

UZVEIC BAILES AR TICĪBU UN MĪLESTĪBU!

BIBLISKS UN PĀRVEIDOJOŠS MODELIS¹

Endrjū Selle (*Andrew H. Selle*)

1. daļa

Džoanna šodien uz pirmo vizīti pie manis praksē ieradās ar nokavēšanos. Viņa skaidroja, ka nokavējusi, jo viņas vīrs Kurts viņu šodien nevarēja atvest, tāpēc viņai bija jābrauc pa daudz garāko ceļu. Kāpēc cits maršruts? „Man ir šausmīgi bail no tiltiem.” „Tā,” es nodomāju: „Beidzot jauka, konkrēta problēma. Nekādu attiecību sarežģījumu.” Dažas sekundes es pakavējos savā muļķīgajā fantāzijā, līdz viņa turpināja: „Kurts man teica, ka viņam līdz kaklam ir apnikušas manas smieklīgās bailes, tāpat arī bērniem, tāpēc man beidzot esot jāpieaug un jāsāk *pašai* braukt, nolādēts, citādāk viņš mani pametīšot, lai nesajuktu prātā... Es viņam esmu vienaldzīga un viņš neizprot manu situāciju.” Tad viņa caur asarām lūdzās: „Vai jūs nevarētu man sniegt terapiju, kas palīdzēs man un izglābs manu laulību?”

Kā risināt šo problēmu? Kā piemērs², kas paredzēts, lai mācītu vispārēju metodi, turpmākais apraksts neietver daudz svarīgas mijiedarbības, kas faktiski notika vairāku nedēļu garumā. Dzīvē padomdošana nav tik pasludinoša. Bet es ceru, ka šis raksts parādīs, kā Svētais Gars var patiesi dziļā veidā mācīt baiļu pārņemtu sievieti par Dievu un par sevi, lai atbrīvotu viņu no kropļojošām bailēm.

Piedāvātā metode parāda baiļu pārvarēšanas procesa struktūru, tā nav fiksētu soļu recepte. Tomēr baiļu pārņemtiem cilvēkiem brīžos, kad uznāk nomācošas sajūtas, ir nepieciešama iegaumējama “kā to paveikt” metode. Šeit ir vienkāršots variants: 1. Nosauc bailes vārdā, 2. Klausies Dievā, 3. Pagriez bailes otrādi, 4. Lūdz, 5. Atdod, 6. Mīli. Izmantojot Džoannas gadījumu, tālāk rakstā šī metode tiek attīstīta un izvēsta un beigās tiek piedāvāts kopsavilkums, ko var izmantot kā viegli iegaumējamu plānu, lai palīdzētu baiļu pārņemtiem cilvēkiem.

Kad Džoanna atstāsta savu baiļu pilno dzīvi, sākot ar agrīnu bērnību, atklājas noteikti uzvedības modeļi. Viņas dzīve ir baiss nemiera un baiļu portrets, kas izkrāsots blāvi pelēkā raižu krāsā ar melnām šausmu brūcēm, kas kļūst arvien platākas uz viņas biklās eksistences audekla. „Kā gan es šādi varu dzīvot, ja es pazīstu Jēzu Kristu kā savu Glābēju un labo Ganu?” viņa agonijā iesaucās. „Es bieži Bībelē lasu pantus par brīvību no bailēm un uztraukuma, bet tie man nepalīdz.”

Džoanna atklāj dzīvu ticību, kas balstās pamatīgā reformātu teoloģijā³. Viņa zina, ka Dievs suverēni valda pār ikvienu vēstures notikumu detaļu, arī pār viņas personisko vēsturi. Jau no pagātnes mūžības Tēvs viņu ir mīlējis un priecājas par viņu arī nākotnes mūžībā. Viņa ir attaisnota, pateicoties Dēla pilnīgajam taisnumam, un ir pieņemta Tēva ģimenē, kurš viņu redz tikai esošu „Kristū”. Viņā pastāvīgi māj Svētais Gars, kurš vienmēr palīdz dzīvot pēc Dieva likumiem. Savā kristietes dzīvē viņa ir ievērojami progresējusi sadzīvojot

¹ Šis raksts ir būtiski pārstrādāts sākotnējais raksts “Tilts pār nemierīgiem ūdeņiem: Kā ar ticības un mīlestības palīdzību pārvarēt kropļojošas bailes”, kas publicēts *Bibliskās Padomdošanas Žurnālā*, 21.1. sējums, 2002.gads, 34.-40. lpp.

