

Adventes Vēstis

2025
MARTS
350

SEPTĪTĀS DIENAS ADVENTISTU
LATVIJAS DRAUDŽU
SAVIENĪBAS IZDEVUMS

Adventistu
misijas
centrs
Rīgā

Misija
Indijā

Bērniem un pusaudžiem:
Jēzus satika Jaira meitiņu

Jauniešiem:
Es nevēlos aicināt
ieraudzīt labo

Saturs:

- 04** PIEMIŅA
Arvīdu Kaņepu atceroties
- 07** VĀRDS MĀCĪTĀJAM
Kad mazais cilvēks satiekas ar Lielo Dievu
- 09** AKTUĀLAIS JAUTĀJUMS
Ej un izdeldē
- 10** TĒMA/ MISIJAS CENTRS
Adventistu misijas centrs Rīgā
- 14** TĒMA/ MISIJA INDIJĀ
Misija Indijā 2025
- 20** MISIJA
**Misijas skola “Sūti mani”:
misijas ceļojums uz Kipru**
- 24** VESELĪBA
Par rafinēto cukuru
- 27** JAUNIEŠIEM
Es nevēlos aicināt ieraudzīt labo
- 29** BĒRNIEM UN PUSAUDŽIEM
Jēzus satika Jaira meitiņu

“Adventes Vēstis” ir Septītās dienas adventistu Latvijas draudžu savienības izdevums.

Reģistrācijas apliecības Nr. 1918.

Iznāk reizi mēnesī. Tirāža: 600 eks.

Galvenā redaktore: Anitra ROZE

Redakcija: Agris BĒRZIŅŠ, Elvīra GRAKOVIČA, Imants ĢIPLSIS,
Vineta KRAULIŅA, Mārīte LIPSKA, Andris PEŠELIS.

Dizains un makets: Libri Style SIA

Izdevējs: SDA Latvijas draudžu savienība

Adrese: Baznīcas iela 12A, Rīga, LV-1010

E-pasts: adventesvestis@inbox.lv

Iesūtītos materiālus redakcijai ir tiesības rediģēt.

Par reklāmas izvietošanu uz 4. vāka rakstīt

adventesvestis@inbox.lv.

VĀRDS REDAKCIJAI

Sveicināti, mīlie “Adventes Vēstu” draugi!

Kad pavasaris ir jau klāt, rosīgākas kļūst gan domas, gan darbi. Pat satraucošākie pasaules notikumi neaizēno vēlmi plānot un apdomāt darbus dārzā un siltumnīcā vai varbūt mazajā balkona vai terases dārziņā. Pat ja dārzkopība nav jūsu sirdslieta, noteikti prātā rosās kādas pavasarīgas domas par vajadzību sasparoties un kļūt vēl čaklākiem savos ikdienas darbos, draudzes kalpošanās un – jā – arī misijā un liecināšanā. Grāmatā “Kristīgā kalpošana” par to teikts: “Dieva patiesības izplatīšana nav tikai dažu ordinētu mācītāju darbs. Patiesība ir jāizplata ikvienam, kurš sevi dēvē par Kristus mācekli.” (68. lpp.)

Kā misijas darbs jau tagad notiek mūsu draudzē un kas vēl plānots, tieši par to vēsta abi šī numura tēmas raksti – “Adventistu Misijas centrs Rīgā” un “Misija Indijā 2025”. Papildus tam par misiju varēsiet lasīt arī rakstā par misijas skolas “Sūti mani” braucienu uz Kipru, tur piedzīvotajām atklāsmēm un Dieva vadību.

