

Utunzaji wa Baadaye (Jinsi ya Kudumisha Uponyaji Wako)

Lengo la uponyaji wa ndani pamoja na huduma ya ukombozi si kuwekwa huru kutokana na athari za giza pekee—bali pia ni kuirudisha nafsi na mwili wa mhusika kwa uzima wa kiroho ili mtu huyo aweze kuwa mtu ambaye Mungu anamtaka awe. Mhusika huyo asipofanya chochote baada ya tukio la uponyaji, hali yake inaweza kuwa mbaya kuliko hapo awali. (Tazama Mat 12:43-45, Luka 11:24-26) Yafuatayo ni mapendekezo ya kuzingatiwa baada ya kipindi cha maombi makuu kumalizika.

1. **Peleleza na upeleleze tena:** Muulize Mungu mara tatu akufunulie giza lengine lolote linaloweza kuwepo au milango iliyo wazi inayohitaji kufungwa na kuponywa. Muulize kila mtu katika kikundi cha maombi ikiwa anahisi kwamba uponyaji huo umekamilika.
2. **Peleleza kutoka kwa mhusika:** Muulize mhusika anajisikia vipi na ikiwa kifua au moyo wake unahisi kuwa ni mwepesi; tayari anajua vile alikuwa akihisi giza lilipokuweko, ataweza kuhisi au kujua giza likiondoka.
3. **Kujazwa Roho Mtakatifu:** Mwombee mhusika huyo ili ajazwe Roho Mtakatifu. Mpake mafuta juu ya kichwa chake. Anatakiwa kujua kwamba mwili wake ni hekalu ya Roho Mtakatifu. Mkabidhi Kristo kila sehemu ya mwili wa mtu huyo (Rum. 6:12-13).
4. **Kurudisha nguvu mwilini:** Mweleze mhusika kwamba atahitaji kurudisha nguvu mwilini. Kwa mfano, huenda akahitaji kulala kwa masaa 12 au zaidi. Huenda ana kiu au njaa na hivyo basi atahitaji vinywaji zaidi na chakula.
5. **Majeraha na uchungu:** Iwapo mhusika “alidhihirisha mapepo,” anaweza kuamka siku ya pili bila kukumbuka vizuri tukio hilo lakini ataona majeraha na uchungu utakuwa mahali alipokuwa akishikwa wakati wa kudhihirisha mapepo.
6. **Mpango wa kuhifadhi maandiko moyoni:** Wakolosai 3:16 inatushauri, “*Neno la Kristo na likae kwa wingi ndani yenu katika hekima yote....*” Mwambie mhusika huyo aanze mpango wa kuhifadhi maandiko moyoni na kusoma Biblia kwa makini, hasa iwapo alikuwa na milango wazi ya tamaa, upotovu, mazoea ya tabia mbaya, na aina zengine za tamaa ya mwili katika maisha yake. Wakolosai 2:6-7 inashauri, “*Basi kama mlivyompokea Kristo Yesu Bwana, enendeni vivyo hivyo katika yeye: Wenye shina na wenye kujengwa katika yeye; mmefanywa imara kwa imani....*” Jifurahishe kwa Neno na ahadi za Mungu kila mara.
7. **Mafundisho ya Biblia:** Warumi 12:2 inaeleza, “*“Msiige mitindo ya ulimwengu huu, bali Mungu afanye mabadiliko ndani yenu kwa kuzigeuza fikira zenu....*” Ukweli unaofunuliwa kutoka kwa Neno la Mungu ni muhimu kwa kitendo cha mgeuzo. Iwapo kulikuwa na uasi, uchawi, uasi wa kidini, au kushiriki katika dini za uwongo katika maisha ya mtu huyo, pendekeza mafundisho ya Biblia yenye imani halisi, yatakatayomwezesha kukua vizuri na kuimarika, na kupata ulinzi kamili.
8. **Zingatia mambo mazuri:** ushuhuda wa uponyaji aliopata mhusika huyo unatakiwa kuzingatia mambo mazuri ya kuipata nuru ya Yesu, bali usizingatie maelezo mengi ya kuiacha giza.
9. **Fikira zinazotiwa akilini:** Elimisha mhusika kuhusu haja ya kutofautisha kati ya “kuisikia sauti ya giza ikijaribu kumwathiri kutoka nje ya mwili wake” dhidi ya “kuhisi uwepo wa giza ndani yake.” **Yeye yuko huru, lakini nguvu za giza zitajaribu kumdanganya na kumfanya aamini kwamba hajapokea uponyaji.** Sauti hizo

