

SLOBODAN OD STRESA

Tomislav Pejaković
25. kolovoza 2013.

FOKUS: Stres je naša svakodnevnica. Živimo u vremenima velikih neizvjesnosti, tjeskoba i problema koje uzrokuju stres. Samo nam Isus može dati mir koji nam je potreban kako bi živjeli život bez stresa.

ČITANJE:

„Zato vam velim: ne brinite se tjeskobno za svoj život: što ćete jesti ili piti: niti za svoje tijelo: u što ćete se obući. Zar nije život vredniji od hrane, a tijelo od odijela? Pogledajte ptice nebeske! Niti žanju, niti sabiru u žitnice, i vaš ih otac hrani. Zar vi niste mnogo vrjedniji od njih? Tko od vas može brigama produžiti svoj život za samo jedan lakat? I za odijelo, što se tjeskobno brinete? Promotrite poljske ljiljane kako rastu! Niti siju, niti žanju. A ja vam kažem da se niti Salomon u svoj raskoši svojoj nije zaodjenuo kao jedan od njih. Pa ako tako Bog odijeva poljsku travu koja danas jest, a već sutra se baca u peć, zar neće mnogo radije vas, malovjerni!? Ne brinite se tjeskobno i ne govorite 'Što ćemo jesti, ili što ćemo piti, ili u što ćemo se obući?! – to sve traže pogani – jer zna Otac vaš nebeski da vam je sve to potrebno. Zato najprije tražite kraljevstvo Božje i njegovu pravednost, a to će vam se nadodati! Dakle, ne brinite se tjeskobno za sutrašnji dan, jer će se sutrašnji dan brinuti za se! Svakome je danu dosta njegove muke.“
Evandjelje po Mateju 6,25-34

Stres je jedno negativno stanje u kojem se osoba nalazi i ne samo da ti daje loš osjećaj nego je i uzročnik mnogih kroničnih bolesti koje dovode do smrti. I zapravo u posljednje vrijeme znanstvenici otkrivaju da je sve više bolesti uzrokovano stresom.

OSTALI STIHOVI:

Lk 21:25; Izr 14:30; Fil 4,6; Post 22,14; Mt 14,24-33; Izr 23,7; Ef 6,16; 2 Kor 10,4; Rim 8,28; Job 3,25; Izr 29,25; 1 Pt 5,10; Mk 6,10; Lk 18,35-43

RAZGOVOR:

1. Tko nam daje sigurnost?
2. Koja su glavna područja zabrinutosti u našim životima?
3. Zašto je važno na čemu je naš fokus?
4. Zašto su važne naše misli, odnosno način kako razmišljamo?
5. Koje je oružje naše pobjede?
6. Što nam Sotona pokušava nametnuti kao istinu?
7. Kakav bismo stav trebali zauzeti?

PRIMJENA:

1. Odbaci brige i tjeskobe i stavi svoj fokus na Isusa.
2. Obnavljaj svoj um i puni ga Božjom riječi.
3. Odupri se sotonskim lažima.
4. Zauzmi pobjednički stav.

MOLITVA:

Pokaj se za svaku tjeskobu i nevjeru prema Bogu. Traži ga da učvrsti tvoju vjeru u njegovu dobrotu, providnost i snagu. Traži ga da ispuni tvoj um mirom koji nadilazi svaki razum.