

Seminer: Temel Bilgiler'e Geri Dönüş: Tanrı ile yakın bir yürüyüş

Kişisel gelişim semineri

Yazar: Bonita Joyner Shields

“... ben Babam'dayım, siz bendesiniz, ben de sizdeyim.”

Yuhanna 14:20

Kişisel İbadetler Nelerdir?

Kişisel ibadetleri genellikle "yaptığımız" bir şey olarak düşünürüz. Halbuki, kişisel ibadetleri Tanrı ile her gün harcadığımız zaman olarak daha doğru şekilde tanımlayabiliriz çünkü O'nu seviyoruz ve O'na adanmışız.

Ancak bir kişi, "Sebt Okulu'nda Tanrı ile vakit geçirmek ve Sebt gününde ibadet servisine katılmak yeterli değil mi?" diye sorabilir. Tanrı'yı kişisel ve yakın bir şekilde bilmek istiyorsak, değil.

Zaman Bulmak

Çoğu kadın tabaklarının sadece dolu olmadığını, taşıdığını keşfeder. "Yapılacaklar" listesine nasıl bir şey daha ekleyebilirler?

Aslında en önemli olarak algılandığımız şeylere zaman harcıyoruz; biz böyleyiz. İlişkiler de bir istisna değildir. İlişkilerin güçlü bir şekilde büyümesi için onlara zaman yatırımı yapmalıyız – miktar ve aynı zamanda da kalite.

Ne yazık ki, kadınlar olarak genellikle kendimize gerçekçi olmayan beklentiler saptıyoruz ve bazen "ya hep ya hiç" şeklinde bir zihniyet taşıyoruz. Fakat Rab ile olan ilişkimize yatırım yapma çağrısı, "Rab ile belirli bir süre harcamak zorundayım yoksa yeterince iyi olmuyor" gibi bir mükemmellik çağrısı değildir.

Bu, Rab ile olan ilişkimizi hayatımızda en önemli önceliğe dönüştürmek için bir çağrıdır. Her kadının yaşamı benzersiz olduğu için, bu ilişki için zaman ayırmak, mükemmelliği değil, gelişmeyi beklemek için bir taahhüdün yanı sıra yaratıcılığı da gerektirir.

Yakın ve Kişisel

Tanrı'yı hayatımızın merkezine yerleştireceğimizi taahhüt ettiğimizde, hayatımızdaki en önemli ilişkiyi geliştirmede bize yardım etmek ve desteklemek için bazı araçları kullanmamız yararlı olacaktır!

Araç #1: Yalnızlık

Yalnızlık en azından iki nedenden dolayı faydalıdır. İlk olarak yalnızlık, bize seslenen Tanrı'nın sesini bastırma tehdidinde bulunan dikkat dağıtıcı unsurları ortadan kaldırır.

Tanrı ile Zaman Bulmak ve Harcamak için 9 Yaratıcı Yol kitabı bize yalnızlığın evde sevdiğimiz bir koltukta, araba ile işe giderken, şafak vaktinin sessiz saatlerinde koşu yaparken ve hatta yerel bir dinlenme merkezinde bulunabileceğini hatırlatıyor.

İkincisi, yalnızlık, başkalarının sesine karşılık vermekten çok Tanrı'nın sesini işitme konusunu tanımamıza ve bunlara daha fazla güvenmemize yardımcı olur. Böylece, yalnızlığımızdan hayatımızın koşuşturmacasına döndüğümüzde, Rab ile zamanımızda tecrübe ettiğimiz sevgi ve lütuf ile başkalarına daha etkili bir şekilde tepki verebiliriz.

Araç #2: İnceleme

Arkadaşlarımıza ve ailemize güveniyoruz, çünkü onlarla vakit geçirdik ve karakterlerinin inancımıza layık olduğuna güvenecek kadar onları yeterince biliyoruz. İnanç, Kutsal Kitapta "umut edilenlere güvenmek, görünmeyen şeylerin varlığından emin olmak" olarak tanımlanmaktadır. Bize güvence ve inanç sunan Kişinin bilgisine dayanmaktadır. Tanrı'nın Sözü, Tanrı'nın kim olduğunu ve neden ona güvenebileceğimizi ortaya koymaktadır.