24 Utunzaji wa Baadaye (Jinsi ya Kudumisha Uponyaji Wako)

www.healingofthespirit.org

mbili zinaweza kufanana, na mhusika huyo huenda asiweze kubainisha tofauti hiyo kwa urahisi. Huenda mhusika huyo akaanza kuamini **uwongo** unaosema kwamba ha-japona (Bob Larson analiita jambo hilo “fikira za kishetani zinazotiwa akilini”). Mweleze mhusika kwamba **sauti hiyo ya giza itanyamaza baada ya muda fulani**.

Mwambie mhusika mambo yafuatayo, “Umepata **upasujaji mkuu wa kiroho**. Mungu amekumulikia nuru yake. Ametimiza sehemu yake nawe ni lazima utimize sehemu yako. Usipokuwa makini na mwangalifu, ni rahisi sana kuirejelea mienendo na mpangilio wa ma-wazo ya zamani, kujaribiwa unaposhirikiana na marafiki zako na mambo ya zamani, na ku-sababisha uponyaji uliopokea “utoweke.” **Fahamu kwamba nguvu za giza zitajaribu sana (kwa muda fulani) kurudi mahali ambapo zilika kwa starehe hapo awali**. Zitajaribu kukuridhisha kwamba hukuponywa na kwamba hukusamehewa kabisa, ingawaje ulisamehe-wa—ulipoomba msamaha mara ya kwanza. **Simama imara** kwa ahadi hii: “*Tukiziungama dhambi zetu, Yeye ni mwaminifu na wa haki hata atuondolee dhambi zetu, na kutusafisha na udhalimu wote*” (1 Yohana 1:9).

Isitarajiwe kwamba Roho Mtakatifu akikubariki na uponyaji wa ndani, mambo yote yamekamiliwa, na kwamba hakuna haja zaidi ya **kuudumisha uponyaji**. Ni hatari sana kufi-kiri kwamba “utunzaji wa baadaye” hauhitajiki. Kumbuka, Yesu alionya: “**Angalia umeku-wa mzima, usitende dhambi tena, lisije likakupata jambo lililo baya zaidi**” (Yohana 5:14). Soma Luka 11:24-26, inayoeleza juu ya jambo linaloweza kutendeka baada ya Bwana kuisa-fisha “nyumba” yako ya kiroho usipohakikisha kwamba sehemu iliyosafishwa inapata mwanga wa kiroho, kwa kumwambia Yesu aingie ndani ya moyo wako na roho yako, badala ya kuiacha nyumba hiyo iwe tupu (na giza liweze kurudi ndani). Kuna mambo kadhaa un-ayotakiwa kufanya ili uweze kudumisha uponyaji wako na kuendelea mbele katika safari ya-ko na Yesu.

Uponyaji ni njia, bali si kikomo cha safari au tukio linalofanyika mara moja pekee. Mtu akirudia mazoea ya dhambi, au kurudia mazoea yoyote yaliyokatazwa au vitu vya kipe-po alivyoacha, anaweza kuupoteza uhuru wake na kutawaliwa tena na athari za giza na utumwa, kwa hali mbaya sana kuliko ile ya awali. Don Basham ameandika, “Kuyaondoa mambo mabaya katika maisha yetu ni nusu ya mapambano: **kila hali ya kuondoa inatakiwa kufuatwa na hali ya kuongeza**.” Mapendekezo yafuatayo yatakusaidia kudumisha uponyaji ambao Mungu amekupa:

