

# GLASNIK

## *reformacyje*

Broj 1, 2023.

PROPOVIJED

Duhovna pretraga

ISKUSTVO

Od ateizma  
do kršćanstva

ZDRAVLJE

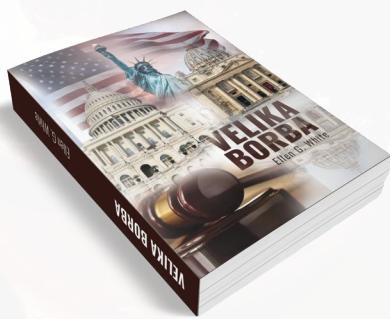
Zahvalnost za  
bolje zdravlje

# Vino Babilona



# GLASNIK. *reformacije*

Vino Babilona .....	4
Duhovna pretraga (I) .....	10
Od ateizma do kršćanstva .....	14
Seminar za djecu i mlade .....	17
Proljetni duhovni sabor .....	18
Zahvalnost za bolje zdravlje .....	20
Međunarodni seminar za mlade .....	24



## VELIKA BORBA

cijena: 2 €

kontakt za narudžbu:  
[info@rpasd.hr](mailto:info@rpasd.hr)  
+385 91 544 6554



Glasilo Reformnog pokreta adventista sedmog dana

God. LXIX  
Broj 1

Izlazi tri puta godišnje

ISSN 1333-1655

Odgovorni urednik:  
Boris Bosanac

Grafička priprema i dizajn:  
Igor Aradski

U GLASNIKU REFORMACIJE izlaze članci biblijsko-religioznog, moralno-poučnog i zdravstvenog sadržaja te izvještaji o misionarskoj djelatnosti naše crkve širom svijeta.

Rukopise, prijedloge, priloge i eventualne promjene adresa šaljite na adresu:

GLASNIK REFORMACIJE  
Ribnička 12, 10110 Zagreb  
Tel: +385 91 544 6554  
e-mail: [info@rpasd.hr](mailto:info@rpasd.hr)

Prema mišljenju Ministarstva kulture i prosvjete Republike Hrvatske, Kl. ozn. 612-10/93-01-161, Ur. broj: 532-03-1/7-93-01, od 23. veljače 1993., Glasnik Reformacije ne podlježe plaćanju osnovnog poreza na promet.



4



10



14

**Boris Bosanac**

Urednik

Dragi čitatelji,

pred vama je novi broj Glasnika u kojem se nalaze različiti tekstovi - iskustva, izvještaji, najave, kao i tekstovi povijesno-duhovne i zdravstvene tematike.

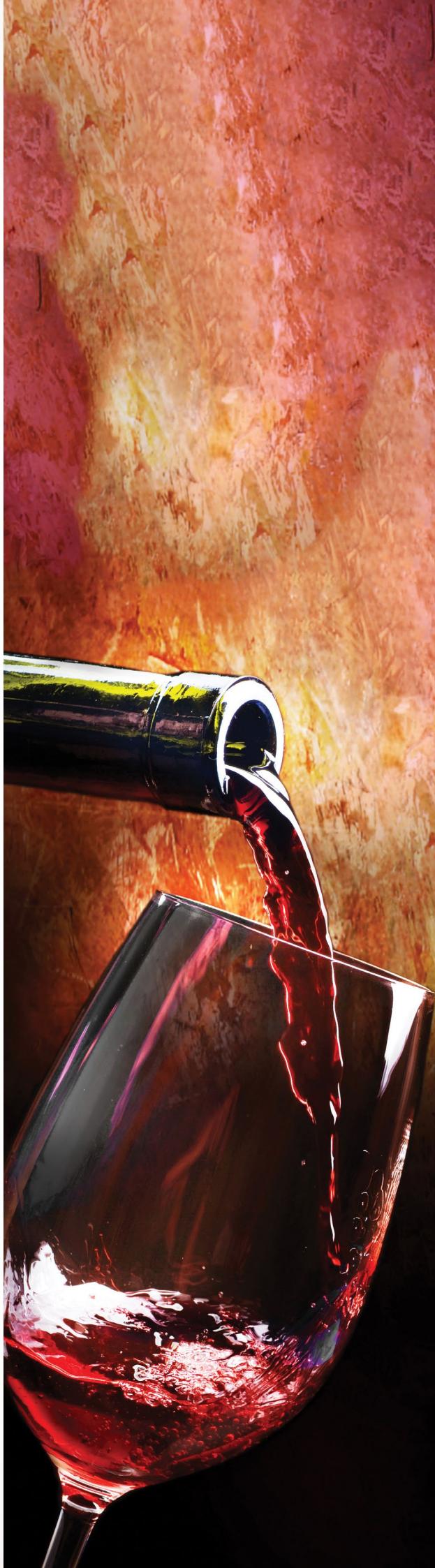
Od svih tekstova želio bih posebno istaknuti tekst brata Voje Lukića pod naslovom "Vino Babilona". Iako je Babilon kao i sva druga kraljevstva doživio svoj slom, ipak Babilon je na specifičan način zadržao svoj utjecaj. Neobične i Bogu mrske ideje začete u Babilonu, možemo pronaći čak i danas. One više ne prožimaju samo političko-sociološku sferu društva već zadiru u područje duhovnosti i utječu na formiranje načina života. Upravo zato, andeo iz Otkrivenja 14:8 naziva ove kobne ideje babilonskim vinom. Gdje se to vino danas toči, koliko je opojno i opasno, možete saznati u već spomenutom tekstu.

U članku "Duhovna pretraga" ponuđeni su praktični savjeti za analizu naše duhovnosti. U prvom nastavku posebno se govori o duhovnoj pretrazi naših misli. Kao i u medicini, prevencija je uvijek najbolja opcija. Stoga se savjetuje da redovito kontroliramo stanje svojih misli.

Poseban značaj pozitivnih misli i zahvalnosti detaljnije je opisan u zdravstvenom tekstu pod naslovom "Zahvalnost za bolje zdravlje". U njemu je navedeno više istraživanja koja pokazuju kako i koliko zahvalnost utječe na čovjekovo zdravlje.

Za kraj, želim potaknuti posebno mlade da pročitaju najavu za Međunarodni seminar za mlade koji će se održati u Španjolskoj. Pored svih teoretskih znanja i poticaja koje možemo primiti čitanjem, postoji nešto posebno što se u ovoj najavi nudi, a to je iskustvo. Ukoliko ste mladi, prijavite se. Ukoliko niste više mladi, podržite i ohrabrite mlade da idu na ovakva događanja.

Neka nam svima Bog podari mudrost kako bismo mogli prepoznati prilike koje nam On nudi, prilike da steknemo dobra iskustva, održimo dobre misli i doneсemo dobre odluke.





# Vino Babilona

Vojo Lukić

„Pazite da vas tko ne zavede!“ prve su riječi koje je Isus izgovorio odgovaraajući na pitanje učenika: „Koji će biti znak tvojega dolaska i svršetka svijeta?“ Krist je nastavio govoriti: „Mnogi će doista doći u moje ime i govoriti: 'Ja sam Krist!' I mnoge će zavesti.“ - Matej 24:4, 5. Kroz povijest, a posebno u posljednjim vremenima, Sotonina glavna obmana bila je i nastaviti će biti pojava pojedinaca koji će se lažno predstavljati ili kao sam Isus Krist ili kao Kristovi legitimni predstavnici. Ti lažni Kristi ili varalice djelovat će s takvom vještinom i lukavošću da će „mnogi“ — što predstavlja većinu svjetskog stanovništva — biti prevareni i zavedeni na krivi put.

Koristeći se simboličnim jezikom, Otkrivenje 18. sadrži nevjerojatan opis Božjih osuda koje će pogoditi zlu i nemoralnu ženu koja se naziva „Babilon veliki“. Ova žena ima ogromnu moć u cijelom svijetu

u danima neposredno pred Kristov drugi dolazak. Uspjela je stvoriti nezakonit savez s najmoćnijim političkim, gospodarskim i vojnim vođama svijeta. Međutim, Božje će osude iznenada pasti na „veliku bludnicu“ i uzrokovati njezino potpuno uništenje. Kad vide užasan kraj Babilona, njezini će brojni ljubavnici biti neutješni. Gledajući izdaleka, žalit će zbog neočekivane propasti „velikog grada“ koji ih je učinio bogatima i moćima.

Za nas je posebno zanimljiv sljedeći kratki opis babilonskog tajnog oružja koji koristi za postizanje svjetske dominacije: (...) i čaranja tvoja zavedoše sve narode.“ - Otkrivenje 18:23. Neki drugi prijevodi Biblije koriste za ovu riječ „vračanje“ (grčki pharmakeia), riječi „vještičarstvo“, „svetogrde“ ili „čarolija“. Ne bi nam trebala promaknuti činjenica da je ranije u istom poglavju rečeno da

su svi narodi pili babilonsko vino: „Jer se gnjevnim vinom bluda njezina opiše narodi; s njom su bludničili svi kraljevi zemaljski, a trgovci se zemaljski obogatiše od silna raskošja njezina.“

- *Otkrivenje 18:3.* Iz ovog stiha proizlaze dva zaključka: Babilon nedvojbeno ostvaruje svjetsku dominaciju, i drugo, ova moćna, ali nedopuštena veza s kraljevima i trgovcima svijeta te s političkim tijelima i trgovačkim savezima koje predstavljaju, postiže se u velikoj mjeri putem opojnog i čarobnog utjecaja babilonskog vina.

Upravo zbog varljive upotrebe opojnog vina na narodima i njihovim vođama koje Babilon koristi kao sredstva za provođenje svog ambicioznog i krvожednog plana, u konačnoj presudi nad velikom bludnicom, Bog izdaje zapovijed da se Babilonu da njen vlastito piće: „Vratite joj milo za drago, naplatite joj dvostruko

po djelima! U čašu u koju je ona natakala natočite dvostruko!" - *Otkrivenje 18:6.*

U ovom ćemo članku pobliže proučiti povijest i značenje imena „Babilon“ i pojma „babilonsko vino“. Nadalje, identificirat ćemo tko ga toči, subjekte koji ga primaju i utjecaj tog vina na one koji ga piju. Govorit ćemo o Božjoj brizi za svoj narod u Babilonu, i o jedinoj zaštiti koja je dostupna Božjem narodu protiv babilonskog vina.

Dakle, krenimo na ovo izuzetno važno putovanje otkrivanja tajanstvenog vina Babilona — najveće obmane svih vremena od koje nitko na zemlji neće pobjeći osim malog Božjeg ostatka, onih „koji drže Božje zapovijedi i imaju vjeru Isusa“ - *Otkrivenje 14:12.*

### Podrijetlo Babilona

Ispravno razumjevanje i točno tumačenje proročanstava o kraju u knjigama Daniela i Otkrivenja zahtijeva dosljednu primjenu određenih pravila biblijskog tumačenja. Jedno od temeljnih pravila tumačenja je da Biblija tumači samu sebe. Novozavjetna knjiga Otkrivenja zasićena je figurativnim jezikom (riječima, izrazima, slikama) koji je čvrsto ukorijenjen u Starom zavjetu. Stoga, da bismo razumjeli značenje ključnih riječi koje nas zanimaju (kao što su Babilon, vino, blud itd.), prvo trebamo istražiti relevantne starozavjetne tekstove kako bismo utvrdili njihovo značenje.