² Šajā piemērā ir apvienoti elementi no vairākiem faktiskiem gadījumiem, jebkāda personīgā informācija konfidencialitātes nolūkos netiek minēta.

³ Šajā rakstā piedāvātais modelis ir īpaši noderīgs tiem, kas ir uzticējušies Kristum, kas pilnībā paļaujas uz Viņa ciešanām savā vietā un tic, ka Viņa pilnīgais taisnīgums ir piešķirts viņiem kā pamats viņu attaisnošanai. Glābšanas dāvana ietver grēku piedošanu, adopciju Dieva ģimenē, dzīvi kalpojot Dievam un mūžīgo dzīvību. Šis žēlastības pamats ir ļoti svarīgs baiļu pārvarēšanā, jo bez tā pašas lielākās bailes šajā dzīvē ir triviālas, salīdzinot ar mūžīgu pazušanu. Pilnīgāks Dieva glābšanas plāna izskaidrojums pieejams šeit: http://thegospelcoalition.org/pdf-articles/plan_salvation.pdf.

ar pagātnes traģēdijām, cilvēkiem, kas nodarījuši viņai pāri, un notikumiem, kas veidojuši viņas dzīvi. Viņa nav dusmu pārņemta sieviete, un viņa spēj gudri un prasmīgi veidot attiecības ar citiem cilvēkiem, vienīgais būtiskais izņēmums ir viņas vīrs. Tomēr, par spīti viņas ticībai, Džoannas bailes liek domāt par to, ka viņā slēpjas stipra neticības pazemes straume.

Līdz ar to mēs sākam ar viņas atklāto problēmu – pastāvīgajām bailēm, kas būdamas vispārējas, tomēr koncentrējas uz to, kas viņu biedē visvairāk – tiltiem. Mēs sākam atšķetināt viņas baiļu iemeslus ar mērķi, veidot uz Dievu centrētu pasaules skatījumu, saprast viņas Radītāja-Glābēja raksturu, mācīties grēku nožēlu un ticību saistībā ar viņas bailēm un apgūt jaunu dzīvesveidu, kas balstīts mīlestībā. Turpmākais izklāsts ir tematisks, loģisks un lielā mērā hronoloģisks.

1. NOSAUC BAILES VĀRDĀ

Stājieties pretī bailēm. Skatieties tām tieši virsū. Nosauciet bailes vārdā. Jūsu baiļu sajūtas ir saistītas ar domām. Noskaidrojiet šīs domas, lai varat tām pretoties ar Dieva Vārdu. Reizēm milzīgas bailes, kas paslēptas dziļumos, virspusē izspiež kādas mazāk svarīgas raizes. Šādā gadījumā jums jārok dziļāk, lai uzveiktu to posta scenāriju, par kuru cenšaties nedomāt (Ja jums ir bail no briesmoņa, kas dzīvo zem jūsu gultas, skatieties zem gultas!). Dažreiz ir jāskatās plašāk, lai saprastu mazākās bailes, kas baro centrālās bailes. Džoannai ir jādara abas šīs lietas.

