

Käytännön vinkkejä parempaan rukouselämään, osa 3/3 (valittuja raamatunkohtia)

Johdanto

Tänään jatkamme eteenpäin luettelossamme strategioista, joiden avulla voimme voittaa monia rukouselämäämme liittyviä ongelmia. Kahdessa edellisessä saarnassa olemme jo käyneet läpi viisi ensimmäistä:

1. Väsymys
2. Kyseenalainen hyöty
3. Sanattomuus
4. Tylsyys
5. Tunne että rukouksiini ei vastata.

Ja tänään jatkamme kahdella viimeisellä:

6. Kiire: Välillä tuntuu olevan niin kiire, että minulla ei yksinkertaisesti ole aikaa rukoilla.
7. Keskittymisen puute: Rukoilu vaatii paljon keskittymistä ja ajatukseni harhailevat helposti.

Kiire

Kuudes ongelma hyvän rukouselämän esteenä on monesti mukamas ollut kiire. Välillä minusta on tuntunut, että on niin kiire, ettei yksinkertaisesti ole aikaa rukoilla. Silloin on hyvä muistaa, miten ihmiset, joita Jumala on käyttänyt työkaluinaan kaikkein tehokkaimmin valtakuntansa työssä, ovat poikkeuksetta käyttäneet paljon aikaa rukoiluun, vaikka he näyttävät olleen paljon kiireisimpiä, kuin minä:

- Martin Luther: ”Minulla on niin paljon tekemistä, että aion viettää ensimmäiset kolme tuntia rukoiluun.” Martin Luther, quoted in Edward Bounds, *Purpose in Prayer* (Radford, VA: Wilder Publications, 2008), 13.
- George Muller perusti yli 117 koulua ja huolehti 10,024 orvosta elämänsä aikana. Hän oli siis aika kiireinen mies, mutta kuitenkin hän käytti monia tunteja päivittäin rukoiluun ja Raamatun lukuun. Warne, Frederick G (1898). *George Müller: the modern apostle of faith*. Fleming H. Revell. p. 230.
- Daniel: Vanhan testamentin Daniel oli sen aikaisen mahtavimman valtion tärkeimpiä virkamiehiä ja kuitenkin päivittäinen rukoilu oli hänen tärkein prioriteettinsa (Daniel luku 6).

Jos näillä miehillä, jotka olivat ihan varmaan kiireisempiä kuin me, oli aikaa rukoilla tuntikaupalla joka päivä, niin mitenkä voimme sanoa, että me olemme niin kiireisiä, että meillä ei muka ole aikaa kunnon rukoiluun?

Toinen asia, joka meidän tulisi pitää mielessämme on se, että Jumala on kanssamme päivän jokaisena hetkenä, eikä vähiten sen takia, koska Pyhä Henki majoilee sisällämme. Mutta miltä sinusta tuntuisi, jos viettäisit koko päivän jonkun kaverisi kanssa hänen tehdessään päivän askareita ja hän ei puhuisi sinulle sanaakaan koko aikana? Eikö tämä olisi hieman outoa tai jopa loukkaavaa? Näin me kuitenkin itse monesti käyttäydymme Pyhän Hengen kanssa. Hän on kanssasi koko päivän, joka päivä. Käytä tämä asia hyödyksesi. Puhu hänen kanssaan.

Juuri tätä tarkoittaa 1. Tess. 5:17 käsky: *Rukoilkaa lakkaamatta*. Ei tämä tarkoita sitä, että olemme pää alas päin kääntyneenä, silmät suljettuina koko päivän. Paavali ei tarkoita tällä katkeamatonta rukoilemista, vaan paremminkin Jumala-tietoisuutta ja Jumalalle alistumista, jonka pitäisi olla meissä vallalla jatkuvasti. Jokaisen hereillä olon hetkenä meidän pitäisi elää tiedostaen, että Jumala on

aktiivisesti mukana elämässämme.