Povijest imena „Babilon“ i grada koji nosi to ime iznimno je zanimljiva, pa čak i intrigantna. Seže do samog početka prvih civilizacija koje su nastale nakon svjetskog potopa u drevnoj Mezopotamiji, duž rijeka Eufrat i Tigris. Babilon se prvi put spominje u Bibliji kao ime grada koji je izradio Nimrod, potomak Hama, jednog od trojice Noinih sinova. Biblija kaže za njega: „Silan lovac pred Gospodom (...) Glavno uporište njegova kraljevstva bili su: Babilon, Erek, Akad i Kalne, svi u zemlji Šinear.“ - *Postanak 10:9,10*

Druge značajno spominjanje Babilona nalazimo već u sljedećem poglavljju Postanka, u priči o babilonskoj kuli. Rani stanovnici Mezopotamije, krećući se s istoka „nađoše ravnicu u zemlji Šinearskoj i ondje se naseliše.“ - *Postanak 11:2.* Nažalost, nisu se pouzdali u Božja obećanja i u savez koji je sklopio s njihovim pretkom Noom. Bog je obećao Nosi i njegovim potomcima: „I to sklapam zavjet svoj s vama u tu svrhu, da nijedno stvorene ne bude više uništeno od vode potopa, i da od sada ne dođe više potop, da zatre zemlju.“ - *Postanak 9:11.* Izrazili su svoju nevjeru u Božja obećanja govoreći: „Hajde da sazidamo sebi grad i kulu s vrhom do neba, i da podignemo sebi spomenik, da se ne raspršimo po svoj zemlji!“ - *Postanak 11:4.* Biblija nam piše da bi uspjeli u svom pothvatu da se Bog nije umiješao i pobrkao im jezik kojim su se služili svi graditelji.

Biblijski zapis o tom događaju i Božjem odgovoru na ljudsku pobunu glasi: „Hajde da siđemo i da im pometemo jezik, da ne razumiju jedan drugoga što govore! I rasprši ih Gospod odanle po svoj zemlji, i tako moradoše odustati od zidanja grada. Zato se prozva Babel; jer ondje pomete Gospod jezik cijele zemlje, i odanle ih rasprši Gospod po svoj zemlji.“ - *Postanak 11:7–9.*

Šinear se još jednom spominje u 14. poglavljju Postanka u zapisu o vojnoj akciji koju je poduzelo nekoliko kraljeva protiv kraljeva Sodome i Gomore. Dok su Sodoma i Gomora trpele poraz, Abraham je intervenirao i potjerao kraljeve koji su ih napadali kako bi spasio svog nećaka, Lota. Čini se da je ujedinjene agresore vodio kralj Kedorlaomer, kralj Elama. Važno je napomenuti da je prvoimenovani kralj na popisu osvajačkih vladara Amrafel, kralj Šineara (*Postanak 14:1;* napomena u engleskom New International Version prijevodu Biblije: „Šinear“ je „Babilonija“). Pobjednik Abraham na povratku iz bitke s kraljevima susreće

Melkizedeka, kralja Salema, istog grada koji će kasnije biti nazvan Jeruzalem (*Postanak 14:18–20.*)

### Osobine drevnog Babilona

Iz povijesnog izvještaja u Knjizi Postanka možemo prikupiti nekoliko važnih činjenica o drevnom Babilonu. Mogli bi se ovako sažeti:

1. U biblijskom zapisu, čini se da je naziv „Babel“ povezan s hebrejskom riječi za „zbrku“ koja se pojavila nakon što je Bog „pobrkao“ jezik graditelja (heb. balal - „On je pobrkao“). Etimologija riječi „Babel“ također se može utvrditi uvidom u stare semitske jezike (asirski, arapski, aramejski i kasni hebrejski). U asirskom obliku, Bab-ili znači „vrata boga“ (bab znači „vrata“, dok je posljednji slog „-el“ uobičajena riječ za „boga“). Važno je uočiti da se imena „Babel“ i „Babilon“ odnose na isti entitet, isti grad. „Babilon“ je samo transliteracija grčkog oblika tog imena (*Babylonos*).

2. Lokacija drevnog grada Babilona ili Babela - onog koji je sagradio Nimrod i onog koji su sagradili graditelji Babilonske kule - je „u zemlji Šinearu“ (*Postanak 10:10; 11:2.*). Bibličari i povjesničari mišljenja su da je ime „Shinar“ srođno sa Sumerom, prvom i najfascinantnijom velikom civilizacijom u analima ljudske povijesti. Sumerska civilizacija cvjetala je u plodnom polumjesecu u četvrtom i trećem tisućljeću prije Krista. I postala je poznata po svojim inovacijama u jeziku, upravljanju, matematici, astronomiji, arhitekturi i još mnogo toga. Ruševine drevnog Babilona nalaze se oko 85 km južno od Bagdada u Iraku.

3. Nimrod, osnivač Babela, opisan je u Bibliji kao „silan lovac pred Gospodinom“, drugim riječima, moćan čovjek vješt u lov i upotrebi sile. Kao takav, Nimroda se također može promatrati kao nasilnog i agresivnog, sposobnog ljudi staviti pod svoju kontrolu. On gradi kraljevstvo koje se sastoji od nekoliko važnih drevnih gradova, od kojih je glavni Babel.

4. Nimrodovi nasljednici nastavljaju Nimrođovo djelo širenjem grada Babela i izgradnjom iznimno visoke kule. Djeluju u suprotnosti s Božjim obećanjem da neće biti još jednog svjetskog potopa. Nadalje, nastoje „stvoriti ime za sebe“, to jest postati nezavisni, neovisni o Bogu, čime se nadaju spriječiti raspršenje u različite dijelove svijeta. Ovi postupci ukazuju na ljudski ponos i pobunu, ali i namjeru da se centralizira svjetska vlada i da se svjetska populacija koncentrira na jednom mjestu ili u jednoj regiji. Bog osujeće ovu globalističku agendu, brka njihov zajednički jezik i raspršuje gradske stanovnike i graditelje po cijelom svijetu.

5. Kralj Šineara ili Babilonije dio je agresivne vojne ekspedicije koju je poduzelo nekoliko kraljeva kako bi čak i neke od Božjih predstavnika lišili njihove slobode, posjeda i zemlje. Abraham se protivi ovoj invaziji i agresivnom ponašanju kralja Šineara/Babilona i njegovih saveznika. Abraham prima blagoslove od

svećenika Boga Svevišnjega koji je ujedno i kralj drugog velikog biblijskog grada, grada Salema. Ovo je prvo mjesto u Svetom pismu gdje vidimo u začetku ideju o kontrastu između dva velika grada —Babilona i Jeruzalema (Salema), te između dvije velike grupe ljudi - sljedbenika Nimroda, moćnog čovjeka koji se oslanja na svoju ljudsku snagu i domišljatost, za razliku od sljedbenika Abrahama, čovjeka koji na Božji poziv odgovara vjerom. Abraham, zajedno s obećanim potomcima, predstavlja kraljevstvo Božje na zemlji. Kao što ćemo vidjeti, Babilon i Jeruzalem ostat će u stalnom sukobu do kraja ovoga svijeta.

## Babilonsko carstvo, Izrael i Bog

Od neovisnog grada-države, Babilon će se uzdići do svjetske slave za vrijeme Prve babilonske dinastije u 19. stoljeću prije Krista. Najistaknutiji vladar u tom razdoblju bio je amorejski kralj Hamurabi (1792.–1750. pr. Kr.), koji je uspostavio Starobabilonsko

carstvo. U stoljećima koja slijede, to će rano Carstvo nestati i proći kroz asirsku, kasitsku i elamitsku dominaciju. Babilon će vratiti svoju staru slavu i čak je nadmašiti kada postane prijestolnica Novobabilonskog carstva (609./605.–539. pr. Kr.) Ovo je kraljevstvo utemeljio Nabopolasar (626. – 605. pr. Kr.), ali je doseglo svoj vrhunac pod njegovim sinom i dobro poznatim biblijskim likom, Nabukodonozorom II. (605. – 561. pr. Kr.).

Iako su Novobabilonsko Carstvo i njegovi vladari korišteni kao oruđe u Božjim rukama za kažnjavanje drugih naroda, uključujući i Božji narod (Jeremija 25,8.9), Babilon u Starom zavjetu predstavlja vjersko-politički sustav koji stoji u suprotnosti religiji pravog Boga. Babilonov glavni cilj je svjetska dominacija i uspostava globalnog poretku koji je suprotan načelima Božje vladavine. Babilon se stoga dosljedno prikazuje kao veliki neprijatelj Božjeg naroda. To ime se u Bibliji spominje oko 280 puta, odmah iza Jeruzalema, što jasno pokazuje da je Babilon glavni rival Jeruzalema. Prorok Izajja koristi ponos, aroganciju i stav Babilona i njegovih careva prema Bogu i Njegovom narodu (Danijel 4:30; 5:3, 4) kao opis Luciferovih hvalisavih tvrdnji i njegove pobune na nebu (Izajja 14:12–14).

Stoga nije ni čudo da Bog provodi božansku pravdu kažnjavajući Babilon zbog njegovog ponosa, prkosa Bogu, idolopoklonstva, bezakonja, a posebno zbog ugnjetavanja Njegovog naroda. Proroci Jeremija (poglavlja 25, 50 i 51) i Izajja (poglavlja 13, 44, 47) najavili su Božju osudu nad Babilonom i njegovu konačnu propast. Jezik starozavjetnih proroka koji prikazuju raspoloženje i zla djela Babilona i Božju osudu babilonske pobune, idolopoklonstva i bezakonja, pomno slijede novozavjetni autori, osobito apostol Ivan u knjizi Otkrivenja. Iako je drevni grad Babilon postao nenastanjava gomila ruševina do kraja prvog stoljeća nove ere, Babilon ostaje simbol sile koja je neprijateljska prema Bogu i Njegovom narodu. I



među Židovima i među kršćanima, zagonetno ime Babilon korišteno je u odnosu na Rim (vidi 1. Petrova 5:13).

### Vino starog Babilona

Babilonsko opojno vino i čašu s tim vinom iznio je na vidjelo prorok Jeremija u svom proročanstvu protiv Babilona: „Babilon je bio zlatna časa u ruci Gospodnjoj. Svu je zemlju oporio, vina su njegova pili narodi; tako su poludjeli narodi.“ - *Jeremija 51:7.* Babilon je „čaša vina gnjeva“ u Božjoj ruci kojom se napajaju narodi jer su krivi pred Bogom: „Jer ovako mi veli Gospod, Bog Izraelov: 'Uzmi iz moje ruke ovu čašu gnjevnoga vina i daj da se napiju iz nje svi narodi, kojima te pošljem.“ - *Jeremija 25:15.* Iz ovih stihova jasno proizlazi da je babilonsko vino opojna tvar ili supstanca koja mijenja um, a toči se u skupoj i privlačnoj posudi. Nadalje, pijenje babilonskog vina vodi do Božjeg suda.

Starozavjetna proročanstva o drevnom Babilonu pružaju nam još jednu važnu sliku koju će apostol Ivan koristiti u Otkrivenju. To je slika Babilona kao žene koja je i moćna i privlačna, ali i lukava, nemoralna i iznimno zavodljiva. Prorok Izajia govori o Božjoj presudi nad „kćeri Babilona (...) kći Kaldejaca“:

„Nek' se golotinja tvoja otkrije, nek' se sramota tvoja pokaže! Ja ču se osvetiti, odvraćat' me nitko neće (...) Sjedi tiho i skrij se u mrak, kćeri kaldejska, jer te u buduće nitko više ne zove gospodaricom kraljevstvima. (...) Sada čuj ovo, vična na raskoš, koja si sjedila bez brige, koja si mislila u svojem srcu: 'Nema mi jednakе, neću sjediti kao udovica, i neću ostati bez djece!' A to će oboje doći na te u jedan dan iznenada: gubitak djece i udovištvo! To će te stići u punoj mjeri svojoj zbog mnogobrojnih prijevara tvojih, zbog bezbroja prokletinja tvojih! (...) Umorila si se od svojih mnogih vijećanja. Neka ustanu koji mjere nebo, koji motre zvijezde, koji proriču svakoga mjeseca mlađaka, da te izbave od onoga, što će te stići!

(...) Tako će biti onima, s kojima si se trudila i trgovala od mladosti svoje. Razbjeći će se svaki na svoju stranu, nitko ti ne pomože.“ - *Izajia 47:3, 5, 8, 9, 13, 15.*

Ovo je nevjerojatan proročanski opis drevnog Babilona! Babilon je arogantna i opaka, ali neizmjerno moćna i inteligentna žena koja je u nedopuštenoj vezi s utjecajnim i bogatim ljudima ("trgovcima"). Ipak, jedna se kvaliteta ove žene ističe: Govoreći s njom, Bog kaže da će Babilon otpasti od milosti „zbog mnoštva tvojih čaranja i zbog velikog obilja tvojih čaranja.“ Nema sumnje da je ova žena iznimno zavodljiva. I nadalje, vrlo je snalažljiva: za ostanak na vlasti i za kontrolu svojih podanika oslanja se na astrologe, zvjezdare, mjesечne prognostičare. (...) Ali suočena i suđena od Boga Izraelova, nijedan od njezinih stručnih savjetnika neće joj biti od koristi. Njezini partneri i udvarači će je napustiti; iznenada Babilon ostaje udovica i bez djece.

