

# Rukous käytännössä

**Muistojae:** *“Luottakaa aina Jumalaan, tuokaa hänen eteensä kaikki mikä sydäntänne painaa! Jumala on turvamme.”*  
(Ps. 62:9.)

**Avaintekstit:**

1. Kun. 19:1-18;  
Matt. 6:5-8;  
Luuk. 11:2-4;  
Matt. 6:5-15;  
Dan. 9:4-19;  
Room. 8:26-27.

**M**illaista sinun rukouselämäsi on? Kuinka usein rukoilet? Kuinka innokkaasti rukoilet? Kuinka odottavin mielin? Rukoiletko päivittäin vai vain hätätilanteissa? Ovatko rukouksesi aina pyyntöjä, vai ylistätkö myös Jumalaa rukouksissasi?

Rukoiletko myös aamulla ennen ruokailua ja ehkä kiireisen päivän aikana? Ehkä olet ollut mukana säännöllisesti kokoontuvassa rukousryhmässä tai jopa kokenut, millaista on rukoilla ympäri vuorokauden. Oletko tuntenut rukouksen kautta Jumalan voiman ja läsnäolon, joka muuttaa kaiken elämässäsi?

Rukous on jatkuvaa yhteyttä meidän (oksien) ja Jeesuksen (viinipuun) välillä. “Voidaksemme kasvaa ja kukoistaa meidän on jatkuvasti imettävä mahlaa ja ravintoa elävästä viinipuusta, sillä ollessamme erillämme viinipuusta meillä ei ole voimaa.” (EW 73.) Tässä on jatkuvan rukouksen siunaus. Jumala kuulee meitä ja vastaa aina omalla ajallaan ja omalla täydellisellä tavallaan – vaikkakaan ei aina tavalla, jota saatamme odottaa.

Tällä viikolla tutkimme Raamatun muita rukoilevia henkilöitä ja pohdimme käytännön keinoja vahvistaa rukousta jokapäiväisessä elämässämme.

## **ELIA - RUKOI- LEMISTA KRIISITI- LANTEESSA**

Uskollinen Elia eli pahoina aikoina, jolloin kuningas Ahab teki ”paljon muuta, jolla herätti Herran, Israelin Jumalan, vihan pahemmin kuin yksikään Israelin kuningas ennen häntä” (1. Kun. 16:33). Elämänsä dramaattisimmat hetket hän koki Karmelinvuorella (ks. 1. Kun. 18). Tämän uskomattoman kertomuksen huipennuksessa Ahab ja hänen valtakuntansa asukkaat näkivät omin silmin totuuden, että Jumala vastaa rukouksiin. Se oli unohtumaton hetki Israelin historiassa, ja siksi tämän kertomuksen äkillinen käänne yllättää meidät.

**Lue 1. Kun. 19:1-18 ja kiinnitä erityistä huomiota Elian rukouksiin ja Jumalan vuorovaikutukseen hänen kanssaan. Mikä on Elian masennuksen päällimmäinen syy tässä tilanteessa? Miten Jumalan vastaus eroaa siitä, mitä tapahtui Karmelinvuorella?**

---

Vaikka Jumala vastaa yhden päivän aikana kaikkiin Elian rukouksiin, profeetan emotionaalinen, henkinen ja fyysinen olotila muuttuu nopeasti. Vaikka Elia oli kokenut suuren voiton Jumalan kanssa sinä päivänä, hän oli väsymyksen hetkenä antanut kuoleman pelon voittaa uskonsa Jumalaan. Tässä kertomuksessa on silmiinpistävää se, että vaikka Elia antoi periksi masennukselle ja lannistui, Jumala tuli hänen luokseen lempeästi huolehtien ja antoi hänelle jälleen ruokaa ja vettä (1. Kun. 19:5-6) – niin paljon, että hän jaksoi kulkea 40 päivää ja 40 yötä (1. Kun. 19:8). Kun Jumala lopulta ilmaisi itsensä, se tapahtui hyvin eri tavalla kuin aiemmin.

Joskus elämässämme Jumala vastaa hyvin suoralla, voimallisella ja kiistattomalla tavalla. Tämä vahvistaa uskoamme, ja tunnemme Jumalan läheisyyden elämässämme.

