



Hengellisen varautumisen työkalu

Mikä on hengellinen varautuminen?

Hengellinen varautuminen tarkoittaa sydämen, mielen ja elämän valmistamista niin, että ihminen pysyy Jumalan yhteydessä kaikissa olosuhteissa. Se ei perustu ulkoisiin turvakeinoihin, vaan luottamukseen Jumalaan, Hänen sanaan ja rukoukseen. Raamatun mukaan vaikeudet kuuluvat elämään, mutta Jumala ei jätä ihmistä yksin.

1. Luottamus Jumalaan

“Turvaa Herraan kaikesta sydäimestäsi.” (Sananl. 3:5)

Kysymykset itsellesi:

- Luotanko Jumalaan silloin, kun en ymmärrä tilannetta?
- Missä asiassa minun on vaikeinta luottaa Jumalaan juuri nyt?
- Mihin minä turvaan ensin: Jumalaan vai itseeni?

2. Jumalan sana sydämessä

“Minä kätken sanasi sydämeeni.” (Ps. 119:11)

Kysymykset itsellesi:

- Onko Jumalan sana minulle tuttu vai vieras?
- Mikä Raamatun jae on aiemmin tuonut minulle lohtua?
- Milloin viimeksi luin Raamattua rauhassa?

3. Rukous vaikeina aikoina

“Saattakaa pyyntönne Jumalan tietoon.” (Fil. 4:6)

Kysymykset itsellesi:

- Rukoilenko vain hädässä vai myös hyvinä päivinä?
- Mitä asiaa minun pitäisi tänään tuoda Jumalalle rukouksessa?
- Uskallanko olla rehellinen Jumalalle rukouksessani?

4. Pelon tilalle rauha

“Älä pelkää, sillä minä olen sinun kanssasi.” (Jes. 41:10)

Kysymykset itsellesi:

- Mikä asia aiheuttaa minussa eniten pelkoa?
- Annanko pelon ohjata päätöksiäni?
- Muistanko, että Jumala lupaa olla kanssani?



Hengellisen varautumisen työkalu

5. Jumala turvapaikkana

“Jumala on meidän turvamme ja voimamme.” (Ps. 46:2)

Kysymykset itsellesi:

- Mistä haen turvaa vaikeina hetkinä?
- Luotanko siihen, että Jumala kantaa minutkin?
- Uskonko, että olen turvassa Jumalan käsissä?

6. Kasvattaa kestävyyttä

“... ahdinko saa aikaan kestävyyttä, kestävyys auttaa selviytymään koetuksesta ja koetuksesta selviytyminen antaa toivoa. (Room. 5:3-4)

Kysymykset itsellesi:

- Yritätkö paeta vaikeuksia vai kestätkö ne Jumalan kanssa?
- Mitä Jumala voisi opettaa minulle tämän kautta?
- Luotanko siihen, että Jumala toimii myös koetuksessa?

7. Lähimmäisenrakkaus

“Kantakaa toistenne kuormia.” (Gal. 6:2)

Kysymykset itsellesi:

- Huomaanko toisten ihmisten tarpeet?
- Rukoilenko muiden puolesta?
- Olenko valmis olemaan Jumalan välikappale toiselle?

8. Kristuksen rauha

“Minä annan teille rauhan.” (Joh. 14:27)

Kysymykset itsellesi:

- Missä etsin rauhaa elämässäni?
- Luotanko Kristuksen lupaukseen rauhasta?
- Annanko Jumalalle aikaa hiljaisuudessa?

9. Iankaikkinen toivo

“Minä olen ylösnousemus ja elämä.” (Joh. 11:25)

Kysymykset itsellesi:

- Mihin toivoni lopulta perustuu?
- Pelkääkö kuolemaa vai luotanko Jumalan lupaukseen?
- Elätkö tätä päivää iankaikkisuuden näkökulmasta?