so se ti stvari zdele brezupne. Kako si se počutil? Če nas Bog vodi, imamo vedno zagotovilo, da se bodo stvari dobro iztekle. Kako lahko uporabiš obljubo iz Rim 8,28 zase?

---

---

---

---

---

## Ponedeljek

Imeti starejšega brata je lahko prednost, še posebej, če je velik in močan. Ko je bil moj brat ob meni, sem vedela, da vedno pazi name. Vedela sem, da me bo zaščitil, če me bo kdo poskusil zbadati. To mi je bilo zelo všeč.

Tudi kralj David je vedel, kako je imeti ob sebi koga, ki te brani pred sovražniki. V vsem njegovem življenju so si ga ljudje prizadevali umoriti. Razumljivo je bilo, če zaradi tega nikoli v življenju ne bi bil srečen, toda če si ogledate psalme, boste odkrili, da so polni besed hvale, sreče, radosti in hvaležnosti.

Preberi Ps 28,7 in Joz 1,5. Kako je bil David lahko tako zelo vesel?

---

---

---

Ker je David vedel, da se lahko zanese na Boga, je imel razlog za srečo kljub okoliščinam. Pojasni, kako je Bog pomagal naslednjim ljudem:

Vdovi (1 Kr 17,8-16)

---

---

Danielu (Dan 6,16-22)

---

---

Jezusovi materi (Jn 2,1-10)

---

---

---

Kdaj ti je Bog zadnjič pomagal v težavah? Kako si se počutil zaradi te-

ga? Vzemi si čas in se zahvali Bogu za njegovo pomoč in zaščito.

## Torek

Ura je bila 11.30 in moj brat se še vedno ni prikazal na prireditvi Pokaži kaj znaš. »Kako mi lahko stori kaj takšnega?« sem besnela. Ker sem predvidevala, da bo zamudil, sem prosila, da najin nastop preložijo na konec, in ko sem videla nekaj nastopajočih, sem vedela, da lahko zmaga. Če se bo seveda brat pojavil. Vadila sva, naredila veliko reklame in se pripravila na nastop. Kje je torej? Molila sem: »Bog, kje je? Ti veš, kako zelo sva se trudila in kaj mi to pomeni. Prosim, pošlji mojega brata, da lahko nastopiva.«

Kmalu zatem se je brat res pojavil. Vendar ne dovolj kmalu. Predstava se je že končala in zmagovalce so že objavili. Čeprav je imel dobro opravičilo, sem bila razočarana in zagrenjena. Že čez 20 minut pa sva se smejala in šalila, kakor da bi zmagala.

Kaj se je zgodilo? Ps 42,11 vsebuje dober nasvet. Preberi ga in napiši s svojimi besedami.

---

---

---

V luči tega besedila nisem imela razloga, da bi bila vznemirjena, mar-

več sem imela razlog za hvaležnost, da je moj brat prispel varno. Moje veselje ni prišlo samodejno, morala sem ga odkriti.

Moja babica je imela navado govoriti, da je za veselje treba Jezusa dati na prvi prostor, druge na drugega, sebe pa na zadnjega. Morala sem razmisliti, kaj bi naredil Jezus na mojem mestu, potem pa sem morala razmisliti, kako se počuti moj brat. Kmalu sem pozabila na sebična čustva in dejansko odkrila veselje. Spomni se okoliščin, v katerih lahko uporabiš to metodo:

---

---

---

---

---

Katere tri razloge podaja za svoje veselje v Flp 4,10-13?

1. \_\_\_\_\_

---

2. \_\_\_\_\_

---

3. \_\_\_\_\_

---

Nekdo je rekel, da sužnji v Stari Ameriki, ki so živeli v groznih okoliščinah, niso peli od sreče, marveč da bi se osrečili. Kaj je rekel David o sreči v Ps 103,1-5?

---

---

---

Zapiši pet stvari, za katere si hvaležen.

---

---

---

---

---

## Sreda

»Auuu!« Ko sem tako z obrazom proti tlom ležala na tleh študentskega doma, ker sem zgrešila stopnico, sem v mislih pregledala vsak del telesa, da bi ugotovila, ali je kaj zlomljeno. Zaradi neprevidnosti, ko sem drsela po stopniščni ograji, sem tvegala poškodbe. Sedaj sem lahko občutila posledice svoje napake. Moja leva rama je bila zelo boleča in sem bila zelo hvaležna, da se nisem resneje poškodovala.

Tudi apostol Pavel je odkril skrivnost zadovoljstva v vseh razmerah.

Predstavljaljaj si, da bolehaš za strašno boleznijo in da so ti zdravniki povedali, da boš živel samo še določen čas. Ali ni to strašna misel?

Kako bi se počutil, ko bi imel na voljo samo še leto dni življenja, v tvoje mesto pa bi prišel strokovnjak z Vzhoda? Slišal bi za tvojo bolezen in te v tednu dni pozdravil. Ali bi bil srečen? Ali bi prekipeval od sreče? Ali bi bil vznemirjen?

Kaj če bi ti tujec dejal, da ne smeš nikomur povedati o tem, kako si ozdravel? Kaj bi naredil?

---

---

---

Preberi Mr 1,40-45. Kako je Jezus tako zelo razveselil gobavca?

---

---

---

Gobavec je bil tako srečen, da ni mogel zadrževati sreče v sebi. Tako zelo je govoril o tem in močno motil Jezusovo službo, da ni mogel več javno učiti v tem mestu. Pomisli, kako lahko ti danes pokažeš svoje veselje.



### DELUJ

Napiši psalm (ali pesem), ki izraža veselje, katero ti je Bog vnesel v življenje.

Bog nam ponuja veliko priložnosti za prejem njegovega veselja. V zameno pa želi, da ga podelimo z drugimi:

- ◆ »Veselite se vedno v Gospodu. Še enkrat vam pravim: Veselite se!« (Flp 4,4)
- ◆ »Ukajte Bogu po vsej zemlji! S strunami pojte o slavi njegovega imena, slavo pridevajte njegovi hvali!« (Ps 66,1.2)
- ◆ »To pišemo, da bo vaše veselje popolno. In to je oznanilo, ki smo ga slišali od njega in ga vam oznanjamo: da je Bog luč in teme ni v njem nobene.« (1 Jn 1,4.5)

Od nas se ne pričakuje, da živimo brez razočaranj ali težav. Niti se ne pričakuje, da imamo ves dan v svojem življenju na obrazu umeten nasmešek. Je pa res, da nam je z Jezusom obljubljeno doživeti popolno in največje veselje. Lahko smo kakor apostol Pavel, ki je v preganjanju pel hvalnico Bogu. Preberi Dej 16,22-28.

Pravo srečo najdemo samo v odnosu z Jezusom. On pravi: »Pridite k meni vsi, ki ste utrujeni in obteženi, in jaz vam bom dal počitek.« (Mt 11,28) V njegovem objemu lahko najdemo počitek in veselje, če le prosimo.

# 5

## KO SEM MALODUŠEN



**Uvod** Kaj ti pomaga k boljšemu počutju, kadar si jezen, prizadet ali malodušen? Mnogi rečejo: »Pogovor.« Ta teden bomo proučevali o poslušanju. Kaj človeka naredi dobrega poslušalca? Kako te lahko dober poslušalec spodbudi? Poslušanje je več kakor le slišati besede. To je umetnost zavestnega poslušanja. Ko si pozoren, ti je mar in posvetiš popolno pozornost vsemu, kar je tega vredno. **Zakaj je poslušanje tako pomembno? Razmisli o uvodni zgodbi.**



Nnekoč je učitelj prosil sto srednješolcev, naj kot del raziskave napišejo pol strani dolg spis o hudem razočaranju v svojem življenju. Potem naj še napišejo, kaj jim je pomagalo premagati to malodušje. Skoraj vsi so omenili, da jim je najbolj pomagalo, ko jim je kdo prisluhnil.

### *Moje ocene so bile najslabše do sedaj.*

In kdo je bil ta kdo? Po toliko razpravah o prepadu med rodovi je presenetilo 65 %, ki so dejali: »Moji najboljši poslušalci so starši.«

Tukaj je nekaj njihovih odgovorov.

Marc (nižji razred): »Bil sem strašno malodušen. Bil sem stran od doma in moje ocene so bile najslabše do sedaj. Počutil sem se, kakor da na vsem svetu nimam prijatelja. Poklical sem očeta. Prisluhnil je. Jaz sem govoril. On je kar poslušal. Telefonski račun je bil ogromen, vendar je on kar poslušal. Ko nisem imel več česa povedati, je rekel: 'Žal mi je, Marc. Moliva glede tega.' Od takrat dalje so se stvari obrnile na boljše.«

### **KLJUČNO BESEDILO**

! »Tudi neumneža, ko molči, imajo za modrega, in kdor stiska svoje ● ustne, velja za razumne-ga.« (Prg 17,28)

Jana (nižji razred): »Ne glede na to, kaj sem naredila, ne glede na to, kako sem se učila, so moje ocene vztrajno padale. Tako me je skrbelo, da se nisem mogla osredotočiti, zato so se še poslabšale. Poročilo o ocenah so poslali domov. Nato sem se pogovorila z materjo. Prisluhnila mi je in mi zagotovila, da me kljub vsemu ljubi. Kar naenkrat se je vse popravilo. Tisti večer sem se lahko osredotočila. Naslednji dan sem prvič v tem polletju dobila štirico.«

Tim (višji razred): »Dekle me je pustilo in se mi zlagalo. Mislil sem, da ji lahko zaupam. Potem pa sem odkril, da hodi ven še z nekom drugim in da mi je ves čas lagala. Moje ocene so bile slabe in v šoli sem zašel v težave, za katere moji starši niso vedeli. Oče je dejal, da se želi pogovoriti z menoj. O, fant, kako sem se bal tega. Začela sva z ocenami, ker je vedel le zanje. Potem je dejal: 'Povej mi vse, sin. Muči te nekaj več kakor ocene.' Pogled v njegovih očeh in zven njegovega glasu – znova sem se počutil kakor majhen deček in nenadoma so iz mene planile vse bolečine, obup in težave. Prepričan sem bil, da me razume, kakor da boli tudi njega. Prisluhnil mi je, jaz pa sem govoril. Skupaj sva jokala. Sedaj vem, da bo ob meni vedno nekdo, ki mu lahko zaupam.«

Naslednja največja skupina najboljših poslušalcev so bili prijatelji – starejši prijatelji so se uvrstili više kakor najstniki.

Jonathan (višji razred): »Šest let so se težave zbirale okoli mene. Zapletel sem se v nasilje, mamila, spolnost, vandalizem in alkohol. Vedel sem, kam to vodi. Želel sem se spremeniti. Včasih sem celo molil. Menjal sem šole. V tednu molitve je prišel k meni vodja mladih iz Oregona. Prisluhnil je mojim težavam. Z njegovim vodstvom in Božjo besedo se sedaj poskušam zaposliti s samo dobrimi dejavnostmi.«

Leif (višji razred): »Ko so se moji starši ločili, sem bil na tleh. Nisem se počutil potrebnega ali ljubljenega. Dolžil sem sebe. Živel sem z očetom. Vedno je bil na delu. Pričel sem popivati – sprva malo, in potem vedno več. Prijateljico je resnično zaskrbelo. Ko me je poslušala, sem vedel, da ji je mar. In ker je bilo nekomu mar, sem tudi jaz spremenil stališče. Sedaj že vse leto nisem popil niti kapljice alkohola.«

Na vprašanje v tej raziskavi: »Kaj bi naredil, da bi pomagal malodušnemu prijatelju?« so skoraj vsi odgovorili: »Prisluhnil bi mu.«

Res je, da vsakdo potrebuje koga za pogovor. Prav tako drži, da je naš najboljši poslušalec Jezus. Včasih pa On uporabi starše in prijatelje, da

nam pomagajo. Če imaš težavo ali pa si malodušen in nisi med tistimi srečneži, ki se lahko zatečejo k staršem, poišči prijatelja, učitelja, pridigarja, vodjo mladih ali koga drugega, ki je to že doživel.

Prav tako pomisli na drugo stran zadeve. Tudi tvoji prijateji potrebujejo poslušalca. Nauči se biti dober poslušalec.

## ODKRIJ



## Sobota

Ali je mogoče poslušati in ne slišati? V čem je razlika? Ena od razlag poslušanja je, da je to »dejanje ali postopek sprejemanja zvokov«. Kako pa ti razlagaš poslušanje?

---

---

---

V Rim 10 apostol Pavel govori o ljudeh, ki so poslušali, a niso slišali. Opisuje nevero, s katero so sprejemali evangeljsko sporočilo. Judje so ga slišali, vendar se niso zmenili zanj. V Rim 10,16 piše: »Ali vsi niso bili poslušni evangeliju.« Svetopisemska razlaga pravi, da beseda »poslušni« v tem besedilu pomeni »ubogati kot

## RAZMISLI

• Kaj sporočam ljudem, če si ne vzamem časa, da bi jim prisluhnil?

sad poslušanja«, »prisluhniti«, »zmeniti se za«. /BC VI, str. 600/ Kaj bi lahko sedaj dodal svoji razlagi poslušanja?

---

---

---

Mesijevo sporočilo se je Izraelcem oznanjalo že od Stare zaveze dalje, vendar Jezusa niso sprejeli niti kot Mesija niti kot zveličarja svojega ljudstva, ker duhovniki in njihovi sledilci niso prisluhnili. Pastirji pa po drugi strani niso samo slišali angelov peti, temveč so tudi prisluhnili njihovemu sporočilu ter verovali. Odšli so v Betlehem in našli Mesija. Katerih svetopisemskih oseb se spomniš, ki niso ubogale?

---

---

---

Kaj je bila v vsakem primeru posledica neposlušnosti?

## Nedelja

Kaj lahko sporočiš drugim, če jim prisluhneš?

Scott, ki je bil zajet v raziskavo in hodi v višji letnik, pravi: »Tako sem

se trudil, da bi bil oče ponosen name, vendar tega nikoli ni opazil. Trudil sem se za dobre ocene. Nikoli jih ni omenil. Omenil ni niti mojega truda. Preizkusil sem se v košarki in osnoval moštvo. Nikoli ni rekel ničesar. Počutil sem se bedno, vendar sem tudi jaz molčal.

Končno tega nisem več zdržal in sem se pogovoril z očetom. Rekel sem mu, da se mi zdi, da mu ni mar. On pa je dejal, da mi toliko daje: topel dom, okusno hrano, lepa oblačila in krščansko vzgojo. Menil je, da vem, da to pomeni, da me ljubi. Dolgo sva se pogovarjala. Sedaj se lahko pogovarjava in vem, da me ima rad, ker prisluhne, kadar imam težavo.«

Če prisluhnemo drugim, to pomeni:

- ◆ da spoštujemo njihovo mnenje;
- ◆ da verujemo, da je pomembno to, kar povedo;
- ◆ da nam je mar, kako se počutijo;
- ◆ da bi jim radi pomagali.

Ali se spomniš še česa, kar označuje naše poslušanje?

## Ponedeljek

Ali si dober poslušalec? Odgovori na naslednja vprašanja, obkroži N ali P:

P N 1. Poslušanje je samo psihološka izkušnja, v kateri z ušesi sprejemamo zvoke in jih prenašamo v možgane.

- P N 2. Nagib telesa proti govorniku kaže, da ga poslušáš.
- P N 3. Dober poslušalec stoji nasproti govorniku.
- P N 4. V redu je, če sediš na robu mize, ko ga poslušáš, samo da ohraniš stik z očmi.
- P N 5. Kolikor bliže stojiš ali sediš drugi osebi, toliko laže se je pogovarjati.
- P N 6. Stik z očmi ti pomaga globlje spoznati govornika.
- P N 7. Dober poslušalec tiho poslušá, medtem ko drug govori.
- P N 8. Povzemanje je dobra navada poslušanja, ker zmanjša možnost nesporazuma.

