

Tartalomjegyzék

Előszó a bővített kiadáshoz	xi
<i>I. rész: Gondolataink jelentősége</i>	
Bevezetés	3
1. A harctér az elme	5
2. Alapszükséglet	15
3. Soha ne add fel!	19
4. Lassanként	23
5. Legyél pozitív!	27
6. Az elmét megkötöző szellemek	37
7. Gondolkodj el azon, min gondolkodsz!	41
<i>II. rész: Az elme állapotai</i>	
Bevezetés	51
8. Mikor normális az elmém?	53
9. Kalandozó gondolatok, tűnődő elme	59
10. A zavarodott elme	65
11. A kételkedő és hitetlen elme	73
12. A nyugtalan és aggódó elme	83
13. Az ítélkező, bíráló és gyanakvó elme	95
14. A tétlen elme	109
15. Krisztus elméje	117
<i>III. rész: A pusztai gondolkodásmód</i>	
Bevezetés	139
16. „Múltam és jelenem határozza meg a jövőmet”	143
17. „Valaki csinálja meg helyettem; én nem akarom vállalni a felelősséget”	149
18. „Kérlek, tedd könnyűvé a dolgokat; ha túl nagy a teher, nem bírom el!”	157

19.	„Nem tehetek róla; rossz szokásom az elégedetlenkedés, a hibakeresés és a panaszkodás”	163
20.	„Ne várankoztass meg; megérdemlem, hogy azonnal megkapjak mindent”	171
21.	„Lehet, hogy helytelenül viselkedem, de ez nem az én hibám”	179
22.	„Annyira boldogtalan az életem; sajnálom magam, mert olyan szerencsétlen az életem!”	187
23.	„Nem érdemlem meg Isten áldásait, nem vagyok méltó rájuk”	193
24.	„Miért is ne lennék féltékeny és irigy, amikor mindenki más jobb helyzetben van nálam?”	201
25.	„Vagy úgy csinálom, ahogy én akarom, vagy sehogy”	209
	Megjegyzések	215
	Bibliográfia	217
	A szerzőről	219

Előszó a bővített kiadáshoz

Az elme harctere 1995-ben látott először napvilágot. Örömmel mondhatom, hogy – bár sok év eltelt azóta – még mindig ez a könyvem fog a legnagyobb példányszámban. Az angol nyelvű kiadást hárommillióan olvasták, és negyvenhét nyelvre fordították le – sőt, még mindig népszerű. Olyan hasznosnak bizonyult az emberek életében, hogy Isten buzdítására elkészítettük a gyermekeknek és a tinédzsereknek szóló változatot. A könyv alapelvei mentén született egy, az év minden napjára szóló üzenetet tartalmazó könyv is. Szolgálatunkhoz számtalan bizonyosság érkezik azoktól, akik a könyv olvasása, bibliai alapelveinek alkalmazása által pozitív változásokat tapasztaltak meg az életükben. Megszabadultak különböző függőségeiktől, evési rendellenességektől, félelemtől, aggodalomtól, öngyűlölettől és sok más problémájuktól.

Emlékszem egy fiatal nőre, aki éveken át újabb és újabb kezeléseket vetette alá magát egy, az életét veszélyeztető evési rendellenesség miatt. Szülei már százezer dollárnál is jóval többet ráköltöttek a gyógyíttatására, de nem javult az állapota. Már-már feladta a gyógyulás reményét, amikor elolvasta *Az elme harcterét*. Elmondta, hogy amikor kísértést érzett, hogy teleegye magát és aztán meghánytassa magát, leborult a véce elé, ami a halálba akarta kergetni, és ott imádkozott és olvasott fel *Az elme harcteréből*, amíg a kísértés el nem múlt. Ma teljesen szabad ettől a betegségtől, és másoknak segít, akik ugyanattól szenvednek, amitől azelőtt ő is.