Vārds mācītājam mūs aicina ielūkoties notikumā, kurā kāds mazs vīrs sastapa Lielo Dievu. Šīs rubrikas rakstā mācītājs Valdis Zilgalvis izvedīs lasītājus cauri Caķeja atgriešanās pieredzei. *Aktuālais jautājums* atbild uz to, ko nozīmē Vecajā Derībā sastopamā Dieva pavēle iet un izdeldēt. Rubrikā *Veselība* atradīsiet turpinājumu 10 dienām bez rafinēta cukura, bet lappusīte *Jauniešiem* aicina uz dziļām pārdomām Ingas Zēfeldes svētrunā “Es nevēlos aicināt ieraudzīt labo”. Savukārt bērnus un pusaudžus šoreiz sagaida tikšanās ar kādu sievieti, kurai bija ļoti vajadzīga palīdzība, un kādu vīru, kura vajadzība bija vēl lielāka. Kāda bija šo cilvēku sastapšanās ar Jēzu un kādu iespaidu tā atstāja viņu dzīvē, par to lasiet žurnāla beigu daļā!

Savā ziņā par misijas rakstu es sauktu arī lappusē *Piemīna* atrodamās atmiņas par draudzes brāli Arvīdu Kaņepu – brāli, kura dzīves moto bija iedrošināt, aprūpēt, iepriecināt un glābt.

Grāmatā “Mācekļības rokasgrāmata” (kuru jau visai drīz varēsiet iegādāties “Patmos” grāmatu veikalā) ir teikts: “Septītās dienas adventistu draudzes misija ir aicinājums visiem ļaudīm kļūt par Jēzus Kristus mācekļiem, lai pasludinātu mūžīgo evaņģēliju, ko sevī ietver trīs eņģeļu vēsts (Atkl. 14:6–12), un sagatavot pasauli Kristus drīzajai atnākšanai. Tā ir Septītās dienas adventistu draudzes misija. Tā ir tava misija.”

Visas žurnāla redakcijas vārdā no sirds vēlu prieku un svētības jūsu ikdienas misijā, ejot kopā ar Jēzu un piedzīvojot, kā šai darbā katru dienu, katru stundu, katru mirkli jūs maina un veido Dieva Svētais Gars!



Anitra Roze,
AV galvenā redaktore

Misija ir Jēzus Kristus uzticētā svētā uzdevuma pamatu pamats, un mūsu, kristiešu, aicinājums, pienākums un privilēģija ir līdzdalīt Viņa evaņģēlija vēsti apkārtejiem cilvēkiem. Jēzus Saviem mācekļiem deva skaidru pavēli: "Ejiet un dariet par mācekļiem visas tautas, tās kristīdami Tēva un Dēla, un Svētā Gara vārdā, tās mācīdami turēt visu, ko Es esmu jums pavēlējis." (Mateja 28:19, 20) Šie vārdi, pazīstami kā Lielais Uzdevums, ir mūsu misijas darba pamatā. Tas ir aicinājums ne tikai sludināt, kristīt un mācīt, bet arī parādīt Kristus mīlestību un rūpēties par visiem cilvēkiem.

Kristiešu misijas darbs norit dažādos veidos un aptver dažādas teritorijas, sākot no personīgās liecināšanas ar vārdiem un secīgiem darbiem mājiniekiem, skolās un darbavietās, līdz vietējām draudzēm, evaņģelizācijas projektiem, semināriem, veselības izstādēm, izglītības programmām un tālāk līdz pat medicīniskajai un sociālajai palīdzībai, kā arī digitālajai misijai, lai dalītos ar Jēzus Kristus mūžīgā evaņģēlija vēsti visā pasaulē, līdz pat visattālākajām pasaules vietām.

Tradicionāli misionāri devās uz tālām zemēm, lai sludinātu evaņģēliju un palīdzētu veidot vietējās kopienas. To sauc par

pārrobežu kristīgo misiju, lai ar evaņģēlija vēsti aizsniegtu tās tautas, *cilvēkus un valodas*, kas Jēzu vēl nepazīst.

Misijas darbs ir daudzpusīgs un daudzveidīgs. Tas var izpausties kā:

Vietējās draudzes darbs un atbalsts: ziedojumi, draudzes projekti un sabiedrības iesaistīšana ir būtiskas misijas darba sastāvdaļas. Draudze var kalpot kā atbalsta punkts dažādām misijas aktivitātēm.