*(Pravilni odgovori so na koncu tega nauka)*

Preberi naslednja besedila in poleg vsakega zapiši, kako je povezano s poslušnostjo:

Prg 15,23 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Prg 17,18 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Prg 29,20 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Prd 5,2 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 Jak 1,19 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

## **Torek**

Dijaki, ki so sodelovali v raziskavi, ki smo jo podali v uvodu, so dejali, da so poleg staršev najboljši poslušalci še prijatelji. Eden največjih blagoslovov prijateljstva je imeti koga, ki te poslušá. Preglej naslednje kazalce dobrega poslušanja.

- ◆ Poslušaj z namenom – da bi prijatelja razumel in mu pomagal.
- ◆ Spoštljivo poslušaj – ne dovoli, da te kaj zmoti. Bodi potrpežljiv in molči, ko ti izpovedovalec pripoveduje o težavah.
- ◆ Pozorno poslušaj – tvoje misli naj ne odtavajo.
- ◆ Prisluhni, da dojameš glavne misli.
- ◆ Pomagaj prijatelju tako, da poskušáš oceniti povedano, vendar se izogibaj kriticizma ali obsojanja.
- ◆ Če boš prebesedil povedano ali ponovil, da bo izpovedovalec slišal, tudi to pomaga.

♦ Nikoli ne govori drugim, kar ti je kdo zaupal. Tvoja raven zaupanja je izredno pomembna. (Razen v primeru samomora. Takrat poišči pomoč. Prav tako v primeru mamil ali nosečnosti povej prijatelju, da boš poiskal pomoč pri kom, ki mu zaupaš.)

♦ Moli z izpovedovalcem.

♦ Opmni izpovedovalca, da je Bog njegov najboljši prijatelj in poslušalec.

♦ Prosi Boga, naj ti pomaga biti dober poslušalec.

---

## *Sreda*

Kateri dokaz imamo, da nas Bog sliši, kadar govorimo o njem kot dobrem poslušalcu? Oglej si naslednja besedila:

☺ »Ker je Gospod zaslišal tvojo stisko.« (1 Mz 16,11)

☺ »Uslišal je Bog njihovo stokanje.« (2 Mz 2,24)

☺ »Njihovo vpitje pred njihovimi priganjači sem slišal.« (2 Mz 3,7)

☺ »Slišal je Gospod mojo prošnjo.« (Ps 6,9)

☺ »Iskal sem Gospoda in mi je odgovoril.« (Ps 34,4)

☺ »Sion to sliši in se veseli.« (Ps 97,8)

☺ »H Gospodu sem klical v stiski in mi je odgovoril.« (Jon 2,3)

☺ »Gospod je pazil in poslušal.« (Mal 3,16)

1. Kako veš, da je Gospod slišal Samsona, ko je ta vpil k njemu po pomoč ob koncu svojega življenja?

---

---

2. Kaj se je zgodilo z runom, ko je Gideon prosil za znamenje?

---

---

3. Kako veš, da je Gospod slišal Mojzesa, ko je prosil za moč, da bi stopil pred faraona?

---

---

4. Kaj se je zgodilo, ko je Elizej molil za Sunamljankinega sina? (2 Kr 4,32-35)

---

---

5. Kako veš, da ti je Bog prisluhnil pri tvoji zadnji težavi?

---

---

## Četrtek

---

Gospa B je poskušala preživeti možovo smrt. Obiskovalec ji je svetoval, naj pomisli na blagoslove in obišče otroke. Pridigar jo je obiskal in ji poskušal teološko pojasniti, zakaj je moral njen mož umreti tako zgodaj. Mlada zakonca sta jo poklicala in ji dejala, da dobro prenaša vse skupaj in da je videti čedna. Neki vernik ji je predlagal, naj poišče koga brez doma in ga povabi živeti k sebi.

Potem pa je nenapovedano prišla Charlotte, najstnica, ki je živela v sosednji hiši. Plela je materine rože. Oblečena je bila v kratke hlače, obuta v superge in na kolenih je imela sledove prsti. V roki je nosila tulipan. Takoj je opazila solze gospe B. Nagonsko je objela svojo sosedo.

Pozneje je gospa B poročala: »Hlipala sem na njenih ramenih. Potem je prisluhnila, ko sem izlivala svojo žalost – vso bolečino, ker sem ostala sama, in temo, ki je prekrila mojo pot. Morda je bila premlada in neizkušena, da bi razumela. Vendar jaz nisem potrebovala razumevanja.

Potrebovala sem koga, ki bi me držal za roko in mi prisluhnil.

Med pogovorom sem začutila sladko olajšanje in moje srce se je znova ogrelo. Ko je odhajala, je dejala: 'Ne pozabite, tukaj sem, če me boste potrebovali. Vrnila se bom.'

Ko sem jo opazovala, kako odhaja, sem pomislila: Kako podobna je Gospodu!«

## Petek

---

Poslušanje ima moč, da pomaga in zdravi. Je eden najboljših načinov za spodbudo. Osebi sporoča: »Spoštujem te. Kar si povedal in občutiš, je pomembno zame, in rad bi ti pomagal.«

Ta teden smo raziskali, kako smo lahko dobri poslušalci. Dobri poslušalci so potrpežljivi in obzirni, poslušajo celo, če se ne strinjajo s povedanim. Znajo se vživeti v občutke in znajo molčati.

Čeprav je Bog najboljši poslušalec, vedi, da je zelo pomembno, da mu tudi mi prisluhnemo. Govori nam na mnogo načinov in če smo mu poslušni, prejmemo veliko spodbude.

*(Odgovori k lekciji za ponedeljek: 1N, 2P, 3P, 4N, 5N, 6P, 7N, 8P)*

### DELUJ

Naredi seznam zadnjih treh dolgih pogovorov s kom. Razčleni vsako izkušnjo s temi tremi vprašanji: Kdo je več govoril? Kako pozorno sem prisluhnil temu, kar je drug govoril? Kako lahko zboljšam tehniko poslušanja?



# 6

## ŠTUDENTOVO OBJOKOVANJE



**Uvod** Sočustvovanje – kaj je to in kako vpliva nate osebno? Kako je povezano s spodbudo? Slovar slovenskega knjižnega jezika opisuje sočustvovanje takole: »Čustvena prizadetost, žalost ob nesreči, trpljenju koga.« Morda je laže, če rečemo, da to pomeni »potruditi se, da bi drugega bolje razumeli«. Ta teden se bomo osredotočili na sočustvovanje kot sredstvo za spodbudo drugih. **Najprej pa, ali si že kdaj občutil, kar je opisano v uvodni zgodbi?**

**N**e vem, zakaj sem sploh prišla v to šolo! Nikomur ni mar. O, saj ne, da me ne bi marali – samo tako je! Ko me vsaj ne bi marali. Želim si, da bi bila dekle iz restavracije, ki je res zlobna in mi je rekla, da me sovraži. Potem bi mi bi bilo vsaj mar. Kakor pa je sedaj, mi ni nič mar. Če bi jutri odšla domov, me nihče ne bi pogrešal. Še veseli bi bili, nikakor ne žalostni.

*Sedaj nisem spadala  
nikamor več in nič  
mi ni bilo všeč.*

Nihče me namenoma ne izključuje. Samo ne upoštevajo me. Tako so zaposleni s samimi seboj, s svojimi prijatelji. O, da, prepirajo se in celo ljubosumni so drug na drugega, toda nihče se nikoli ne prepira z menoj.

Nekdo je potrkal na vrata in vznemirjeno stečem k vratom, da bi videla, kdo je.

»Ali je Marybeth tu?« Marybeth je moja sostanovalka. Njeni prijatelji se vedno ustavljajo tukaj.

»Ne, ni je. Lahko pa vstopiš in jo počakaš. Kmalu se bo vrnila.« Pomislim: 'Morda, samo morda pa bo vstopila in se bova spoznali.'

»Ne, samo povej ji, da je bila Janet tukaj. Videli se bova pri kosilu.«

### **KLJUČNO BESEDILO**

! »Ti, ko se nekdanj spreobrneš, potruj svoje brate.« (Lk 22,32)

»Da, všeč ti bo tam,« mi je pravila mlada svetopisemska učiteljica, ki je sodelovala z evangelistom, ki je seznanil mojo družino in mene s popolnoma novim načinom življenja. Krstil nas je v družino adventistov sedmega dne samo nekaj tednov, preden se je jeseni začela šola.

»Tam sem diplomirala,« je dejala učiteljica, »in moji starši tudi. Prav vsako minuto sem uživala.«

Da, sem pomislila, o tem sem prepričana. Ti in tvoji prijatelji in njihovi prijatelji in še njihovi prijatelji, ki so hodili v to šolo in cerkev skupaj že od...

Vse svoje življenje sem hodila v javno šolo. V srednji šoli sem bila skupaj s prijatelji, s katerimi sem odraščala. Bila sem del vsega tistega – sodelovala sem pri šolskem časopisu in letopisu, igrala v košarkarskem moštvu. Igrala sem v šolski drami. Tudi moja mati je sodelovala. Nekam sem pripadala in všeč mi je bilo.

Sedaj nisem spadala nikamor več in nič mi ni bilo všeč. Odšla bi domov, vendar nisem mogla razočarati staršev. Nisem jim mogla povedati, kako bedno se počutim tukaj. Ker ni nihče segel proti meni in me nihče ni opazil, sem se umaknila.

Naporno sem študirala in dosegala lepe ocene. Pisala sem domov: »Tukaj je čudovito. Srečanja ob petkih zvečer so čudovita. Čudovit molitveni teden smo imeli.« Nekaj, česar še nikoli prej nisem doživela.

Potem so me prišli obiskat starši in povedala sem: »Prejšnji teden je



bil nastop Pokaži, kaj znaš... Ne, nisem sodelovala... Nihče me ni zaprosil... Ne, nisem jim povedala, da znam peti. Nisem želela biti videti vsiljiva.« Tako je bilo celo leto in pol. Potem pa se je zgodilo nekaj, kar je vse spremenilo.

Februarja mi je zaradi srčne kapi umrla mama. Nenadoma sem morala domov. Nekaj dni me ni bilo v šolo in tudi nekaj izpitov sem zamudila.

Resnično se nisem želela vrniti v šolo. Uporabila sem celo izgovor, da me mlajša brat in sestra potrebujeta doma. Vedela sem, da me potrebujeta. In tako zelo sem se morala počutiti potrebno.

Moj oče pa tega ni hotel slišati, zato sem se po dveh tednih urejanja in pomaganja doma vrnila v šolo. Načrt je bil, da bo prodal naš dom in se preselil bliže šoli, ko bo mogoče. Medtem pa bi skupaj z mlajšima otrokoma preostanek šolskega leta živeli v avtodomu, v delu, kjer so živeli poročeni študenti.

Predstavljate si moje presenečenje, ko sem odprla vrata prikolice in odkrila ljubke zavese, sveže cvetje in celo nekaj nakupljene hrane na policah, v pečici pa se je grela pita. Na mizi je bilo sporočilo: »Žal nam je, ker si izgubila mater. Dobrodošla spet med nami. Dekleta z drugega nadstropja.«

Ko sem se naslednji dan vrnila domov, sem našla pet mangov in sporočilo učiteljice španščine. Pisalo je: »Prijatelj iz Kube mi jih je nekaj poslal in rada bi jih nekaj dala tebi. Živim v Študentski ulici 274. Pridi me obiskat. Lahko se pogovarjava in lahko ti pomagam nadoknaditi zamujeno.«

In tako dobro se spominjam večera, ko sem odhajala domov iz knjižnice. Za seboj sem slišala korake, ki so me poskušali dohiteti. Fant po imenu John je zaklical: »Elaine, počakaj.« Ko je pritekkel do mene, je dejal: »Rad bi, da veš, da mi je zelo hudo, ker si izgubila mater. Moja mati je umrla lani in vem, kako je – bolečina, osamljenost.«

Pogovarjala sva se in njegova zaskrbljenost mi je veliko pomenila. Nikoli ga ne bom pozabila.

V naslednjih letih sem videla kratka sporočila v časopisnih stolpcih o njegovem delu. Sedaj je pridigar in spomnim se, kako zelo dober brat je bil – eden, ki se je ustavil in sočustvoval z menoj, z osamljenim dekletom pred veliko leti.

## ODKRIJ



### *Sobota*

**RAZMISLI**

? Ali obstaja kdo doma, v šoli ali na delovnem mestu, ki potrebuje moje sočustvovanje?

Ali naj Bog dovoli, da se nam zgodijo določene stvari, da bomo lahko razumeli druge? Najbolje lahko

razumemo, kaj čutijo drugi – njihovo veselje, bolečino in malodušje – če smo tudi sami doživeli enake občutke – če smo bili v njihovem položaju.

Zato Jezus lahko razume vse o nas. Rodil se je na tej zemlji kakor mi. Kot otrok se je igral na nazareških cestah. Plezal je na drevesa in zbiral kamne in školjke in morda je imel celo hišnega ljubljénčka. Besedilo v Iz 53 pove, da je bil zaničevan in zavržen ter je poznal žalost. Bil je zatiran in v stiski.

Pomisli na stvari, ki so se ti zgodile in ti hkrati omogočile približati se komu, ki je bil prizadet. Označi tisto, kar se nanaša nate:

- ♦ Tvoj/e fant/dekle te je zapustil/o.
- ♦ Za osebo, ki si ji zaupal, si odkril, da ti je lagala.
- ♦ Nisi opravil razreda.
- ♦ Izgubil si nekaj vrednega, kar ti je nekdo podaril.
- ♦ Nikoli nisi manjkal v šoli, potem pa si zbolel tik pred koncem šole.
- ♦ Umril je nekdo, ki ti je bil blizu.
- ♦ Občutil si osamljenost v novem okolju.

## Nedelja

Preberi Lk 22,32. Nekaj dni zatem je apostol Peter znova oznanil, da je pripravljen umreti za Jezusa. Ni pa še minilo 24 ur, ko ga je trikrat zatajil.

Preberi Jn 21,15-17. Kaj je Jezus znova naročil Petru?

---

Kaj pomeni »pasti« Božja »jagnjeta«?

---

---

Preberi 1 Pt 5,1 in ugotovi, kako je apostol Peter izvršil to nalogo. Tokrat je Peter starejši in bolj izkušen. Resnično je spreobrnjen. Odšel je k stotinam ljudi in jim vлил upanje in spodbudo. Pasel je čredo. Kaj pa zato v 1 Pt 5,2 pravi, naj naredijo novi verni?

---

---

---

## Ponedeljek

Besna množica se je zbrala s kamni v rokah. Ona pa je padla na kolena in si pokrila glavo z rokami. Potem so glasni kriki, hrup in vpitje ponehali. V tišini je slišala nežen glas: »Pojdi in ne greši več.«

Kako je bil Jezus zmožen sočustvovati z grešniki, če je živel brezgrešno življenje?

---

---

Imej v mislih, da je Jezus doživel posledice greha – sovraštvo in krutost. Vedel je, kako se počutijo drugi. Ne-koč so mu pripeljali žensko, zasačeno v prešuštvu, On pa

- ♦ je veroval vanjo,
- ♦ ni pogreval slabih stvari, ki jih je naredila,
- ♦ je ni grajal ali obsojal,
- ♦ se ji je približal in jo spodbudil.

Kaj bi ti naredil, če bi bil v množici, ki je obtožila to žensko? Bodi iskren.