### Babilon - izvor lažne religije

Opće je priznato od strane bibličara i povjesničara religije da najutjecajnija poganska božanstva i vjerske prakse u doba Staroga zavjeta potječu iz zemalja drevnog Babilona (Sumer i Akad). Glavno žensko božanstvo drevnog Bliskog istoka bila je Ištar, akadska božica rata, spolne ljubavi i plodnosti (sumerska Inanna).<sup>2</sup>

Ištar je bila Tamuzova žena (akadski Tammuzi, ljetni Dumuzi), boga zaštitnika pastira, kasnije poljoprivrednih radnika. Tamuz je bio „bog plodnosti koji utjelovljuje snagu potrebnu za novi život u prirodi u proljeće. (...) Kult Tamuza bio je usredotočen na dva godišnja praznika - jedan je slavio njegov brak s božicom Inannom, drugi je oplakivao njegovu smrt od ruku demona iz podzemnog svijeta.“<sup>3</sup> Ovaj je kult bio rasprostranjen po starom Bliskom istoku.

Ištar i Tamuz imali su mnoga suparnička božanstva među zapadnim Semitim (Kanaan i Fenicija). Jedno od takvih babilonskih božanstava bila je kanaanska božica Aštarta (grčki Astara; vidi "Aštarta" u The

International Standard Bible Encyclopedia).<sup>4</sup> Aštarta je također prikazana kao supruga Baala, boga oluje i vremenskih prilika, čije je štovanje duboko prodrlo u izraelski narod, nanijevši veliku duhovnu štetu Božjem izabranom narodu.

Nažalost, nemoralni kult Aštarte proširio se među izraelskim narodom (1. Kraljevima 11:5, 33; 2. Kraljevima 23:13). Ovo izvorno babilonsko božanstvo u Bibliji je poznato i kao „**kraljica neba**“. Prorok Jeremija oštro je ukorio Izraelce koji su sudjelovali u ovom štovanju idola (Jeremija 7:18; 44:17). Štovanje Aštarte uključivalo je paljenje tamjana i prinose u obliku izlijevanju pića. Ženske članice židovskog društva preuzele su vodeću ulogu u ovom obožavanju idola, uz pomoć svojih muževa i djece. Izravna posljedica ovog štovanja idola stigla je kao kazna u obliku stranih osvajača i konačnim protjerivanje iz Obećane zemlje.

Također bismo trebali uzeti u obzir užasne običaje koji su se prakticirali u Jeruzalemu, koje je Bog otkrio Ezezielu. Ove idolopokloničke prakse bit će uzrok povlačenja Božje prisutnosti iz svetišta, uništenja hrama i grada Jeruzalema, dovodeći do babilonske invazije i kasnije, sužanjstva. Grijesi koje su u svetim prostorima prakticirali i obični ljudi i starješine u Judi bili su bez iznimke idolopoklonički običaji - štovanje poganskih božanstava. Detaljnije ćemo proučiti dva od tih običaja:

„Nato me odvede na ulaz sjevernih vrata kuće Gospodnje. Tu su sjedile žene, **što su plakale za Tamuzom**. On mi reče: 'Vidiš li, sine čovječji? Vidjet će još većih gadova od ovih.' Nato me odvede u nutarnje predvorje kuće Gospodnje. Tu na ulazu u hram Gospodnji, između trijema i žrtvenika za žrtve paljenice, bilo je oko dvadeset i pet ljudi, što su **imali leđa svoja okrenuta prema hramu**, a lice svoje okrenuto prema istoku sunčanom. **Klanjali su se suncu prema istoku.**“ - *Ezekiel 8:14–16.*

## Babilonsko vino — poganska vjerovanja i običaji: Čuvajte ih se!

Židovke su plakale zbog godišnjeg umiranja babilonskog boga Tamuza i njegovog silaska u Had. Ovo religijsko vjerovanje i praksa jasno su prepostavljali lažnu vjeru u besmrtnost duše, spiritualizam i komunikaciju s demonima. Druga vjerska praksa koja je uključivala istaknute ljude iz Judinog plemena očito je bila jedan od najgorih oblika idolopoklonstva - štovanje boga Sunca - štovanje stvorenog predmeta umjesto Stvoritelja. Čaša bezakonja bila je puna i Izraelov Bog nije imao drugog izbora nego predati svoj narod u ruke naroda čiju je religiju Juda izabrao: „Zato će i ja učiniti u gnjevu, neće žaliti oko moje, niti će se smilovati, i kad stanu vikati iza glasa u moje uši, neću ih uslišiti.“ - *Ezekiel 8:18.*

Otpadnički židovski narod obilato je pio iz zlatne čaše babilonskog vjerskog bluda. Vođe nacije i obični narod, duhovno su se opili babilonskim vinom. Prekršili su Božji zakon, oskvruvši sedmi dan subotu koji im je dan kao znak sjećanja na jedinog pravog Boga, Boga Stvoritelja. Umjesto toga obožavali su sunce. Kao posljedica njihove nevjernosti savezu, zemlja je postala onečišćena i trebala je mirovati sedamdeset godina (2. Ljetopisa 36:21). Štoviše, zaboravivši pravog Boga, židovski narod je počeo komunicirati s lažnim bogovima, tobožnjim duhovima mrtvih — a u stvarnosti, s demonima. Stoga ih je trebalo preseliti u samo sjedište obožavanja demona i tako im dati priliku da u potpunosti okuse plodove babilonske religije.

U Babilonu također stječu iskustvo iz prve ruke o društvu koje je oblikovano prema slici i karakteru svojih nemoralnih i osvetoljubivih božanstava, društvu koje ne poštaje slobodu savjesti i vjerske slobode, države u kojoj je vjera nametnuta silom oružja. Ali Bog nikada nije ostao bez svojih vjernih svjedoka. Tri hrabre Hebreja odbijaju se pokloniti zlatnom kipu, državno nametnutoj religiji, čak i kad im se prijeti da

će biti bačeni u užarenu peć (vidi Danijel 3). Bogu se daje čast, a On zauzvrat proslavlja mlade heroje vjere ne samo spašavajući ih iz smrtonosnog pakla, već i pridružujući im se usred vatre!

## Bježite iz Babilona!

Kad se vrijeme židovskog sužanjstva bližilo kraju, vjerni Židovi shvatili su iz Jeremijine proročke riječi da će Bog uskoro izbaviti svoj narod iz Babilona (Danijel 9:2). Došlo je vrijeme da napuste Babilon jer će Bog suditi ovom idolopokloničkom, oholom i opresivnom sustavu. „Bježite iz područja babilonskoga! Svaki neka spasi život svoj, da ne izginete krivnjom svojom! Jer je vrijeme osvete za Gospoda. On vrši plaću na njemu.“ - *Jeremija 51:6.* Babilon i njegov lažni sustav obožavanja bit će potpuno uništeni: „Babilon će postati gomila kamenja, stan čaglijima, pustoš, poruga i bez stanovnika. (...) Pohodit će Bela u Babilonu i istrgat će iz ralja njegovih, što je proždro, Narodi neće više grnuti k njemu. I zidovi su babilonski pali.“ - *Jeremija 51:37, 44.*

Starozavjetni Babilon davno je nestao s lica svijeta. Ali Babilon iz knjige Otkrivenja još uvijek je živ. To je moćna sila zla koja se suprotstavlja Bogu i Njegovom narodu. Ovaj Babilon nazivamo 'duhovni Babilon' jer je simbolično prikazan kao zla žena. Budući da žena u biblijskom proročanstvu predstavlja vjersko tijelo (Jeremija 6:2), znamo da ova zla žena predstavlja otpadničku crkvu. Ivan ju je video u viziji i ovako ju je opisao:

„I žena bijaše obučena u grimiz i skerlet i nakićena zlatom i kamenjem dragim i biserom, i imala je čašu zlatnu u ruci svojoj punu gada i nečistoće bluda svojega. I na čelu njezinu napisano ime: 'Tajna! Babilon veliki, mati bludnicama i gadovima zemlje.' I vidjeh ženu pijanu od krvi svetih i od krvi svjedoka Isusovih. I začudih se čudom velikim, kad je vidjeh.“ - *Otkrivenje 17:4–6.* Ova žena, 'Tajna, Babilon Veliki', pokazuje iste ili nevjerojatno slične duhovne osobine kao drevni

Babilon. Kad je Ivan otkrio identitet žene, bio je u nevjericu i ispunjen strahopštovanjem. U jednom trenutku ta je žena bila Kristova crkva! Međutim, u želji da postane popularnija, postupno je počela usvajati uvjerenja i običaje svijeta. Od ljestvice se pretvorila u zvijer.

„Veliki grijeh koji se stavlja na teret Babilonu je taj što je 'hapojila sve narode vinom gnjeva svoga bluda.' Ova čaša opijenosti koju nudi svijetu predstavlja lažne doktrine koje je ona prihvatala kao rezultat svoje nezakonite veze s velikanima zemlje.“<sup>5</sup>

Proučavatelj Biblike koji je pažljivo proučavao priču o Babilonu u Starom zavjetu neće imati poteškoća u razumijevanju tko je 'Tajna, Babilon veliki' u Novom zavjetu. Različiti povjesni akteri igrali su ulogu drevnog i modernog Babilona, ali um i srce Babilona nisu se promijenili. Ako netko razumije što je vino drevnog Babilona, isti će brzo identificirati i vino modernog Babilona i one koji ga toče.

U ovom članku nismo u potpunosti razotkrili priču o modernom Babilonu, ali smo postavili temelje za ovaj rad. Stoga vas pozivamo da proučavate Božju riječ. Tvoja jedina obrana od babilonskog vina, dragi čitatelju, je proučavanje Svetog pisma uz molitvu. „Samo oni koji su marljivo proučavali Sveti pismo i koji su primili ljubav prema istini bit će zaštićeni od moćne zablude koja zarobljava svijet. Oni će po biblijskom svjedočanstvu otkriti varalicu pod njegovom maskom.“<sup>6</sup>

Posljednja Božja poruka koja će biti dana ovom svijetu je poruka koja poziva Božji narod iz Babilona. Ova poruka je hitna i treba je poslati odmah: „Pade, pade Babilon veliki, i postade stan đavolima, i tamnica svakome duhu nečistome, i tamnica svakoj ptici nečistoj i mrskoj; jer žestokim vinom bludnosti svoje napoji sve narode; I kraljevi zemlje s njom su bludno grijesili, i trgovci zemlje obogatili su se od sile raskoši njezinih. I začuh glas drugi s neba, koji je govorio: „Izađite iz nje, narode moj, da ne budete dionici grijeha njezinih, i da ne primite od zala njezinih!“ - *Otkrivenje 18:2–4.*

## Kako možemo izaći?

„Iza toga vidjeh drugoga anđela gdje silazi s neba, koji je imao vlast veliku, i zemlja se rasvijetli od slave njegove. I povika jakim glasom govoreći: 'Pade, pade Babilon veliki!' - *Otkrivenje 18:1*, 2. Ovo je ista poruka koju je dao drugi anđeo - Babilon je pao, 'koji je žestokim vinom bluda svojega napajao sve narode.'

- *Otkrivenje 14:8.* Što je to vino?

— **Njezine lažne doktrine.** Dala je svjetu lažnu subotu umjesto subote iz četvrte zapovijedi i ponovila laž koju je Sotona prvi put rekao Evi u Edenu - laž o prirodnoj besmrtnosti duše. Mnoge srodne zablude ona je proširila nadaleko i naširoko, 'poučavajući kao doktrine zapovijedi ljudske'.