Esimerkiksi herätessämme on luonnollista heti kiittää Jumalaa siitä, että hän salli meidän herätä turvallisesti uuteen päivään ja pyytää, että hän sallii meidän hyödyntää sen tuomalla hänelle kunniaa. Tai valmistautuessamme kouluun, töihin tai päivän askareisiin voimme pyytää hänen apuaan ja ohjausta tulevissa tehtävissämme ja samalla mietiskellä, miten aiomme päättää tai hoitaa joitain tiettyjä päivän asioita. Jos taas ajatuksemme muuttuvat jossain vaiheessa päivää huolestuneiksi, pelokkaiksi tai vihaisiksi, meidän on tietoisesti ja nopeasti käännettävä jokainen ajatus rukoukseksi.

Kirjeessään filippiläisille 4:6, Paavali käskee heitä lopettamaan huolestuneisuuden ja sen sijaan *"...saattakaa aina se, mitä tarvitsette, rukoillen, anoen ja kiittäen Jumalan tietoon"*. Hän myös opetti Kolossan uskovaisille *"rukoilkaa hellittämättä, valvokaa rukoillen ja kiittäen"* (Kol. 4:2). Paavali myös kannusti efesolaisia käyttämään rukousta aseena hengellisissä taisteluissa (Ef. 6:18). Päivittäisessä elämässämme rukouksen pitäisi olla ensimmäinen reaktiomme monissa tilanteissa. Rukouksen puute saa meidät luottamaan itseemme sen sijaan, että luottaisimme Jumalan armoon. Lakkaamatta rukoileminen merkitsee siten jatkuvaa riippuvuutta ja yhteydenpitoa Jumalan kanssa.

Välillä taas saatamme yhtäkkiä kertoa Jumalalle, miten kauniisti linnut mielestämme laulavat, miten hienoa järvimaisemaa katselemme tai miten kiitollisia olemme jostain lähimmäisestämme. Tai jos näemme päivän aikana jotain huonoa tai pahaa, emme vain sano "no voi harmi", vaan puhumme Jumalan kanssa, pyydämme häntä tekemään asialle jotain. Kyse on siitä, että tavallaan näemme kaiken suhteessa Jumalaan ja täten kaikki, oli se hyvää tai pahaa, on jotakin josta voimme puhua hänelle. Rukoilemme lakkaamatta.

Itse asiassa meille kristityille rukoilemisen tulisi olla kuin hengittäminen. Sinun ei tarvitse ajatella hengittämistä, koska se tapahtuu automaattisesti ilmakehän painaessa keuhkojasi. Tämän vuoksi hengityksen pidättäminen on vaikeampaa kuin hengittäminen. Samoin jos olemme päivittäin kaiken aikaa tietoisia Jumalan läsnäolosta, elämme niin sanotusti hänen ilmakehässään. Silloin rukoilun tulisi olla melkein yhtä automaattista kuin hengittäminen. Meidän jatkuva Jumala-tietoisuus tavallaan pistää meidät rukoilemaan automaattisesti, aivan kuten ilmakehä saa keuhkomme hengittämään.

Kuitenkin monet uskovat valitettavasti pidättävät "henkeään" pitkiäkin aikoja kuvitellen, että ajoittainen "Jumala-henkäys" pitää heidät hengissä. Tällainen hengellisyyden ilman sisäänoton rajoittaminen johtuu usein meidän synnillisistä himoista. Jokaisen uskovan täytyisi olla jatkuvasti Jumalan ympäröimä ja hengittää hänen totuuksiaan toimiakseen normaalisti.

Jumalan armo ei pelkästään vaikuta elämässämme. Olemme riippuvaisia siitä, vaikka emme aina tiedostakaan sitä. Liian usein esimerkiksi tyydymme aineellisiin siunauksiin, emmekä koe tarvetta hengellisiin siunauksiin. Kun erilaiset ohjelmat, menetelmät ja vauraus johtavat hyviin tuloksiin, on helppo sekoittaa ihmisen tuottama menestys jumalallisiin siunauksiin. Tällöin kaipuu ja luottamus Jumalan apuun puuttuvat. Jatkuva ja itsepintainen rukous on osa kristityn elämää ja sen lähteenä on nöyryys ja riippuvaisuus Jumalasta.

<http://www.gotquestions.org/Suomi/rukoilkaa-lakkaamatta.html>

Loppujen lopuksi, kiire ei siis ole mikään este rukoilulle. Kysymys vain on, millä asioilla on elämässämme prioriteetti eli etusija? Hengellisellä hengittämisellä eli rukoilulla, vai muilla asioilla?