- a. Pretvarjal bi se, da je ne poznam.
- b. S prijatelji bi se pogovarjal o njej.
- c. Molil bi zanjo.
- č. Ko bi njeni tožniki odšli, bi ji ponudil, da jo poslušam.
- d. Pokril bi si oči, da ne bi videl, kako jo kamnajo.
- e. Obžaloval bi jo.
- f. Pomagal bi ji ponovno stopiti v družbo in se z njo sprijateljil.
- g. Drugo \_\_\_\_\_

---

Kakšen bi bil tvoj sočuten odziv?

---

---

---

## ***Torek***

Z ljudmi moramo sočustvovati tudi takrat, kadar je obup posledica nji-

hovega napačnega ravnanja. Odzvati bi se morali podobno, kakor se je odzval Jezus na žensko, ki so jo zasačili v prešuštvu. Preglej svoje včerajšnje odgovore in razmisli o podobnem primeru:

Betty je bila samska 19-letnica, ki se je zaljubila v Johna, poročenega moškega iz cerkve. Zadeva je skoraj uničila njegov zakon. John in njegova soproga sta se za nekaj časa odločila živeti ločeno in prenehala hoditi v cerkev. Po svetovanju pa sta se spravila in znova začela prihajati k bogoslužju.

Ko je Betty spoznala svojo strašno napako, ji je bilo žal, in tako zelo se je sramovala, da je prenehala hoditi v cerkev. Tudi prijatelji se niso več družili z njo. Vernica, za katero je Betty ob večerih delala, ji je dejala, da obžaluje, ker preživlja takšne čase, vendar je ne potrebuje več.

Starši so Betty vsako soboto spodbujali, naj gre v cerkev: »Ne morem,« je odgovarjala. Z okna jih je s solzami v očeh opazovala, ko so odhajali. Minili so tedni in nekega dne je Betty prejela razglednico od sobotnošolske učiteljice. »Žal nam je, da te ni. Pogrešamo te. Prosim, vrni se.« Betty se je nasmehnila in porinila razglednico v predal. Pridigar je nekajkrat poklical in ji ponudil pogovor, ona pa je vedno rekla, da bo premislila.

Sčasoma je zbrala dovolj poguma, da se je vrnila v cerkev. Sedla je v zadnjo klopo in zgodaj odšla. Ves teden je molila za pogum, da bi v soboto spet šla, in uspelo ji je. In potem je prišel dan Gospodove večerje. Po

pridigi so bile sestre povabljene v kletne prostore k obredu ponižnosti.

»Kaj pa ti tukaj?« je zasikala ena od vernic. Betty je zazijala. Solze so napolnile njene oči in stekla je po stopnicah. Ko si je utrla pot mimo vseh žensk, jo je ujela roka. Bila je Johnova žena. »Prosim,« je dejala, »rada bi s teboj umivala noge.«

## Sreda

Kaj je razlika med usmiljenjem in sočutjem? Usmiljenje je občutek ali izraz pomilovanja ali žalosti zaradi nesreče drugega. Sočustvovanje pa je poistovetenje z razumevanjem razmer koga drugega, njegovimi občutki in spodbudami. Sočutje je več kakor besede. To je dati sebe na voljo za kar koli, kar je potrebno.

Preglej včerajšnjo zgodbo o Betty in pomisli na odgovore, ki jih je dobivala od drugih. Na spodnji razpredelnici označi odzive drugih.

(P = pomilovanje; S = sočustvovanje; V = vseeno)

	P	S	V
Ženska, katera jo je užalila			
Starši			
Pridigar			
Verniki			
Johnova žena			
Učiteljica iz sobotne šole			
Njeni prijatelji			
Ženska, za katero je delala			

1. Kakšen bi bil sočuten odgovor od vernikov?

---

---

2. Kaj meniš, da bi se zgodilo z Betty, če se Johnova žena ne bi ponudila z njo umiti nog?

---

---

3. Kaj ima odpuščanje opraviti s sočutjem?

---

---

## Četrtek

Komu je potrebno sočutje? Neka kristjanka pravi, da vsak dan moli, da bi ji Bog pokazal koga, komur lahko pomaga. Presenečeni bi bili nad tem, koliko ljudi ji Bog pokaže – najstnike, odrasle in otroke.

Oglej si besedila v pravokotniku in primerjaj besedilo z navedeno okoliščino:

1 Mz 4,15	a. nekdo, ki je resno bolan
Job 2,7	b. nekdo, ki beži pred Bogom
Oz 3,2,3	c. nekdo, ki nosi znamenja greha
Jon 1,3	č. nekdo, ki se bojuje za družinskega člana, ki je odtaval
Mt 26,38.39	d. nekdo v ječi
2 Tim 4,9-13	e. nekdo, ki je izredno obremenjen

Sedaj obkroži tri primere in za vsakega zapiši, kako bi pokazal komu sočutje v podobnih razmerah.

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### ***Petek***

Sočutje je več kakor besede. To pomeni poistiti se z njimi, ki so v te-

žavah, in se jim ponuditi na voljo, kadar te potrebujejo. Kadar sočustvujemo, moramo najprej razumeti razmere. Potem se vživimo v to osebo in pomislimo, kako se počuti ali kako bi se mi počutili v enakem položaju. Sočutje prav tako pomeni pozabiti preteklost.

Jezus je ženski, zasačeni v prešuštvu, dejal: »Pojdi in odslej več ne greši.« Ali lahko tudi mi pozabimo napake, ki so jih naredili drugi, in jim ponudimo roko v pomoč ter jim vlijemo upanje in spodbudo?

Ali je mogoče, da Gospod včasih dovoli, da se nam kaj zgodi, da bi lahko pomagali drugim? V tednu, ki je pred tabo, razmišljaj, kako lahko uporabiš svoje izkušnje, da boš spodbudil koga, ki ima težave.



### **DELUJ**

Iz cerkvene knjižnice izberi knjigo, ki opisuje izkušnjo koga na misijonskem polju. Med branjem naredi seznam primerov sočutja, ki ga je misijonar pokazal v službi drugim.

# 7

## POMEMBNO JE, KOGA POZNAŠ



**Uvod** Kaj ti pomeni znan izraz duševni mir? Ali to, da nimaš težav? Da nisi pod stresom? Ta nauk ti bo pomagal spoznati občutek miru, občutek, da bo vse v redu. Ta občutek lahko dobiš edino s poznavanjem Boga. Kako pa naj ga dovolj spoznamo, da mu lahko zaupamo? **To boš ugotovil v nauku tega tedna, najprej pa razmisli o uvodni zgodbi.**

Takoj ko so se vrata za Russellom glasno zaprla, se je odpravil od sprejemnega okenca k ravnateljevemu uradu. »Zakaj me je poklical?« se je spraševal. »Kaj bi lahko storil, saj sem tukaj komaj en teden.« Ko je šel znova mimo telefonov, ga je pograbila neka roka.

*Pomiri se. Prepričana sem, da je vse v redu.*

»Hej!« je zavpil.

»Sprosti se,« ga je hitro spustila. »Vprašati sem te hotela samo to, ali želiš sede počakati.«

»O, oprost, mislim, da sem živčen.« Russell se je ozrl naokoli in prvič opazil zelen stol v kotu. Sedel je na rob in jo pogledal. »Čedna,« je pomislil, »zelo čedna.« Znova je spregovorila:

»Sem Cassie. Ti pa si najbrž Russell, novinec.«

»Da, to sem jaz. Šele nekaj dni sem tukaj.«

»Kako ti je všeč?«

»Drugачe je, vendar lepo. Večina mladih mi je všeč.«

»Kaj pa učitelji?«

»Mislim sem, da so v redu, sedaj pa ne vem več.«

»Kaj pa je narobe?«

## KLJUČNO BESEDILO

! »Mir vam zapuščam, svoj mir vam dajem, ne da jem vam jaz, kakor daje svet. Ne bodi vam srce plašno in boječ.« (Jn 14,27)

»Kaj je narobe? Poklican sem v ravnateljev urad, pa niti ne vem, zakaj!« Vstal je in znova začel hoditi.

»Ali si storil kaj, kar te je privedlo v težave?«

»Ne!«

»Potem pa se pomiri. Prepričana sem, da je vse v redu.«

»Tebi je lahko govoriti. Kdaj si bila nazadnje poklicana v ravnateljev urad?«

»Nikoli.«

»Se mi je zdelo. Ko sem bil jaz nazadnje poklican v ravnateljev urad v stari šoli, so me izključili.«

»Vendar tukaj nisi naredil ničesar, mar ne? Torej?« Pokazala je proti stolu. Russell je znova sedel in si ogledoval noge.

»Nikoli se nisem razumel z ravnateljmi. Najbrž bo iz mene izvlekel, kaj me je težilo v stari šoli. Potem me bo posvaril, naj se poboljšam ali pa ne bom dolgo tukaj. Posvaril me bo zaradi vpliva na druge otroke in dodal bo, da me bo opazoval kakor sokol.«

»Ne. Ne bo tako. Nikar ne skrbi.«

»Kako pa ti veš?« je skoraj zavpil.

Telefon je prekinil njen odgovor. Dvignila je ob drugem zvonjenju.

»Dober dan, vam lahko pomagam?«

Russell je znova pričel hoditi. Takoj ko je odložila, je rekel: »Še nikoli nisi bila v mojem položaju, zato ne veš.«

»Ne bodi preveč prepričan o tem, kaj vem. Ker še nisem bila v težavah, še ne pomeni, da ne vem, kaj se tam dogaja,« je dejala in pokazala na urad.

»Da, prepričan sem, da vsak, kdor gre tja noter, pride ven z nasmeškom na obrazu in brezskrbno.«

Tokrat so njen odgovor zmotila vrata, ki so se odprla.

»Russell, prosim, vstopi,« je rekel gospod Stover.

Russell je še enkrat pogledal Cassie, stresel z glavo in stopil v urad. Za seboj je trdno zaprl vrata.

Ko je nekaj minut pozneje zapustil urad z nasmeškom na obrazu, se je odpravil proti hodniku. Obotavljal se je in obrnil proti mizi ter počakal, da je Cassie končala telefonski pogovor.

Odložila je in se obrnila k njemu. Pogledal jo je naravnost v oči.

»Kako si vedela, kako bo?«

Pomežiknila je: »Ker je moj očka.«

je možno mir najbolje razložiti s primerjanjem. Oцени, kako bi se počutil v naslednjih položajih (1 je miren, 10 vznemirjen).

Jutri moraš oddati seminarsko nalogo. Polovico je nimaš natipkane, v tiskalniku pa je zmanjkalo barve.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Opaziš, da je kazalec za števec goriva na rdečem področju, do najbližje črpalke pa je 70 kilometrov.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Pouk se je končal, sonce sveti in ti uživaš s fantom iz sanj.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Čas preizkušnje se bo zate končal, ti pa veš, da nisi živel, kakor bi moral.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Preberi Jn 14,27. Jezus nam obljublja mir. Pred čim nas varuje njegov mir?

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

S tem besedilom v mislih opiši prizor, v katerem bi bil miren. Zamisli si sam prostor, kaj vidiš, slišiš in predvsem kaj misliš in občutiš.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## ODKRIJ



## *Sobota*

Imeti mir včasih imenujemo tudi biti sproščen, miren, spokojen. Morda

### RAZMISLI

• Zakaj je bil Russell živčen, ker je moral k ravnatelju? Kaj nas ovira, da nimamo miru, kadar mislimo na Boga?



## Nedelja

Zakaj je bil Russell v uvodni zgodbi živčen? Zakaj je bila Cassie tako prepričana, da mu ni treba biti?

Russellova težava je bila v tem, ker ni poznal ravnatelja in se je bal, da bi prišla na dan njegova preteklost. Cassie pa je po drugi strani imela drugačno stališče zaradi svoje povezave z ravnateljem in ker je vedela, da ni naredila ničesar, kar bi negativno vplivalo na to povezavo.

Sestavine, ki so potrebne za usklajen odnos z Bogom, so podobne kakor pri Cassie in njenem očetu. Iz teh besedil poišči korake za dosego miru z Bogom:

### Duševni mir

_____
Iz 26,3
_____
Jn 15,12
_____
Jn 14,27
_____
Heb 11,6
_____
Lk 13,3

Ko oblikuješ odnos z Bogom, se lahko sprostiš in mu dovoliš poskrbeti za stvari, ki te resnično motijo. Prepustiš mu lahko skrb za svojo prihodnost, službo in izbiro partnerja. Pre-

pustiš mu lahko breme zanje, ki jih imaš rad, za družino in prijatelje.

Kaj bi najraje prepustil Bogu v svojem življenju? Katere skrbi bi mu prepustil? Zapiši tri stvari, ki jih želiš prepustiti Bogu, da jih On uredi v tvojem življenju.

---

---

---

## Ponedeljek

Kako pogosto izročiš svoje življenje v roke koga drugega? Kako to vpliva nate? Velikokrat ko to narediš, doživiš strašno izkušnjo. Navsezadnje nič več ne nadzoruješ svoje varnosti. Vse, kar lahko narediš, je, da zaupaš tej osebi. Na lestvici od 1 do 10 oceni te položaje in kaj bi te najbolj vznemirilo ali preplašilo. Ocena 1 pomeni v redu, 5 – živčen sem, vendar to lahko prenesem, 10 – trd od strahu.

- \_\_\_ Brat v gostem prometu zelo hitro vozi.
- \_\_\_ Letiš s trgovskim letalom.
- \_\_\_ Skočil si s padalom, ki ga je zložil kdo drug.
- \_\_\_ Voziš se z vlakom smrti.
- \_\_\_ Letiš v športnem letalu.

Ljudje iz Svetega pisma so doživeli razmere, v katerih je bilo njihovo življenje izročeno v roke drugih. Iz naslednjih besedil izpiši ime osebe, katere življenje je bilo v rokah drugega, in potem ime osebe, ki ji je bilo to življenje zaupano.

1 Sam 24,1-13

Kdo je zaupal \_\_\_\_\_

Komu je zaupal \_\_\_\_\_

Dan 3,13

Kdo je zaupal \_\_\_\_\_

Komu je zaupal \_\_\_\_\_

Lk 22,39-44

Kdo je zaupal \_\_\_\_\_

Komu je zaupal \_\_\_\_\_

Jn 8,1-11

Kdo je zaupal \_\_\_\_\_

Komu je zaupal \_\_\_\_\_

Iz teh primerov lahko vidiš, da zaupanje samo po sebi ne obrodi vedno kaj pozitivnega. Pomembno je, komu zaupamo.

## Torek

Pomisli na znanca, ki uživajo notranji mir. Kako jim to uspeva?

Najstnikom in odraslim se zdi, da otroci nimajo skrbi – da ne vedo dovolj, da bi jih skrbelo. V življenju so mirni predvsem zato, ker imajo odrasle, ki skrbijo zanje in zadovoljijo vse njihove potrebe. Na svoje starše se zanašajo, odkar pomnijo.

Pomanjkanje miru lahko nastane zato, ker se nimamo na koga zanesti. Kot kristjani pa vsekakor imamo Nekoga, ki obljublja, da bo poskrbel za nas. Najteže se je naučiti zanašati nanj. Do odločitve, da se bomo zanašali na Boga, lahko pride v trenutku. Če pa se želimo naučiti zaupati Bogu, pa traja veliko dlje. Kako se tega naučimo? Pomisli, kako so to naredili drugi. Oglej si naslednja besedila in poveži ljudi s tem, kar so naredili in jim je pomagalo, da so se naučili zanašati na Boga.

Kdo

\_\_\_\_ Abraham (1 Mz 22,1-3)

\_\_\_\_ Elija (1 Kr 17,16)

\_\_\_\_ Učenci (Mt 10,5-42)

\_\_\_\_ Mojzes (2 Mz 3,1.2)

Kako so se naučili zanašati

1. S poslušnostjo Jezusovim naukom.
2. Živel so preprosto puščavsko življenje.
3. Zanašali so se na Boga, ki je zadovoljil vsakodnevne potrebe.
4. Delali so, kakor pravi Bog, ne glede na to, kako čudno se zdi.

