

3. SAŽETAK od 14.10.2026
KAKO PRIMIJENITI RIJEČ BOŽJU
ZA TJELESNO I DUHOVNO ZDRAVLJE

Sveto pismo o zdravlju duše:

„Uostalom, braćo, što je god istinito, što god časno, što god pravedno, što god čisto, što god ljubazno, što god hvalevrijedno; je li što krepost, je li što pohvala – to nek vam je na srcu! Što ste naučili, i primili, i čuli, i vidjeli na meni – to činite i Bog mira bit će s vama!“
(Fil 4,8)

1. Misli na Boga

Diviti se Bogu – jedna od najčišćih emocija. Bog je svemoćan, „On je dobrota i nježnost sama“, neizmjeran, Gospodar neba i zemlje.

2. Djeca kao uzor

„Tko je, dakle, najveći u kraljevstvu nebeskom?“ On dozove dijete, postavi ga posred njih i reče: „Zaista, kažem vam, ako se ne obratite i ne postanete kao djeca, nećete ući u kraljevstvo nebesko. Tko god se dakle ponizi kao ovo dijete, taj je najveći u kraljevstvu nebeskom.“

Osobine djece:

- ponizna – žive u istini
- imaju čisto srce
- iskrena su
- znaju da trebaju pomoć (roditelje, učitelje, odgajatelje)
- znaju primati
- radosna su
- brzo oprostite
- uporna su

3. Učiti od uspješni(ji)h

Tri aspekta Isusovog poslanja: propovijedao je evanđelje, liječio bolesne i izgonio zloduhe. Isto poslanje je dao svim vjernicima:

„I reče im: „Pođite po svem svijetu, **propovijedajte evanđelje** svemu stvorenju. A ovi će znakovi pratiti one koji uzvjeruju: **u ime moje izgonit će zloduhe**, novim će jezicima zboriti, zmije uzimati; i popiju li što smrtonosno, ne, neće im nauditi; na **nemoćnike će ruke polagati, i bit će im dobro.**“ **(Mk 16,18)**

Znati svoj autoritet:

„Bolesne liječite, mrtve uskrisujte, gubave čistite, zloduhe izgonite!“ **(Mt 10,7)**

4. Molite da ozdravite

„...molite jedni za druge da ozdravite! Mnogo može žarka molitva pravednikova.“ (**Jak 5,16**)

Zapovjediti bolesti, poput sv. Petra (uzetom ispred hramskih vrata):

„Srebra i zlata nema u mene, ali što imam – to ti dajem: u ime Isusa Krista Nazarećanina hodaj!“ (**Dj 3,6**)

5. Ljudska riječ

„Smrt i život u vlasti su jeziku.“ (**Izr 18,21**)

„A ja vam kažem: za svaku beskorisnu riječ koju ljudi izgovore odgovarat će na Sudnji dan. Doista, tvoje će te riječi opravdati i tvoje će te riječi osuditi.“ (**Mt 12,36–37**)

„Iz obilja srca usta govore“ (**Lk 6,45**)

„...nego što iz usta izlazi – to čovjeka onečišćuje.“ (**Mt 15,11**)

Grijesi jezika: laž, hvalisavost, izrugivanje, prekomjerno pričanje, kukanje, ogovaranje, sarkazam, psovka, klevetanje, laskanje.

- riječima se programiramo/hipnotiziramo, osobito kad ih često ponavljamo
- negativnim riječima prizivamo još veće zlo
- mala djeca – „slijepo“ vjeruju – upijaju što im se kaže, zato jako treba paziti što ćemo reći djetetu
- trebali bismo uveličavati dobro (presretna/an sam zbog..., divno je što... prelijepo, predivno, fantastično, savršeno), i umanjivati zlo svojim riječima (to je sitnica, proći će začas, Bog je jači i sl.)