Egy másik történet, amely hatalmas áldást jelent a számomra, egy zsidó férfiről szól, aki egy könyvruházban véletlenül felborított egy nagy halom könyvet. Miközben a könyveket próbálta újra toronyba rendezni, a kezébe került *Az elme harctere*. Kinyitotta, hátha talál benne valamit, amiből gúnyt űzhet. Végül megvette a könyvet. Rejtegette a felesége előtt, nehogy megtudja, hogy keresztény szerző művét olvassa. A könyvben szereplő alapelvek felkeltették az érdeklődését, ezért vett egy Bibliát is, amit szintén eldugott a felesége előtt. Aztán kiderült, hogy felesége is egy rejtegetett Bibliát olvas titokban. Mindketten befogadták Jézus mint Megváltójukat, később pedig más családtagokat is a Jézus általi üdvözülés útjára tudtak vezetni.

Megváltozik az életünk, amikor rájövünk, hogy problémáink gyökere a rossz gondolatainkban keresendő, és hogy gondolkodásunk megváltoztatásával az életünket is megváltoztathatjuk. Isten Igéje arra tanít bennünket, hogy értelmünket meg kell újítanunk, hogy úgy tudjunk gondolkodni, ahogyan Isten gondolkodik. Ha megtesszük, élvezhetjük az életet, amit Isten szán nekünk –, ahol szabadság, termékenység, békesség és öröm vár.

Egészen új világ tárul fel előttünk, amikor megtanuljuk megválogatni a gondolatainkat, és többé nem engedjük a gonosznak, hogy elménket mindenféle romboló dologgal töltse meg. Meg kell tanulnunk felelősnek lenni a gondolatainkért és a szavainkért, mert ezekből származnak a cselekedeteink. Lehetetlen jobban viselkednünk, ha nem gondolunk jobb gondolatokat.

Tévénézőink körében azok a programjaink a legnépszerűbbek, amelyek az elméről, a gondolatokról szólnak. Hogy miért? Mert az elménk okozza nekünk a legtöbb problémát. Lelki békét szeretnénk! Egészséges, életadó gondolatokat akarunk gondolni, nem pedig olyanokat, amelyek nyomorúságba döntenek bennünket. *Az elme harctere* arra tanít, hogy ezt meg is tehetjük, és megmutatja, hogyan.

Az új kiadás elkészítéséhez el kellett olvasnom az egész könyvet. Tetszik!!! A megírása óta nem olvastam, és most bátorítást jelentett, hasznomra volt. Könnyen olvasható könyv, és alapvető igazságokat tartalmaz, amelyekre szükségünk van ahhoz, hogy hozzáférjünk a Krisztussal való kapcsolatunkból fakadó új élethez. *Az elme harcterének* ebben a kiadásában szerepel néhány új gondolat, amelyek az első kiadás óta Istentől kapott megértéseim, tanulmányaim eredményei. Helyenként utalok arra is, hogyan mozdult Isten néhány, az első kiadásban leírt helyzettel kapcsolatban. Nagyon örülök, hogy elolvastad ezt a könyvet, mert tényleg hiszem, hogy megváltoztatja az életedet.

Hiszem, hogy ez a könyv hasznodra lesz, akár újonnan megtért hívő vagy, akár sok éve járod utadat Istennel. Imádkozom, hogy örömet szerezzen neked, és áldást jelentsen az életedre.

I. RÉSZ

*Gondolataink
jelentősége*

Bevezetés

*H*ogyan is fejezhetném ki kellőképpen gondolataink fontosságát, hogy világossá tegyem a Példabeszédek 23:7 valódi jelentését: „Ahogy [egy ember] gondolkodik a szívében, olyan ő...” (az angol ford. alapján)?

Minél hosszabb ideje szolgálom Istent és tanulmányozom Igéjét, annál inkább tisztában vagyok a gondolatok és a szavak jelentőségével. A Szent Szellem meglehetősen sokszor indít arra, hogy ezeket a területeket vizsgáljam.

Hiszem, és gyakran mondom is, hogy amíg csak ezen a földön élünk, a gondolatokkal és a szavakkal mindenképpen foglalkoznunk kell. Nem számít, hogy mennyit tudunk, mivel mindig vannak új dolgok, amiket meg kell tanulnunk, és régiek, amiket fel kell elevenítenünk.