Pri vsaki osebi pa je pomembno, da je sčasoma razvila odnos z Bogom. Ko je zaupala, je prejela mir.

Zapiši stvari, za katere si odvisen od Boga (izključni osnovne potrebe).

---

---

---

Jakob (1 Mz 28,10-22)

---

---

Elija (1 Kr 19,9-16)

---

---

### ***Sreda***

---

Dve sestavini za odkritje miru z Bogom in notranjega miru sta poznavanje Boga in življenje po njegovi volji. Če bi se ponoči splazil iz hiše, ko bi tvoji starši spali, in odšel kam, kamor ti ne dovolijo hoditi, bi bil živčen vsakič, kadar bi te poklicali po imenu. Vznemirjen bi bil vedno, kadar bi bili ob tebi.

Če gojiš navado, za katero veš, da je napačna, ne boš čutil miru z Bogom.

Preberi Mt 26,69-75. Kaj je naredil Peter, zaradi česar potem nekaj časa ni imel odnosa z Jezusom? Kako ga je Jezus povrnil v stanje pokoja? Preberi Jn 21,15-17.

Kadar naredimo napako, lahko računamo, da nam jo bo Bog predočil in pokazal pot nazaj v stanje pokoja. Ljudje opisani v Svetem pismu so delali napake, te pa so jih ločile od Boga. Preberi naslednja besedila in opiši metodo, ki jo je Bog uporabil, da se je vsakdo zavedel svoje napake.

David (2 Sam 12,1-12)

---

---

Jona (Jon 1,9-16)

---

---

Balam (4 Mz 22,21-38)

---

---

Peter (Mt 26,69-75)

---

---

Vsakdo se moti. Če pa napaki ali navadi dovolimo oslabiti naš odnos z Bogom, izgubimo mir. Mir pride, ko preprosto rečemo: »Naj bom znova tvoj otrok. Znova želim izročiti svoje življenje v tvoje roke.«

## Četrtek

---

Kaj občutiš, kadar slišiš besede: preganjanje, vojne in glasovi o bojih, šibe, čas konca? Ali ti je prišla na misel beseda pokoj? Koliko miru uživaš, ko veš, da je čas konca? Kako ti poznavanje Boga pomaga pri tem?

Predstavljaljaj si, da se vkrcaš na letalo, ki leti proti Karibskim otokom. Vzlet poteče gladko, ko pa se letalo dvigne na višino deset kilometrov, pred sabo opaziš temne in divje oblake. Ko zapeljete naravnost v nevihto, zadržiš sapo. Začne se sunkovito premetavanje. Letalo hitro zavije levo in potem desno. Skoči gor in potem dol. Strele udarjajo tik poleg njega. Prepričan si, da je strmoglavljenje samo še vprašanje časa. Zapreš oči in se pripraviš na neizbežno. Ko pa se letalo prične spuščati, opaziš, da to poteka gladko. Pilot objavi, da je do pristanka samo še dve minuti. Ko izstopiš, prisežeš, da nikoli več ne boš stopil v letalo.

Sedaj si predstavljaljaj enak prizor, vendar spremeni tole: Ko dosežete določeno nadmorsko višino, pilot pojasni vse, kar se bo dogajalo, medtem ko bo letalo sredi nevihte. Reče vam, da se sprostite, da so sunki del poleta. Ali bi ti pomagalo, če bi vedel, kaj naj pričakuješ? Isto velja za čas konca. Da, razmere bodo resne. Toda ker poznaš Boga in veš, da On vse upravlja, boš lahko miren.

V Mt 24 je Jezus opisal nekaj dogodkov časa konca. Iz naslednjih vrst poišči stvari, ki se jih je treba zave-

dati pred pričetkom poleta. Najpomembnejša stvar je zadnje besedilo.

Mt 24,5 \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Mt 24,7 \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Mt 24,9 \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Mt 24,14 \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Mt 28,20 \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

---

## Petek

Ta teden smo spoznali, kako nam poznavanje Boga lahko prinese mir. Biti sposoben zanašati se na Jezusa ne pomeni, da se ne bomo srečevali s stresom ali doživljali stisk. To preprosto pomeni, da imamo Nekoga, na kogar se lahko zanesemo za pomoč in vodstvo, kadar imamo težave.

Odnos z Bogom prinaša mir, da pa bi dosegli ta odnos in spoznali Boga, moramo biti pripravljeni preživljati čas z njim, kakor bi ga preživljali s prijateljem. Verovati moramo vanj in sprejeti njegovo daritev za naše življenje ter se izročiti izpolnjevanju nje-

gove volje. Samo tako bomo dosegli pravi duševni mir.

V Iz 26,3 piše: »Njemu, ki je stanovit v misli, hraniš večni mir, ker

upa vate.« Če mislimo na Jezusa, zavarujemo svoj mir. Če Jezusa in njegov načrt za naše življenje izgubimo pred oči, izgubimo tudi mir.



## **DELUJ**

Preberi vsako vrstico hvalnice iz Pesmarice adventistične cerkve (PAC), št. 303. Če igraš katero glasbilo, zaigraj nanj med razmišljanjem o tem, kaj ti pomeni Božji mir.

# 8

## ABRAHAM IN POGOVOR



**Uvod** Ena najpomembnejših sestavin osebnega miru je osebna vera. Kaj natanko pa je vera? Kaj pomeni tako močno verovati v nekaj, da to vpliva na tvoje vsakdanje življenje? Ta teden si bomo ogledali, kako prejeti vero, kaj je vera, kaj je naredila za ljudi v Svetem pismu, kaj lahko naredi za nas in kako je povezana z našim mirom. Najprej si zamisli, da si Abraham. **Kako bi odgovoril na vprašanja v uvodni zgodbi?**

1. dejanje

**Napovedovalec:** Sedaj je na vrsti oddaja Gusa Whoja.

**Who:** Dobro jutro in pozdravljeni v moji oddaji. Sem Gus in tokrat bomo govorili z gospodom, ki je živel zelo nenavadno. Zapustil je deželo svojih staršev, ker se je odzval na to, kar sam imenuje videnje, Božje sporočilo. Sedaj očitno sledi istemu klicu ali videnju in se je nastanil v Kanaanu. Abraham, kaj nam lahko poveš o tem glasu?

*To je isti glas, ki se ga zavedam že vse življenje.*

**Abraham:** Očetova družina je vedno častila Boga v nebesih, edinega pravega Boga. Glas, ki ga slišim, je njegov.

**Who:** Kako si lahko prepričan? Danes je veliko bogov, katerim ljudje sledijo. Kako veš, da je to Božji glas?

**Abraham:** To je isti glas, ki mi govori znotraj – glas, ki se ga zavedam že vse življenje.

**Who:** Ali še kdo sliši ta glas, ko ti govori?

**Abraham:** Ne.

**Who:** In ti si še vedno pripravljen narediti, kar ti reče? Osupljivo! Ko se

vrnemo, bomo vprašali Abrahama, kako je bilo prečkati puščavo.

Ostanite z nami...

2. dejanje (mnogo let pozneje)

**Napovedovalec:** pozdravljeni v oddaji Čudnega Esta.

**Est:** Tole je ena najneverjetnejših zgodb, kar sem jih kdaj obravnaval. V studiju imamo Abrahama, krajevnega plemenskega vodja, ki slovi po iskrenosti, poštenosti in vernosti. Pa vendar se je vpletel v enega najbolj čudnih in hudobnih obredov, kar jih obstaja. Abraham, povej nam o tem.

**Abraham:** To ni bilo niti groteskno niti hudobno. Ubogal sem samo Božja navodila in On mi je naročil, naj...

**Est:** Naročil ti je, da hladnokrvno umoriš svojega sina?

**Abraham:** Ne! Preizkušal me je, učil me je resnice. Naj vam povem ves dogodek.

**Est:** Daj, vendar naj najprej svetujem staršem, da pošljejo svoje otroke v njihove sobe.

**Abraham:** Moj otrok Izak je sin obljube. Meni in moji ženi se je rodil, ko sva bila že stara. Neko jutro me je prebudil glas in mi rekel, naj vzamem Izaka, mojega obljubljenega edinca, na goro Morijo in...

**Est:** Sedaj je na vrsti resnično nenavaden del.

**Abraham:** Dejal mi je, naj darujem Izaka na oltarju.

**Est:** Naročil ti je, da umoriš svojega sina, kakor to počno pogani Kanaanci v verskih obredih svojim

## KLJUČNO BESEDILO

! »Zakaj Božja pravičnost se v njem  
• razodeva iz vere v vero, kakor je pisano: 'A pravičnik bo živel iz vere.'  
(Rim 1,17)

bogovom. Kako si vedel, da ti to naroča njegov glas?

**Abraham:** Poznam Božji glas. Vse življenje mu že zaupam in še dalje bom tako delal. Vedel je, kaj prosi, in odločil sem se verovati, da On najbolj ve.

**Est:** Kaj se je torej zgodilo na tisti gori?

**Abraham:** Ko je bil Izak na oltarju, sem dvignil nož, da bi ga zaklal, vendar je angel ustavil mojo roko, da mu nisem mogel zadati udarca. Zavedel sem se, da je to preizkus moje zvestobe in prikaz Božje ljubezni do sveta.

**Est:** Tako, ljudje – osupljiva zgodba!

## ODKRIJ



### *Sobota*

Kako bi razložil vero? Ali je to slepo zaupanje v koga, kakor si zaupata tarča in metalec nožev v cirkusu? Ali je to verovanje v nekaj, česar se ne mo-

## RAZMISLI

• Kako je vera spremenila Abrahamovo življenje? Ali se zdi, da je Bog veliko zahteval od njega? Kako tvoja vera vpliva na življenje? Kako ti ponuja mir?

reš neposredno dotakniti, kot zamisel o demokraciji ali pravičnem sistemu? Ali je to potrpežljivo čakanje, da se zgodi kaj, kakor otrok čaka, da se njegovi starši vrnejo domov?

Beseda vera je lahko razložena na več načinov. Klasična svetopisemska razlaga je napisana v Heb 11,1.

Zapiši svojo razlago iz osebne izkušnje:

---

---

Preberi 1 Mz 12,1. Abraham je pokazal vero, ko je zapustil svoj dom v Haranu in se podal v Kanaan. Šel je za obljubo glasu, ki ga je samo slišal. Glas mu je obljubil, da bo oče velikega ljudstva in da bodo njegovi potomci podedovali Kanaan. Čeprav je bilo to videti neumno in so se mu prijatelji posmehovali, se je odločil verovati.

### *Nedelja*

Vera ni resnično slepa. Celu pomočnica metalca nožev ve, da sodeluje s strokovnjakom. Videla ga je metati nože in ve, da je v tem dober. Naša vera v zdravnike na primer temelji na nečem – na njihovi izkušnji, naši izkušnji z njimi ali pa na priporočilih koga drugega.

Enako velja za našo vero v Boga. To ni slep odziv na ukaz. Temelji namreč na resničnosti. Dokaze imamo v



Božji pisani besedi, v naravi, v lepoti, ki kljubuje trditvi, da ni Načrtovalca. Dokaze imamo tudi v življenju njih, ki se včasih drastično spremenijo. Morda je najprepričljivejši dokaz sprememba v našem srcu, ko pride-mo v stik z Bogom in njegovo ljubez-nijo.

Pomisli na svojo vero. Na katerem dokazu jo temeljiš?

---

---

Ker nam Bog daje dokaze, to ne pomeni, da ne potrebujemo vere. Kaj misliš, kakšna je povezava med vero in dokazom?

## ***Ponedeljek***

Vera pogosto pomeni potrpežljivo čakati, da Bog izpolni svojo obljubo. To bi lahko imenovali potrpežljiva vera. Koliko let je moral Abraham čakati na Izakovo rojstvo? Ugotovi to s primerjanjem tega, koliko je bil star, ko mu je bila dana obljuba, in koliko je bil star ob Izakovem rojstvu. Poglej v 1 Mz 12,1-4; 21,1-5. Koliko let potrpežljive vere je minilo, preden so njegovi potomci dejansko zavzeli Kanaan.

Poglej v 1 Mz 15,13.14.

Abrahamova potrpežljiva vera se je morala razviti. To se ni zgodilo kar čez noč in tudi pri nas se ne bo. Abraham se je odzval z vprašanjem ali

dvomom, ko se mu je prikazal Bog. Vprašal je: »Gospod, kaj pa naj naredim s tvojimi obljubami, ko pa nimam otrok?« To ni bil ravno zgled vere, mar ne? Bog pa je bil potrpežljiv z njim in mu dal zagotovilo. Rekel mu je, naj si ogleda zvezde, in mu zatrdil, da bo toliko tudi njegovih potomcev.

Sedaj preberi 1 Mz 15,6. Abraham je bil na poti, da razvije potrpežljivo vero. Kaj pa se je zgodilo potem? Preberi 1 Mz 16.

1. Kaj misliš, zakaj sta s Saro naredila to?

---

---

2. Kaj ta dogodek pove o potrpežljivi veri?

---

---

Kljub svojim napakam pa je Abraham pokazal veliko potrpežljivost in vero, nekakšno zdržljivost, ki jo potrebujemo v času konca. V Raz 14,12 so sveti opisani kot stanovitni.

## ***Torek***

Besedilo v Heb 11 včasih imenujemo poglavje vere, ker poroča o veri nekaterih starozaveznih ljudi. Raziš-

čimo ga in ugotovimo, kaj je naredila vera za druge.

Preberi Heb 11,7 in odgovori na naslednja vprašanja:

Kateri dve stvari je po veri naredil Noe?

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

Katere tri stvari je po veri naredil Abraham?

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

Življenje teh ljudi se je spremenilo zaradi njihove vere. V Božjih očeh so postali velikani, ker so se odločili verovati. Sledi Pavlov opis teh vernikov velikanov: »V veri so umrli vsi ti in niso prejeli izpolnitve obljub, temveč so jih od daleč gledali, jih pozdravljali in pripoznavali, da so tujci in priseljenci na zemlji.« (Heb 11,13)

## Sreda

Pojdimo dalje po poglavju vere, zato preberi Heb 11,17-31. Katero vrsto vere je razodel posameznik? Skoraj slepo Abrahamovo vero, ko je sledil glasu čez puščavo v novo deželo? Ali njegovo potrpežljivo vero, ko je vsa dolga leta čakal na sina? Ali pa Noetovo drzno vero, ko je veroval,

da bo potop, in je deloval po svoji veri, čeprav še nikoli prej ni deževalo?

Ali kažeš takšno vero? Katero vero bi moral pokazati, če bi se znašel v naslednjih okoliščinah?

a. Priložnost imaš postati študent misijonar.

b. Prijatelji se ti posmehujejo, ker nisi spolno dejaven.

c. Očeta so odpeljali v bolnišnico zaradi srčne kapi.

č. Nočeš delati ob sobotah, čeprav lahko zato izgubiš delo, a resnično potrebuješ denar.

## Četrtek

Videli smo, kako je vera vplivala na življenje svetopisemskih oseb. Brali smo, kako je pomagala pri izoblikovanju izraelskega naroda. Kaj pa dela zate osebno? Kaj daje nam?

Primerjaj vsako teh pomembnih koristi vere z besedilom, kjer je napisano:

\_\_\_ Rešeni smo po milosti z vero.

\_\_\_ Bogu ugajamo samo po veri.

\_\_\_ Vera je zmaga nad svetom.