Toisinaan me horjumme ja annamme periksi kiusaukselle ajattelemalla, että on liian vaikeaa seurata Jumalaa horjumatta uskossa. Etsimme Jumalan vastauksia tavoilla, joilla odotamme hänen vastaavan, ymmärtämättä, että hänen ajatuksensa ja tiensä ovat paljon korkeammat ja viisaammat kuin omamme (Jes. 55:8-9). Aivan kuten Jumalan luomistyössä on paljon sellaista, jota emme ymmärrä, meidän ei pitäisi olla yllättyneitä siitä, että Jumalan tavoissa toimia on paljon sellaista, jota emme myöskään ymmärrä.

**Jumala, meidän hyvä ja ystävällinen Isämme, tietää tarkalleen, mitä tarvitset. Kuinka voit olla riittävän rauhallinen luottaaksesi häneen ja pitääksesi kaiken keskellä katseesi vakaasti hänessä? Puhu nyt hänelle tästä.**

# KUN RUKOUKSET NÄYTTÄVÄT JÄÄVÄN ILMAN VAS- TAUSTA

**Ehkä olet rukoillut jonkin asian puolesta pitkään ja tuntuu siltä, että Jumala ei ole kuullut rukouksiasi. Raamattu kehottaa meitä: "Pyytäkää, niin teille annetaan" (Matt. 7:7), "mitä sitten pyydämmekin hänen tahtonsa mukaisesti" (1. Joh. 5:14). Miten ymmärrät nämä lupaukset?**

---

Hanna on esimerkki omistautuneesta naisesta, joka rukoili täsmällistä asiaa (1. Sam. 1:10-17). Aluksi näytti siltä, että Jumala ei vastannut hänen rukouksiinsa, mutta nainen jatkoi rukoilemista, ja Jumala vastasi, täydellisellä ajallaan ja tahtonsa mukaisesti. Joskus odottaminen syventää suhdettamme Jumalaan, kun opimme luottamaan häneen enemmän.

Ps. 62:9 sanotaan: "Luottakaa aina Jumalaan, tuokaa hänen eteensä kaikki mikä sydäntänne painaa! Jumala on turvamme." *Luottakaa*. Luotammeko siihen, että Jumala todella tietää, mikä on parasta, vaikka emme näe välitöntä vastausta rukouksiimme? Luotammeko siihen, että hän lopulta vastaa täydellisellä hetkellä ja tavalla?

Joskus rukouksiimme ei ehkä vastata niin nopeasti kuin haluaisimme tai tavalla, jota toivomme. Mitä neuvoja Raamattu antaa meille tästä?

- **Etsikää Jumalan tahtoa, älkää omaanne** (Matt. 6:10; 1. Joh. 5:14-15).
- **Tarkkaile motiivejasi** (Sananl. 16:2; Jaak. 4:3).
- **Mieti, onko sinulla jokin vääryys sydämessä** (Ps. 66:18, VKR; 1. Piet. 3:12; Sananl. 15:29).
- **Pysy Jumalassa ja hänen sanassaan** (Joh. 15:7).
- **Rukoile uskossa** (Hepr. 11:6; Jaak. 1:6; Mark. 11:24; Matt. 21:22).
- **Tarkkaile sydämesi tilaa (nöyrä vai ylpeä)** (Jaak. 4:6; 1. Piet. 5:6).
- **Ole sinnikäs** (1. Tess. 5:17-18).
- **Anna anteeksi muille** (Mark. 11:25-26).
- **Lopulta Jumala näkee kokonaisuuden ja tietää, mikä on meille parasta** (Room. 8:28; Ef. 3:20; Jer. 29:11-13). **Joskus hänen vastauksensa onkin sama kuin Paavalille: "- - Minun armoni riittää sinulle - -"** (2. Kor. 12:9).

Keskeinen tekijä, joka määrää reaktiomme näennäisesti vastaamattomiin rukouksiin, on käsityksemme Jumalasta. Jos näemme hänet etäisenä ja välinpitämättömänä, suhteemme häneen heikkenee. Etsi tällöin Raamatusta todisteita Jumalan rakkaudesta ja huolenpidosta sinua kohtaan ja rukoile, että vääristynyt käsityksesi hänestä selkeytyisi.