„Kad je Isus započeo svoje javno djelovanje, očistio je hram od svetogrđa. Gotovo posljednji čin Njegove službe bilo je ponovno čišćenje hrama. Dakle, u posljednjem djelu upozoravanja svijeta, dva su različita poziva upućena crkvama; vijest drugog anđela i glas koji se čuo na nebu - "Izađite iz nje, narode moj. (...) Jer grijesi njezini dopriješe sve do neba, i Bog se opomenu nepravda njezinih." - *Otkrivenje 18:4, 5.*

Kao što je Bog pozvao sinove Izraelove iz Egipta da svetuju njegovu subotu, tako On poziva

svoj narod iz Babilona da se ne klanjavjeri u njenom kipu. Čovjek grijeha, koji je mislio promijeniti vremena i zakone, uzdigao se iznad Boga, predstavljajući svijetu lažnu subotu; kršćanski je svijet prihvatio ovo dijete papstva, ljaljao ga i hranio, prkoseći tako Bogu uklanjanjem Njegovog spomen obilježja i postavljanjem protivnika suboti.

"Nakon što je istina proglašena kao svjedok svim narodima, u vrijeme kad je svaka zamisliva sila zla stavljena u pogon, kad su umovi zbnjeni mnogim glasovima koji viču: 'Evo, ovdje je Krist', 'Evo, on je tamo', 'ovo je istina', 'Imam poruku od Boga', 'Poslao me s velikim svjetлом' i kad dolazi do uklanjanja orientira i pokušaja da se sruše stupovi naše vjere - tada je učinjen odlučniji napor da se užvisi lažna subota i da se baci prijezir na samog Boga zamjenom dana koji je blagoslovio i posvetio. Ovu lažnu subotu treba provoditi represivnim zakonom. Sotona i njegovi anđeli posve su budni i intenzivno aktivni, rade energično i ustajno uz pomoć ljudskih instrumenata kako bi ostvarili svoju namjeru brisanja znanja o Bogu. Dok Sotona radi sa svojim lažnim čudima, došlo je vrijeme najavljenog u Otkrivenju, kada će moćni anđeo koji će obasjati zemlju svojom slavom proglašiti

pad Babilona i pozvati Božji narod da ga napusti.<sup>7</sup>

Izaći iz Babilona znači izaći iz zbnjenosti – ispravno prepoznati Svetu pismo u njegovoј jasnoći i savršenosti. Ako izađemo iz tame na čudesno svjetlo Božje riječi, nećemo se opiti vinom babilonskim. Umjesto toga, pod Božjom kontrolom, rado ćemo se pokoriti nadahnutom pozivu apostola: „**I ne opijajte se vinom**, u kojemu je raspuštenost, **nego se napunite Duhom**; Govoreći među sobom u psalmima i hvalospjevima i duhovnim pjesmama, pjevajući i kličući u srcu svojem Gospodinu, zahvaljujući svagda za sve u ime Gospodina našega Isusa Krista Bogu i Ocu!” - *Efežanima 5:18–20. Amen!*

### Literatura:

<sup>1</sup> *The International Standard Bible Encyclopedia*, vol. 1, "Babel." Grand Rapids, MI. W.B. Eerdmans Publishing Co. 1986.

<sup>2</sup> <https://www.britannica.com/topic/Ishtar-Mesopotamian-goddess>

<sup>3</sup> <https://www.britannica.com/topic/Tammuz-Mesopotamian-god>

<sup>4</sup> *The International Standard Bible Encyclopedia*, vol. 1, "Ashtoreth." Grand Rapids, MI. W.B. Eerdmans Publishing Co. 1986.

<sup>5</sup> *Vjekovni sukob*, str. 388.

<sup>6</sup> *Ibid.*, str.625.

<sup>7</sup> *The Ellen G. White 1888 Materials*, str. 725, 726

**Tvoja jedina obrana od  
babilonskog vina, dragi čitatelju,  
je proučavanje Svetog pisma uz molitvu.**



# Duhovna pretraga (I)

Mladen Aradski

Želja ljudi da saznaju više o sebi samima stara je koliko i čovječanstvo. Popularna psihologija danas nudi mnoštvo jednostavnih testova osmišljenih s ciljem boljeg upoznavanja samog sebe. Mnogi se reklamiraju s obećavajućim naslovima: Saznaj kakva si osoba! Doznači istinu o svom karakteru! Otkrij tajne svoje osobnosti! Samo napišite odgovore na postavljena pitanja i pokazat će se, ovisno o tipu testa, kakva ste osoba po temperamentu, karakteru ili osobnosti. Rezultati ovakvih, uglavnom vrlo površnih testova, najčešće samo zadovolje ljudsku znatiželju bez ozbiljnijeg analiziranja. Istina je kako u užurbanom dnevnom rasporedu ljudi kao da i nemaju dovoljno vremena da u miru dublje promišljaju o sebi. Također treba priznati kako je lakše baviti se drugima nego samim sobom. Izgleda da zato i češće i radije razmišljamo o drugima. Kako se oni prema nama ponašaju? Kamo idu i što rade? Znamo detaljno prosuđivati ili se čuditi zašto nešto

rade ili zašto ne rade!

Ovdje pak želimo našu pažnju i fokus okrenuti od drugih i usmjeriti na nas. Želimo razmotriti osnovne načine duhovnog samoispitivanja, svojevrsne duhovne pretrage. Istraživat ćemo načine kojima utvrđujemo naše stvarno duhovno stanje.

## „Upoznaj samog sebe“ ili „Znam da ništa ne znam“

I danas se u svijetu s divljenjem i poštovanjem spominje mudrost Sokrata, jednog od najznačajnijih grčkih filozofa. Smatra ga se moralnom veličinom onog vremena! Uvjeren kako ljudski život bez preispitivanja nije dostojan življenja, on svakom čovjeku poručuje: „Upoznaj samog sebe“!

Da istinu o samom sebi svatko treba propitivati spominje više od pet stoljeća prije Sokrata i psalmist David. Međutim, on je uvjeren, za razliku od Sokrata, da potpunu istinu o sebi sam čovjek, bez Boga, ne može

utvrditi. Takav zaključak David oblikuje uzvišenim, pjesničkim riječima: „Gospode, pronićeš me i poznaješ; Ti znaš kada sjednem i kada ustanem, namisao moju izdaleka prozireš. Moju stazu i lijeganje moje ispituješ, i svi moji putovi Tebi su znani. Riječ mi još nije na jeziku, kad gle, Gospode, svu je znadeš.“ - *Psalam 139:1-4*. David se divi Božjem sveznanju, poznavanju svakodnevnih detalja u životu čovjeka a posebno ga impresionira dubina kojom Bog proniče u čovjekovu misao i pobude. Iako zadivljen, David kao da mora prekinuti nabranje o Božjoj svemoći kako bi priznao svoju ograničenost: „Takvo znanje za mene je previše čudesno; visoko je, ne mogu ga doseći.“ – *Psalam 139:6*. I dok Sokrat, svjestan vlastitog ljudskog ograničenja, uzvikuje pomalo pesimistički „Znam da ništa ne znam“, David s punim povjerenjem traži Božansku pomoć, duhovno prosvjetljenje kako bi spoznao kakav on stvarno jest. Zato David traži Božju intervenciju i detaljnu

duhovnu pretragu. „Pronikni me, Bože, i upoznaj mi srce; ispitaj me i upoznaj misli moje; i vidi ima li u meni kakva zla puta, i povedi me putem vječnim! - *Psalam 139:23.24.* Svestan vlastite subjektivnosti u istraživanju samog sebe i ljudskog ograničenja u prepoznavanju dobra i zla on se prepusta u Božje ruke koje će ga najsigurnije uputiti na pravi put. Najkvalitetnije preispitivanje i najpouzdanija spoznaja samog sebe izvediva je pod utjecajem Božanskog duha. Zato je molitva, proučavanje Svetog Pisma, sudjelovanje na bogoslužju u molitvenom domu prava prilika za ozbiljno razmišljanje i preispitivanje naše duše.

### Sami sebe ispitajte

Da samoispitivanje nije pitanje koje je na margini duhovnog iskustva vjernika, najjasnije pokazuje poziv apostola Pavla: „Sami sebe preispitajte, jeste li u vjeri; sami sebe provjerite...“ - *2. Korinćanima 13:5.* Pozvani smo da svatko sam sebe istražuje i radi ozbiljnu duhovnu pretragu. U početku tražimo odgovore na pitanja: Koliko je duhovna pretraga važna aktivnost svakog pravog vjernika? Tko sve treba

obavljati duhovnu pretragu?

U Duhu proroštva nalazimo na više mjesta ozbiljan poziv i nalog: „Braćo i sestre, molim vas **najusrdnije** ‘Sami sebe ispitajte, jeste li u vjeri, sami sebe provjeravajte.’“<sup>1</sup> Ovaj poziv nije upućen samo odraslima ili samo članovima. „**Mladi, prijatelji,** odvojite vrijeme da sami sebe ispitate ljubite li Boga. Pobrinite se da još više utvrđite svoj poziv i izbor. O vlastitom izboru vašeg djelovanja ovisi hoćete li sebi osigurati bolji život.“<sup>2</sup>

Kako se jedan kršćanin treba preispitivati? Koja su pouzdana mjerila ili parametri u tom samoispitivanju? To je svakako Riječ Božja i Njegov Zakon! Za Božji Zakon se kaže da je kao duhovno ogledalo u kojem se otkriva kakva je naša duša a mi vidimo nas same onakvima kakvi stvarno jesmo!

S pojmom pretrage najčešće se suočavamo kad je u pitanju naše tjelesno zdravlje. Liječnik će pri prvom pregledu obično prvo obaviti dvije ili tri jednostavne pretrage kojima provjerava opće zdravstveno stanje - izmjerit će tjelesnu temperaturu, krvni tlak i poslušati srce i pluća. Otkud onda krenuti u duhovnoj pretrazi?

### Misli otkrivaju kakvi smo stvarno

Odabrat ćemo tri osnovne i najvažnije duhovne pretrage a one su: **provjera naših misli, provjera naših riječi i provjera naših odnosa.**

Sve naše aktivnosti i djelovanja počinju u našim mislima. Misli nam otkrivaju punu istinu o nama samima, one otkrivaju našu bit. Zato i jednostavnim testom naših misli, možemo puno otkriti o nama.

Npr. kad vidimo nekakav luksuzan automobil, što možemo pomisliti? Prekrasan auto, posljednja riječ tehnike!

Ali, ako smo skloni zlim sumnjama doći će nam misao: „Vlasnik ga je sigurno stekao na nepošten način!“

Ili kad vidimo prekrasno uređenu kuću s okolišem punim cvijeća, što možemo pomisliti? Svaka čast vlasniku, uložio je puno truda i ima smisao za lijepo! Ali, ako smo skloni zavisti može nam se javiti misao: „Zašto ja nemam takvu kuću?“

Zato je prva važna duhovna pretraga ispitivanje sadržaja i tema naših misli. Time otkrivamo i dobre i loše strane našeg karaktera!



## Naše misli određuju naš život

Jedan od najpoznatijih francuskih kemičara, Louis Pasteur, inače osvijedočeni vjernik i pacifist, zapisao je:

„Pazi na svoje misli, one postaju riječi. Pazi na svoje riječi, one postaju djela. Pazi na svoja djela, ona postaju navike. Pazi na svoje navike, one postaju karakterne osobine. Pazi na svoj karakter, on postaje tvoja sudbina.“<sup>3</sup>

Tako je ovaj znanstvenik sažeto prikazao cijeli tijek razvoja i krajnje rezultate života svakog čovjeka. Iz ovoga proizlazi kako naše misli presuđuju kakav će biti naš životni put.

Nismo uvijek ni svjesni toga da sve počinje iz naših misli. To je proces koji je stalno aktivan ali ponekad djeluje u pozadini (nesvjesno) pa izgleda da sadržaj misli i ne registriramo u postupnosti. Kao da i nismo uvijek svjesni jesu li naše misli pozitivne ili negativne tj. kakav im je predznak, plus ili minus.

S obzirom na to da misli stvaraju djela, one ustvari presuđuju kakav će biti naš život i kako će se on završiti. Stoga je jako važno kakvim temama se bave naše misli!