Keskittymisen puute

Seitsemäs ja samalla tämän saarnasarjan viimeinen ongelma hyvän rukouselämän esteenä on keskittymisen puute. Vaikka meidän tulee rukoilla jatkuvasti ja pitää yhteyttä Jumalaan, tarvitsemme myös ihan omaa aikaa rukoilulle. Noina aikoina voimme oikein syvällisesti mietiskellä hengellisiä asioita ja Jumalan tahtoa elämällemme.

Jotkut meistä kyllä rukoilevat esim. ilta- tai aamurukouksen joka päivä, mutta usein tulemme Jumalan tykö ihan kuin meillä olisi tulenpalava kiire, vaikka ei olisikaan. Sitten luettelemme hänelle nopeasti kaikki asiat, joissa haluamme hänen apua ihan kuin lukisimme jotain ostoslistaa. Rukouksen alussa ja lopussa ehkä sanomme samat ylistävät sanat Jumalalle, jotka olemme sanoneet viimeiset 10 vuotta ja ei siinä sitten muuta kuin ”nähdään taas samoissa merkeissä huomenna”.

Ei tämä ole mikään kunnollinen kommunikointitapa. Se on ehkä tyhjää parempi, mutta se ei ole hyvä. Rukouslistat voivat olla hyödyllisiä apuvälineitä, mutta niihin tulisi liittää mietiskelyä, itsetutkiskelua ja teologista päättelyä.

Mieti, jos joku sinun ystäväsi soittaisi sinulle joka päivä ja kertoisi sinulle nopeasti listan asioita, joissa hän tarvitsee sinun apuasi ja sitten sulkisi luurin korvaasi? Olisiko teillä hyvä ihmissuhde? Esim.:
”Hei, kuten tiedät olen poikasi hyvä ystävä. Olet tosi kiva ja viisas. Kuule, tarvitsisin sinun apua tällä viikolla töissä. Minulla on tosi tärkeä projekti menossa, joten olisi hyvä, jos voisit jeesata. Samaten minun äitini on sairaalassa, joten jos voisit jotenkin piristää häntä tai lähettää vinkkejä, miten hän voisi parantua. Samoin minullakin on ollut vähän jalkasärkyjä, joten auta minua siltä osin. Äläkä muuten unohda veljenpoikaani. Hän on aloittamassa juuri armeijan. Pidä hänestä huolta. Ajattelin myös mennä keväällä lomalle Kreikkaan, mutta en tiedä onko se sinun mielestä hyvä idea joten anna tietää. Hei muuten, tiedät varmaan että minun seurakuntani tarvitsee lisää rahaa lähetysrahastoon. No, ei tässä muuta kuin huomiseen! Olkoon sinun valtakunta voima ja kunnia nyt ja iankaikkisesti. Sinun poikasi nimessä näitä asioita sinulle kerroin. Moi.”

Miltä sinusta tuntuisi jos saisit tuollaisen puhelun joltain ystävältäsi joka aamu? Hän vain luettelee sinulle kaikki tarpeensa ja sanoo keinoitekoisesti muutaman hyvän sanan loppuun ja heittää hyvästit sen sijaan, että jäisi miettimään ja keskustelemaan asioista kanssasi? Mitä luulet, olisiko teillä todella läheinen suhde?

Vaikka puhuisimmekin Jumalan kanssa pitkin päivää, niin meillä tulisi myös olla omistettua aikaa syvään rukoilemiseen, jolloin voimme mietiskellä kaikkia asioita, joita rukoilemme. Pyhä Henki vaikuttaa meidän sisällämme. Hiljenny ja keskity siihen, miten hän ohjaa sinua rukoillessasi. Näin ollen Jumalan tahto selvenee mielessäsi Pyhän Hengen esimerkiksi tuodessa mieleesi kohtia Jumalan sanasta, jotka liittyvät rukouksesi aiheyyteen. Hän voi joskus myös valaista sydämiämme ja antaa meille läpimurtoja ymmärryksessämme Jumalan sanasta löytyvien hengellisen totuuksien suhteen (Ef. 1:17-18). Älä kiireellisesti vain toista asioitasi Jumalalle, vaan myös pysähdy ja kuuntele. Anna Jumalalle aikaa ja tilaisuus vastata.