**JEESUS  
OPETTAA  
MEITÄ  
RUKOILE-  
MAAN**

Jeesuksen aikana arvostettiin suuresti pitkiä ja huolellisesti muotoiltuja, esityksenomaisia rukouksia, joissa käytettiin monimutkaisia sanoja ja jotka usein opeteltiin ulkoa. Jeesuksella ei ollut mitään hyvää sanottavaa tällaisista rukouksista (ks. Matt. 6:5-8). Hän paljasti niiden olevan vain näyttäviä esityksiä "hurskaudesta".

Opetuslapset näkivät Jeesuksen rukoilevan ja tiesivät, että rukous oli tärkeä osa hänen elämänsä (ks. Luuk. 5:16; Luuk. 6:12; Luuk. 9:18; Luuk. 22:41; Luuk. 24:30; Mark. 1:35; Mark. 6:46). Kun he seurasivat Jeesusta, he huomasivat eron uskonnollisiin johtajiin verrattuna ja tajusivat, että rukous oli paljon enemmän kuin he olivat koskaan ajatelleet. Niinpä yksi opetuslapsista tuli Jeesuksen luo ja pyysi: "Herra, opeta meitä rukoilemaan - -." (Luuk. 11:1.)

Jeesus näytti esimerkin opetuslapsilleen (ja meille) siitä, että voimme rukoilla yksinkertaisella arkikielellä. Hän osoitti meille, että rukoustemme tulisi olla vilpittömiä ja sydäimestä lähtöisin.

Lue Luuk. 11:2-4 ja Matt. 6:5-15 ja kiinnitä huomiota seuraaviin seikkoihin Jeesuksen opettamassa rukouksessa:

- **Isä meidän, joka olet taivaissa:** Tunnusta henkilökohtainen suhteesi kaikkien Isään.

- **Pyhitetty olkoon sinun nimesi:** Huomioi Jumalan pyhyys, sillä se saa meidät kunnioittamaan ja arvostamaan häntä.

- **Tulkoon sinun valtakuntasi:** Kaipaa Herran takaisintuloa ja sitä, että Pyhä Henki asuu sinussa siihen saakka.

- **Tapautukoon sinun tahtosi, myös maan päällä niin kuin taivaassa:** Antaudu ja rukoile, että Jumalan tahto tapahtuisi elämässäsi. Luota siihen, että hän tietää parhaiten, sen sijaan että rukoilet vain sitä, mitä itse haluat.

- **Anna meille tänä päivänä jokapäiväinen leipämme:** Pyydä sitä, mitä tarvitset elääksesi, sekä fyysisesti (ruokaa ja vettä) että hengellisesti (Jeesusta ja hänen elävää sanaansa).

- **Ja anna meille velkamme anteeksi, niin kuin mekin annamme anteeksi niille, jotka ovat meille velassa:** Kadu, etsi anteeksiantoa ja muista antaa anteeksi niille, jotka ovat loukanneet sinua. Tee tämä yhtä vapaaehtoisesti kuin Jumala antaa anteeksi sinulle.

- **Äläkä anna meidän joutua kiusaukseen, vaan päästä meidät pahasta:** Pyydä suojelua ja turvaa tämän maailman pahuutta vastaan (Ps. 91).

- **Sillä sinun on valtakunta, voima ja kunnia iankaikkisesti. Aamen:** Tunnusta, että kaikki mitä olet, kaikki mitä sinulla on ja kaikki mitä teet, kuuluu Jumalalle. Vain hän ansaitsee kunnioituksemme ja ylistyksemme (1. Aik. 29:11).

# YLISTYS, SYNNIN- TUNNUSTUS, PYNNÖT, KIITTÄMI- NEN

Samoin kuin Jeesus opetti meille rukoilemaan, voimme seurata tätä yksinkertaista kaavaa, kun tulemme Jumalan eteen yksityisesti, perheemme kanssa tai seurakuntana, muistaen samalla, että rukoileminen on puhumista Jumalalle kuin ystäväille. Liian usein rukouksemme ovat täynnä pyyntöjä, vaikka Jeesus on opettanut meitä rukoilemaan paljon suurempia!