Mit jelent a Példabeszédek 23:7 verssora? A *King James*-féle, angol Biblia alapján: „Ahogy [egy ember] gondolkodik a szívében, olyan ő.” Egy másik fordítás szerint: „Ahogyan az ember a szívében gondolkodik, olyanná válik.”

Minden cselekedet előfutára és vezérlője az elme. A Római levél 8:5 ezt egyértelművé teszi: „Mert akik test szerintiek, és a test tisztátalan kívánságainak uralma alatt vannak, gondolataikkal és tetteikkel a test vágyait kielégítő dolgok után mennek, ám akik Szellem szerintiek, akiket a Szellem vágyai uralnak, azok gondolataikat és törekvésüket a [Szent] Szellem tetszésére irányítják.”

Cselekedeteink a gondolataink közvetlen következményei. Ha negatívan gondolkodunk, negatívan is élünk. Ha azonban Isten Igéje szerint

„Mert a mi hadakozásunk fegyverei nem testiek [nem hús és vér fegyverei], hanem Isten szerint erősek erősségeik lerombolására, [amennyiben] leromboljuk az érveléseket és elméleteket, az okoskodásokat és magaslatokat, melyek Isten [igaz] ismerete (megismerése) ellen emeltettek, és foglyul ejtünk minden gondolatot és célt, hogy engedelmeskedjék Krisztusnak (a Messiásnak, a Felkentnek).”

2KORINTHUS 10:4,5

— AZ ANGOL FORDÍTÁS ALAPJÁN

megújítjuk gondolkodásunkat, tapasztalataink „Istennek jó, kedves és tökéletes akaratát” tükrözik majd, ahogyan a Római levél 12:2 ígéri.

Könyvemet három fő részre osztottam. Az első a gondolatok jelentőségével foglalkozik. Szeretném mélyen és mindörökké a szívedbe vésni, hogy el kell kezdened azon gondolkodni, hogy min gondolkodsz.

Rengeteg ember problémája a problématermő gondolkodási mintákban gyökerezik. A sátán mindenkinek felkínálja a rossz gondolatokat, nekünk azonban nem muszáj elfogadnunk az ajánlatát. Tanuljuk meg inkább, milyenfajta gondolkodást fogad vagy utasít el a Szent Szellem.

A 2. Korinthusi levél 10:4,5 egyértelművé teszi: Isten Igéjét annyira jól kell ismernünk, hogy gondolatainkat képesek legyünk az Ő gondolataival összevetni. Bármilyen gondolat akar az elménkben Isten Igéje fölé kerekedni, le kell vele számolnunk, és foglyul kell ejtenünk Jézus Krisztus számára.

Imádkozom, hogy ez a könyv segítségedre legyen ebben.

A harctér az elménk. Elengedhetetlen, hogy gondolataink összhangba kerüljenek Isten gondolataival. Ez egy hosszú folyamat, amelyben nem nélkülözhető a tanulás.

Soha ne add fel, mert lassanként te is megváltozol. Minél jobbak lesznek a gondolataid, annál jobb lesz az életed. Amikor a gondolkodásodban kezded meglátni Isten csodás tervét, akkor kezdesz benne járni!

Ebből az igeversből kitűnik, hogy háborúban vagyunk. Ha mélyebben megvizsgáljuk, egyértelművé válik, hogy nem a többi ember ellen harcolunk, hanem a gonosz és démonai ellen. Ellenségünk, a sátán, haditerffel és csalással akar legyőzni bennünket, szándékosan próbál félrevezetni, jól kigondolt tervei szerint.

Az ördög hazug. Jézus „a hazugság atyjá”-nak hívta őt, „mert nincs igazság benne” (János 8:44). Hazudik neked is, nekem is. Olyan dolgokat mond nekünk magunkról, másokról és a körülményekről, amelyek egyszerűen nem igazak. Ugyanakkor nem mondja el egyszerre a teljes hazugságot.

Először enyhén nyomasztó gondolatok, gyanakvások, kétségek, féltelmek, tünődések, érvelések és elméletek okosan kiesztelt rendszerével ostromolja elménket. Lassan, óvatosan lépked (hisz a jól megalapozott tervek véghezviteléhez idő kell). Ne feledd: jól átgondolt stratégiája van a harchoz. Hosszú ideje tanulmányoz minket.