\_\_\_ Z vero živimo.

a. Heb 11,6

b. 1 Jn 5,4,5

c. Rim 1,17

č. Ef 2,8

Obstaja pa še ena korist od vere, ki jo moramo priznati. Naša vera nam daje mir. »Njemu, ki je stanoviten v misli, hraniš večni mir, ker upa vate.« (Iz 26,3) Naše zaupanje in vera v Boga nam dajeta sposobnost, da dovolimo Nekomu prevzeti bremena našega življenja. Pravi mir pride, ko mu dovolimo opraviti z našimi težavami in

mu zaupamo, da ve, kaj je najboljše za nas.

---

## ***Petek***

Vera je ključ v našem odnosu z Bogom. Daje nam duševni mir in sposobnost, da se sprostimo, ko Bog prevzame vodstvo. Daje nam moč, da premagamo greh. Milost po veri v Jezusa in njegovo daritev nas zveličuje. Lahko smo kakor Abraham, o katerem Sveto pismo pravi: »Abram je veroval Gospodu in On mu je to štel za pravičnost.« (1 Mz 15,6)



### **DELUJ**

Na karton ali kos papirja zapiši besede iz Heb 11,1. Potem daj navedek kam, kjer te bo spominjal, kako pomembna je vera v tvojem življenju.

# 9

## »KER SE MI JE TAKO ZAHOTELO«



**Uvod** »Odpusti in pozabi« se glasi nasvet, ki ga slišiš, kadar ti kdo kaj stori. Ampak ti si prizadet in zdi se ti, da je ta nasvet laže izreči kakor pa ga upoštevati. Kako odpustiti komu, ki te je prizadel? Kako naj to pozabiš, ko si enkrat prizadet? Nauk tega tedna ti bo pokazal šest korakov odpuščenja. **Ne boš se naučil samo odpuščati, temveč tudi pozabiti – celo nekaj tako strašnega, kakor je... umor.**

Samo svoje delo sem opravljaj,« je dejal Bill, njegove oči pa so se napolnile s solzami. Njegov globok glas je prežemala žalost. Bill je prenesel svojo težo z ene noge na drugo. Stal je pred skupino ljudi in izpovedoval svojo zgodbo. Skupina se je sešla, da bi se pogovorili o tem, kaj lahko naredijo glede zločina v soseščini.

### *Deček je potegnil devetmilimetrsko pištolo in v hrbet ustrelil mojega sina.*

»Dvajset let sem že policist. Nekega dne sem zaprl tega mulca, samo svoje delo sem opravljaj. Bil je grob, predrzen in neuk. Pričela sva se pogovarjati in še preden sem se zavedel, sem... no... sva se odločila, da ga posvojiva, čeprav že imava štiri otroke.« Bill se je zamišljeno nasmehnil, ko je naredil premor in se spomnil tistega dne.

»Doživljali smo vzpone in padce; bilo je nekaj dobrega in slabega. Ko je prišel živeti k nam, je bil neuspešen

študent. Šolski sistem ga je imenoval za počasnega za uk in dejali so celo, da je čustveno motena oseba. Vendar si je prizadeval dobiti samospoštovanje in z njim smo ravnali kakor z družinskim članom. Ljubili smo ga. Bil je najin sin. Iz neuspešnega študenta mu je uspelo priti na častni seznam.«

»No, in kaj se je zgodilo?« je zmotil človek iz skupine. »Ali se ni nekaj zgodilo? Rečeno nam je bilo, da se je nekaj zgodilo.« Bill je naredil premor, pogledal v tla in dvignil roko k obrazu. Očitno se je bojeval s solzami. S sklonjeno glavo je spregovoril: »Nekoč se je vračal iz šole in naletel na nekdanje prijatelje. Med pogovorom se je pripeljal avto, poln fantov. Izmenjali so si nekaj besed. Moj sin se je obrnil, da bi odšel, vendar je iz avta nekdo skočil.«

Ko je Bill dvignil glavo, so iz njegovih oči potekle solze. S tresočim se glasom je zamrmral: »Deček je potegnil devetmilimetrsko pištolo in v hrbet ustrelil mojega sina. Ko je padel na tla, je deček stekel k njemu, se ustopil nadenj in ga še dvakrat ustrelil v glavo.«

Neka ženska je zavzdihnila. V prostoru je zavladala tišina. Bill jo je prekinil z glasom, polnim čustev: »Srečal sem se z dečkom, potem ko so ga zaprli. Moral sem vedeti, zakaj je ubil mojega sina. Pogledal sem ga naravnost v oči in ga zaprosil, naj zapolni manjkajoče delce. 'Zakaj si ubil mojega sina?' In veste, kaj je odgovoril? 'Ker se mi je tako zahotelo!'«

### **KLJUČNO BESEDILO**

! »Tedaj pristopi k njemu Peter in mu reče: 'Gospod, kolikokrat, ko se pregreši moj brat zoper mene, naj mu odpustim? Ali do sedemkrat? Jezus mu reče: 'Ne pravim ti do sedemkrat, marveč do sedemdesetkrat sedemkrat.'« (Mt 18,21.22)




---

## *Sobota*

Marija je prijela šal, ki je visel okoli njenega vratu, ko se je vzpenjala po hribu. Hitro si je obrisala solzo z lica in poskušala biti močna. To pa ni bilo lahko. Tako osamljeno se je počutila. Njen mož je umrl. Vsi otroci so odrasli in živijo svoje življenje. Zdaj pa to. Kako naj zdrži izgubo še enega ljubljenega? Zdelo se ji je, da ji bo počilo srce.

Jezus se je ozrl s križa na svojo mater. Občutil je njeno bolečino in žalost. Vedel je, da ne razume v celoti, zakaj je dovolil, da se to zgodi.

Preberi Jn 19,25-27. S čim je Jezus užalostil svojo mater?

---



---



---



---



---

### **RAZMISLI**

☞ Kako bi lahko pripovedovalec te zgodbe odpustil izgubo posvojenega sina?

## *Nedelja*

Ni dvoma, da se bomo v tem življenju srečevali z bolečimi okoliščinami. Zaradi greha je bolečina del življenja. Toda Jezusova ljubezen je prav tako resnična in On nas nikoli ne zapusti, kadar smo prizadeti. Ne bo samo pregnal bolečine, temveč nam bo tudi pomagal odpustiti njim, ki so nam jo prizadejali.

Preberi naslednja besedila in zapiši, kaj bo Bog naredil za nas, kadar smo žalostni?

2 Mz 3,7.8 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ps 46,1.7 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Jer 15,20.21 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Raz 21,3.4 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

---

## *Ponedeljek*

Kadar nas prizadene nesreča, smo v skušnjavi, da dolžimo sebe celo takrat, ko nimamo nobenega nadzora nad razmerami – to je tako imenovani sindrom »ko bi le«. »Ko bi le bil

tam.« »Ko le ne bi rekel tega.« »Ko bi...«

Toda sindrom »ko bi le« samo še poslabša zadevo. Kadar dolžimo sebe za stvari, nad katerimi nimamo pregleda, se po nepotrebnem obremenjujemo. Vedeti moramo, da za vse obstaja razlog. Bog ima popoln nadzor nad vsem, kar se dogaja, celo ko nekaj ni po njegovi volji in tudi kadar ne razumemo. Zaradi greha sta bolečina in razočaranje vsakdanja pojava. Toda Bog vse nadzoruje in še vedno lahko iz slabega izpelje dobro. Preberi Rim 8,18.

Ne preživljaj časa tako, da mučiš samega sebe za nekaj, pri čemer nisi mogel pomagati, ker ne slišiš prosečega Jezusovega glasu.

Preberi Mt 11,28. Prosi te, da na njegova ramena preložiš svoje breme in pozabiš nanj. Bog ne želi, da se obremenjuješ z žalostjo ali krivdo. Preprosto želi, da zvrneš »vso svojo skrb nanj«, saj On skrbi zate. (1 Pt 5,7)

Preberi Ps 103,8-18 in s svojimi besedami zapiši povzetek tega besedila. Kaj pravi psalmist?

---

---

---

Bog ne meče pred nas grehov, kadar ga prosimo za odpuščanje. Zakaj bi bili potem tako strogi do sebe? Tako zelo nas ljubi, da nam je vedno pripravljen odpusti in se nas usmiliti.

---

## *Torek*

Vsak na določeni stopnji v življenju hrepeni po odpuščanju. Otroci včasih prosijo za odpuščanje svoje starše in starši pogosto prosijo za odpuščanje, kadar prekršijo zakone dežele. Včasih nam je težko odpustiti, čeprav bi uživali v izkušnji odpuščanja.

Preberi Mt 18,21-35. V popolnem stavku izrazi stopnjo odpuščanja v tej priliki.

---

---

---

## *Sreda*

Jezus je v Očenašu učil, naj se v molitvi za odpuščanje spomnimo tudi mi odpustiti. Preberi Mt 6,12. Čeprav se zdi, da tega ne moremo narediti, moramo biti pripravljene odpuščati ljudem, ki so nam storili kaj slabega.

Preberi Mt 6,14.15. Zakaj je pomembno odpuščati drugim greh zoper tebe?

---

---

---

Opiši občutek, ki si ga imel, kadar si komu odpustil.

---

---

---

---

spominja, da je Kristus pripravljen pomagati.

---

---

---

---

## ***Četrtek***

Včeraj smo obravnavali, kako pomembno je odpustiti komu, ki nam je storil kaj slabega. Prvi korak k ozdravitvi naredimo, kadar smo voljno odpustili komu. Naslednji korak naredimo, kadar se sprijaznimo in se naučimo živeti s tem, kar se je zgodilo.

Preberi 1 Mz 50,17-21. Do sedaj je Jožef dozorel iz naivnega priljubljenega sina, ki so ga bratje zelo prizadeli, v moža vere, ki mu je Bog zapupal veliko nalogo. Kako je pokazal svojo zrelost in značaj?

---

---

Kadar čutimo, da smo v svojem življenju dosegli dno, nam bo globok in oseben odnos s Kristusom dal moč, da se upremo skušnjavam. On je edina Oseba, ki nam lahko da pripravljenost, da se sprijaznimo s tem, kar se nam je zgodilo.

Pomisli na hudo preizkušnjo, skozi katero te je popeljal Gospod. Zapiši svetopisemsko besedilo, ki te

Če resnično verujemo, da vse zmoremo v Kristusu, bomo zmožni z njegovo pomočjo razviti srce, ki bo odpuščalo.

---

## ***Petek***

V primerih in svetopisemskih besedilih si ta teden lahko videl nekaj korakov odpuščanja in pozabljanja. Če še vedno čutiš, da ne moreš odpustiti ljudem, ki so te prizadeli, in ne moreš pozabiti, kar so ti storili, preberi Lk 23,26-34.

Oglejmo si konec zgodbe tega tedna.

»Ker se mi je tako zahotelo.' Takrat sem vedel, da ima ta otrok težave. Vedel sem, da mu ni mar ne zase ne za koga drugega. Igral je vlogo nepopustljivega mladeniča, znotraj pa je bil preplačen deček.

Začel sem ga obiskovati v ječi, samo da sem videl, kako mu gre. Vse več sva se pogovarjala. Mislim, da sem mu postal prijatelj ali pa oče, ki ga ni nikoli imel.« Sledi Billovih solza so se iskriale v svetlobi, ko je nadaljeval zgodbo.



»Nekega dne mi je zastavil eno najtežjih vprašanj. Vprašal me je, ali lahko pride živet k meni.«

»Ta pa si upa,« je pripomnil predsednik skupine z glasom, polnim sovraštva. »Seveda ste mu odvrnili, da nikakor?«

»Torej, da,« je rekel Bill: »Rekel sem da in sčasoma smo ga posvojili.« Billov odgovor je povzročil takšen hrup med poslušalci, da je bilo potrebnih nekaj minut, preden je predsednik lahko vzpostavil red. Ko so potihnili, je predsednik spregovoril:

»Gospod, ali ste neumni? Zakaj bi sinovemu morilcu dovolili živeti z

vami? Če bi bil to jaz, bi prosil guvernerja, da ga ubijejo.« Občinstvo je zaploskalo in pozdravilo njegovo izjavo.

Bill se je počasi ozrl po prostoru. Ko jih je gledal, je spregovoril v mikrofoni:

»Menim, da lahko na vaše vprašanje odgovorim takole: Sem kristjan in če mi Bog lahko odpušča, kar sem mu storil, in me še vedno ljubi ter ravna z menoj, kakor da sem nekaj posebnega, potem lahko tudi jaz odpustim temu mladeniču to, kar je storil meni in moji družini.



## **DELUJ**

Če obstaja kdo, ki si ga pred kratim prizadel, mu napiši pismo in ga prosi za odpuščanje.

# 10

## SODELAVCI Z DUHOM



**Uvod** »Tvoja vest naj bo tvoj vodnik.« Kaj osebno ti kot kristjanu pomeni ta izraz? Če iščeš duševni mir, ne moreš mimo vloge Svetega Duha – ki je tolažnik, pomočnik, svetovalec, vodnik in vest ljudi, ki so povezani z Bogom. Kako pa zagotovo veš, da te vodi Sveti Duh? Najprej preberi uvodno zgodbo, potem pa pomisli, **kdaj si nazadnje zanesljivo čutil, da nate deluje Sveti Duh.**

**B**en je bil izurjen pes labradorec, ki je delal za londonsko policijo. Ko je bil star šele eno leto, so ga tri mesece učili loviti tatove. Njegov gospodar, policist Shelton, je nadzoroval področje Londona, v katerem je bilo veliko tatvin – predvsem torbic.

Ben se je hitro naučil ugotoviti razliko med pravilnim in nepravilnim vedenjem mimoidočih. Na sprehodu skozi park se je ustavil in globoko zarenčal. To je naznanjalo, da so blizu težave. Neverjetno natančno je začutil strah, ki ga občuti krivec ob pogledu na policista in njegovega psa.

*Ben se je pognal skozi množico policistov in opazovalcev.*

Sposobnost ugotovitve krivca je bila očitna, ko je možakar, ki so ga prosili, da bi šel za pričo nekaterih zločinov v tej soseski, stopil v avto k Benu. Pes je globoko renčal in bil nemiren ves čas, ko je policist zasliševal moškega. Ko je odšel, je Ben razkačeno zarenčal. Pozneje so odkrili, da je ta možki sam povzročal vse zločine.

#### KLJUČNO BESEDILO

! »Kadar pa On pride, Duh resnice, vas bo vodil v vso resnico.« (Jn 16,13)

Moteči vplivi niso odvrnili Bena od ukaza, naj poišče zlikovca. Oropanih je bilo šest hiš in trideset policistov je iskalo tatu. Ko je prispel Ben in so mu dali poduhati neki predmet, se je pognal skozi množico policistov in opazovalcev ter v nekaj minutah stisnil v kot roparja v sadovnjaku zunaj mesta.

V treh letih je Ben ujel več kakor sto prestopnikov zakona. Kako mu je to uspelo? Ker je poznal prave, iskrene, čiste in poštene, je lahko spoznal laž, ki vodi v strah in krivdo.

Vest je zelo podobna Benu. Ima občutek za pravilno in napačno v vedenju in spodbudah. Kakor je ožgano meso nesposobno čutiti, tako je vest mogoče zlorabiti, napraviti neobčutljivo, prevarati, okriviti, oslabiti ali omrtviti. S pozitivne strani pa je lahko čista, vzgojena, dobra, jasna, hitra, občutljiva in zvesta. Tvoje duhovno stanje je popolnoma odvisno od tega, kako vest vzgajaš in z njo ravnaš.

*Eileen E. in Jay H. Lantry*

#### ODKRILJ



#### *Sobota*

Kako bi razložil besedo **vest**? Večina ljudi bi rekla, da je to glas v glavi, ki te opomni, da nekaj ni prav.