Misijas/ Ietekmes centri: kalpojot vietējo iedzīvotāju vajadzībām praktiskā veidā, liecināt par Jēzu.

Izglītības programmas: skolas un izglītības centri visā pasaulē ir svarīgi misijas rīki, kuros ne tikai māca bērnus un jauniešus, bet arī izkopj viņu ticību un morālos pamatus.

Medicīniskā palīdzība: slimnīcas, klīnikas un veselības aprūpes programmas arī ir vienas no efektīvākajām misijas darba formām. Tās dod iespēju apvienot fizisko un garīgo dziedināšanu.

Sociālā palīdzība: palīdzība trūkcūcietējiem, bēgļiem un sociāli neaizsargātajiem cilvēkiem ir būtiska daļa no mūsu misijas darba. Tā parāda Kristus mīlestību un rūpes praktiskā veidā.

Digitālā misija: ar interneta un sociālo mediju palīdzību

mēs varam sasniegt cilvēkus, kuriem citādi būtu grūti piekļūt. Tiešaistes dievkalpojumi, lekcijas un evaņģēlija vēsts izplatīšana caur digitālajiem kanāliem ir kļuvusi par ļoti svarīgu misijas jomu.

Protams, ir vēl daudzi citi praktiski un radoši formāti, kā veikt misijas darbu.

Kā kristieši mēs esam aicināti būt par gaismu pasaulē un dalīties ar cerības vēsti par Jēzus Kristus atnākšanu. Lai arī kādā veidā un formā mēs veicam misijas darbu, svarīgi ir atcerēties, ka tas ir Jēzus darbs un ka mēs esam Viņa instrumenti šajā svētajā uzdevumā. Kā mēdz teikt – Viņa rokas.

Jēzus Saviem mācekļiem teica un saka arī šodien: "Miers ar jums! Kā Tēvs Mani sūtījis, tā Es jūs sūtu." (Jāņa 20:21)

Lai Dievs svētī mūs visus, satverot šī aicinājuma svinīgumu un privilēģiju, lai misijas darbā Viņa vārds tiek pagodināts un dvēseles glābtas gan pilsētās, gan lauku reģionos!

Imants Ģipslis,
SDA Latvijas
draudžu
savienības
prezidents/
bīskaps





15. februāra rīts atnāca ar skumju ziņu daudziem, kuri pazina mīlo brāli Arvīdu Kaņepu – Dievs bija aizsaucis Savu uzticīgo kalpu uz dusu līdz augšāmcelšanās rītam. Jau daudzus gadus br. Arvīds piederēja Rīgas 1. draudzei, no sirds tajā kalpoja, ieguldot savu sirdi, enerģiju, laiku un spēku. Bet mīļš un dārgs viņš bija daudziem draudzes locekļiem visā Latvijas adventistu saimē un arī ārpus Latvijas. Piemiņas brīdī dzirdējam daudz sirsniņu stāstu, kuri ļāva ieskatīties šī nesavtīgā, sirds siltuma pilnā brāļa dzīvē. Šajā “Adventes Vēstu” numurā būs vien dažas atmiņas, ar kurām vēlamies pateikties Dievam par Arvīdu, par viņa dzīvi un kalpošanu.

Valnis Latgalis, mācītājs: Arvīds Kaņeps bija ievērojama personība. Kad 1995. gada rudenī ar ģimeni pārceļamies uz Valmieru, viņam bija liela loma mūsu uzņemšanas un sagaidīšanas procesā. Tā kā mums bija diezgan daudz mantu – vesels furgons, Arvīds bija noorganizējis, kā man šķita, visu draudzi, kas palīdzēja šīs mantas izkraut no mašīnas, sanest

ARVĪDU KAŅEPU ATCEROTIES

un nolikt vietās. Mans uzdevums bija tikai pateikt, kur ko likt. Tas viss notika ļoti īsā laikā. Jāpiebilst, ka pirms došanās ceļā mēs šo mašīnu bijām krāmējuši gandrīz visu dienu, jo mums bija trīs mazi bērni un daudz mantu.