Tisztában van azzal, hogy mit szeretünk, és mit nem. Ismeri bizonytalanságainkat, gyengeségeinket és féltelmeinket. Tudja, mi zavar bennünket a legjobban. Bukásunkat akarja, és akármennyi időt hajlandó ráfordítani, hogy ezt elérje. Az ördög egyik erős oldala a türelem.

ERŐSSÉGEK LERONTÁSA

„Mert a mi hadakozásunk fegyverei nem testiek [nem hús és vér fegyverei], hanem Isten szerint erősek erősségek lerombolására, [amennyiben] leromboljuk az érveléseket és elméleteket, az okoskodásokat és magaslatoakat, melyek Isten [igaz] ismerete (megismerése) ellen emeltettek, és foglyul ejtünk minden gondolatot és

„Mert nem test és vér ellen van tusakodásunk [nem csak testi ellenfelekkel küzdünk], hanem a leuralások, a hatalmasságok, a jelen sötétség világszinten uralkodó szellemei ellen, a mennyei (természetfölötti) világ gonosz szellemei ellen.”

EFÉZUS 6:12

– AZ ANGOL FORDÍTÁS ALAPJÁN

célt, hogy engedelmeskedjék Krisztusnak (a Messiásnak, a Felkentnek).” 2Korinthus 10:4,5 – az angol fordítás alapján

Gondos tervezéssel és alattomos csalással a sátán „erősségeket” próbál felépíteni az elménkben. Az erősségek olyan területek, ahol megkötözöttek (foglyok) vagyunk egy bizonyos gondolkodásmódnak köszönhetően.

Ebben az igerészben Pál apostoltól megtudjuk, hogy rendelkezünk azokkal a fegyverekkel, amelyekkel a sátán erősségeit le tudjuk rombolni. Később majd többet foglalkozunk ezekkel a fegyverekkel, ám most vedd észre, hogy megint arról van szó: háború, még hozzá szellemi háború kellős közepén vagyunk. Az 5. vers egyértelműen megmutatja a csatater helyét is, ahol a háborút vívjuk.

A *The Amplified Bible** szerint meg kell ragadnunk a fegyvereket, és szembe kell szállnunk az érvelésekkel. Az ördög vitába száll velünk; felajánlja elméleteit és érveléseit. Mindez az elmében zajlik.

A harctér az elme.

A HELYZET ÖSSZEFOGLALÁSA

Eszerint az alábbiakat figyelhetjük meg:

1. Háborúban veszünk részt.
2. Ellenségünk a sátán.
3. A harctér az elme.
4. Az ördög azon szorgoskodik, hogy elménkben erősségeket építsen.
5. Haditerve van, megtéveszt (jól átgondolt terv szerint, szándékos csalásokkal).
6. Nem sieti el a dolgokat; rászánja az időt, hogy tervét kibontsa.

Egy példa segítségével behatóbban is vizsgáljuk meg a tervét.

MÁRIA NÉZŐPONTJA

Mária és férje, János, nem élnek boldog házasságban. Mindig veszekszenek egymással. Neheztelnek, haragszanak egymásra, ezért keserűség van

* Angol nyelvterületen széles körben használt magyarzó Biblia.

bennük. A kettejük problémája két gyermekükre is kihat. A családi viszály megmutatkozik a gyerekek iskolai teljesítményében és viselkedésében. Az egyik gyermeknek már idegi alapú gyomorpanaszai is vannak.

Mária problémája az, hogy nem tudja, hogyan engedje meg Jánosnak, hogy betöltse a családfő szerepét. Domináns egyéniség – minden döntést ő akar meghozni, ő akarja kezelni a pénzügyeket, fegyelmezni a gyerekeket. Dolgozni akar, hogy a „saját” pénzét megkeresse. Független, hangos, nagyigényű és zsémbeskedő.

Mostanra biztos azt gondolod: „Tudom a megoldást. Jézust kell megismernie.”