Spomni se trenutka, ko ti je vest svetovala, da nečesa ne storiš. Ali si ubogal?

Večina kristjanov ima vest za glas ali vpliv Svetega Duha. Kadar nas Satan skuša, da bi delali slabo, nas Sveti Duh spodbuja delati, kar je prav, in nam daje moč, da delamo prav.

Preberi Jn 7,38.39. Kako se delo Svetega Duha primerja z vodo? Najprej je kakor voda potreben za življenje in rast. Drugič, kakor gorski potoki, ki tečejo v puščavo, prinaša življenje od zgoraj. Razmisli o naslednjih dejstvih o Svetem Duhu.

- ◆ Sveti Duh je povezava, po kateri prejemamo nebeške blagoslove.
- ◆ Po Svetem Duhu Jezus izpolnjuje svojo obljubo, da nas nikoli ne bo zapustil.
- ◆ Po Svetem Duhu smo osebno povezani z Bogom.
- ◆ Sveto pismo razumemo, če nas razsvetli Sveti Duh.
- ◆ Sveti Duh je Božje sredstvo za doseganje grešnikov in spreminjanje src.
- ◆ Ker je Sveti Duh tretja oseba Božanstva, ima pravico do našega češčenja.

### RAZMISLI

? Kako pride človek do tega, da se zanese na vodstvo Svetega Duha v vsakdanjih odločitvah? Kako bi se moje življenje spremenilo, če bi se zanašal nanj?

Preden nadaljuješ proučevati ta nauk, si v mislih predstavlja Svetega Duha. Ali vidiš gibanje vetra, senco ali neopisno silo, kakršna je težnost? Kadar slišimo za Svetega Duha, najteže sprejmemo, da je oseba in ne sila ali misel.

Iz naslednjih besedil sestavi seznam, ki opisuje osebnost Svetega Duha in njegovo delovanje:

1. Jn 16,13 \_\_\_\_\_
2. Jn 14,26 \_\_\_\_\_
3. Dej 13,2 \_\_\_\_\_
4. Dej 15,28 \_\_\_\_\_
5. Rim 8,26 \_\_\_\_\_
6. Ef 4,30 \_\_\_\_\_

Sveti Duh ima osebnost, čustva in deluje po svoji volji. Videti ga moramo kot koga, s katerim se lahko pogovarjamo, in koga, ki nam želi pomagati. Ko bomo videli Svetega Duha kot osebo, bomo korak bliže temu, da bomo nanj gledali kot na prijatelja.

## Ponedeljek

Ali se spomniš, kdaj je Sveti Duh prvič omenjen v Svetem pismu? V 1 Mz 1,2 piše, da je Božji Duh plaval nad vodami. Sveti Duh je dejaven že

od samega začetka. Razmisli, kako je deloval v življenju ljudi v Stari zavezi. Poveži besedila z dejanji Svetega Duha:

- a. 1 Sam 16,14
- b. Iz 61,1
- c. 1 Mz 41,37-40
- č. Sod 3,9-11
- d. 1 Sam 16,11-13
- e. Ezk 11,24
- f. 2 Let 20,14-18
- g. Sod 14,5.6

\_\_\_ Zmodril je človeka.

\_\_\_ Dovolil je človeku z golimi rokami ubiti leva.

\_\_\_ Prišel je nad pastirčka.

\_\_\_ Preroka je v videnju popeljal v Babilon.

\_\_\_ Dovolil je, da je človek sodil Izraela in zmagal v vojni.

\_\_\_ Zapustil je kralja.

\_\_\_ Po preroku je napovedal zmago v bitki.

\_\_\_ Poslal je Kristusa oznanjat ubogim.

Sveti Duh je bil zelo dejaven v življenju prerokov in Izraelovih voditeljev ter je dejaven še danes. Njegov vpliv omejujemo, kadar želimo nadzor nad svojim življenjem in se želimo sami odločati, namesto da bi se izročili v Božje roke in Svetemu Du-

hu, ki nas bo vodil in uporabil. Svetega Duha ne moremo uporabljati po svoji volji, temveč nas mora On uporabljati po svoji volji.

## ***Torek***

Ko je Jezus živel na zemlji, se je zelo zanašal na Svetega Duha. Ta se je ob njegovem krstu spustil nadenj v podobi goloba, ko je Oče spregovoril iz nebes. To je bil njegov pečat odobravanja Jezusa ob začetku njegove službe. V vsakem naslednjih besedil si oglej, kako je Sveti Duh pomagal Jezusu:

Iz 11,2 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Iz 42,1 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Mt 1,20 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Lk 4,1 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

1 Pt 3,18 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Jezus je Svetemu Duhu dovolil, da je vsak dan usmerjal njegovo življenje. Tako mu je uspelo biti na pravem kraju o pravem času.

Zaradi zmedenih sporočil, ki jih danes pogosto prejemamo od družbe, prijateljev, družine in celo vernikov cerkve, potrebujemo močan in zanesljiv vir, ki nam bo povedal, kaj naj počnemo.

Nekateri se ravnaajo po svojih občutkih, ne glede na to, kaj počno drugi. To je lahko ali dobro ali pa zelo uničevalno. Ljudje se radi prepričamo, ali je to, kar si želimo, tudi Božja volja za nas. Prelahko je slediti svojim občutkom, ki se lahko hitro spremenijo, ter se odločimo tako, da pozneje obžalujemo. Hkrati slišimo tudi Satanove glasove. Kako vedeti, komu naj prisluhnemo?

Glas Svetega Duha nam bo vedno veleva, naj delamo prav. Biti pa moramo pripravljeni odložiti stvari, ki nas ovirajo, da ne slišimo njegovega glasu. Ali prepoznaš glas Svetega Duha, ko ga slišiš? Kako si lahko prepričan, da je vtis od Svetega Duha in ne Satanova skušnjava ali pa samo sebična želja? Ni vedno lahko razlikovati, obstajata pa dve zanesljivi poti:

♦ Sveti Duh bo govoril samo v skladnosti z Božjo besedo. Ker jo je navdihnil, ne bo deloval zoper njo ali pa odstopal od nje. Če torej čutimo, da bi storili kaj, kar nasprotuje nauku Svetega pisma, potem smo lahko prepričani, da zadeva ni od Svetega Duha.

♦ Sveti Duh bo osebo vedno usmerjal h Kristusu in nikoli k sebi.

Sveti Duh nam lahko v življenje prinese mir in srečo, ki si ju želimo. Vse blagoslove, ki nam jih je Bog obljubil, prejemamo po Svetem Duhu. Ko se odločimo, da mu prepustimo svoje odločitve in načrte, smo se odločili za boljše in srečnejše življenje. Če živimo pod vodstvom Svetega Duha, lahko pomagamo drugim.

Spodaj obkroži številko izjave, ki najbolje opisuje tvoj odziv na Svetega Duha. (1 – nikakor; 3 – morda; 5 – vsekakor)

Svetega Duha imam za stalnega družabnika in prijatelja.

1    2    3    4    5

Težko razpoznam glas Svetega Duha.

1    2    3    4    5

V življenju potrebujem več vpliva Svetega Duha.

1    2    3    4    5

Duševni mir in vodstvo Svetega Duha gresta z roko v roki.

1    2    3    4    5

Težko si predstavljam Svetega Duha kot osebo.

1    2    3    4    5

Od časa do časa občutim njegovo vodstvo.

1    2    3    4    5

Ne glede na sedanje odgovore želim, da bi tvoj odnos s Svetim Duhom raste in prispeval k tvojemu miru in sreči.

---

## ***Petek***

Sveti Duh je tolažnik in pomočnik, ki ga je Jezus obljubil, preden se je vrnil v nebesa. Sveti Duh je oseba, kakor je oseba Bog Oče. Tudi Sveti Duh lahko postane naš prijatelj. Vse, kar moramo za to narediti, je, da mu dovolimo postati naš prijatelj. Njegova naloga je:

- ◆ da nas vodi v resnico,
- ◆ prepričuje o grehu,
- ◆ navdihuje, da delamo, kar je prav,
- ◆ spreminja naš značaj v podobnost Jezusu.

Glas Svetega Duha se lahko naučimo prepoznati tako, da molimo za razločevanje ter proučujemo Sveto pismo, da bi lahko preizkusili njegov glas s svetopisemskim naukom. Nikoli nas ne bo napeljal, da bi storili kaj, kar nasprotuje svetopisemskemu nauku.



### **DELUJ**

Moli dvakrat na dan za novo razumevanje Svetega Duha in njegovo vodenje v tvojem življenju.

# 11

## SAMO MIDVA



**Uvod** Prijatelji so zelo pomembni še posebej najstnikom. Sorodne duše so velik del tega, kar ste, in tega, kar boste postali. Občutki do prijateljev pa se lahko spremenijo – nekega dne ti je povsem dobro s tvojo »skupino«, naslednji dan si že negotov in se sprašuješ, ali resnično spadaš vanjo. Najboljši prijatelj iz meseca septembra te bo junija komaj še poznal, toda nekatere stvari se ne spreminjajo. **Prvič, vedno boš potreboval tesna prijateljstva. In drugič, Bog je dal nekaj smernic o tem, kako naj ravnamo s prijatelji.**



Liza je s pladnjem v rokah z očmi preletela prostor. Prazen je bil samo še sedež za mizo, kjer je sedela Marina. Sedla je poleg Marine in nasproti Tanje. Liza je pomislila: ko pride Lenka, me morda ne bo videla ali pa bo dojela, da so sedeži tukaj zasedeni, in ne bo poskušala sestiti sem.

Marina in Tanja sta bili najbolj priljubljeni dekleti v razredu, in Liza ni nikoli pričakovala, da se bo družila z njima. Odkar pa je skupaj z Marino odigrala dramo, je bilo videti, da se je odprl Marinin čudežni krog, da bi jo sprejel.

*Marina in druge se vedno  
spotikajo ob Lenkina  
ponošena oblačila in  
drugačno vedenje.*

Obstajala pa je samo ena težava, in to je bila Lenka.

»Hej, prav toliko je vroče, da bi lahko šle v nedeljo na bazen,« je rekla Marina. »Ali bi prišli v nedeljo popoldne k meni, da bomo malce plavale?«

»Čudovito,« je odgovorila Tanja.

V Lizinem umu je divjala bitka. Spraševala se je, ali obstaja kakšna možnost, da bi ji mati dovolila kupiti

nove kopalke, potem pa se je spomnila, da se je z Lenko že dogovorila za nedeljo. Ne bo dobro, če jo povabim na zabavo ob bazenu. Marina in druge se vedno spotikajo ob Lenkina ponošena oblačila in drugačno vedenje.

Lenka je kakor ponavadi čakala Lizo, da bi šli skupaj domov. Živeli sta samo eno ulico narazen, zato sta bili tesni prijateljici že iz osnovne šole. Vse do tega leta si Liza ni nikoli predstavljala, da bi za najboljšo prijateljico želela katere druge poleg Lenke. Sedaj pa si je izmišljala neumne izgovore, da ne bo mogla priti k Lenki v nedeljo. Lenka je zgodbi verjela.

Pri večerji je mati vprašala Lizo: »Kaj bi letos rada počela za rojstni dan?«

Lizi ni bilo treba dolgo premišljevat. »Ali lahko za čez noč povabim nekaj prijateljic?« je vprašala.

Ko so se dekleta sončila ob Marininem bazenu v nedeljo popoldne, jima je Liza povedala, da bi lahko čez noč ostali pri njej. »Obe sta povabljeni,« je rekla.

»Izvrstno!« sta Tanja in Marina zavpili v en glas. »Kdo bo še tam?«

Liza je prepoznala svarilo v Marininem vprašanju. Če bo tam tudi Lenka, Marina nikakor ne bo prišla. In če ne bo nje, ne bo niti drugih. »Hm... nisem se še odločila. Hočem reči, da nimamo velike sobe. Ne more nas biti preveč.«

»Pa naj bomo same,« je rekla Marina. »To bi bilo krasno.«

**KLJUČNO BESEDILO**

! »Gospod, tvoj Bog, On je, ki gre s teboj; ne odtegne se ti in te ne zapusti.« (5 Mz 31,6)

Samo me. Liza je premišljevala o teh besedah na poti domov. Resnično je spadala v to družbo. Naslednjih nekaj dni se je izogibala Lenke in poskušala biti nejasna, kadar koli jo je mati vprašala, koga je povabila na zabavo. Njuni materi sta bili dobri prijateljici, zato ne bi bilo dobro, ko bi mati vedela, da ni nameravala povabiti Lenke.

Ko je nastopil sobotni večer, v katerem je Liza praznovala rojstni dan, je sedela v dnevni sobi z Marino in Tanjo. Pred njimi je bila velikanska pica in kup video kaset. Marina je imela v naročju telefon in klicala fante. Slušalko je podajala naokoli, da sta lahko z njimi govorili tudi drugi dve. To je bilo tisto, o čemer je sanjala Liza, samo da...

Tisti dan se je v cerkvi nekaj zgodilo. Njena mati je vprašala Lenkino mater, ali se Lenka veseli zabave.

Liza je pomislila: menim, da je mati domnevala, da bom vsekakor na zabavo povabila tudi Lenko. Tudi Lenka je najbrž tako mislila vse do tega dne. Liza se ni veselila ponedeljkovega jutra, ko bo videla svojo staro prijateljico. Ko se je ozrla po dnevni sobi in pogledala dekleti, se je vprašala, ali sta vredni cene, ki jo je plačala.

### RAZMISLI

☞ Zakaj si ljudje tako zelo prizadevamo pripadati pravi skupini?

## ODKRIJ



### Sobota

Psiholog po imenu Maslow je nekoč zapisal najpomembnejše človekove potrebe. Takoj po osnovnih potrebah, kakršni sta hrana in varnost, je uvrstil potrebo po pripadnosti in sprejemanju.

Najbrž ste že kdaj videli ljudi, ki si tako obupno prizadevajo, da bi jih sprejela skupina ali posameznik, da bodo naredili skoraj vse. Takšni se navadno ne počutijo varni in pogosto se vdajo negativnemu pritisku sorodnih duš.

Preberi 5 Mz 31,6. Na čigavo ljubezen in sprejemanje se lahko zanašamo, ne glede na dogodke?

---

---

---

---

Ker vemo, da nas bo Bog vedno ljubil, moramo imeti zaupanje, ki ga potrebujemo za druženje s prijatelji. Namesto da bi si obupno prizadevali, da bi nas sprejeli priljubljeni ljudje, bi morali kristjani ljubiti in sprejemati ljudi, ki so osamljeni in izobčeni.

## ***Nedelja***

---

Preberi deseto zapoved v 2 Mz 20,17.

Katere stvari pripadajo tvojemu bližnjemu, za katere Bog pravi, da jih ne smeš poželeti?

---

---

---

---

---

Celo če si zadovoljen s stvarmi, ki jih imaš, družba ne dovoli, da bi takšen tudi ostal. Reklame nas prisilijo, da se primerjamo z drugimi – da bi siboljšali videz, bili bogatejši in imeli boljše življenje od ljudi okoli nas. Zaradi zlaganih meril smo vedno nezadovoljni.

Zavist zaradi prijateljevega denarja, videza ali priljubljenosti lahko uniči prijateljstvo. Bog je vsakogar od nas ustvaril kot posameznika – zato se nam ni treba primerjati med seboj. Želi, da tako tudi gledamo nase in na svoje prijatelje.

## ***Ponedeljek***

---

Pride čas, ko vsi doživimo strah in zadržanost. Za nekatere je to redke minljiv dogodek, drugim pa se zgodi

vedno, kadar se znajdejo v množici, v restavraciji ali pa ko iščejo prostor v sobotni šoli.