Arvīds bija liels organizators. Viņš mācēja organizēt gan lielas talkas, gan dažāda veida pasākumus, un patiešām cilvēki atsaucās. No viņa nāca tāda iedvesma, kas iedvesmoja arī pārējos pievienoties, atbalstīt, būt kopā. Tā bija draudzē liela vērtība.

Vēl kāda epizode. Mēs no Rīgas devāmies uz Valmieru. Tā iznāca, ka izbraucām pavēlu, īsi pirms pusnakts. Kādus kilometrus 35–40 no Valmieras mašīnas motors sāka darboties nevienmērīgi, ar grūdieniem, visbeidzot mašīna apstājās un vairs nebija iedarbināma. Ārā bija apmēram -15 grādu sals. Tā bija 1996. vai 1997. gada ziema. Mūsu jaunākajam bērnam tajā brīdī bija kāds pusotrs gadiņš, vecākajam – varbūt pieci. Tā nu pusnaktī bijām palikuši krustceļos un tālāk nevarējām tikt. Benzīntanks, kas atradās netālu, bija slēgts uz remontu, bet tur bija neliela sarga mājiņa. Es aizgāju turp aprunāties, un sargs atļāva šajā pāris kvadrātmetrus lielajā mājiņā mums ar bērniem apmesties. Toreiz mobilo tālrunu nebija, bet sargam bija telefons. Pirmais cilvēks, kuram es zvanīju, bija Arvīds. Kaut arī bija pāri pusnaktij, Arvīds pacēla klausuli un, uzklausījis mani, teica: “Gaidi! Braucam!” Pēc pavisam īsa laika atbrauca Arvīds ar diviem dēliem. Domāju, kāpēc viņš ir atbraucis ar dēliem. Kad jau grasījāmies sēsties savā mašīnā, viņš teica: “Nē, nē! Jūs te, siltumā!” Mēģināju iebilst, ka es iešu pie stūres, bet viņš mūs aizsūtīja uz savu silto auto. Viens no dēliem sēdās pie mūsu auto stūres. To vadīt nebija viegls uzdevums, jo stikli pa šo laiku jau bija aizsaluši un apsildes nebija. Lai varētu sazināties, tika atvērta arī sānu logs. Tas bija

visai nopietns pārbaudījums. Mēs bijām diezgan nosaluši, un man ir aizdomas, ka Arvīda siltajā mašīnā aizmiga ne tikai bērni, bet arī es pats. Kad pamodāmies, bijām jau Valmierā pie dzīvokļa un drīz vien arī siltumā. Arvīds bija paņēmis līdzī arī ko ēdamu un lielu termosu ar karstu tēju. Viņš tiešām mācēja par visu padomāt un bija ārkārtīgi iejūtīgs un pretimnākošs cilvēks.

Tās ir tikai dažas epizodes. Tādu bija ne mazums. Arvīds bija Dieva bērns, kura sirds ilgojās jebkurā dzīves situācijā darīt labu, darīt labāko, ko viņš spēj un saprot. To arī mēs no viņa varētu mācīties.

Daina Linde no Rīgas

1. draudzes: “Tad nu, važās slēgts sava Kunga dēļ, es jūs mudīnu: dzīvojiet tā, kā to prasa jūsu aicinājuma cieņa, visā pazemībā, lēnībā un pacietībā, cits citu panesdami mīlestībā [...]” (Ef. 4:1, 2)

Pateicos Dievam Kristū Jēzū un Svētā Gara sadraudzībai – dzīvot un baudīt draudzi visā tās daudzveidībā jau 22 dzīves gadus! Paldies par laiku un brīžiem kopā ar brāli Arvīdu! Sabata rīta neatņemama sastāvdaļa bija viņa rokaspiediens... Paldies par brāļa Arvīda sadraudzību un iedvesmojošo klātbūtni draudzes pasākumos, mājas grupā “80+”, kalpošanā, piem., Alfas kursa virtuvē, bibliotēkā, garderobē, atbildībā par kārtību draudzes namā!