Mēs izpētījām viņas bailes, lai saprastu to saturu. Gluži kā visas cilvēku emocijas, arī bailes nepastāv vakuumā, bet ir ļoti sarežģītā veidā saistītas ar domu dzīvi. Gan emocijas, gan domas dzimst un aug no vienas un tās pašas saknes, kas ir sirds pieķeršanās. Bieži vien šī pieķeršanās visskaidrāk atklājas caur „baiļu apgalvojumiem”, pamatuzskatiem un no tiem izrietošajiem pakārtotajiem uzskatiem, kas sevi izpauž kā domas, kas ir saistītas ar baiļu sajūtu. Džoanna gadiem ilgi ir praktizējusi izvairīšanos, cenšoties apspiest savas domas, tām „neieskatoties acīs”. Viņa nevēlas runāt par bailēm, bet, kad pārrunājam, ko reāli nozīmē patiesības, kurām viņa tic, Gars viņai dod praktisku ticību kopā ar pastorālo padomdevēju doties cauri sarežģītajam baiļu kompleksa labirintam. Beidzot mēs varam tieši trāpīt bailēm.

„Džoanna, pastāsti man par savām bailēm no tiltiem. Aizver acis un iztēlojies, ka tu brauc pa lielceļu. Kādu jūdzi priekšā no tevis atrodas tilts – tas ir tik liels, ka stiepjas pāri veselai ielejai. Ja tu no šī tilta nomestu akmeni, tu nekad nedzirdētu, kā tas atsitas pret zemi!” Džoannas seja saspringst, un rokas sažņaudz krēsla rokturus. „Tu brauc arvien tuvāk un tuvāk, un tuvāk līdz beidzot tu atrodies UZ tilta! Gaudo vējš. Zem tevis nav nekā, tikai tumšs bezdibenis. Kas notiek TAGAD?”

„Man ir tik bail un mana sirds lēkā; man ir grūti elpot. Šķiet, es zaudēju samaņu.”

„Kas notiek tālāk?”

„Es zaudēju samaņu!”

„Un tad?”

„Mašīna sāk mētāties pa ceļu.”

„Kas tālāk?”

„Tā ietriecas tilta apmalē!”

„Un tālāk?”

„Tā pārtrīecas pāri apmalei un krīt arvien dziļāk un dziļāk, un dziļāk...”

„Un tālāk?”

„Tā ietriecas ielejas klintīs.”

„Un tālāk?”

„ES NOMIRSTU!”

„Un tālāk?”

Džoanna sāk saprast. „Nu,... tad es esmu kopā ar to Kungu.”

„Labi. Vai tu spēj to izturēt?”

Ir skaidrs, ka Džoannai ir bail no nāves, un iepriekš aprakstītais uzdevums viņai atklāj viņas bailu intensitāti tā, kā viņa par to iepriekš nebija domājusi. Viņas bailes no nāves ir cieši saistītas ar viņas bērniem – bez viņas bērni sāks slikti mācīties skolā, visu dzīvi jutīsies nedroši, baidīsies no dzīves un beigu beigās būs neveiksminieki. Ar katru no bailēm viņa godīgi apdomā „sliktākā varianta” video klipīnu, kas viņas prātā regulāri tiek atskaņots⁴. Ar katru no tiem viņa uzsāk cīņu ar tādiem jautājumiem, kā piemēram: “Kas šajā scenārijā man šķiet tik atbaidošs?”, „Kas tajā ir tik slikts?” „Vai tu vari iztēloties, kā Dievs sevi pagodina pat šādās cilvēku tragēdijās?”

Viņa mācās, cik svarīgi ir domāt un dzīvot kā radībai un adoptētam bērnam, nevis censties spēlēt Dievu. “Noslēpumainās lietas visas pieder Tam Kungam, mūsu Dievam, bet atklātās lietas mums un mūsu bērniem mūžīgi - pildīt visus šīs bauslības vārdus.”⁵

Šīs “atklātās lietas” ir vērtīgi Rakstu apsolījumi, kas nāk no Dieva žēlastības pret grēciniekiem un kas sasniedz savu kulmināciju Jēzus Kristus izpērkošajā darbā un Svētā Gara izliešanā pār draudzi. “Tā mums ir stiprs un drošs dvēseles enkurs, kas sniedzas dziļi iekšā aiz priekšskara” Ebrejiem 6:19. Kad Džoanna pārcērt enkura virvi, viņa nokļūst bailu varā. Viņa baidās par to, ko viņa nespēj kontrolēt un nekad arī nespēs, un kas nekad nebija domāts, lai viņa to kontrolētu. “Tas ir diezgan liels darbs būt par Dievu. Es neiesaku tev mēģināt”. Šis mazais atgādinājums visiem rūpju māktajiem (un tas ietver katru cilvēku) ir vietā. Džoanna ir gatava ciešāk paraudzīties uz nekontrolējamo bailu māktajām lietām savā dzīvē.