Ei ole sattumaa, että Jeesus usein vetäytyi rukoilemaan autioihin paikkoihin yksistään, Luuk 5:16: *Mutta hän vetäytyi pois ja oleskeli erämaassa ja rukoili.* (Lue myös Matt. 14:13; Luuk. 6:12-13; Luuk. 4:42; Luuk. 6:12; Mark. 1:35; Mark. 6:45-46; Mark. 15:32-34;)

Ei ole myöskään sattumaa, että Jumala puhui Mooseksen (2. Moos. 33:7, 11), Jaakobin (1. Moos. 32:24-32) ja Eliaan (1. Kun. 19) kanssa heidän ollessaan yksin.

Rukoileminen vaatii keskittymistä mutta tiedämme, että keskittyminen on vaikeaa kaikenlaisen hälinän keskellä. Jos olet hälinän keskellä, joudut käyttämään osan keskittymiskyvystäsi hälinän poissulkemiseen sen sijaan, että voisit käyttää kaikki voimavarasi rukoilemiseen. Tässä muutamia vinkkejä asian helpottamiseksi:

- Ruokatunnilla ollessamme voimme ehkä löytää jonkin hiljaisen paikan toimistossa, ulkona, tai jopa autossamme, jossa voimme keskittyä rukoilemiseen ilman mitään häiriöitä.
- Kotona ollessamme voimme rukoilla aikaisin aamulla ennen kuin muut heräävät tai myöhään illalla, kun muut ovat menneet nukkumaan.
- Voimme myös rukoilla yksin suihkussa tai saunassa ollessamme tai yksinkertaisesti ystävällisesti pyytää muita antamaan meille keskittymisrauhan rukoiluun tietynä aikana päivässä.

Mutta entä jos minun ajatukset harhailevat, jopa ollessani yksin hiljaisuudessa? Näin tapahtuu välillä minulle, mutta ei enää niin usein kuin aiemmin. Minua on auttanut se, että olen valpas ja tietoinen ajatusteni harhailusta ja heti niiden alkaessa harhailta, pyydän Jumalalta voimaa keskittyä paremmin.

Yhdessä rukoileminen

Vaikka meidän on tärkeää omistaa aikaa mietiskelyyn ja yksin rukoilemiseen, niin samalla on tärkeää omistaa aikaa myös yhdessä rukoiluun.

Kirjassaan ”Neljä Rakkautta” (The Four Loves), vakaumuksellinen kristitty sekä Narnia-sarjan kirjoittaja C. S. Lewis sanoo, että tarvitsemme muita ihmisiä, jos haluamme parhaiten oppia tuntemaan jonkin henkilön. Hän kirjoittaa: *Jokaisessa ystävässäni on jotakin, jonka vain osa muista ystäväistäni voi tuoda täysin esiin. Itse en ole tarpeeksi suuri aktivoimaan koko ihmistä; haluan muita valoja kuin omani valaisemaan kaikkia hänen puoliaan. Nyt kun Charles on kuollut, en koskaan enää näe Ronald [Tolkienin] reaktiota nimenomaiseen Charles-tyyliseen vitsiin. Sen sijaan, että minulla olisi enemmän Ronaldia, että saisin hänet "itselleni" nyt, kun Charles on poissa, minulla on vähemmän Ronaldia.*

Ja muutamia lauseita myöhemmin hän jatkaa: *Meillä on enemmän jokaista ystävää, ei vähemmän, sen mukaan kuin niiden määrä kasvaa, joiden kanssa jaamme hänet. Tässä ystävyys osoittaa loistokkaan "samankaltaisuuden" taivaan kanssa, missä hyvin lukuisat pyhät (joiden määrää kukaan ei voi laskea) kasvattavat täyttymystä, joka jokaisella on Jumalassa. Sillä jokainen sielu nähden hänet [Jumalan] omalla tavallaan epäilemättä viestii tätä ainutlaatuista visiota kaikille muille.*

<http://oblations.blogspot.com/2009/11/cs-lewis-friendship.html>

Tämä sama analogia pätee myös yhdessä rukoilemiseen. Opimme tuntemaan Jumalan paremmin nähdessämme muiden rukousten ja elämän kautta, miten Jumala vaikuttaa heidän elämässään.