Man brālīs Kristū Arvīds Kaņeps ir un paliks atmiņā ar “stāv rakstīts” – “Brāļu mīlestība jūsu starpā lai ir sirsniņa. Centieties cits citu pārspēt savstarpējā cieņā. Savā darbā neesiet kūtri, esiet dedzīgi garā, gatavi kalpot Tam Kungam, priecīgi cerībā, pacietīgi bēdās, neatlaidīgi savās lūgšanās.” (Rom. 12:10–12)

Ieva Sprance no Valmieras

draudzes: Arvīds paliks manās atmiņās kā vienkāršs, sirsniņš, izpalīdzīgs un mīļš brālītis, kurš savu Debesu Tēva doto talantu prata svētīgi

un dāsni lietot. Viņa “svētrunas” bija labprātīga kalpošana no sirds, pagodinot Dievu, atbalstot un iepriecinot draudzi.

Mirdza un Alfrēds Jākobsoni, Ruta un Dzintars Vēveri: Mēs

Arvīdu atceramies kā ļoti atsaucīgu, draudzīgu un pretimnākošu draudzes locekli. Ar viņu bija ļoti viegli kontaktēties, jo Arvīda pozitīvais, draudzīgais smaids un asprātīgais humors ļāva katram sajusties patīkami Arvīda klātbūtnē. Atceramies, kā kopā braucām Rīgas 1. draudzes rīkotajās ekskursijās un braucienos ar kori. No viņa staroja gaišums, optimisms un Dieva prieks. Draudzē Arvīds bija izpalīdzīgs kalpotājs, kurš interesējās par citu vajadzībām, arī uzrunājot tos, kuri draudzē ieradās pirmo reizi, lai viņi justos kā mīļi gaidīti viesi.

Mēs gaidām to brīnišķīgo dienu, kad Jēzus – mūsu Glābējs un Pestītājs – vedīs uz Debesu mājām, lai prieka pilnām sirdīm satiktos ar Jēzu un visiem Viņa atpestītajiem bērniem.

Inese Pilvere no Rīgas

1. draudzes: “Tāpat lai jūsu gaismas spīd ļaužu priekšā, ka tie ierauga jūsu labos darbus un godā jūsu Tēvu, kas ir debesis.” (Mt. 5:16)

Bija 20. februāris, viena no saulainajām, bet aukstajām šīs ziemas dienām. Valmieras Dīvala kapu automašīnu stāvlaukums ir pārpildīts, arī kapličīna, kas vizuāli atgādina baznīciņu no pastkartēm, ir pārpildīta, bet cilvēki ar atvadu ziediem nāk un nāk... Visi vēlas pateikt savu sirsnīgo Paldies par Arvīda dzīvi, kas bijusi piepildīta ar lielu darba mīlestību, pašai dziedīgu izpalīdzību un spēju redzēt, kur un kam palīdzība vajadzīga.

Arvīdu iepazīnu jau kā strādājošo pensionāru. Lai gan, prasmīgi saimniekojot, ar pensiju būtu pietiekami, Arvīds priecājās, ka ir iespēja palīdzēt gan Indijas misijas laukam, gan cilvēkiem viņu vajadzībās, gan arī draudzei. Šobrīd jau varu atklāt viņa noslēpumu, ka arī Rīgas 1. draudzes Lielās zāles krēslu nomainā nozīmīga artava nāca no Arvīda rokas.

Arvīda sirdslieta bija draudzniecība. Viņš bija kārtības mīļotājs, izpalīdzīgs talkās un čakls,

darbojoties virtuvē, vārot ALFAs zupas.

Arvīda dzīves prioritātes varētu ierindot šādā secībā: DIEVS, DRAUDZE, DARBS UN LĪDZCILVĒKI.

Paldies Dievam par kopīgi ar br. Arvīdu vadīto kalpošanās laiku!