Bailes atlaiž savas dzelzs važas, kad tu aktīvi vērsies pret tām. Stājies tām pretī ar drosmi. Sajūti tās. Rīkojies ar tām.

⁴ Divas svarīgas piezīmes: 1. Raudzīties uz savām iedomātajām bailēm nav tas pats, kas tām padoties, bet gan godīgi atzīt, ka tev tādas ir. Tev ir jātiek pie savu lielo bailu saknes, kas slēpjas zem sīkākām raizēm un tādā veidā arī atklāj tavas visdziļākās vēlmes (skat. 3.punktu). 2. Dažas bailes nepārprotami attiecas uz jomām, kas ir tikai un vienīgi Dieva atbildība, un līdz ar to ir “nieespējamās” - jums nevajadzētu mēģināt iedomāties tādas bailes. Piemēri, kas ir ārpus šī raksta tēmas, ir bailes par to, vai neesat izdarījuši “grēku, kas netiks piedots”, vai bailes par savu bērnu glābšanu. Tas ir augstprātīgi un lepni mēģināt uzņemties atbildību, kas ir tikai Dieva ziņā, un tam nav bibliska pamatojuma. Drīzāk (bērnu gadījumā) mums jācenšas griezties prom no šī tumšā purva mūsu domu dzīvē, atdot mūsu bērnus Dieva gādībai, no sirds lūgt par Dieva derības apsolījumiem un audzināt viņus ar evaņģēliju. Skatiet arī nākamo atsauci saistībā ar divām perspektīvām uz “Dieva grību”.

⁵ Piekta Mozus grāmata 29:29 (skat. arī Ījaba 11:7; Jesajas 40:13-14; Apustuļu darbi 2:23; Romiešiem 11:33-36). Ir ļoti nozīmīgi teoloģiski izšķirt Dieva kā suverēna valdnieka grību un Dieva grību, kas izpaužas Dieva Vārdā. 1. Dieva kā valdnieka griba ietver visu, kas ir vienīgi Dieva pārziņā – radīšanu, vēstures kontrolēšanu, suverēnās žēlastības mistēriju. Viņš suverēni liek notikt jebkam, ko Viņš vēlas, nosakot katru vēstures detaļu, ieskaitot ļaunumu, grēku un pārbaudījumus. 2. Dieva atklātā griba ir viss, ko Dievs ir atklājis mums savā Vārdā – Viņa raksturu, Viņa glābšanas plānu caur Kristu, Viņa pavēles un apsolījumus. Viņš definē, kas ir taisnīgums un pavēl to. Viņš apsola un mums ir jātic šiem apsolījumiem un jālūdz atbilstoši tiem. Tas atbrīvo mūs no iekšējās tieksmes saprast to, kas ir ārpus mūsu ierobežotā prāta saprašanas spējām. “Kur Dievs aizver savu svēto muti, es atturēšos no prasīšanas” (Žans Kalvins).

Turpinājumā lasiet par nākamajiem 2 soļiem baiļu pārvarēšanā:

2. KLAUSIES DIEVĀ

3. APGRIEZ SAVAS BAILES. ATRODI OTRPUS ESOŠĀS VĒLMES.

No angļu valodas tulkojusi Anda Martinsone

Autors: Andrew H. Selle. Izmantots ar atļauju



©Andrew H. Selle, P.O. Box 63, Essex Jct., VT 05453

Pārpublicēšanas jautājumos kontaktējieties ar C.C.M.
christiancounseling@earthlink.net www.ccmVT.org