Svetopisemski pisci so vedeli, kaj pomeni bati se. V Svetem pismu vedno znova vidimo Boga ali angela, ki se pojavi pri kom s sporočilom: »Ne boj se!« Bog ve, da se vsak dan srečujemo s strahom v različnih oblikah. Zadržanost v družabnih razmerjih je samo ena od oblik tega strahu.

Preberi 2 Tim 1,7. Kaj pravi Bog, katere tri stvari nam je dal namesto strahu?

---

---

---

---

Sposobnost opraviti stvar, za katero smo menili, da je nismo zmožni narediti – Božja moč – nam lahko vlije zaupanje, da se srečamo z neprijetnimi razmerami v družbi. Ljubezen nam pomaga misli osredotočiti na druge in njihove občutke, ne pa nase, na svojo zadržanost in samoza-vest.

## ***Torek***

---

S katerim svojim prijateljem bi se pogovoril, če bi se moral s kom pogovoriti o čem resnično pomembnem, vendar želiš, da bo o tem molčal? Zaupanje je pomemben del prija-

teljstva. Vsak rad ve, da lahko zaupa svojemu prijatelju.

Prijatelj, ki ve, kdaj spregovoriti in kdaj molčati, je resnično iskan in zaželen. Preberi Prg 16,28. Če veš, da bo kdo izdal tvojo skrivnost, brž ko ga ni več blizu tebe, ali pa te bo začel opravljati, kadar ve, da te ni blizu, potem ta oseba zanesljivo ne bo postala ali pa ostala tvoj dober prijatelj. Pomembno je biti prijatelj, ki mu ljudje lahko zaupajo.

Preberi Prg 27,6. Kaj pravi pisec o nenavadni stvari, ki jo lahko prejmemo od prijateljev?

---

V zaupnem prijateljstvu se najde prostor tudi za ustvarjalno kritiko. Če veš, da je tvojemu prijatelju resnično mar zate in te ne želi samo prizadeti, lahko sprejmeš od njega nasvet, ki bi te resnično bolel, če bi prišel od koga drugega.

---

## *Sreda*

Preberi Prg 17,17. To besedilo nas spomni, da je dobra prijateljstva podpora nekaj, na kar se lahko zanesemo v vseh časih. Prav tako pa drži, da moramo tudi mi biti pripravljeni podpreti svojega prijatelja. Kaj nas Pavel v Gal 6,2 prosi, naj naredimo drug za drugega?

---

---

Nositi breme koga drugega ne pomeni nujno, da moraš rešiti njegovo težavo. To pomeni biti sočuten, pomagati in podpirati. Biti pripravljen prisluhniti in dati prijatelju vedeti, da ti je mar zanj, je vrednejše, kakor pa če hitiš naokrog in poskušaš urediti vse.

Nikakor se ne bojmo obrniti se k zaupnemu prijatelju po pomoč in podporo. In kadar se ne čutimo dovolj močni za nošenje svojih in tujih bremen, imamo še vedno koga, na kogar se lahko obrnemo. Poglej v 1 Pt 5,7, kjer je obljuba, ki nam zagotavlja, da bo Bog vedno naš najbolj ljubeč prijatelj, ki nas bo podpiral.

---

## *Četrtek*

Zelo mogoče je, da si boš čez dvajset let ogledoval šolski letopis ter se smejal smešnim oblekam in pričeskam, ki si jih nosil kot najstnik. Ob robu letopisa boš najbrž prebral sporočila prijateljev, ki so ti bili pred davnim časom pomembni, vendar si sedaj izgubil stik z njimi. Prijatelji, ki jih dobiš v srednji šoli, so med najboljšimi, kar jih boš kdaj imel. Dobro je, če na to pomisliš sedaj, ko ste še skupaj, ne pa šele čez dvajset let. Prijateljem ne povemo dovolj pogosto, kako jih cenimo, zato je lepo, da to občasno naredimo.

Od vseh pisem, ki jih je apostol Pavel pisal praktičnim cerkvam v Novi zavezi, je najvedrejšje pismo Filipljanom. Razpoznamo lahko, da je

pisal skupini ljudi, za katere mu je bilo resnično mar. Preberi Flp 1,3,4 in si oglej, kako daje svojim prijateljem v Filipih vedeti, da ga skrbi zanje. Kaj je naredil vsakič, kadar je pomislil nanje?

---

---

---

---

Ali si se zadnje čase zahvalil Bogu za svoje prijatelje? Ali si se mu zahvalil tudi, ker je tebe samega naredil za dobrega prijatelja? Vzemi si nekaj minut časa in se mu zahvali za dobra prijateljstva. Če bi rad Boga poveličal še za več stvari, se sprijatelji z ljudmi, ki jih še ne poznaš.

---

## ***Petek***

Če ne živiš sam zase v hišici na drevesu na zapuščenem otoku, potem

se prav gotovo vsak dan družiš z ljudmi. Način, kako vzpostavljaš odnose z njimi, vpliva na to, kdo si in kaj čutiš do svojega življenja. Vsi potrebujemo prijatelje, ki nam dajejo občutek varnosti in pripadnosti. Morda smo ljubosumni na koga, s komer se družimo, ali pa nam je v njihovi družbi nerodno ali pa težko zaupamo ljudem. Toda pravo prijateljstvo je lahko vir podpore, zaupanja in radosti.

Kristjani vemo, da je Jezus naš najboljši prijatelj. Naše prijateljstvo z njim lahko izboljša naša druga prijateljstva. Z njim pridobimo zaupanje, da poiščemo prave prijatelje, namesto da si brezupno prizadevamo biti sprejeti v kakšno skupino. Jezus nam daje ljubezen, da nas usposobi lepo ravnati s prijatelji in sklepati nova prijateljstva. Ponuja nam tudi varnost, da v ljubezni in prijateljstvu iščemo druge ljudi.

Ko se boš ta teden srečeval z ljudmi – v šoli, cerkvi, soseski – vedi, da imaš prijatelja, ki »je zvestejši od brata«. (Prg 18,24)

Prijateljstvo z Jezusom naj ti izoblikuje zaupanje, ki ti je potrebno v ravnanju s prijatelji – in z ljudmi, ki to lahko postanejo.



## **DELUJ**

Napiši pismo dobremu prijatelju in mu povej, zakaj ti prijateljstvo z njim pomeni tako veliko. Zahvali se mu za to prijateljstvo. V pismu uporabi tudi besedilo iz Flp 1,3,4.

# 12

## BURNA PRIJATELJSTVA



**Uvod** Septembra 1994 sta Michael W. Smith in njegova žena Debbie, krščanska pisca pesmi in glasbenika, prejela nagrado za pesem Prijatelji. Nagrada je veljala za priljubljen in pozitiven vpliv na življenje ljudi v nekaj letih. Nagrada bo tako znana po imenu Nagrada prijateljstva. Zakaj je prijateljstvo tako pomembna tema? **Ta teden bomo raziskali to vprašanje, pa tudi nekaj drugih tem, ki nam lahko pomagajo v naše življenje vpeljati prijateljstvo.**

**O**b sedmih zjutraj v nedeljo, 23. avgusta 1992, je bila Andreja, moja najmlajša hči, že pokonci in gledala nedeljski televizijski spored. Ko sem se počasi prebujal, sem slišal vremenoslovca na desetem kanalu govoriti o smeri orkana Andrewa, ki se je obrnil naravnost proti južni Floridi. Vstal sem in sedel poleg Andreje, ki je že vedela, kaj se dogaja. Dan poprej so se ljudje na južni Floridi že začeli pripravljati na najslabše. Nam pa se še sanjalo ni, kako zelo se je nevihta okrepila. Sedaj je narasla že do četrte stopnje.

### *Orkan Andrew je prihajal naravnost proti južnemu področju Dade.*

Dan smo preživel v zadelovanju oken in notranjih vrat ter drugih pripravah. Potem smo slišali opozorilo: »Vsi, ki živijo vzhodno od področja številka ena, naj odidejo od tam.« To je pomenilo prav nas, vendar smo se odločili ostati. Opozorilo so vedno znova ponavljali. Pravzaprav so dejali, da prihaja orkan Andrew naravnost proti južnemu področju Dade.

### **KLJUČNO BESEDILO**

! »Ničesar ne delajte iz sebičnosti ali praznega slavloljubja, temveč po ponižnosti cenite drug drugega više od sebe.« (Flp 2,3)

Okoli štirih popoldne je zazvonil telefon. Willie, prijatelj, ki živi v Miamiu, okoli 50 kilometrov severno od Homesteada, kjer smo živeli mi, nas je povabil preživeti nevihto v svojo hišo. Vljudno sem se mu zahvalil in ga zavrnil. Nagovarjal me je, naj odidemo, ko pa sem o tem povprašal svojo ženo in hčere, so tudi one rekle ne.

Uro pozneje je telefon znova zazvonil. Bil je Willie. Skoraj jezno je dejal: »Če ne boste zapustili svoje hiše in prišli k meni, bom osebno prišel in vas odpeljal.« Ker nas je Williejeva sila vznemirila, smo takoj zložili stvari in odšli.

Neurje smo preživeli skupaj z Williejevo družino in se prebudili naslednje jutro ob osmih. To je bil ponedeljek 24. avgusta. Bil je moj rojstni dan. Žena, hčere in Williejeva družina so mi zapeli pesem Vse najboljše. To je bil tisti dan zadnji srečni trenutek. Ko smo se vrnili v Homestead, je bil videti kakor vojaško območje.

Težko mi je pojasnjevati občutke do prijatelja, kakršen je Willie. Dejansko nas je odvedel iz naše hiše na varno. Kaj misliš, kaj z družino čutimo do njega? Kaj bi ti čutil do prijatelja, ki te je rešil neurja?

Tedd je slišal, da nimamo doma. Bila sva prijatelja, odkar je delal na Akademiji v Miamiu kot učitelj telovadbe in gimnastike. Sedaj je živel v južni Dakoti in odkril je, kje živimo, ter nam telefoniral. Ponudil nam je svojo počitniško hišico v Miramaru, kar je bilo 50 kilometrov

severno od Miamijsa. Štiri dni pozneje smo se preselili v to hišico z nekaj stvarmi, ki nam jih je uspelo rešiti. Tam smo ostali pet mesecev. Grozno je, ko izgubiš prav vse in čez noč ostaneš brez doma. Tedd nam je priskrbel prostor, kjer smo začeli znova. Prijatelji ponudijo zatočišče. Do Tedda čutimo neverjetno hvaležnost. Kako bi lahko čutili kaj manj? Kako bi se počutil ti, če bi ostal brez doma in bi ti prijatelj priskrbel dom?

Obed in Rebeka sta prav tako slišala, kaj se nam je zgodilo. Po orkanu sta nas iskala po vsem Miamijsu štiri dni. Ko sta končno odkrila, kje smo, sta nam pustila kreditno kartico in denar. Kako lepo je, če te najdejo, ko se počutiš popolnoma izgubljen in zapostavljen. Zaradi Obeda in Rebeke čutimo, da sta mislila na nas in da jima veliko pomenimo. Zaradi njih imamo občutek pripadnosti. Pripadamo namreč prijateljem, ki so se nas spomnili v neurju. Radi imamo Obeda in Rebeko in cenimo njuno prijateljstvo. Stala sta nam ob strani, ko smo se počutili izgubljene.

### RAZMISLI

• Kaj čutim do svojih prijateljev?  
• Kako moji občutki do njih vplivajo na moje ravnanje z njimi?

## ODKRIJ



### Sobota

Adam in Bog sta bila resnično dobra prijatelja. Vsak dan sta se sprehajala po vrtu. Drug drugemu sta zaupala. Bog je Adama ustvaril in ga ljubil. »Tedaj pogleda Bog vse, kar je bil storil, in glej, bilo je jako dobro.« (1 Mz 1,31)

Čudovito prijateljstvo med Adamom in Bogom je bilo preizkušeno, ko sta se Adam in Eva pregrešila. Občutki para so se od takrat dalje neprestano spreminjali. Sveto pismo omenja tri stvari, ki sta jih doživela. Preberi 1 Mz 3,10 in dokončaj stavek:

»\_\_\_\_\_ sem se pa, ker sem \_\_\_\_\_, in \_\_\_\_\_ sem se.« (1 Mz 3,10)

Po padcu se je Adam zbal Boga. Njegovo zaupanje je minilo. Tako se ga je bal, da se je skrtil »pred obličjem Gospoda Boga med vrtnim drevjem«. (1 Mz 3,8)

### Nedelja

Adam in Eva sta spoznala, da sta gola, in sešila figovo listje ter si naredila krila. (1 Mz 3,7) Začela sta se zavedati svoje slabosti in omejenosti.



Čutila sta, da nista več dovolj dobra za Boga. Greh je prav tako prizadel njun medsebojni odnos. Od takrat dalje sta Adam in Eva poskušala prikrihati stvari pred Bogom, kakor da bi to bilo mogoče.

Opiši trenutek, ko si sam kaj zatajil svojemu najboljšemu prijatelju, ker si menil, da bi te on zavrnil.

---

---

Bog je prišel v vrt iskat Adama in Evo. Vedel je, da sta se pregrešila. Toda kljub temu ju je prišel iskat. Onadva pa sta se zbalala Boga in se mu poskušala skriti, vendar Bog ni čutil enako. Pred njim sta se skrila, ker sta videla, kakšna v resnici sta. Bilo ju je sram in čutila sta se pomanjkljiva. Bogu sta s tem govorila: Ne želiva, da izveš, kakšna sva v resnici.

Opiši, kdaj si skrnil svoje občutke pred prijateljem:

---

---

## ***Ponedeljek***

Štirje dnevi so že minili, odkar je bil Lazar položen v grob. Jezus je slišal, da je Lazar umrl. Zato je prišel v Betanijo, da bi ga prebudil iz spanja.

Ko je Jezus prispel v Betanijo, so Lazarjeva družina, sosede in prijatelji

jokali. Sveto pismo pravi, da se je Jezus zgrozil v duhu, postal žalosten in se razjokal. (Jn 11,33,35)

Nelson je imel petnajst let, ko so ga odpeljali v bolnišnico. Po nekaj preiskavah so zdravniki odkrili, da ima raka. V nekaj več kakor letu je Nelson preživel nekaj operacij in kemoterapijo. Na koncu je umrl. Na pogrebu so se zbrali vsi prijatelji iz šole in cerkve – tam je bilo veliko najstnikov, katerih obrazi so odsevali žalost. Nihče se ni šalil ali norčeval. Vsi so se živo zavedali izgube dobrega prijatelja. V očeh so imeli solze in se spraševali: Zakaj je moral umreti tako mlad?

Kaj misliš, zakaj se je Zveličar tako obotavljal iti k Lazarju, če pa sta bila tako dobra prijatelja?

Zapiši tri stvari, ki ti bodo koristile, kadar boš pomagal komu premagati žalost zaradi izgube ljubljene osebe:

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Težko je izražati čustva, celo do-  
brim prijateljem. Navadno izražamo  
samo negativna čustva.

Predstavljaljaj si naslednje okolišči-  
ne. S prijatelji ste člani šolskega zbor-  
ra. Vsako leto je po napornem pre-  
skusu izbranih le nekaj članov. Šola  
naj bi poslala štiri člane tega zbora na  
sodelovanje v velikem zboru, v kate-  
rem bodo združeni najboljši glasovi  
vseh šol v mestu. Zapeli bodo pesem  
»Mesija«, ki bo v posebnem sporedu  
predvajana v živo po televiziji. Želiš  
si biti izbrana, toda vodja tvojega  
zbora določi štiri druge in med njimi  
tudi tvojo najboljšo prijateljico. Če-  
prav dobro poje, se ti zdi, da imaš sa-  
ma boljši glas.