Jānis Mucenieks no Rīgas

1. draudzes: Iepazinot ar Arvīdu 1988. gadā, kad pārcēlos uz Valmieru. Viesmīlība gan draudzē, gan arī viņa mājās Burkānciemā bija pieņemoša un sasildoša.

Pēdējos gados viņā atradu draugu, uzticamības personu, ar kuru varējām sarunāties par visu. Lūk, tāds cilvēks – Jēzum līdzīgs! (Fil. 2:7)

Gunta Ābele no ASV: Joprojām nespēju noticēt, ka Arvīda vairs nav mūsu vidū. Kad dzīvoju Latvijā un gāju uz draudzi, pirmie, ko ar acīm meklēju, bija Aija un Arvīds Kaņepi. Atlika uz Arvīdu paskatīties, un sirdī jau ielija prieks. Viņa seju vienmēr rotāja silts smaids, un radās sajūta, ka tieši tu es tas, ko viņš ir gaidījis.

Arvīds kalpoja draudzes garderobē ar smaidu sejā arī tad, kad juta sāpes. Viņš pārcieta daudzas smagas operācijas, bet nekad nesūkstījās. Patiess kristietis.

Ingrīda Markusa no Rīgas

1. draudzes: Arvīds, cilvēks, kuram pēc laba vārda un smaida kabatā nebija jāmeklē. Labestīgs, sirsnīgs un visnotaļ pozitīvs, tāds viņš spēja būt allažīn. Arvīds “redzēja” cilvēkus. Viņš tiem neskrēja aklī garām. Silts smaids, draudzīgs vārds – ar to viņš tik labprāt satiekoties dalījās.

“... mīlestība jūsu starpā lai ir sirsnīga...” – man šķiet, Jēzus to varēja redzēt Arvīda attieksmē pret cilvēkiem.

Maija Žube no Ērgļu draudzes:

Neviens neieņems Arvīda vietu manā dzīvē. Viņš bija fenomēns, lai arī ar saviem stīkiem un niķiem. Pateicos Dievam, ka viņš dzīvoja manā laikā!

Iedomājieties, mēs, trīs mazi Driķu ģimenes bērni, bijām aizrauti nekurienē, Rūjienā, pie pašas Igaunijas robežas. Tā izlēma kulta pilnvarotais Liepa, teikdams, lai mūsu tētis, mācītājs Herberts Driķis, pa godam apglabā tās dažas tantīņas, kuras nāk uz draudzi, lai viņš,

nākdams no Sibīrijas katorgas gulagā, ne uz ko labāku necer. Mēs, bērni, protams, devāmies tētīm līdzī, prom no saviem vienīgajiem draugiem – četriem mācītāja Pavasara bērniem Rīgā. Rūjienā mūs gaidīja tikai neticīgi skolas biedri, kuri zobojās, ka sestdienās ejam uz baznīcu pie tām tantīnām...

Un te ieradās Arvīds! Viņš mūs pamazām iepazīstināja ar jauniešiem no citām draudzēm – gan ar Neikuriem Rēzeknē, gan Kleimaņiem un Beļēvičiem Daugavpilī, gan Gerasimoviem Rīgā, gan valmieriešiem, pat igauņiem. Tas notika Arvīda organizētajās talkās, ekskursijās, braucienos uz svētku dievkalpojumiem. Mēs sekojam Arvīda paraugam – rūpējamies par jauniešiem, kuri jūtas vientuļi savās draudzītēs, – un ceram, ka to turpinās darīt Arvīda septiņnieks – trīs lieliskie dēli un četri brašie mazdēli.

Paldies Dievam par Arvīdu, par viņa pozitīvo iespaidu uz manu dzīvi! Paldies, ka Mūžīgā Cerība bija viņa dzīves veids!