## Upravljaljte svojim mislima

Jesmo li svjesni kad nam misli 'odlaze' ili lutaju bez kontrole?

Npr. slušamo monotono izlaganje govornika i odjednom postajemo svjesni da su nam misli odlutale izvan prostorije u kojoj se nalazimo. Ako smo ozbiljno zainteresirani za temu uložit ćemo napor i brzo vratiti misli nazad na temu koja se izlaže. Kontrolirati misli i nije uvijek jednostavno jer su misli ponekad 'preslobodne'!

Jedna njemačka tradicionalna pjesma pod naslovom „Misli su slobodne“ (Die Gedanken sind frei) slavi činjenicu kako su misli potpuno slobodne. Pjesma ističe koliko je široko polje kojim se misli mogu kretati bez uvida ili kontrole drugih. Ona oduševljeno nabraja kako se ta sloboda misli ne može ograničiti ni tamnicom jer misli ruše i visoke zidove i lome masivne rampe a da mislim nešto veselo ne može mi nitko zabraniti jer misli izmiču kao noćne sjene. Uzaludan je svaki pothvat da se misli sputaju jer misli su slobodne!

Ali, u praktičnom životnom iskustvu misli i nisu tako slobodne kako se to u spomenutoj pjesmi pomalo slavodobito ističe. Za utjecaj nad našim mislima bore se snažne sile kojima je jako stalo da nametnu svoje teme kojima će se naše misli baviti. Nismo ni svjesni na koje sve suptilne načine se utječe na misli ljudi i nameću teme kojima će se baviti.

Mediji nas stalno zasipavaju

bombastičnim naslovima: strava, užas, propast, strahota! Potiču našu znatiželju i privlače nas kako bi pročitali njihove tekstove jer oni od toga imaju zaradu! Međutim, takve fatalne teme proizvode sumorne i teške misli. Znamo li pobjeći od teških, pesimističnih misli? Možemo li uopće usmjeravati naše misli na ono što želimo ili se jednostavno prepuštamo jakim vanjskim utjecajima?

„Vaša je dužnost da svoje misli kontrolirate... **Upravljaljte svojim mislima**, i tada će vam biti mnogo lakše upravljati i svojim djelima. Vaše misli trebaju biti posvećene...“<sup>4</sup>

Je li pitanje upravljanja mislima isključivo tema iz vjerskog, duhovnog spektra čovjekovog bića?

Psiholozi kažu kako naše misli mogu za nas biti i naš blagoslov i prokletstvo, kao što je i vatra dobar sluga, a loš gospodar. Dopustimo li da nas misli vode kuda hoće, moguće je da većinu života provedemo ili sažalijevajući sebe zbog događaja iz prošlosti ili strahujući od budućnosti.

Očito su kontrola i upravljanje mislima nužni kako za zdravu duhovnost tako i za psihičku i emocionalnu uravnoteženost.

Zato trebamo redovitim pretragom postati svjesni sadržaja i tema koje se provlače



kroz naše misli. Takva pretraga će otkriti istinu o našoj duhovnoj unutrašnjosti.

## Mijenjajte negativan predznak svojih misli

S obzirom na to da se misli javljaju i razvijaju vrlo brzo, ponekad ih nismo potpuno svjesni niti procjenjujemo jesu li korisne. Učimo se stoga prepoznavati na kakvim se temama naše misli zaustavljaju! Jesu li to pozitivne ili negativne teme? Kakav je predznak naših misli kad smo sami, bez jakih vanjskih utjecaja? Koji predznak prevladava našim mislima? Prepoznamo negativan predznak i uložimo napor da negativne misli izbacimo iz našeg uma! „**Moraš se uzdići u svojim mislima** i rijećima i potpuno se preobraziti.“<sup>5</sup>

Preispitujmo zato naše misli! Budimo uvijek svjesni kojim temama se bave naše misli! Ako nismo svjesni kojim se smjerom naše misli kreću to može proizvesti i ozbiljnije posljedice. „Ako dopustimo da nam misli stalno budu obuzete brigom ili beznačajnostima ovog svijeta, srce će nam ispuniti mračne slutnje, sumornost i nevjerojanje.“<sup>6</sup>

Kamo usmjeriti misli? Apostol Pavle daje jasnú uputu: „**Mislite o onome što je gore** a ne što je na zemlji.“ - *Kološanima 3:2*

Iz ovog jednostavnog uputstva razumijemo kako su poželjne misli one koje se uzdižu iznad prizemnih, ispraznih tema. Oni koji poslušaju ovaj savjet imat će dragocjena iskustva.

„Ako se u svojim osjećajima i duši uzdignemo iznad svega toga, Kristov glas će progovoriti našem srcu, mrmljanja će jednostavno nestati, a teške i sumorne misli će iščeznuti u pjesmi hvale našem Otkupitelju. Oni koji rado razmišljaju o Božjoj velikoj milosti a ne zaboravljaju ni manje Njegove darove, opasuju se radošću i pjevaju u svome srcu Gospodu. Oni tada nalaze radost i pravo uživanje u svom poslu, drže se čvrsto na svojoj dužnosti i imaju blagu narav i duh pun povjerenja.“<sup>7</sup>

Psalmist David bio je duboko svjestan opasnih izazova s kojima se susreću njegove misli. Osjetio je koliko je teška zadaća kontrolirati misli i zato je to pitanje stavio i u svoje molitve. „Ne daj srcu mojojmu da zastrani na **zle pomisli** ...“ - *Psalam 141:4*

On razumije kako je, uz svijest o tome koje su loše teme njegovih misli, važna i sposobnost usmjeravanja na uzvišene teme. Zato se on moli da njegove misli ne budu opterećene ljunjom, zlobom, osvetom! „**Dobroj misli** i znanju nauči me...“ - *Psalam 119:66*

Molimo se kao David da Sveti Duh pročisti naše misli i usmjeri na teme koje oplemenjuju našu dušu! Oduprimo se negativnim temama naših misli tako što ćemo odabratи one koje uzdižu, oplemenjuju i hrabre!

„**I mislim o svim Tvojim djelima Bože, i razmišljam** što si učinio.“ – *Psalam 77:12*.

Apostol Pavle vrlo jasno upućuje vjernike na to koje teme da biraju za svoje misli:

„Konačno, braćo, što god je istinito, što god je časno, što god je pravedno, što god je čisto, što god je ljubazno, što god je na dobru glasu, ako je što vrlina ili pohvala, na to mislite.“ - *Filipljanima 4:8*.

Dakle, misli su prve u duhovnoj pretrazi, osobnom preispitivanju! One su precizan pokazatelj smjera kojim će se kretati naš duhovni razvoj i oblikovanje našeg karaktera! Zato kontrolirajmo naše misli i usmjeravajmo ih na pozitivne, uzvišene teme.

(nastavlja se)

### Literatura:

<sup>1</sup> 5. *Svjedočanstvo*, str. 103.4

<sup>2</sup> 1. *Svjedočanstvo*, str. 503.1

<sup>3</sup> [www.izrekeicitati.com](http://www.izrekeicitati.com)

<sup>4</sup> 3. *Svjedočanstvo*, str. 82.2

<sup>5</sup> 2. *Svjedočanstvo*, 221.1

<sup>6</sup> *Savjeti roditeljima, učiteljima i studentima*, str. 234.1

<sup>7</sup> *Savjeti roditeljima, učiteljima i studentima*, str. 234.1





# Od ateizma do kršćanstva

Liviu Tudoroiu

Dragi prijatelji, zahvaljujem Gospodinu Isusu Kristu, mom osobnom Spasitelju, na nezasluženoj prednosti koju imam što mogu podijeliti osobno svjedočanstvo o mom obraćenju.

U dalekoj zemlji zvanoj Rumunjska, Bog mi je u svom milosrđu dao dah života u lipnju 1969. godine. Prošlo je više od 34 godine otkako me prvi put pozvao Gospod. Kao gradsko dijete, uvijek sam volio prirodu. Rumunjska je prekrasna zemlja sa spektakularnim krajolicima, pa mislim da sam bio povlašten rođivši se u tom dijelu svijeta. Ipak, u cijeloj istočnoj Europi komunizam je bio jedini prihvatljiv način razmišljanja. Sloboda savjeti bila je riskantan luksuz. Ateizam je bio jedina religija za većinu mlađih, a rezultat takve indoktrinacije dovodio je do ponosa.

Na temelju svog obrazovanja,

moji roditelji nisu vjerovali u Boga, i prema postojećem sustavu bili su komunisti. Slijedom toga, nisam imao nikakve veze s vjerom, religijom ili Bogom. Prvi put mi se pružila prilika vidjeti Bibliju kada sam imao oko 15 ili 16 godina. Uvijek sam volio jednostavnost, i pitanja koja su se pojavila u mom umu pogađala su u suštini. Ako je život tako lijep, zašto mora završiti smrću? Ako je život proizvod slučajnosti, što je dovelo do te slučajnosti? Odakle nam vrijednosti koje danas svi poštujemo i cijenimo? Zašto balansiramo po užetu života, pokušavajući uravnotežiti smijeh i plać, tugu i sreću, ljepotu i ružnoću, glupost i mudrost, uspjeh i neuspjeh – i na kraju, ljubav i mržnju? Zašto pokušavamo postići pomirenje s našom savjesti? Zašto takve vrijednosti definiraju život ako je on samo po sebi besmislen događaj?

Vidiš li, prijatelju, zašto su takva pitanja vrlo neugodna za većinu ljudi u današnjem društvu? Ako dolazimo niotkuda, ne idemo nigdje. Ako je život besmislen, zašto sam rođen upravo ja usred milijuna varijacija? Zašto ja, zašto ti, a ne netko drugi?

Rekao bih da sam bio nevjernik - ili ateist po inerciji, ne po osobnom izboru. Hodamo ovim svijetom kao vuk samotnjak bez svrhe, kao osoba koja je uvijek žedna vode života, a uopće ne shvaća da je voda života dostupna. Često će te vuk ugristi kako bi ti prenio poruku, kako bi se i ti osjećao onako kako se on osjeća. Prava, autentična ovca može preživjeti među vukovima i zato nam Gospodin Isus Krist kaže u Mateju 10:16: „Evo, ja vas šaljem kao ovce među vukove.“ Isus je znao da moramo odlučiti jesmo li prava ovca ili vuk odjeven u ovčju kožu.

## Otkriće

Usred svih ovih pitanja koja su memučila, Bogjeusvommilosrdju stvorio točno takve okolnosti da bi ja dobio Bibliju – knjigu koja će zauvijek promijeniti moj život, knjigu koja će odgovoriti na sva moja neodgovorena pitanja. Ali ne još! Mjesecima je ova izvanredna knjiga ležala na polici, prekrivena prašinom. Bilo je to 1984. godine kada je Duh Sveti Božji ponovno progovorio mojoj savjesti. Ali ovaj put dojam je bio dubok i snažan. Progajao me težak osjećaj odgovornosti. Stalno bi mi u mislima odzvanjala ista pitanja: „Što ćeš raditi posljednjeg dana svog života? Jesi li spreman suočiti se sa smrću?“ Isprrva sam to pokušao ignorirati ili promijeniti tok svojih misli - ali umjesto da nestane, i dalje sam čuo ozbiljan glas kako mi privlači srce. U to vrijeme nismo imali internet, mobitele, Facebook ili bilo koje druge medijske platforme s kojima bismo kratili vrijeme. Jedino što je tada bilo dostupno bila su dva sata televizije pune indoktrinacije komunističkom propagandom. Komunizam je bio poput zida koji je bio visok i neprobojan - a iza tog zida nije se mogla vidjeti nikakva budućnost. U to vrijeme, društвima koja su oblikovana komunističkom propagandom, bilo je zabranjeno čitanje bilo kakve zapadne literature. No rezultat je zapravo bio suprotan, i u svijetu visokog obrazovanja i sveučilišta vladala je žeđ za znanjem i istinom koja se nije mogla utažiti. Srca mnogih studenata bila su potaknuta da nastave dalje proučavati kako bi pronašli pravi smisao života, iako Bog nije daleko ni od koga od nas (Djela 17:27).

