**Сіз, Құдай және сіздің эмоцияларыңыз**

***«Жан дүнием, неге сен мұңаясың,***

***Бойымда алаңдап, неге мазасызсың?***

***Жалғыз Құдайдан үмітіңді үзбе!***

***Өйткені Құтқарушымды — өзімнің***

***Құдайымды мадақтаймын әлі де.»***

***(Забур 41: 6)***

Хада есімді әйел өмірінде бәрі жақсы болған кезде мінажат етуді ұнататын еді. Бірақ қиын кезде немесе күнә жасағанда, ол Құдайдан жасырынып, Одан қашып кеткісі келетін. Өйткені ол мінажатта Құдайға не айтарын білмеді. Сол себепті, ол өмірі жақсарғанша, өзін жақсы сезінгенше, Құдайдан алыстаған дұрыс деп ойлады.

Құдай тек әрқашан дұрыс істер жасайтын, тәрбиелі және өте діндар адамдарды жақсы көреді ме? Біз Киелі кітаптағы сенуші ерлер мен әйелдердің әңгімелерінен жұбаныш таба аламыз. Киелі кітаптағы әңгімелер бұл адамдардың біз сияқты әр түрлі сезімдер мен эмоцияларға ие болғанын көрсетеді. Біз Мұсаның ашуланғанын, Дәуіттің үмітсіздігін, Ілиястың күйзелісін, Сараның бала көтере алмағандықтан ренжігенін көре аламыз. Олар қандай сезімде болса да - бұл қызғаныш, жалғыздық, бақыт, ұят, қорқыныш немесе кез келген басқа адами сезімдер болса да, Құдай олардың әрқайсысын жақсы көріп, әр жағдайда оларға көмек берді.

Киелі кітапта 150 ән жинағы бар «Забур жырлары» деген кітап бар. Бұл кітап біздің сезімдерімізді Құдайға қалай жеткізе алатынымыздың тамаша үлгісі болып табылады. Мысалы, 41-інші Забур жырында әнші: «Жан дүнием, неге сен мұңаясың, Бойымда алаңдап, неге мазасызсың? Жалғыз Құдайдан үмітіңді үзбе! Өйткені Құтқарушымды — өзімнің Құдайымды мадақтаймын әлі де» деп айтады. (Забур 41: 6)

Құдай сізге сезіну қабілетін берді, сондықтан Оның алдында эмоцияларыңыз туралы ашық және шынайы болғаныңыз дұрыс. Сезіміңіз тым күшті болса да, ештеңені жасырмаңыз. Құдай сізге өз сезімдеріңізді түсінуге көмектесіп, олардың сізді басып алуына жол бермейді. Мінажат, музыка немесе жай ғана үнсіз ойлау арқылы Құдаймен бүгінгі сезімдеріңіз туралы сөйлесуден қорықпаңыз.