1. **“Enenda zako, wala usitende dhambi tena”** (Yohana 8:11): Kutubu kuna maana kwamba tunasikitika kwa mabaya tuliyotenda na tunataka kuishi katika haki ya Bwana; **tunaamua** kuwacha kutenda mambo tunayofahamu kuwa mabaya mbele za Mungu na **tunaamua kufanya mambo yaliyo haki machoni pake**. Vile Wakolosai 3:2 inashauri, “*Yafikirini yaliyo juu siyo yaliyo katika nchi*,” tunashika njia mpya na hatukumbuki tena dhambi zetu za zamani (na vile tulivyoishi) (kama alivyosema Paulo katika Fil. 3:13-14). Tunakumbuka na kufurahia kwamba Mungu ametusamehe. Kisha tunakuwa “*Wenye shi-na na wenye kujengwa katika yeye; mmefanywa imara kwa imani ...*” (kama tunavyo-shauriwa katika Kol. 2:7).
2. **Usikae na dhambi kwa muda mrefu:** Tunatakiwa kutii na kutotenda dhambi, lakini tukitenda dhambi, tunatakiwa kumkabidhi Bwana dhambi hiyo mara moja kwa kukiri na kutubu. Hata ukijikwaa, usibaki chini; inuka na uendelee kutembea ndani ya Bwana (1 Yohana 1:5, 9 na 2:1). Kumfuata Kristo kuna maana ya kuamua kuyatii mafundisho yake.

24 Utunzaji wa Baadaye (Jinsi ya Kudumisha Uponyaji Wako)

www.healingofthespirit.org

3. **Toa ushuhuda wako wa uponyaji:** Kutoa ushuhuda wako wa uponyaji kutaisaidia imani yako kukua na kutakufanya umzingatie Yesu Kristo; utakuwa baraka na ushuhuda kwa wengine.
4. **Fahamu hali yako ya mawazo:** Vita kati ya mema na maovu huanzia akilini. Usiyakubali mawazo maovu au mabaya. *“Msiige mitindo ya ulimwengu huu, bali Mungu afanye mabadiliko ndani yenu kwa kuzigeuza fikira zenu. Hapo ndipo mtakapoweza kuyajua mapenzi ya Mungu na kutambua jambo lililo jema, linalompendeza na kamilifu.”* (Rum. 12:2).
Shambulio la mawazo maovu likizidi kuwa tatizo, afadhali useme, “Mungu, silitaki wazo hili,” kuliko kumkemea shetani na kumzingatia. Kumbuka, *“Mpingeni Shetani naye atawakimbia”* (Yak. 4:7). Mtu anayegawa vitu (Shetani) akileta kifurushi katika mlango (wa mawazo yako) kikiwa kimeandikwa jina lako, si lazima ukubali. Kuwa makini ili uweze kujua mitego yoyote ambayo shetani anataka kukutega nayo. Kisha *“mkimtwika yeye fadhaa zenu zote....”* (1 Pet. 5:7), Baba yako wa Mbinguni atakujibu mara moja na kukupa ushindi.
5. **Ijaze akili na roho yako kwa mawazo mazuri ya Yesu:** Wafilipi 2:5 inatushauri, *“Iweni na nia iyo hiyo ndani yenu ambayo ilikuwamo pia ndani ya Kristo Yesu....”* Kwa maombi, kiri kwa shukrani sehemu za maisha yako ambazo umepokea uhuru. Sikiliza muziki na nyimbo zenye ujumbe mzuri wa Kikristo. Kumbuka, *“Hatimaye, ndugu zangu, mambo yo yote yaliyo ya kweli, yo yote yaliyo ya staha, ... haki, ... safi, ... yenye kupendeza, ... yenye sifa njema; ukiwapo wema wowote, ikiwapo sifa nzuri yoyote, yatafakarini hayo.”* (Fil. 4:8).
6. **Omba kila siku:** Maombi ni silaha bora zaidi ya kulishinda giza. Kila wakati, dumi-sha mawasiliano na Mungu. Kuwa na wakati wa kutulia na kuisikiliza sauti yake (Yoh. 15:7, 1 Kor. 14:14, 1 Thes. 5:17).
7. **Soma Biblia na sala za kila siku:** Roho nzuri ndani yako inahitaji chakula cha kiroho kila siku. Usipoilisha roho yako vizuri, itapata ugonjwa. Ukiwa mgonjwa mwilini halafu ushindwe kula chakula cha mwili, daktari atalazimisha chakula mwilini mwako ili ayaokoe maisha yako. Ingawaje huenda usiwe na njaa ya chakula cha kiroho, unatakiwa kujilazimisha kula chakula cha kiroho ili uyaokoe maisha yako ya kiroho. Soma ushuhuda wa kuhimiza kutoka kwa watu wengine na vitabu vya kutia moyo vya mashujaa wa imami; fanya shughuli zinazojenga, zinazokuza, na kuimarisha.
8. **Msifu Bwana katika hali zote:** *“Furahini katika Bwana siku zote; tena nasema, furahini.”* Jumuisheni sheria ya shukrani (Fil. 4:6-7). Maneno ya vinywa vyetu yanaweza kumwalika Yesu au kualika giza. Jieupushe na kulalamika, kunung'unika, ku-sema kichinichini, kutafuta makosa, au kuhukumu, kwani hayo yote hupanda mbegu ya giza.