Gutali smo knjige koje su imale aromu znanstvene fantastike i služile su kao svojevrsna droga za um. Svrha čitanja takvih knjiga bila je otgnuti se iz te tužne, okrutne, željezne komunističke stvarnosti i prenijeti nas u neki drugi navodno bolji svijet. Bio sam jedan od onih

mladih ljudi zaokupljenih i očaranih misterijama svemira - i u nedostatku Svetog pisma, čitao bih sve što bi mi popravilo raspoloženje. Takav je bio slučaj kada sam jednog dana naišao na knjigu mog prijatelja iz razreda pod naslovom „Sjećanja o budućnosti“. Moj prijatelj je obećao da će mi sutradan posuditi knjigu, pod uvjetom da je vratim za manje od dva tjedna. Bio sam tako uzbuden zbog pomisli da će pročitati ovu knjigu! Kako nemam braće i sestara, rado sam pristao na izazov da ju pročitam u samo nekoliko dana.

No upravo je to bio dan kad sam doživio razočarenje koje je dovelo do toga da otvorim vrata svoga srca Gospodu Isusu Kristu. Vrlo rano tog jutra stigao sam među prvima u učionicu, napeto čekao svojeg prijatelja da mi donese knjigu. Kad je moj prijatelj stigao, rekao mi je da je, nažalost, zaboravio knjigu kod kuće. Rekao sam: „Pa, možda bi mogao doći k meni poslijepodne, jest ćemo krumpiriće,igrati šah, a onda možeš ići.“ Odgovorio je: „Tako mi je žao, ali moram raditi s mamom u vrtu danas (bilo je proljeće i svaka je obitelj obrađivala svoj vrt). Otišao sam kući i rekao sebi: „Što ćeš raditi danas poslijepodne?“ Odjednom mi je Gospod Isus skrenuo pozornost na Bibliju - malu zelenu džepnu Bibliju zaboravljenu na polici već nekoliko mjeseci.

Sjeo sam na kauč i rekao sam sebi: „Hmmm, da vidim o čemu se radi u ovoj Bibliji.“ Svaka knjiga ima priču i junaka. Neke knjige imaju tužan kraj; druge imaju sretan završetak, ali kakav

god završetak bio, karakter i osobine heroja će ostati s vama neko vrijeme i prirodno ćete formirati obrazac ponašanja koji odgovara karakteru tog određenog heroja. To je ono što danas razumijemo kao moć utjecaja izlaganjem. Gledajući, mijenjamo se.

## Istražujući ovu knjigu

Kad sam počeo čitati Novi zavjet, očito je ime „Isus“ privuklo moju pozornost. Moram napomenuti da je ovaj Isus iz Svetog pisma bio vrlo, vrlo drugačiji od ostalih junaka koje su izmisili pametni pisci za slavu i zabavu. Ovaj Isus je bio još jedna vrsta heroja s izvanrednim karakterom, jedinstven i nevjerljiv u usporedbi s ostalim herojima koji nestaju u ništavilu. Govorio sam si: „Wow, ovaj Isus je tako drugačiji, moli se Bogu, i zove ga svojim Ocem?! Volio bih razgovarati s Bogom kao što je to činio ovaj Isus iz Biblije!“ Što sam više čitao, to sam se više zanimalo za Božju riječ, nisam razumio mnogo od onoga što sam čitao, ali me je jako privukao ovaj Isusov božanski lik. Stihovi su postali poglavila, čitajući velikom brzinom stigao sam ubrzo do 5. poglavila evanđelja po Mateju. Tada se dogodio najbolji trenutak koji je dotaknuo moje srce, čitajući: „Ljubite svoje neprijatelje, blagoslovljajte one koji vas kunu, činite dobro onima koji vas mrze i molite se za one koji vas zlostavljaju i progone“ - Matej 5: 44. Nevjerljivo! Ono što sam čitao bilo je daleko iznad onoga što sam mogao „probaviti“ kao ateist.

# Odjednom mi je Gospod Isus skrenuo pozornost na Bibliju.

## Eksperiment

Pala mi je na pamet jedna ideja. Trebao bih se moliti da vidim postoji li Bog. Bila je to potpuno suluda ideja za nevjernika. Nikada u životu nisam molio. Nikada ni pred kim nisam kleknuo ni pod kojim okolnostima. Ali ta misao me sve više obuzimala. Sveti Duh Božji je šaputao: „Probaj, razgovaraj s Bogom i vidi hoće li odgovoriti.“ Ali ponos i ja bi rekli: „Jesi li lud? Pogledaj oko sebe, gdje je Bog, gdje je Bog? Zar to ne vidiš svojim očima?“

Rekao sam sebi: „Pokušat će.“ Otišao sam u svoju spavaću sobu, otvorio prozor i počeo se moliti: „Bože, ako postojiš, molim te učini da budem poput ovog Isusa, da imam Njegov karakter i da budem sposoban voljeti svoje neprijatelje, da imam Njegovu blagost, Njegovo poštjenje, Njegovu dobrotu ako tako učiniš, želim Ti služiti zauvijek. Ali prvo, moraš mi dokazati da postojiš, tražeći od Tebe nemoguću stvar. Budući da si ti Bog, zamolit će te da danas poslijepodne dovedeš mojeg kolegu iz razreda kući da mi donešes knjigu 'Sjećanja o budućnosti' ne zato što mi je ta knjiga toliko važna, nego zato što želim znati postojiš li ti stvarno.“

Nisam ni završio molitvu, kad odjednom, čujem zvono na vratima. Odmah sam skočio s koljena i drhteći hodao prema vratima, govoreći sam sebi: „Ovo nije moguće; nije moguće!“ Kad sam otvorio vrata, tamo je stajao moj prijatelj s knjigom u ruci. Nesposoban da ga pristojno

# Pala mi je na pamet jedna ideja. Trebao bih se moliti da vidim postoji li Bog.

pozdravim, jedva sam uspio promrmljati nekoliko riječi: „Zašto si došao?“ „Samo sam došao donijeti knjigu“ odgovorio je. Zatim se okrenuo i otišao bez daljnog odgovora. Zatvorio sam vrata i vratio se na isto mjesto molitve. Govorio sam sebi: „Ima Boga, ima Boga! Što će reći...?“ Jedan od ključnih čimbenika bio je taj što je mom prijatelju trebalo oko 20 do 25 minuta da stigne do moje kuće, ali ja sam se počeo moliti samo nekoliko minuta prije njegova dolaska. „Hmm,“ rekao sam sam sebi, „dakle, jedini način da pomirim ova dva aspekta problema je priznati da je Bog znao prije nego što sam počeo moliti kakav će biti moj zahtjev i Bog je natjerao mladića da napusti svoju kuću 20 minuta prije no što sam se počeo moliti. To znači da Bog zna naše misli prije nego što ih izrazimo riječima. Wow!“

Što sam dublje ulazio u ovu temu, to sam više bio zadivljen Beskrajnom Moći s kojom sam imao posla — Svetogogog Bog! Mentalni pritisak bio je toliko snažan da sam mogao samo brzinuti u plač. Duboki osjećaj nedostojnosti s moje strane pomiješan je s

neodoljivim osjećajem zahvalnosti prema Bogu.

Zbog toga je moja druga molitva potekla iz mene tako prirodno da nisam shvatio da je prošlo nekoliko sati. Tada sam čuo otvaranje vrata i shvatio da je to moja mama koja se vraća s posla. Skočio sam s koljena, obrisao suze što sam brže mogao i pravio se kao da se ništa nije dogodilo. Ono što sam rekao Bogu u ta dva sata molitve promijenilo me je kao osobu, promijenilo je moj život, promijenilo moje okolnosti i potpuno i nepovratno promijenilo smjer mog života. Sve godine živio sam sam, a zatim otkrio da imam nebeskog Oca koji brine za mene. Bilo je to iznad bilo kakvog oblika ljudskog izražavanja. Bog je moj Otac! U beskrajnom svemiru, Gospodin Isus Krist se sjetio beznačajne čestice prašine poput mene i ušao u moj život, odgovorivši na sva ta pitanja koja sam imao.

To je bila početna točka mog kršćanskog hoda, moj početak i moja prva ljubav. Neka te Bog blagoslovi, dragi čitatelju, sa svim radosnim stvarima koje sam primio od tog prvog dana mog kršćanskog iskustva. Bog te voli bez obzira na sve!





# Seminar za djecu i mlade

Nina Buriša

Na prijelazu s 2022. na 2023. godinu održan je Seminar za djecu i mlade u Severinu na Kupi. Mladi i djeca sa svojim roditeljima okupili su se u prekrasnom okruženju Gorskog kotara na imanju „Društva prijatelja Biblije“.

Glavna tema seminara bila je Kršćanska hrabrost, a govornici su bili brat Novak Brajović i Ozren Buriša. Brat Novak govorio je o identitetu, smislu života i integritetu kao preduvjetima za hrabrost, a Ozren o hrabrosti kao kršćanskoj vrlini, o povjerenju u Boga kao temelju hrabrosti te o tome kako se suočavati sa strahovima.

U isto vrijeme odvijao se i poseban program prilagođen mlađoj djeci. Naši govornici su osim predavanja održali i radionice s mladima tijekom kojih su otvoreno razgovarali o konkretnim i praktičnim temama. Tijekom seminara mladi su, podijeljeni u grupe, zasebno proučavali neke primjere hrabrosti iz Biblije te su na kraju seminara iznijeli svoje zaključke.

Slobodno je vrijeme bilo ispunjeno pjesmom, zajedničkim šetnjama, društvenim igrama i razgovorima. U subotu navečer održan je koncert u kojem su sudjelovali svi mladi i djeca s pjesmama koje su njima posebno važne. Imali smo i priliku naučiti pripremati pravi domaći burek.

Zahvaljujemo Bogu na prekrasnoj prilici da provedemo dane u lijepoj kršćanskoj atmosferi i zajedništvu djece, roditelja i mlađih. Vjerujemo da su mladima proučavane teme korisne i da će neke pouke sigurno ponijeti sa sobom u život.





# Proljetni duhovni sabor

„Sadašnja istina u mom svakodnevnom životu“ bila je misao vodilja proljetnog duhovnog sabora koji se 7. i 8. travnja održao u Lipiku. Govornik je bio propovjednik Csongor Matyas iz Austrije.

U petak navečer sa zalaskom sunca br. Daniel Poropat otvorio je sabor. Večernja propovijed br. Matysa vodila nas je kroz promišljanje o istinskom ili pravom miru. Za mirom kao temeljnom ljudskom vrednotom teže svi ljudi. Nažalost, većina ne poznaje pravi mir koji ne ovisi o vanjskim okolnostima. Takav, istinski mir nam Isus želi dati. Isusov primjer, kad On mirno spava tijekom oluje, zorno prikazuje kako unatoč vanjskim utjecajima, problemima ili događanjima u svijetu možemo imati savršeni unutarnji mir. I nama danas Isus kaže: „Malovjerni! reče im, 'zašto se toliko plašite?'" - Matej 8:26 Ako primimo Isusov mir, ništa nas na ovome svijetu ne može uznenimiriti.

Subotne dopodne provedeno je u proučavanju biblijskih lekcija.

Prva lekcija kroz koju nas je vodio br. Josip Vončina, istraživala je kako čovjek kroz molitvu može i treba komunicirati s Bogom. Druga lekcija pod sugestivnim naslovom „Ne odgađaj“ u kojoj je poslužio br. Mladen Aradski detaljno je rasvijetlila s jedne strane beznadno stanje grješnog čovjeka pred Bogom i neprestane pozive milosti s druge strane koje Bog upućuje svakome. Svatko odlučuje hoće li bez odlaganja prihvati put spasenja pokajanjem i obraćenjem ili će oglušivanjem na pozive milosti žalostiti Svetog Duha i doći u situaciju da taj glas poziva više ne čuje.

Razred za mlade vodila je sestra Nela Aradski, a dječju subotnju školu sestre Estira Mandić i Sabina Poropat.