Tanrı Sözü'nde vakit geçirmek, bize O'nun Kim olduğunu, Kime ait olduğumuzu ve o tanrısal kimlikle nasıl yaşayacağımız hakkında sürekli bir hatırlatma sunar. Ayrıca doğanın "Tanrı'nın İkinci Kitabı" olarak adlandırıldığını da unutmayın. Bu nedenle doğayı "incelemek" için zaman harcamak bize Tanrı'nın karakterini göstermek ve O'nun sesini duymak için fırsatlar verir.

Kişisel ibadet günlüğünü tut. İşlerin sana nasıl dokunduğunu hatırlamak ve daha ileri veya daha sonraki bir tarihte yansıtılırken çok yararlı bir araç olabilir. Bunun için özel bir defter ve kalem ya da kurşun kalem yararlıdır ve ibadet zamanında kullandığınız Kutsal Kitap ile birlikte saklanmalıdır.

Araç #3: Dua

Yalnızca bir talebimiz olduğunda Tanrı'ya "dua" alışkanlığına kolayca düşebiliriz. Ancak, dua amacının Tanrı'yı tanımak olduğunu hatırladığımızda, dua tamamen yeni bir anlam kazanmaktadır. Sadece bazen Meryem Teyze'nin kanseri ya da Ahmet'in matematik testi için "dua" etmek için –tabii ki bunlar da önemlidir - yerine, hayatımızdaki her şey hakkında Tanrı ile konuşmayı arzuluyoruz! O'na seslenerek, O'nu dinleyerek ve O'na dikkat etmekle değiştiriliyoruz.

Araç #4: Günlük tutmak

Bir ibadet günlüğünü tutmanın, Yapılacak Listesi'mize başka bir şeyin eklenmesi ve bize suçluluk duygusu getirmesi gerekmez! Ayrıca her gün kullanılmak zorunda değildir. Kutsal Kitap ve ibadette okuduğunuz materyalin yanında bir defter tutun ve Tanrı ile farklı bir şekilde konuşmak istediğinizi hissettiğinizde yazın. Çoğu zaman, ellerimiz ağzımızın konuşamayacağı şeyi yazacaktır. Bir sorunla mı uğraşıyorsunuz? Yazın. Neşeli ve övgü dolu musunuz? Yazın. Rab'bin Sözü çok açık

bir şekilde sizinle konuştu ve bunu hatırlamanız mı gerekiyor? Yazın. Okurken, ruhunuzu yenilemek bir Hayat Kitabı olabilir.

Araç #5: İçinden Gelme

Rab'be zaman ayırmak için belirli bir zaman ve yeri seçmek yardımcı olsa da, bu hiçbir şekilde Sevdiğinize olan sevginizi ifade etmeniz konusunda sınırlar koymak zorunda değildir! Okumak, günlüğünüzü yazmak, konuşmak, ilahi söylemek, bir aşk şiiri yazmak, öylece oturmak ve sessizliğin sesini dinlemek, yürümek, koşmak, doğayı gözlemlemek, O'nu dinlemek, bebeğinizin nefesiyle konuşmak - seçenekler sonsuzdur. Sanırım Tanrı spontaneliği sever!

Ruhsal büyüme için yaratıcılık

Aşağıdaki fikirler Tanrı ile olan ilişkilerine değer veren 12 kadından toplanmıştır. Birkaçını denemekten hoşlanabilirsiniz.