De hát ismeri! Öt évvel ezelőtt – három évvel házasságkötésük után – Mária elfogadta Jézust Megváltójának.

„Úgy érted, Mária nem változott meg, amióta Jézust elfogadta Megváltójának?”

De igen, megváltozott. Elhiszi, hogy a mennyországba megy, bár keletlen viselkedése miatt állandóan elítéli magát. Már van reménysége. Jézussal való találkozása előtt reménytelenül nyomorultnak érezte magát. Most csak nyomorultnak.

Mária tisztában van helytelen hozzáállásával. Meg akar változni. Két embernél is volt lelkigondozáson. Minden alkalmat megragad, hogy imát kérjen azért, hogy győzedelmeskedhessen a harag, a lázadás, a meg nem bocsátás, a neheztelés és a keserűség felett. Miért nem tapasztal nagyobb fejlődést?

A Római levél 12:2-ben megtaláljuk a választ: „Ne szabjátok magatokat ehhez a világhoz (ehhez a korhoz), [ne alkalmazkodjatok külsődleges, felületés szokásaihoz], hanem változzatok el (alakuljatok át) a ti elméteknek [teljes] megújítása által [új ideálok és új hozzáállás segítségével], hogy megítélhessétek [bebizonyítsátok magatoknak], mi Isten jó, kedves és tökéletes akarata [és mi jó, kedves és tökéletes az Ő szemében a ti számotokra]” (az angol fordítás alapján).

Mária elméjében erősségek vannak, hosszú évek óta már. Nem is érti, hogyan kerültek oda. Tisztán látja, hogy nem kellene lázadónak, uralkodónak, zsémbesnek stb. lennie, de nem tudja, hogyan változtathatná meg a természetét. Úgy tűnik, nem képes uralkodni a cselekedetein, ezért reagál bizonyos helyzetekben helytelen módon.

Mária azért nem tudja irányítani a cselekedeteit, mert nem irányítja a gondolatait. Azért nem irányítja a gondolatait, mert sejtelve sincs róla, hogy megtehetné. Erősségek vannak az elméjében, melyeket már korán felépített az ördög.

A sátán már zsenge korunkban elkezdte megvalósítani jól kidolgozott terveit: elhinti előre elkészített csalárdságait. Mária esetében a bajok a gyermekkorba nyúlnak vissza.

Máriának rendkívül zsarnok édesapja volt, aki gyakran megverte csupán azért, mert éppen rossz kedve volt. Ha Mária egyetlen rossz mozdulatot tett, apja rajta vezette le minden haragját. A kislány évekig tehetetlenül szenvedett, mert édesapja rosszul bánt vele és édesanyjával is. Feleségével és lányával mindig tiszteletlenül bánt. Mária fiútestvére viszont apjuk szemében hibátlan volt. Úgy látszott, ő a kedvenc, csak azért, mert fiú.

Mária, mire tizenhat éves lett, évekig tartó „agymosáson” ment keresztül a sátán jóvoltából, aki körülbelül ezeket hazudta neki: „A férfiak nagyra tartják magukat. Mind egyformák; nem lehet bennük megbízni. Megbántanak és kihasználják. Ha férfinak születted, az életed el van rendezve. Bármit megtehetsz, amit csak akarsz. Parancsolgathatsz, uralkodhatsz az emberek felett, úgy bánssz velük, ahogy tetszik, és ez ellen senki nem tehet semmit (különösen nem a feleségük vagy a lányuk).” Ezért Mária határozottan eldöntötte: „Ha innen kijutok, engem senki nem fog még egyszer kihasználni!”

A sátán már megkezdte a háborút az elméjében. Forgasd ezeket a gondolatokat a fejedben újra meg újra, tíz év alatt mondd el őket magadnak vagy százezerszer, és meglátjuk, vajon lesz-e belőled édes, engedelmes, odaadó feleség. Még ha valamilyen csoda folytán szeretnél is az lenni, akkor sem fogod tudni, hogyan csináld. Máriában ilyen zűrzavar van most. Mit tehet? Ilyen helyzetben mit tehet bármelyikünk?