6. Riječ Božja kao lijek

„Duh je onaj koji oživljuje, tijelo ne koristi ništa. **Riječi koje sam vam govorio duh su i život su.**“ (**Iv 6,63**)

„**Živa je, uistinu, Riječ Božja i djelotvorna**; oštija je od svakoga dvosjekla mača; prodire dotle da dijeli dušu i duh, zglobove i moždinu te prosuđuje nakane i misli srca.“ (**Heb 4,12**)

7. Težnja tijela nasuprot težnji duha

„Da, oni koji žive po tijelu, teže za onim što je tjelesno; a koji po Duhu, za onim što je Duhovno. Težnja je tijela smrt, a težnja Duha život i mir. **Jer težnja je tijela neprijateljstvo prema Bogu: zakonu se Božjemu ne podvrgava, a i ne može.** Oni pak koji su u tijelu, ne mogu se Bogu svidjeti.“ (**Rim 8,5**)

8. Domaća zadaća

1. Odaberite JEDAN biblijski citat, npr.: „... Jer ja sam Jahve koji dajem zdravlje.“

2. „Prevesti“ ga da bude osobno: „Jahve mi daje zdravlje.“
3. Izgovarati to naglas (3–5x), ujutro i navečer.
4. Meditirati 2–3 minute → zamisliti kako se to događa u mom tijelu.
5. Zahvaliti Bogu kao da je to učinjeno. („Vjerujte da ste već primili...”)

Zašto to funkcionira: prebacuje se fokus sa straha na istinu; smiruje se živčani sustav; usklađuju se naše misli i riječi.

9. Molitveni koraci

- slavim te, Isuse, ti si moj liječnik, „Dođite k meni svi vi koji ste umorni i opterećeni i ja ću vas odmoriti“
 - prihvaćam i volim svoje tijelo kao dar iz Božje ruke
- Isuse, u tvoje ime zapovijedi da se prekine svaki utjecaj bolesti od mojih predaka; krvlju Kristovom poništavam sve zle riječi o mom tijelu i zdravlju (tuđe i vlastite).
- kajem se za loš odnos prema tijelu, oprosti mi zagledanost u problem
- opraštam svima – svaku povredu
- odričem se nevjere, straha od bolesti, vezanosti na bolest
- prihvaćam svoju situaciju i primam zdravlje iz tvoje ruke. Neka tvoje zdravlje prokola mojim tijelom
 - gledati u duhu kako Isus polaže svoju ruku na mene (stavi svoju ruku na bolesni organ)

10. Molitveni koraci (nastavak)

- Isuse, zapovijedi u tvoje ime da zauvijek odstupi bolest, duh bolesti, strah od bolesti, sumnje i simptomi;
- Isuse, zapovijedi organima da ozdrave u tvoje ime;
- blagoslivljam svaki organ
- zahvaljujem ti što si me uslišao (dvojica ili trojica)
- Duše Sveti, ispuni me nadnaravnom vjerom, pouzdanjem, jakošću, mirom, radošću, ljubavlju, zdravljem duše i tijela

DRUGI CITATI IZ SV. PISMA O BOŽJOJ I LJUDSKOJ RIJEČI

„Ako **tko** u govoru ne griješi, **savršen je čovjek, vrstan zauzdati i cijelo tijelo**.³ Ubacimo li **uzde u usta konjima** da ih sebi upokorimo, upravljamo i cijelim tijelom njihovim.⁴ Evo i **lađâ**: tolike su i silni ih vjetrovi gone, a neznatno ih **kormilo** upravlja kamo kormilarova volja hoće.⁵ Tako i jezik: malen je ud, a velikim se može ponositi.

Evo: **kolicna vatra** koliku šumu zapali!⁶ I jezik je vatra, svijet nepravdâ jezik je među našim udovima, **kalja cijelo tijelo** te, zapaljen od pakla, **zapaljuje kotač života**.⁷ Doista, sav rod zvijeri

i ptica, gmazova i morskih životinja dade se ukrotiti, i rod ih je ljudski ukrotio, ⁸a jezik – zlo nemirno, pun otrova smrtonosnog – nitko od ljudi ne može ukrotiti.