Viktorija un Sindija Reinikas:

Mūsu mīļais Arvīds – cilvēks ar lielu sirdi un bezgalīgu mīlestību! Kad bijām maziņas, mēs lūdzām Dievu, lai Viņš mums dāvā vecmāmiņu un vectētiņu, jo dzīve mums tos nebija devusi. Tad mūsu ceļā ienāca Arvīds, cilvēks, kurš ar atvērtu sirdi piekrita būt mūsu vectētiņš. Lai gan viņš nebija mūsu īstais vectēvs, viņš mums bija tik tuvs un dārgs, kā īsts! Viņš redzēja, kā mēs augam, bija klāt mūsu dzīves nozīmīgākajos brīžos, dalījās savās zināšanās, rūpēs un mīlestībā. Viņa siltums un sirsnība vienmēr mūs pavadīja, un mēs no visas sirds viņu pieņēmām kā savu vectētiņu, tāpat kā viņš mūs – kā savus mazbērņus.

Paldies Dievam par mīlo Arvīdu, par visu mīlestību, ko viņš mums dāvāja! Viņš vienmēr paliks mūsu sirdī!

Anitra Roze no Rīgas

1. draudzes: Arī manā dzīvē Arvīds Kaņeps, mans brālītis, bija un paliks ļoti, ļoti īpašs cilvēks. Viņam ir un būs ļoti liela vieta manā sirdī. Domājot par Arvīdu, jāteic, ka viņš bija viens no maniem sirsnīgākajiem draugiem. Reti kurš cilvēks mani ir tik labi sapratis un tik ļoti par mani rūpējies.



Arvīda dzīves prioritātes varētu ierindot šādā secībā: DIEVS, DRAUDZE, DARBS UN LĪDZCILVĒKI.

Tā es domāju un tad bērēs un šajos atmiņu stāstos sapratu, ka daudzi ir jutušies tieši tāpat – it kā viņi būtu Arvīdam vistuvākie un īpašākie. Tā bija viņa lielā dāvana – palīdzēt cilvēkam justies sevišķam, samīļotam, pasargātam, iepriecinātam.

Viena no spilgtākajām atmiņām man ir par Arvīda kalpošanu draudzkopībā, kad viņš bija šīs nodaļas vadītājs un mani (joprojām nezinu, kāpēc) bija izraudzījis par savu vietnieci. Patiesībā, es domāju, ka viņš vēlējās mani iesaistīt draudzes kalpošanā, un par to esmu viņam ļoti pateicīga. Mūsu draudzkopības kalpošanā aizvadītais laiks iezīmējās ar ļoti rosīgu darbošanos, daudzu draudzes locekļu apciemošanu (iesaistoties visai manai ģimenei), pazudušo avju meklēšanu un daudzām svētīgām apspriedēm. Vēl tagad atceros neaptveramo darbu, ko Arvīds ar Aiju bija ielikuši, sagatavojot Rīgas karti ar draudzkopības apgabaliem, kur katram bija iezīmēts savs īpaši numurēts rajons. Draudzkopības kalpošana bija un noteikti līdz pēdējam palika Arvīda sirdslieta.

Otra īpaša atmiņa, es gribētu teikt – liecība, ir par Arvīda brīnišķīgo kalpošanu garderobē. Tur viņš bija arī kādā seminārā par Atklāsmes grāmatas pravietojumiem, uz kuru biju uzaicinājusi viešņas, kas nav no mūsu draudzes. Tieši Arvīda sirsnīgais smaids, viņa joki, tas, ka viņš vakaru no vakara pazina un draudzīgi sagaidīja manas viešņas, bija viena no atslēgām, kas atslēdza viņu sirdi un atklāja viņam mūsu draudzi kā ģimeni. Paldies Dievam par Arvīda liecību, ka misijas darbam ne vienmēr jānotiek kādā īpaši izplānotā veidā, bet ka tas var tikt paveikts ar siltu smaidu un laipniem vārdiem!

Arvīda dāvana – senatnīgais pulkstenis – manā istabā turpina skaitīt minūtes līdz laikam, kad mēs atkal satiksīmes. Viņa gadījumā augšāmcelšanās cerība ir ļoti droša. Atliek domāt, kā būs ar mani. Noteikti negribētu viņu pievilt...