Paulo anapendekeza na kutuarifu *“Shukuruni kwa kila jambo; maana hayo ni mapenzi ya Mungu kwenu katika Kristo Yesu.”* (1 Thes. 5:18).

9. **Jifunze kusimama imara (kwa imani) katika ahadi za Yesu Kristo:** soma na kujifunza Biblia ili uweze kujua ahadi zake ni zipi—**zitumie na kuzitangaza** kuwa ni zako wewe.
10. **Tafuta ushirika wa kanisa na uweze kujiunga nao:** Hudhuria kila mara. Unda au jiunge na kikundi kinachoweza kukusaidia kuwajibika na kitakachoomba nawe na pia kukuombea. Tahadhari usije ukadhani kwamba huwahitaji watu wengine na kwamba unaweza ukafaulu ukiwa peke yako.
11. **Shiriki katika sakramenti kadiri uwezavyo:** Unapojitayarisha kwa ajili ya Ushirika Makatifu, fuata ushauri wa maandiko wa **kujichunguza** (1 Kor. 11:27-32). Uki-fanya kosa, kiri na kutubu, halafu nenda katika Ushirika Mtakatifu kwa moyo wa kusherehekea. Ukiwa mgonjwa, waite wazee wa kanisa “*Je, yuko mgonjwa kati yenu? Anapaswa kuwaita wazee wa kanisa, nao watamwombea na kumpaka mafuta kwa jina la Bwana*” (Yak. 5:14).
12. **Mtafute mshauri wa kiroho wa Kikristo:** Mwombe mshauri aliye na uzoefu akuongoze (kama mkurugenzi wa kiroho) katika safari yako ya kiroho na uweze kutii uongozi na ushauri wao.
13. **Tamani kujazwa Roho Mtakatifu:** Jisalimishe kwa Roho Mtakatifu. Umemsikia akinena nawe ulipopokea uponyaji. Atanena nawe tena kila mara ukimwomba na kujitayarisha.
14. **Gundua vipawa vyako vya kiroho na mahali unapoweza kutumika katika mwili wa Kristo:** Mwambie Roho Mtakatifu akuongoze na kukuwezesha, na kukutayarisha kufanya huduma bora. Kisha jitoe kutumika.
15. **“Vaeni silaha zote za Mungu” kila siku:** Vaa silaha iliyotajwa katika Efe. 6:10-18.
16. **Mpe Bwana Yesu mawazo yako yote, haja zako, na mipango yako:** Ukifanya hivyo, ataendelea kukuongoza na utashangazwa na vitu vingi vilivyojaa ukarimu na baraka atakavyokufunulia na kukufanyia. Ameahidi kukudumisha kama shamba lililo na chemichemi ya maji. Ukimtumaini, ukimtegemea, na kumkiri katika mambo yote, “*atazinyosha njia zako*” (Meth. 3:5-6).
17. **Enenda katika Msamaha:** Kusamehe haraka ni muhimu.
18. **Lipa ulicodhulumu au kumwibia mtu:** Iwapo umemdhulumu mtu, mlipe. Ukihitajika kuomba msamaha, fanya hivyo.

Vifaa

1. Bob Larson, *Larson’s Book of Spiritual Warfare* (Thomas Nelson, 1999): 455-61. ISBN 0-7852-6985-1.