1. **HİZMET:** Hizmetin manevi disiplini beni özel bir şekilde Tanrı'ya yakınlaştırıyor. Sorunlu gençler ve köpeğim Elke ile bir evde terapi oturumundan eve dönerken sevinç duyuyorum; ilişkimizin bu gençlere getirdiği iyileşme yüzünden. Yaratılış'ta Allah'ın tesis ettiği doğa ve insanlar arasındaki ilişki hakkında sürekli olarak hayret ediyorum-Lyndelle, eş, editör
2. **ÖVGÜ SUNMAK:** Benim arzum daha fazla dua gücüne sahip olmaktır. Böylece, gün boyunca, yaprakları dökülmüş ağaç dallarının kış aylarında parlak mavi gökyüzüne doğru uzanışı için, aileler ve arkadaşlar, kuşlar, güzel gün batımları için O'nu övmeye başladım. Liste böylece devam edebilir. Tanrı'ya övgüde bulunduğumuz zaman, başkalarını da överiz. Bunun sonucu olarak, onlar da arkadaşlarına övgüler sunarak ilham verici bir daire oluşturabilirler. -Myrna, eş, anne, emekli editor
3. **DUA:** Kutsal Kitap okuduktan sonra dua ediyorum. Dua ediyormuyum? Bence evet. Belki geleneksel biçimde gözlerim kapalı dizlerim üzerimde dua etmiyorum, ama kesinlikle Tanrı ile bir Dost olarak konuşuyorum. O'nunla bir şeyler paylaşıyorum ve O'nun Kitabının sözlerinin, ruhuma inmesine izin veriyorum. Bazen dualarım rutin görünüyor ya da bir çamaşırhane talep listesi gibi, bu yüzden O'na şiirler yazıyorum.-Connie, eş, anne, televizyon yapımcısı
4. **DİNLEME:** İşe giderken her yöne 40 dakikalık bir yolculuğum var, bu yüzden arabada şarkı söylemek, yüksek sesle dua etmek, ruhsal müzik ve kitap CD'leri dinlemek için vakit harcıyorum. Leslie, eş, idari asistan
5. **GÜNLÜK TUTMAK:** Ben bir günlük tutuyorum. Etrafımdaki insanlarla ruhsal konular üzerine konuşmak beni sorumlu tutmaya yardım eder. Okuduğum ya da deneyimli olduğum şeyi sözlü olarak ifade etmeye çalışıyorum; bunu benim için netleştirip sağlamlaştırmaya yardımcı olur-Melissa, kızı, kızkardeş, lise son sınıf öğrencisi

6. **KONUŞMAK:** Ben dualarımı Tanrı'yla bir arkadaş gibi konuşmaya benzetirsem, O'nunla konuşmalarımı belli bir zamana ya da yere göre sınırlamamak ya da yapmak gerektiğini hatırlamak isterim. Açık olmak ve herhangi bir yerde, her zaman ve her şey hakkında Tanrı ile konuşabildiğim bir durumda kalmak istiyorum. -*Bornie, eş, anne, hemşire yöneticisi*
7. **YÜRÜYÜŞ:** İbadet zamanımı gerçekten güzel kılan şeylerden biri, yürümek veya sabahın erken saatlerinde koşmaktır, başkasının olmadığı bir zamanda. İlkbahar, kuşların şarkı söylediği ve çiçeklerin açtığı bir zaman, bunu benim için özel bir ibadet zamanı yapar. - *Cindy, eş, anne, küçük işletme sahibi*
8. **OKUMAK:** Günün ilk dakikalarını ibadetteyken okuduğum materyale ve Sebt dersimi çalışmaya ayırmaya bayılırım. Tanrı'nın bana öncelik verdiğini hissediyorum, bu yüzden O'na öncelik vermek isterim. İstisna olarak Cuma akşamı eve dönerken ve ışıkları kapatmadan önce ibadette okuduğum materyal ve Sebt okulu dersimle telaşlı bir çalışma haftasını sonlandırdığımda. -*Maria, hukuk asistanı*
9. **YANSITMAK:** Evimde Tanrı ile buluşmak için özel bir yere sahip olmaktan hoşlanırım (evim misafirler ile dolu olsa da, bulabileceğim herhangi bir yeri kullanırım!). Ayrıca çevrede olan güzel şeylerden hoşlanıyorum: Mum, çiçekler, kitaplarım için sepetler, dışarıyı seyretmek için bir pencere. Bütün bunlar bana Tanrı'nın hayatın ve güzelliğin yaratıcısı olduğunu hatırlatıyor. - *Bonita, eş, editör*

Ruhsal Yenilenme

Tanrı'nın Sözü, O'na sadık bir hayatın faydalarının birçok vaadini içeriyor.