**Lue Danielin rukous Dan. 9:4-19 ja etsi hänen rukouksensa eri osat.**

Mieti, miten voisit sisällyttää seuraavat osat rukouksiisi:

**Ylistys:** Ylistys on ilmaistua ihailua siitä, kuka ja millainen Jumala on. Lue Ps. 100, joka on kaunis ylistyslaulu Jumalalle. Mieti Jumalan monia nimiä ja hänen upeaa luonnettaan. Ylistä häntä siitä, että hän on esimerkiksi sinun lunastajasi, pelastajasi, lohduttajasi, parantajasi, hyvä paimenesi, alfa ja omega sekä kallio.

**Synnintunnustus ja anteeksianto:** Kun puhumme Jumalan kanssa ja pysymme hänen luonaan, emme voi olla päästämättä irti siitä, mikä meitä pidättelee tai erottaa meidät hänestä. Mitä lähempänä olemme Jumalaa, sitä enemmän näemme oman kelvottomuutemme ja kurjuutemme. Tämä saa meidät rukoilemaan häntä poistamaan syntimme ja muovaamaan luonteemme hänen kaltaisekseen. Jos odotamme Jumalan antavan meille anteeksi, meidän on myös oltava valmiita antamaan anteeksi muille. "Tunnustakaa siis syntinne toisillenne ja rukoilkaa toistenne puolesta, jotta parantuisitte. Vanhurskaan rukous on voimallinen ja saa paljon aikaan." (Jaak. 5:16.)

**Pyynnöt:** Mitä haasteita kohtaat, esimerkiksi perheesi, ystäväsi, terveytesi, taloutesi, työsi tai opintojesi suhteen? Missä erityisesti tarvitset Jumalan käden ohjausta? Kuka tarvitsee tukeasi, ja miten voit parhaiten antaa sitä? Rukoile erityisesti näiden aihealueiden ja ihmisten puolesta sekä pyydä, että Jumalan tahto tapahtuisi.

**Kiitollisuus:** Lue Fil. 4:6 ja mieti siunauksia elämässäsi. Mieleesi saattaa tulla merkittäviä asioita, mutta entä ne pienet asiat, joita niin usein pidämme itsestään selvyyksinä? Olemme jatkuvasti Jumalan armon vastaanottajia, mutta kuinka vähän kiitollisuutta osoitammekaan, kuinka vähän ylistämme häntä siitä, mitä hän on tehnyt puolestamme.

**Mistä asioista sinun tulisi ylistää Jumalaa, mitä syntejäsi tunnustaa hänelle, mitä pyytää häneltä ja mistä kiittää häntä? Miksi et tekisi sitä juuri nyt?**

## **MUITA KYSY- MYKSIÄ RUKOUK- SESTA**

**Miksi rukoilla, kun Jumala jo tietää?** Ellen G. White selittää sen näin: ”Jumala kyllä tietää, minkälaisia me olemme, mutta rukouksen tarkoitus on auttaa meitä vastaanottamaan hänet. Rukous ei tuo Jumalaa alas meidän luokseen, vaan ylentää meidät hänen luokseen.” (TKL2010 91.) Rukoileminen kutsuu meidät pitämään tauon kiireisen elämämme keskellä, pysähtymään ja tunnustamaan, että Jumala on kaikkivaltias ja asettumaan hänen jalkojensa juureen. Jumalalle voi avautua myös uusia mahdollisuuksia toimia silloin, kun kutsumme hänet mukaan. Pyhä Henki rukoilee puolestamme, kun emme osaa rukoilla niin kuin pitäisi (Room. 8:26-27).

**Miksi rukoilla, kun kaikki on hyvin?** Itseriittoisuus ja ylpeys voivat olla suurimpia esteitä voimalliselle rukouselämälle. Jos vain ymmärtäisimme, kuinka paljon tarvitsemme Jumalaa, tulisimme hänen luokseen paljon useammin! Jos täydelliset enkelit palvovat ja ylistävät häntä, miksi me, syn-tiset ihmiset, luulemme tarvitsevamme häntä vähemmän? Mitä Matt. 5:6 ja Jes. 44:3 sanovat tästä totuudesta?