Toinen tärkeä asia yhdessä rukoilemisesta on perheen sisäinen ja erityisesti miehen ja vaimon yhdessä rukoileminen. Miehet, tiedän tämän olevan vaikeaa, ainakin se on ollut omalla kohdallani. Etenkin alussa vaimoni kanssa rukoilu tuntui jotenkin oudolta. Mutta olen huomannut, ja monet ystävämmme ovat sanoneet samaa, että jos rukoilemme yhdessä päivittäin, niin suhteemme on paljon parempi. Itse arvioisin, että 90% riidoistamme tapahtuu päivinä, jolloin emme ole jostain syystä rukoilleet yhdessä. Niinpä, rukoilu auttaa pitämään synnin loitolla. Kuuluisan puritaanin John Owenin sanoin:

Jos emme pysy rukouksessa, pysymme kiusauksessa.

<http://www.johnowen.org/quotes/>

Kertaus

Kiire

Tämänpäiväisen saarnan ensimmäinen ja samalla saarnasarjan kuudes este hyvään rukouselämään oli kiire. Huomasimme, että kiire ei kuitenkaan ole mikään este rukoilulle. Kysymys vain on, millä asioilla on elämässämme etusija? Onko etusija hengellisellä hengittämisellä eli rukoilulla, vai muilla asioilla? Opimme myös, että meidän tulee rukoilla lakkaamatta, eli pitää jatkuvaa puheyhteyttä Jumalaan jokaisessa tilanteessa, aivan kuin joku hyvä ystävämme olisi vieressämme päivän jokaisena hetkenä.

Keskittymisen puute

Seitsemäs ja samalla viimeinen este hyvään rukouselämään oli keskittymisen puute. Ei ole sattumaa, että Jeesus vetäytyi autioihin paikkoihin rukoilemaan yksistään. Siispä meidänkin tulisi ottaa hänestä mallia ja pyhittää aika ja paikka rukoiluun ja hengelliseen mietiskelyyn, jolloin voimme tuntea Pyhän Hengen ohjauksen paremmin.

Yhdessä rukoilemisen tärkeys

Lopuksi käsitelimme myös yhdessä rukoilemisen tärkeyttä. Opimme tuntemaan Jumalan paremmin, nähdessämme muiden rukousten ja elämän kautta, miten Jumala vaikuttaa heidän elämässään.

Rukoilkaamme

Ef. 1:16-19: En minäkään lakkaa kiittämästä teidän tähtenne, kun muistelen teitä rukouksissani, anoen, että meidän Herramme Jeesuksen Kristuksen Jumala, kirkkauden Isä, antaisi teille viisauden ja ilmestyksen Hengen hänen tuntemisessaan ja valaisisi teidän sydämenne silmät, että tietäisitte, mikä on se toivo, johon hän on teidät kutsunut, kuinka suuri hänen perintönsä kirkkaus hänen pyhissään ja mikä hänen voimansa ylenpalttinen suuruus meitä kohtaan, jotka uskomme - sen hänen väkevyytensä voiman vaikutuksen mukaan.

Lopuksi Herra, pyydän että laitot kuulijoiden sydämiin halun muistaa maallikkosaarnaaja.com projektia päivittäisissä rukouksissaan. Olen varma, että jos edes yksi rukoilee päivittäin, niin sillä on valtava vaikutus. Pyydän myös kuulijoiden rukouksia siihen, että me saarnaajat pystyisimme elämään edes osittain saarnojemme neuvojen mukaan. On paljon helpompaa saarnata kuin toimia saarnojen opetusten mukaisesti. Varjele laumaasi Herra, Amen.

Lisäresursseja

Timothy Keller: Experiencing Awe and Intimacy with God - <http://smile.amazon.com/Prayer-Experiencing-Awe-Intimacy-God/dp/0525954147>

George Mullerin englanninkielisen elämäkerran ”Autobiography of George Muller or a Million and a Half in Answer to Prayer”, sekä muita kirjoituksia voi ladata ilmaiseksi PDF muodossa täältä: <http://www.georgemuller.org/books.html>