U prijepodnevnoj propovijedi br. Matyas je izložio temu „Sadašnja istina u mom svakodnevnom životu“. Svatko od nas poznaje biblijsku istinu, ali pitanje je živimo li tu istinu u svom svakodnevnom životu. Istina je poput svjetlosti koja svjetli sve više i sve dalje. Upravo je Isus ta sadašnja

istina. Ako dakle nemamo Isusa kao primjer u svom životu, naša svjetlost blijedi. Ako kažemo da poznajemo Isusa i da Ga volimo, a ne živimo kako je On živio, tada zapravo ne govorimo istinu nego živimo lažno kršćanstvo varajući sami sebe i druge koji se ugledaju na nas. Zato prihvativmo Isusa kao osobnog Spasitelja kako bi Njegova sila mijenjala naš karakter te kako bi sve bilo vidljivo u našem svakodnevnom životu.

Poslijepodnevno bogoslužje vodio je br. Daniel Poropat. Tijekom tog programa su nas djeca i mlađi obradovali pjesmama i instrumentalima. Svi koji sudjeluju u video snimanju biblijskih lekcija, predavanja i drugih sadržaja posebno su bili ohrabreni javno iskazanim riječima zahvalnosti onih koji nas prate putem digitalnih medija. Također, održano je i jedno interaktivno predavanje u kojem je brat Matyas uključio sve prisutne - od djece do odraslih - te ih potaknuo na dublje razmišljanje o odnosu Boga



prema nama grješnim bićima.

Brat Matyas je također pozvao mlade da se prijave u misionarsku školu koja ove godine započinje s radom u Austriji. Također, predstavio je internet stranicu namijenjenu prije svega mladima na kojoj mogu biti slobodni i anonimno postavljati pitanja osobne ili duhovne prirode te na taj način dobiti potrebnu pomoć od propovjednika.

Gosti iz Austrije su svojim

sudjelovanjem dali značajan doprinos i poseban ton ovom saboru.

Na kraju sabora brat Danko Žic prizvao je blagoslov na sve prisutne, a organizator je zahvalio svima onima koji su pridonijeli da se ovaj sabor održi.

Predavanja su objavljena na našem Youtube kanalu RPASD Hrvatska: <https://www.youtube.com/user/rpasdtube/videos>

*Daniel Poropat*





# Zahvalnost za bolje zdravlje

Septimiu D. Muresan

Postoji nešto što vi znate o meni što je vrlo osobno. I postoji nešto što ja znam o vama što je od ključnog značaja za vaše blagostanje. Postoji nešto što znamo o svakoj osobi koju sretnemo bilo gdje u svijetu i što je pokretačka snaga svega što rade i zbog čega mnogo toga toleriraju. To "nešto" je potraga za srećom. Kako zamišljamo svoju sreću, razlikuje se od osobe do osobe.

Dakle, kakva je veza između sreće i zahvalnosti? Mnogi ljudi bi rekli: „Pa, to je vrlo lako. Kad si sretan, onda si i zahvalan!“ Je li istina da su sretni ljudi i zahvalni? Svi znamo bar nekoliko ljudi koji imaju sve što im treba da budu sretni, a opet nisu sretni. Također poznajemo ljudе koji imaju mnoga nevolja a koji su istinski sretni. Zašto? Zato što su zahvalni i

благодарни. Dakle, nije sreća ono što nas čini zahvalnim. Zahvalnost je ono što nas čini sretnima.

## Šta je zahvalnost?

Ciceron, drevni državnik i filozof, smatrao je zahvalnost ne samo „najvećom od vrlina, već i roditeljem svih drugih“. Riječ zahvalnost (na engleskom gratitude), izvedena iz latinskog korijena gratia, korijen je riječi "milost, zahvalnost" (grace), "zahvalan"(grateful) i "ljubazan, milostiv" (gracious). U latinskom jeziku sve izvedenice riječi zahvalnost imaju veze s ljubaznošću, velikodušnošću, darovima, ljepotom davanja i primanja ili dobivanja nečega besplatno.

Što podrazumijevamo pod zahvalnošću? I kako to funkcionira?

Razmislite o vlastitom iskustvu. Neko vam daruje nešto vrijedno, poklon. Niste ga kupili. Niste to zaslužili. Niste radili za to. Darovano vam je. Dakle, kada primite nešto što je za vas zaista vrijedno i shvatite da ste to dobili besplatno, tada vam zahvalnost spontano izvire iz srca. Tako nastaje zahvalnost.

## Zahvalnost i pozitivan utjecaj na zdravlje

Istraživanja pokazuju da zahvalnost ima mnoge prednosti kad je u pitanju mentalno i fizičko zdravlje. Može smanjiti bol, sniziti krvni tlak, poboljšati imunološku funkciju i osigurati dobar san. Postoje čak i neka ograničena istraživanja koja pokazuju da zahvalnost može produžiti naš životni vijek za nekoliko mjeseci ili čak godina.<sup>1,2,3</sup>

Istraživanja Medicinskog fakulteta Univerziteta Kalifornija u San Dijegu pokazala su da su zahvalni ljudi imali bolje zdravlje srca zbog manje upala i zdravijeg srčanog ritma.<sup>4</sup>

## PREDNOSTI ZAHVALNOSTI - KRATAK PREGLED

### Rezultati istraživanja

#### Blagoslovi nasuprot briga/tereta (2003)<sup>5</sup>

Učesnici koji su vodili dnevnik zahvalnosti prijavili su:

- 16% manje fizičkih simptoma
- 19% više vremena provedeno u vježbanju
- 10% manje fizičkog bola
- 8% više sna
- 25% povećana kvaliteta sna

#### Zahvalno srce (2004)<sup>6</sup>

Pokazalo se da su osjećanja uvažavanja i zahvalnosti izazivala opuštanje kao odgovor.

#### Pozitivna psihologija (2005)<sup>7</sup>

- "Posjeta zahvalnosti" (odlazak u posjetu kako bi se izrazila zahvalnost) smanjila je simptome depresije za 35% tijekom narednih nekoliko tjedana.
- Vođenje dnevnika zahvalnosti smanjilo je simptome depresije za 30% sve dok se ta praksa odvijala.

#### Zahvalnost: Utjecaj na krvni tlak (2007)<sup>8</sup>

Pacijenti s visokim tlakom koji su pokazivali svoju zahvalnost jednom tjedno imali su značajno smanjenje sistoličkog (gornjeg) krvnog tlaka.

#### Utjecaj zahvalnosti na san (2009)<sup>9</sup>

Zahvalnost je u korelaciji sa kraćim vremenom potrebnim da se zaspi, poboljšanim kvalitetom sna i produženim trajanjem sna.

Jednostavno, zahvaljivanjem Bogu za sve svakodnevne darove koje nam daje, naše tijelo doživjava mnoge zdravstvene dobrobiti! Iznanost sada potvrđuje ono što je Biblija već objavila pre nekoliko tisuća godina: "Radosno srce djeluje kao lijek, a slomljen duh suši kosti" - Izreke 17:22. Biti veseo znači biti raspoložen, živahan i radostan. Kakav divan dar od našeg nebeskog Oca!

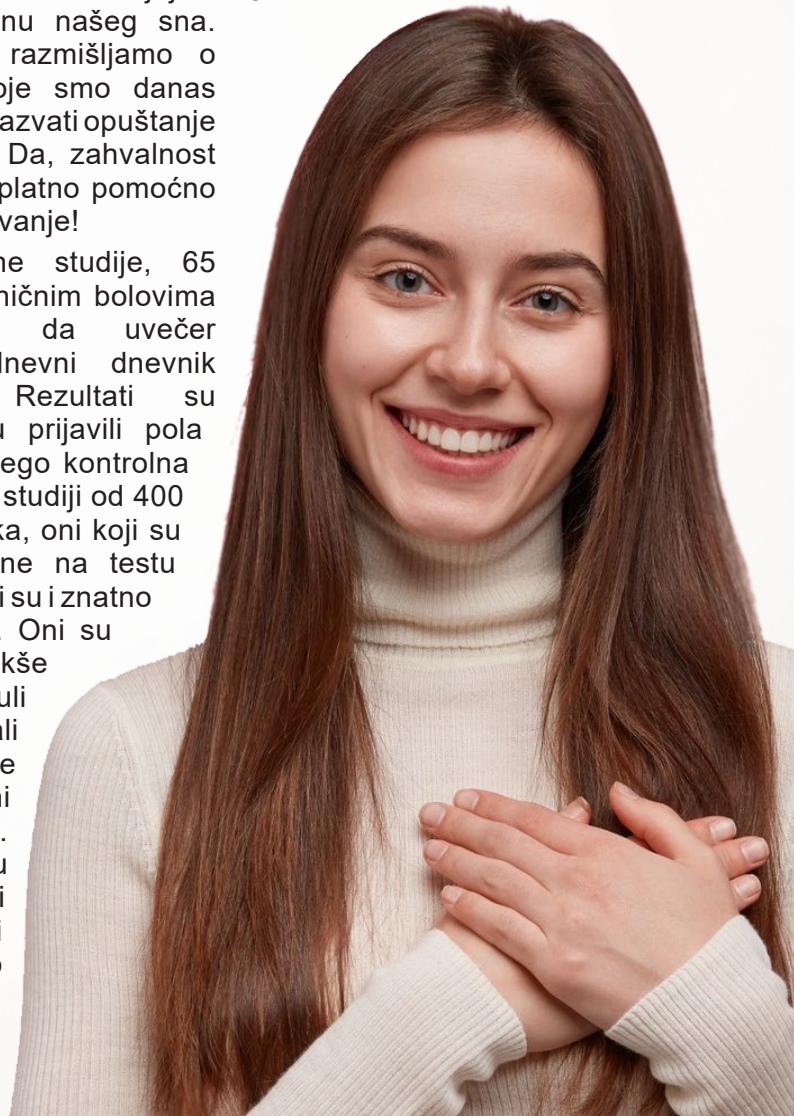
#### Zahvalnost poboljšava san

Zahvalnost može pomoći kod nesanice tako što smanjuje vrijeme potrebno da se zaspri i povećava kvalitetu i dužinu sna. Ključno je ono što nam prolazi kroz glavu dok pokušavamo zaspati. Ako smo zabrinuti za svoju djecu ili posao, nivo stresa u našem tijelu će se povećati, držeći nas budnjima i smanjujući kvalitetu i dužinu našeg sna. Međutim, ako razmišljamo o stvarima za koje smo danas zahvalni, to će izazvati opuštanje i uspavati nas. Da, zahvalnost je sigurno i besplatno pomoćno sredstvo za spavanje!

Tijekom jedne studije, 65 ispitanika s kroničnim bolovima su zamoljeni da uvečer ispune svakodnevni dnevnik zahvalnosti.<sup>10</sup> Rezultati su pokazali da su prijavili pola sata više sna nego kontrolna grupa. U drugoj studiji od 400 zdravih sudionika, oni koji su imali više ocjene na testu zahvalnosti imali su i znatno bolji i duži san. Oni su prijavili da su lakše i brže utoruli u san te imali manje poteškoće ostati budni tijekom dana. Razlog zašto su zahvalni ljudi bolje spavali nije bio to što im je život bio bolji. Nivo zahvalnosti je više ovisio o

osobi i njenom životnom stavu nego od životnoj situaciji.<sup>11</sup>

Biblija kaže: "Sladak je san onome tko radi, jeo malo ili mnogo; ali bogatašu njegovo obilje ne daje spavati." - Propovjednik 5:12. Prema Svetom pismu, osoba koja vrijedno radi i koju odlikuje stav zahvalnosti ima sladan san. Možemo vidjeti kako obilje bogatstva nije ono što donosi sreću, nego zahvalan stav. Suprotno tome, nezahvalnost može doprinijeti brigama, tjeskobi, stresu i mnogim drugim negativnim nuspojavama. Kakvu privilegiju imamo da budemo zahvalni Bogu za život, svjetlost, sunce, vodu, hranu i bezbroj drugih blagoslova koje mi ponekad uzimamo zdravo za gotovo!