⁹Njime **blagoslivljamo** Gospodina i Oca, njime i **proklinjemo ljude na sliku Božju stvorene:**

¹⁰iz istih usta izlazi blagoslov i prokletstvo. Ne smije se, braćo moja, tako događati! ¹¹Zar vrelo na isti otvor šiklja slatko i gorko? ¹²Može li, braćo moja, smokva roditi maslinama ili trs smokvama? Ni slan izvor ne može dati slatke vode.“ Jak 3,1-12

„Riječi nekih ljudi ranjavaju poput mača, a riječi mudrih iscjeljuju.“ (Izr 12,18)

„Obilje riječi ne biva bez grijeha, a tko zauzdava svoj jezik, razuman je.“ (Izr 10,19)

„Tada dozove mnoštvo i reče: "Slušajte i razumijte! **11Ne onečišćuje čovjeka što ulazi u usta, nego što iz usta izlazi - to čovjeka onečišćuje.**„...5Petar prihvati i reče mu: "Protumači nam tu prisposodobu!" 16A on reče: "I vi još uvijek ne razumijete? 17Ne shvaćate li: sve što ulazi na usta, ide u trbuh te se izbacuje u zahod. 18Naprotiv, što iz usta izlazi, iz srca izvire i to onečišćuje čovjeka. **19Ta iz srca izvire opake namisli, ubojstva, preljubi, bludništva, krađe, lažna svjedočanstva, psovke.** 20To onečišćuje čovjeka; a jesti neopranih ruku ne onečišćuje čovjeka.“ Mt 15,11

„**Na usta mi, Jahve, stražu postavi** i stražare na vrata usana mojih! Ne daj da mi se srce zlu prikloni, da bezbožno počinim djela opaka; Ps 141,3

Prisposodba sa suhim kostima

„I spusti se na me ruka Jahvina i Jahve me u svojem duhu izvede i postavi usred doline pune kostiju. 2Provede me kroz njih, svuda oko njih, i gle, bijaše ih u dolini veoma mnogo i bijahu sasvim suhe! 3Reče mi: »Sine čovječji, mogu li ove kosti oživjeti?« Ja odgovorih: »Jahve Gospode, to samo ti znaš!« 4Tad mi reče: »**Prorokuj ovim kostima i reci im: 'O suhe kosti, čujte riječ Jahvinu!**' 5Ovako govori Jahve Gospod ovim kostima: 'Evo, **duh ću svoj udahnuti u vas i oživjet ćete!** 6Žilama ću vas ispreplesti, mesom obložiti, kožom vas obaviti i duh svoj udahnuti u vas i oživjet ćete – i znat ćete da sam ja Jahve!'«

7I ja stadoh prorokovati kao što mi bješe zapovjedbano. I **dok sam prorokovao, nastade šuškanje i pomicanje i kosti se stadoše pribirati.** 8Pogledah, i gle, po njima narasle žile i meso; **kožom** se presvukoše, ali duha još ne bijaše u njima.

9I reče mi: »**Prorokuj duhu, sine čovječji, prorokuj i reci:** Ovako govori Jahve Gospod: '**Od sva četiri vjetra dođi, duše, i dahni u ova trupla da ožive!**'« 10I stadoh prorokovati kao što mi zapovjedi, i **duh uđe u njih i oživješe i stadoše na noge** – vojska vrlo, vrlo velika.

11Reče mi: »Sine čovječji, te kosti – to je sav dom Izraelov. Evo, oni vele: 'Usahnuše nam kosti i propade nam nada, pogibosmo!' 12Zato prorokuj i reci im. Ovako govori Jahve Gospod: 'Ja ću otvoriti vaše grobove, izvesti vas iz vaših grobova, narode moj, i odvesti vas u zemlju Izraelovu! 13I znat ćete da sam ja Jahve kad otvorim grobove vaše i kad vas izvedem iz vaših grobova, moj narode! 14I duh svoj udahnut ću u vas da oživite, i dovest ću vas u vašu zemlju, i znat ćete da ja, Jahve, govorim i činim' – riječ je Jahve Gospoda.« Ez 37,1