**Mikä on uskon osa rukouksessa?** Lue Hepr. 11:6 ja mieti näitä sanoja: ”Rukous ja usko liittyvät toisiinsa, ja niitä on tutkittava yhdessä. Uskon rukouksessa on jumalallista tiedettä. Siinä on tiedettä, jota jokaisen, joka toivoo elämäntyönsä menestyvän, täytyy ymmärtää. Kristus sanoo: ‘Kaikki mitä te rukoillette ja anotte, uskokaa saaneenne, niin se on teille tuleva’ (Mark. 11:24). Hän selittää, että meidän pyyntömme tulee olla sopusoinnussa Jumalan tahdon kanssa. Meidän tulee anoa niitä asioita, jotka hän on luvannut, ja mitä hyvänsä saamme, se on käytettävä hänen tahtonsa tekemiseen. Kun ehdot täytetään, on lupaus epäilemätön. – – Meidän ei tarvitse odottaa ulkonaista vakuutusta siunauksesta.” (EK 243.)

**Kenen kanssa minun pitäisi rukoilla?** Meidän tulisi rukoilla yksityisesti (vain Jumala ja sinä), sillä rukous ja Raamatun tutkiminen ovat elinehto Jumala-suhteellesi. Varaa aikaa tutkia sydäntäsi, kun puhut Jumalalle ja kuuntelet häntä (Matt. 6:6). Meidän tulisi myös rukoilla perheemme kanssa tai pienissä ryhmissä (Ap. t. 12:12), sillä missä kaksi tai kolme on koolla, siellä Jumalakin on (Matt. 18:20). Meidän tulisi myös rukoilla seurakuntayhteisömme kanssa (Jaak. 5:13-16). Kaikki nämä kolme erilaista tapaa rukoilla ovat tärkeitä.

**Kuinka minun tulisi kuunnella?** Rukous on enemmän kuin vain puhumista Jumalalle; meidän on myös annettava hänen ”karsia” meitä ja puhua meille. Selkein ja turvallisin tapa tehdä tämä on lukea Raamattua sekä yhdistää rukous ja Raamatun tutkiminen hartaushetkessäsi. Varo, ettet tyhjenä vain miltäsi tai kuuntele omia ajatuksiasi sen sijaan, että tutkit Raamattua.

**KERTAUS**

**Lisäaineistoa:** ”Jos ajattelisimme Jeesusta useammin ja puhuisimme hänestä itsemmä sijasta, tuntisimme hänen läsnäolonsa.” (TKL2010 100.)

”Ongelmamme vain lisääntyvät ja syvenevät, jos syrjäytämme uskon ja keskitymme epäilyihimme ja pelkoihimme tai yritämme korjata tilanteen inhimillisellä viisaudella. Menkäämme Jumalan luo avuttomina ja täysin hänestä riippuvaisina, jollaisia me olemmekin. Kertokaamme nöyrästi ja luottavaisesti tarpeemme hänelle, joka tietää kaiken ja näkee kaiken, ja joka hallitsee maailmaa tahdolla ja sanallaan. Hän voi ja haluaa auttaa meitä hädässämme, ja antaa valon syttyä sydämässämme.” (TKL2010 94-95.)

”Ylistyksen siivet vievät meidät lähemmäksi taivasta, jonka saleissa Jumalaa palvotaan laulun ja musiikin välityksellä. Kun ilmaisemme kiittolisuuttamme hänelle, meidän palvontamme on samankaltaista kuin taivaallisten joukkojen Jumalan palvonta. - - Käykäämme kunnioittavalla riemulla Luojamme eteen soitoin ja ylistyslauluin! (Ks. Jes. 51:3.)” (TKL2010 103.)

**Keskustelunaiheita:**

1. Mikä edellä olevista lainauksista innostaa sinua eniten? Mikä käsite haastaa sinua eniten?
2. Mitä muuta voimme oppia Raamatun henkilöiden rukouselämästä? (Ks. esim. Esra 10:1; 2. Kun. 13:4; Joona 4:2-3; Hab. 3:1; 2. Kun. 19:14-19; Jer. 32:16-25; Neh. 1:4-11; 1. Kun. 8:22-54.)
3. Mikä on paaston osa rukouksen rinnalla?
4. Onko jotain uutta, mitä haluaisit muuttaa tai ottaa käyttöön rukouselämässäsi tämän viikon raamattutunnin perusteella? Miksi et tekisi muutoksia nyt?