Spodaj napiši tri različne načine,  
kako bi ji povedala, kako srečna si,  
ker so izbrali njo:

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Ali se ti je to zdelo težko? Preberi  
Flp 2,3.

Jakoba in Janeza, dva Jezusova  
učenca, so imenovali sinova groma.  
Bila sta napadalna in imela sta stra-  
šen značaj. »Nagla jeza, maščeval-  
nost, kritizerstvo« so bile njune zna-  
čajske lastnosti. Bila sta ošabna, stre-  
muška in nasilna. /*Hrepenenje vekov*,  
*str. 209*/ Proti koncu svoje službe je  
Jezus hotel iti skozi samarijansko vas,  
toda niso ga sprejeli, ker je bil na poti  
v Jeruzalem. (Lk 9,53) Tedaj sta  
Jakob in Janez predlagala Jezusu:  
»Gospod, hočeš li, da rečeva, da  
ogenj pade z neba in jih pokonča?«  
(Lk 9,54) Ko že govorimo o močnih  
občutkih!

Postavi križec v spodnjo lestvico, da  
oceniš Jakobove in Janezove občutke.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10  
V redu slabo

Včasih morda čutiš, da imaš pra-  
vico prijateljem povedati vse, kar ti  
pride na misel, ne da bi upošteval  
dejstvo, da jih to lahko prizadene. Je-  
zus je nekoč rekel: »Kajti od znotraj,  
iz človeškega srca, izhajajo hudobne  
misli, ... zvijača, ... nevoščljivo oko,  
... napuh, nespametnost.« (Mr 7,21)

David in Jonatan sta se zavezala,  
da bosta ščitila svoje prijateljstvo, ne  
glede na ceno – ker sta se imela zelo

rada. Jonatanov oče Savel je namerala-  
val umoriti Davida, ker je bil ljubosu-  
men nanj. Jonatan je povedal Davidu  
za očetov načrt: »Savel, moj oče, ti  
streže po življenju; sedaj torej, pro-  
sim, pazi ob jutru in ostani na skriv-  
nem in se skrij. Jaz pa pojdem in bom  
stal zraven svojega očeta na polju,  
kjer boš, in govoril bom s svojim  
očetom zate; in kar bom videl, ti  
oznanim.« (1 Sam 19,2.3)

Preberi 1 Sam 19 in 20 ter raz-  
misli o prijateljstvu med Jonatanom  
in Davidom.

Sedaj pa pomisli na svoje občutke  
do prijateljev. Kako izražaš občutke  
prijateljem, kadar ugotoviš, da so v  
nevarnosti? V treh različnih scena-  
rijih razmisli, kako bi izrazil občutke  
prijatelju v posamezni okoliščini.  
Tvoj prijatelj...

- ne hodi v cerkev
- poskuša mamila
- z nekom spolno občuje.

David in Jonatan sta bila zelo  
velika prijatelja. Tako sta si bila

blizu, da sta postala enega duha. (1  
Sam 18,1)

---

## ***Petek***

Najbrž veš, da lahko imaš slabe  
ali pa dobre občutke do svojih prija-  
teljev. Način izražanja teh občutkov  
veliko pove o tvojem prijateljstvu z  
njimi. Povedano z drugimi besedami:  
zavedati se moraš, da si lahko napa-  
čno dojet, kadar tvoji občutki do pri-  
jateljev niso to, kar oni pričakujejo.  
To ni napačno. To je področje prija-  
teljstva, kjer boš doživel največ te-  
žav.

Občutki so varljivi, ker jih ne  
moremo nadzorovati. Sveto pismo  
pravi: »Varljivo je srce nadvse in hu-  
do popačeno; kdo ga more doumeti?«  
(Jer 17,9)

Naše srce je tam, kjer so naša  
čustva. Lahko imamo veliko ljubezen  
in jo izražamo na pravilni način tako  
dolgo, dokler je naše srce na pravi  
poti. Boga moramo prositi, da v nas  
ustvari čisto srce. (Ps 51,10)



### **DELUJ**

Na list papirja zapiši tri stvari, ki jih lahko narediš ta teden, da bi imel  
druge za boljše od sebe. Poskusi prikazati to posebno prijateljstvo njim,  
s katerimi prideš v stik vsak dan.

# 13

## ETHANOVA ODLOČITEV



**Uvod** Ko živimo z družino, doživljamo različne občutke glede sebe in drugih družinskih članov. Včasih se čutimo zelo povezane, včasih pa kakor da ne spadamo skupaj. Morda čutimo nekaj posebnega do enega družinskega člana, do drugega pa ne. Naučiti se spoštovati občutke drugih je pomembno za izoblikovanje močnih družinskih vezi. **Zagotovo se lahko počutimo ljubljene in varne kot Božji otroci, saj je On največji Oče.**

**E**than je bil precej zmeden. Njegova najboljša prijateljca, Les in Tony, sta se šalila in se imela čudovito, vendar če si je Ethan še tako prizadeval pridružiti se v zabavi, si ni mogel iz glave izbiti stvari, ki so se zgodile doma v preteklih nekaj tednih.

*Ko je bil doma, je bral časopis ali pa izdeloval svoje načrte v garaži.*

Z očetom je ohranil razumen odnos, še posebej potem, ko mu je pred dvema letoma umrla mati. To je bilo kar nekaj časa, vendar jo je Ethan zelo pogrešal. Nikoli ji ni resnično povedal, da jo ima rad, vendar je bil prepričan, da je to vedela, saj je vedno poskušal dobro ravnati z njo; izkazoval ji je spoštovanje in bil do nje pozoren; svojo sobo je čistil, ker se ji je to zdelo precej pomembno.

Dolgo je bilo potrebno, da se je pogovoril z očetom, saj je oče vedno delal, kadar pa je bil doma, je bral časopis ali pa izdeloval svoje načrte

### **KLJUČNO BESEDILO**

! »Ko je bil še daleč, ga ugleda • njegov oče in se mu v srce zasmili ter priteče in se oklene njegovega vratu in ga poljublja. ... Veselimo se, zakaj ta moj sin je bil mrtev, in je oživel, in bil je izgubljen, in se je našel. In začno se veseliti.« (Lk 15,20-24)

v garaži, ker ni maral, da se ga moti. Šele ko je Ethanova mati umrla, se je oče začel zanimati zanj in ga spraševati, kako je v šoli in kdo so njegovi prijatelji.

V preteklih nekaj tednih pa se je to spremenilo. Stvari v hiši so se zaostrele. To so opazili tudi bratje in skupaj z Ethanom iskali izgovore, da so ostajali v šoli dlje od običajnega časa ali pa so imeli več košarkarskih treningov. Zdelo se je, da je oče pogosteje jezen in manj potrpežljiv. Vznemirile so ga že drobnarije in potem je kričal in ukazoval dečkom, naj ostanejo v svojih sobah ali pa opravijo kakšno dodatno opravilo v hiši.

Ethan je razmišljal o stvareh, ki jih je rekel očetu v preteklih tednih. To ga je razžalostilo, hkrati pa se je čudil, zakaj njihov oče ravna z njimi tako slabo. Spomnil se je časov, ko jih je oče vodil na vodno smučanje in kako so se zabavali, kako so smučali pozimi – kako čudovito je to bilo. Da, še vedno je ljubil svojega očeta in bil je prepričan, da tudi oče ljubi njega, toda zakaj si učinkoviteje ne izkazujejo skrbi drug za drugega? Zakaj družina ne more podreti zida, ki je na videz stal med njimi, in zakaj si ne morejo povedati, kaj resnično čutijo in mislijo?

Prav takrat se je Ethan odločil zbrati pogum in poprositi očeta, naj sede z njim, da razrešita stvari, ki težijo vse v družini. Da, prav tako bo naredil.

»Hej, Les, ali si slišal šalo o moškem, ki je...«




---

## *Sobota*

Preberi besedilo v Lk 15,11-32. Vsekakor si že večkrat slišal priliko o izgubljenem sinu. Starši so ti jo povedali, ko si z brati in sestrami sedel na tleh med družinskim bogoslužjem, ali pa so učitelji v šoli poprosili tebe ali koga drugega v razredu, da bi to odigrali v letnem šolskem programu, ali pa te je učitelj v sobotni šoli prosil, da poveš priliko na sodoben način. To je vsekakor ena najbolj znanih Jezusovih prilik.

Morda je tako, ker nam daje vedeti, kako mogočna sta lahko ljubezen in sprejemanje, ko ju izkažemo družinskim članom. Prilika nas najverjetneje spominja na čase, ko so nam starši in drugi družinski člani izražali svojo ljubezen, skrb in odpuščanje, tudi ko si tega resnično nismo zaslužili. Gane naše srce, ker vemo, kako je biti izredno cenjen in varen v družini, v kateri se imajo vsi radi.

### **RAZMISLI**

• **?** Kaj misliš o odprtem pogovoru s starši o svojih čustvih?

Vsi si želimo biti sprejeti. Kakor rastlina, ki raste, če jo dobro zalivamo in gnojimo, rastemo in se zdravo razvijamo, če vemo, da smo družini pomembni. Če vemo, da smo brezpogojno sprejeti, lahko bolje opravimo z možnimi bolečinami, ki se pojavijo na poti. Zelo veliko pomeni dejstvo, da se lahko vrnemo domov k družini, ne da bi nas skrbel naš smešen nos, slaba pričeska ali suhe noge.

Če vemo, da smo sprejeti, četudi počnemo nesprejemljive stvari, smo prosti in lahko drugim pomagamo spoznati njihovo vrednost. Jezus je rekel: »Ljubi svojega bližnjega kakor samega sebe.« (Lk 10,27) Če ljubimo in cenimo sebe, nam to pomaga izkazovati ljubezen bližnjim. Naš najbližji bližnji je lahko naš oče ali sestra.

Včasih nesprejemljivo vedenje, ki ga vidimo pri drugih, povzroči občutek zavračanja: »Ne cenijo me in ne sprejemajo, zato me ne opazijo. Počel bom stvari, zaradi katerih me bodo ljudje opazili, četudi bo moje vedenje nesprejemljivo.« Če čutimo, da so nas družinski člani sprejeli, bomo prosti takšnega tveganega življenja. Na črte napiši dejanja, ki si jih opazoval med prijatelji in za katera meniš, da so takšna, ker se prijatelji čutijo ljubljene in varne v svoji družini.

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

---

## *Nedelja*

\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## ***Ponedeljek***

Ljudje porabijo veliko denarja za varnost. Zavarujejo svoje imetje, delo, prihodek in življenje. Vedno se počutimo veliko bolje, če vemo, da smo se zavarovali pred izgubo.

Varnost je sad izkušanja doslednega izražanja ljubezni in skrbi pomembnih ljudi v našem življenju. Če ne bomo čutili, da so nas ljudje, ki imajo pomembno vlogo v našem življenju, zapustili ali zavrnil, se bomo počutili varne in bomo razvili močan občutek zaupanja v druge. Doma se bomo počutili varne, če vemo, da so nam starši vedno pripravljeni priskočiti na pomoč.

Preberi Mt 10,31. Jezus nas ni pustil v dvomu glede pomembnosti občutka varnosti. Spodbuja nas, naj ne pozabimo varnosti, ki nam jo ponuja z besedami, da bo prav gotovo opazil tudi nas, če opazi drobnega vrabca, ki pade na tla.

Dopolni naslednje stavke:

- Ko sem bil star med 5 in 10 let, sem se od vseh prostorov v stanovanju najbolj varnega počutil v \_\_\_\_\_.
- Oseba v družini, ki mi pomaga, da se počutim najbolj varnega, je

\_\_\_\_\_, in mislim, da je to zaradi \_\_\_\_\_.

- Čas, ko se doma počutim najbolj varnega, je \_\_\_\_\_.

## ***Torek***

Priznajmo: ljubezen je tvegana beseda. Danes ima veliko pomenov, ko pa jo uporabimo na poseben način, lahko na glavo postavi tvoj dan in celo življenje. Prava ljubezen je mogočna. V življenju ljudi lahko privede do korenitih sprememb in priskrbi razloge za nove poti.

Preberi Ps 68,6; 1 Tim 5,8. Kaj besedilo sporoča prav tebi in tvoji družini?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ko boš naslednjič čutil, da te družinski člani ne ljubijo, preveri, kako ti sam meriš pomanjkanje ljubezni. Kako pričakuješ, da ti bodo družinski člani izkazovali ljubezen? Kako natančno vrednotiš, ali te družina ljubi ali ne?

## ***Sreda***

Čustva so lahko spremenljiva kakor vreme. Naše vedenje oblikujejo naši občutki, in če v čustvih občutimo nestalnost, še posebej glede pomembnih stvari, bomo zmedeni. Te spremembe v čustvih do drugih družinskih članov moramo priznati kot normalne, kajti okoliščine se neprestano spreminjajo. Zadeve nikoli ne ostanejo enake, prav tako ne naši občutki do ljudi, ki so nam pomembni. Obstaja tveganje, da bomo družinske člane vzeli za samozemne. Ker živimo v isti hiši, lahko

zlahka pomislimo, da nam njihova čustva niso pomembna.

Na spodnje črte napiši imena vseh družinskih članov.

Potem se vprašaj, kako se sedaj vsak od njih počuti. Poleg vsakega imena napiši, kaj bi ta teden lahko naredil, da bi to osebo spodbudil, potem pa čakaj na priložnost, da boš svojo zamisel udejanjil.

Če je v tvoji družini več članov, kakor pa je spodaj prostora, jih zapiši na poseben papir.

IME

SPODBUDNA ZAMISEL

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### ***Četrtek***

Raziskave, ki so zajele družine, uporabljajo določen izraz za opis edinstvenih občutkov, ki jih občutijo starši, ko dom zapusti še zadnji otrok. To imenujejo »sindrom praznega gnezda« in matere se počutijo še posebej osamljene, ko prenehajo vsak dan skrbeti za otroka. Jezus je omenil zapustitev doma, ko je spregovoril o zakonu: »Zaradi

tega zapusti človek očeta in mater in se pridruži svoji ženi.« (Mt 19,5)

Različne kulture imajo različna pravila o zapuščanju doma, toda kakor koli se to že zgodi, bodo vedno navzoči določeni občutki pri poslavljanju od gnezda. Nekateri mladi se veselijo te izkušnje. Poiskali si bodo drug življenjski prostor, se dogovorili s kom, ki bo z njimi delil sobo, kupili bodo avto in se hitro odselili. Drugi se morda bojijo oditi iz varnega doma in družine ter se zato odločijo ostati, kolikor dolgo



se da. Poslavljanje od staršev in družinskih članov, ki nam pomagajo postati, kar smo, bo zbudilo različne občutke. Morda bomo občutili mešane občutke, ko bomo odšli študirat, čeprav se bomo vrnili ob koncu opravljenega letnika. Obenem lahko čutimo vznemirjenje in strah.

---

### ***Petek***

Bog nas je ustvaril z občutki vred. Ti so pomembna sestavina našega

življenja. Vendar se občutki do družine vedno spreminjajo. Prišli bodo časi, ko se nam bo pripadnost družini zdela najpomembnejša stvar na svetu, spet drugič pa nas bo družina prizadela. Sprejemanje neizogibnosti teh sprememb v naših občutkih je pomembno. Prav tako je zelo pomembno odkriti ustrezen način izražanja naših občutkov. Pri okrepitvi posebne celice, ki jo imenujemo družina, bo pomagalo tudi razvijanje spretnosti učinkovitega sporočanja tega, kar je v našem srcu.



### **DELUJ**

Naredi družinsko drevo. Vključi imena staršev, starih staršev (in še dlje nazaj, če je mogoče). Obarvaj imena družinskih članov, ki so nate najbolj vplivali. Izrabi prvo priložnost in tem ljudem izrazi svojo ljubezen in spoštovanje.