## Zahvalnost nam pomaže da živimo duže

Rezultati nekoliko različitih studija također pokazuju da zahvalan stav produžava životni vijek. Istraživanja su pokazala da su optimisti živjeli nekoliko godina duže od pesimista. Nekoliko godina možda ne zvuči puno, ali znam da bih želio, kada dođe vrijeme da umrem, da imam još nekoliko godina života. Također znamo da je zahvalnost u snažnom suodnosu s pozitivnim emocijama kao što je optimizam.<sup>12</sup>

Kralj David je iskusio mentalne, tjelesne i duhovne blagodati zdravlja jer je bio zahvalan Bogu. U Psalmu 136. 26 puta piše: "Jer milosrđe Njegovo traje dovijeka". On je sigurno iz osobnog iskustva poznavao velike blagoslove zahvalnosti. Ovo je izvrstan psalm za čitanje, jer podstiče u nama zahvalnost i podsjeća nas na sve ono za što možemo biti zahvalni. Odvojite

nekoliko trenutaka i pročitajte Psalm 136. Pročitajte ga posebno kada se osjećate preopterećeno i u tjeskobi. Budući da Božja milost traje vječno, to znači da oni koji žive životom zahvalnosti, uzdajući se u Njegovo spasenje, ne samo da će živjeti duže nego će živjeti vječno!

## Zahvalnost povećava nivo energije

Zahvalnost i vitalnost su u snažnom suodnosu. Mnogo je vjerojatnije da će zahvalni ljudi izvijestiti o fizičkoj i mentalnoj snazi. Studija sprovedena na 1662 osobe također je pronašla međuvisnost između vitalnosti i zahvalnosti čak i poslije kontrole na ekstrovertnost, usuglašenost, neuroticizam i zapaženu socijalnu poželjnost. To znači da su vitalnost i zahvalnost u snažnom suodnosu jer osobe visokog nivoa energije i vrlo zahvalni ljudi dijele zajedničke osobine poput ekstrovertnosti.<sup>13</sup>

## Kradljivci zahvalnosti

Različiti faktori nas mogu lišiti osjećaja zahvalnosti. Prvi je cinizam, koji predstavlja sklonost vjerovanju da su ljudi motivirani isključivo osobnim interesom. Cinizam je posebno otrovan za osobu koja ima ovakav stav. Pesimizam je još jedan od razloga zašto su ljudi lišeni zahvalnog stava. U ovom slučaju možemo biti skloni stalnom preispitivanju hoće li se nešto dogoditi ili je li to vrijedno truda. Još jedan "pljačkaš" zahvalnosti može biti materijalizam, koji predstavlja sklonost da se materijalna imovina i fizička udobnost smatraju važnijim od duhovnih vrijednosti. Materijalizam ide ruku pod ruku sa zavišcu - osjećajem nezadovoljstva ili ogorčenosti. Ti se osjećaji bude uočavanjem tuđe imovine, talenata ili kvaliteta. Narcizam je još jedno negativno svojstvo koji može sprječiti ili ubiti naš zahvalan stav. Narcisoidna osoba pokazuje pretjerano zanimanje ili divljenje prema sebi i svom fizičkom izgledu.<sup>14</sup>

Umjesto da njegujemo ove negativne osobine, radije razvijajmo sljedeće pozitivne misli i osobine: „Konačno, braćo, što god je istinito, što god je časno, što god je pravedno, što god je čisto, što god je ljubazno, što god je na dobru glasu, ako je što vrlina ili pohvala, na to mislite.“ - *Filipljanima 4:8.*

## Povećajte dnevnu dozu zahvalnosti

Da bismo uživali u zdravstvenim prednostima zahvalnosti moramo stalno njegovati stav zahvalnosti. Ne možemo izraziti zahvalnost samo s vremena na vrijeme. Biblija kaže: "Na svemu zahvaljujte, jer je to za vas volja Božja u Kristu Isusu." - *1. Solunjanima 5:18.* To znači da treba biti zahvalan u dobrom i u lošim trenucima, u svim životnim okolnostima. Kako je to moguće? Tako što trebamo biti svjesni kako je svaki dati trenutak dar. Ja to nisam zaslužio. Ja nisam pridonio tome. Nemam garanciju da će mi se dati još jedan trenutak. Ovaj trenutak je nešto najvrjednije što imam. Ovaj trenutak, sa svim mogućnostima, je život. Život koji svi imamo, trenuci koje smo dobili kako bi poboljšali ili ispravili stvari, sve je to od Boga! On nam daje sve. "Jer u njemu živimo, mičemo se i jesmo" - *Djela 17,28.* Biti zahvalan i maksimalno iskoristiti svaki dan koji nam je naš Stvoritelj darovao, ključ je zdravog i sretnog života ovdje i u svijetu koji dolazi.

1. Vodite dnevnik zahvalnosti i svake večeri zapišite 5-10 stvari na kojima ste zahvalni.

2. Zahvaljujte Bogu tijekom cijelog dana - na prednjem izlasku ili zalasku sunca koji oduzimaju dah, za hranu, krov nad glavom, dom, obitelj i

prijatelje... za dar Njegovog Sina Isusa Krista.

3. Svaki dan izrazite zahvalnost nekolicini ljudi - članovima obitelji, susjedima, suradnicima, poštaru ili ljudima kojima je potrebno.

4. Kad vaš mozak pređe u fazu zahvalnosti, zamolite Boga da vam pomogne kako bi pronašli dobro čak i u otežavajućim okolnostima.

## Radujmo se i veselimo se!

Medicinska znanost nedavno je otkrila zdravstvene prednosti zahvalnosti kojima nas Biblija poučava već tisućama godina. "Radosno srce djeluje kao lijek, a slomljen duh suši kosti" - *Izreke 17:22.* Započnite i završite svaki dan uz ovu moćnu dozu zahvalnosti: „Ovo je dan koji stvori Gospod, kličimo i radujmo se njemu!“ - *Psalam 118:24.*

### Literatura:

<sup>1</sup> Danner DD, et al. (2001, May). *Positive Emotions in Early Life and Longevity*

<sup>2</sup> Maruta T, et al. (2000, February). *Optimists vs. Pessimists Survival Rate Among Medical Patients Over a 30-Year Period*

<sup>3</sup> Brummett BH, et al. (2006 February). *Prediction of All-Cause Mortality by the Minnesota Multiphasic Personality Inventory Optimism-Pessimism Scale Scores:*

<sup>4</sup> Mill PJ, et al. (2015) *The Role of Gratitude in Spiritual Well-Being in Asymptomatic Heart Failure Patients*

<sup>5</sup> Froh JJ, Sefick WJ, Emmons RA. *Counting Blessings versus Burdens*

<sup>6</sup> McCraty R, Childre D. (2004). *The psychology of gratitude.*

<sup>7</sup> Seligman, ME et al. (2005). *Positive Psychology Progress*

<sup>8</sup> Shipon RW. (2007). *Gratitude: Effect on perspectives and blood pressure of inner-city African-American hypertensive patients.*

<sup>9</sup> Wood AM, Joseph S, Lloyd J, Atkins J. (2009, Jan). *Gratitude Influences Sleep Through the Mechanism of Pre-Sleep Cognitions.*

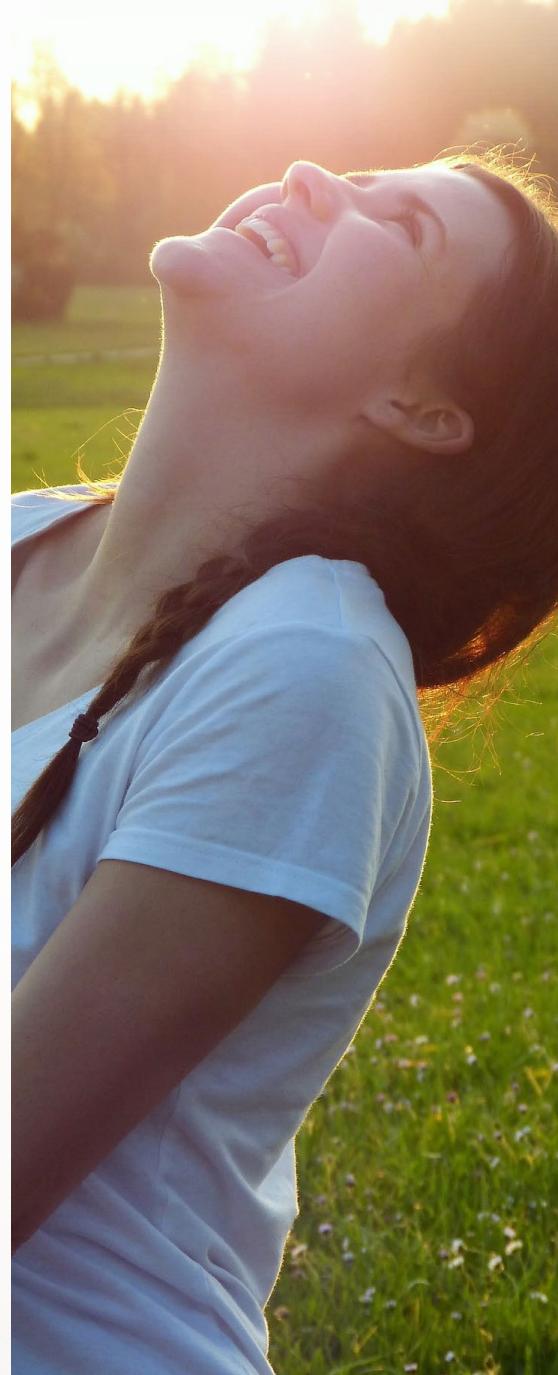
<sup>10</sup> Froh JJ, Sefick WJ, Emmons RA. *Counting Blessings versus Burdens*

<sup>11</sup> See ref. 9.1 Danner DD, Snowdon DA, Friesen, WV. (2001, May). *Positive Emotions in Early Life and Longevity*

<sup>12</sup> Danner DD, et al. (2001, May). *Positive Emotions in Early Life and Longevity*

<sup>13</sup> McCullough, ME.etal. (2002) *The Grateful Disposition:*

<sup>14</sup> Solom, RC. (2013). *Thieves of thankfulness: inhibitors of gratitude.* EWU Master's Thesis Collection. 126





# Međunarodni seminar za mlade Španjolska 2023.

Ozren Buriša

Međunarodni seminar za mlade je godišnji globalni događaj za mladež koji organizira Reformni pokret adventista sedmog dana od 28. kolovoza do 3. rujna 2023. Ove godine, po prvi put nakon 2009. godine, stotine mladih susrest će se u Španjolskoj.

Budući da je Španjolska jedna od najposjećenijih zemalja na svijetu, lako je dostupna i europskim i američkim posjetiteljima, ovaj seminar će po mnogo čemu biti poseban događaj. S obzirom na to da će se ovdje okupiti mladi vrlo raznolikog podrijetla i iz najrazličitijih zemalja svijeta, sigurni smo da ćete na ovom seminaru mladim upoznati nove ljudi.

Također, teme koje ćemo proučavati odnosit će se na promjenu naših života. Znamo da se uz Božju pomoć svi možemo "preobraziti" i vjerujemo da nećete otići isti kao što ste došli na ovaj seminar za mlade.

Glavna tema je "preobrazite se... obnovom svoga uma" (Rimljanima 12,2). S našim govornicima istražit ćemo temu potpune preobrazbe u životu kršćanina i koncept novog uma, novog srca, novih navika i novih misli. Kroz riječi apostola shvatit ćemo što znači imati Isusov um. Tema će biti podijeljena u tri glavna područja: duhovna transformacija, praktična životna transformacija i fizička transformacija.

Naši su govornici voditelji odjela GK:  
David Žic - voditelj odjela za obrazovanje; Adrian Finaru - voditelj odjela za mlade;  
John Baer - voditelj odjela za medicinske misije i svaki će govoriti o temama iz svoje službe i iskustva.

Radujemo se susretu u Španjolskoj i dragocjenim duhovnim iskustvima na seminaru za mlade.

Detaljne informacije možete pronaći na linku:  
[sdarm-espana.org/iyc-2023](http://sdarm-espana.org/iyc-2023)



## BE TRANSFORMED

... BY THE RENEWING OF YOUR MIND



DAVID ŽIC

Spiritual Transformation



ADRIAN FINARU

Practical Life Transformation



JOHN BAER

Physical Transformation