1. "Çünkü sizin için düşündüğüm tasarıları biliyorum" diyor RAB. "Kötü tasarılar değil, size umutlu bir gelecek sağlayan esenlik tasarıları bunlar." (Yeremya 29:11)
2. Çünkü kocan, seni yaratandır. O'nun adı Her Şeye Egemen RAB'dir, İsrail'in Kutsalı'dır seni kurtaran. O'na bütün dünyanın Tanrısı denir." (Yeşaya 54:5)
3. Ey bütün yorgunlar ve yükü ağır olanlar! Bana gelin, ben size rahat veririm. Boyunduruğumu yüklenin, benden öğrenin. Çünkü ben yumuşak huylu, alçakgönüllüyüm. Böylece canlarınız rahata kavuşur. Boyunduruğumu taşımak kolay, yüküm hafiftir." (Matta 11:28-30)
4. Bu çağın gidişine uymayın; bunun yerine, Tanrı'nın iyi, beğenilir ve yetkin isteğinin ne olduğunu ayırt edebilmek için düşüncenizin yenilenmesiyle değişin. (Romalılar 12:2)

5. Ruh'un ürünüyse sevgi, sevinç, esenlik, sabır, şefkat, iyilik, bağlılık, yumuşak huyluluk ve özdenetimdir. Bu tür nitelikleri yasaklayan yasa yoktur. (Galatyalılar 5:22)

Başkalarına ilet

Tanrı'nın vaatlerini benimsediğimizde ve O'nun benzerliğine dönüştürmesine izin verdiğimizde, bu dönüşümün doğal sonucu, başkaları ile O'nun yaptıklarını ve hayatımızda yaptıklarını paylaşma arzusudur. Bunu yapmanın en iyi yollarından biri, hep beraber diğer kadınları Tanrı'nın krallığı için etkilemek için yollar bulmaya çalışmaktır.

Hizmet fikirleri

1. **Konu ile ilişkili araçlardan birini alın** (yukarıdaki listeden) ve bir kadın kahvaltısının konusunu oluşturun. Özel davetiyeler yapın ve arkadaşlarınızın komşularını davet etmeye teşvik edin.
2. **Tanrı'dan, cemaatinizdeki diğer kadınlara nasıl hizmet edeceğinizi ve besleyeceğini size göstermesini isteyin.** Bir olasılık da kilisenizdeki kadınların bir anket ile ruhsal yolculuklarında nasıl büyümek istediklerini belirlemektir. Sonra onları donatmak için bir hizmete başlayın. Örneğin, cemaatinizde çok sayıda kadın çocuklarının ruhsal rehberliğinde daha donanımlı olması gerektiğini hissediyorsa, onları bu görevi teşvik edecek ve donanımına sokacak bir grup oluşturun.
3. **Ruhsal bir inziva planlayın.** Bir veya daha fazla konu ile ilişkili araç (yukarıdaki listeden) içeren, bir günlük inziva ile başlayın. Sonra kadınlar, bu özel zamanlarda hem Rab'bin yanında olmaya hem birbirleriyle zaman geçirmeye alışınca, biraz daha uzun inziva toplantısı planlayın.
4. **"Bir gün Tanrı ile uzaklaşmak" için özel bir plan yapın.** Bu bir günlük inziva sizin ve kilisedeki diğer kadınlar için büyük bir ruhsal büyüme fırsatı yaratacaktır. O gün için bir tema seçin, ibadet zamanı ile başlayın ve temayla alakalı bilgiler sunun. Gün boyunca, bayanlara kendileri için dua ve ruhsal düşünme zamanı verin. Birlikte öğle yemeğinden sonra, konu ile ilgili uygulamalı bir etkinlik sunabilirsiniz. Bu, kadınların kalplerini açmasına ve Tanrı'nın sesini dinlemesine yardımcı olacaktır. İbadetle sonlandırın.

"Kendisi (İsa) ise ıssız yerlere çekilip dua ediyordu." Luka 5:16.