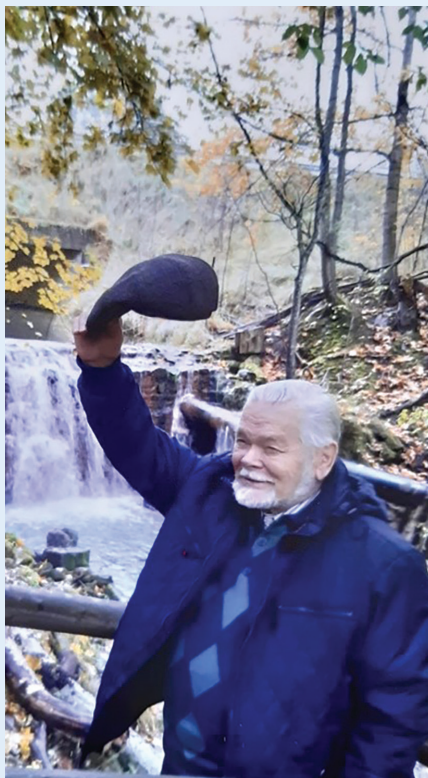
Santa Circene no Rīgas

7. draudzes: Manā sirdī Arvīds vienmēr paliks tāds smaidīgs un mīļš, vienmēr atcerēšos viņa priecīgās acis. Viņš vienmēr atcerējās pajautāt, kā iet manam dēlam. Atceros jaukās mājas grupas, ekskursijas. Paldies Dievam, ka šī ir tikai šķiršanās uz laiku, šī dusa ir tikai uz laiku, mūs gaida brīnišķīga satikšanās!

Agnese Pilke no

Valmieras draudzes: Arvīds bija enerģisks, možs, gaišs un priecīgs Dieva bērns, kurš rūpējās par tiem, kuriem vajadzīgs iedrošinājums un atbalsts. Arī es saņēmu šo atbalstu un iedrošinājumu, kad tikko biju nokristījies. Arvīdam vienmēr atradās vārds, ko pateikt un arī sasmīdināt. Viņš vairāku gadu garumā neaizmirsā man piezvanīt un pateikt labus vārdus.

Aija Kaņepe: Man ļoti pietrūks Arvīda cieša, spēcinošā apskāviena un mīļās bučīņas pēc katras dienas kopīgām lūgšanām par draudzi, dēliem, mazbērniem un īpaši par 80+ mājas grupiņu...



“Nonācis Jērikā, Jēzus gāja pilsētai cauri. Un, lūk, tur bija kāds cilvēks, vārdā Caķejs, tas bija virsmuitnieks, bagāts vīrs. Viņš gribēja Jēzu redzēt, kāds Viņš esot, bet nevarēja ļaužu dēļ, jo viņš bija mazs no auguma. Tad viņš, aizskrējis priekšā kādu gabalu, uzkāpa vīģes kokā, lai Jēzu varētu redzēt, jo Viņam tur bija jāiet garām. Bet Jēzus, tai vietā nācis, paskatījās uz augšu un uzrunāja viņu: “Caķej, kāp steigšus zemē, jo Man šodien jāiegriežas tavā namā.” Un tas steigšus nokāpa zemē un Viņu uzņēma pie sevis ar prieku. To redzot, visi kurnēja un sacīja: “Pie grēcīga cilvēka Viņš ir apmeties!” Bet Caķejs piegāja pie Jēzus un sacīja: “Kungs, pusī no savas mantas es gribu dot nabagiem, un, ko es citiem esmu izspiedis, es četrkārtīgi gribu atdot.” Jēzus sacīja viņam: “Šodien šim namam pestīšana notikusi, tāpēc ka arī šis ir Ābrahāma dēls. Jo Cilvēka Dēls ir nācis meklēt un glābt pazudušo.”” (Lk. 19:1–10)

Šis ir stāsts par to, kas notiek, kad mazais cilvēks satiekas ar Lielo Dievu.

Ir cilvēki, kuriem šķiet, ka viņiem pieder viss, ko šī pasaule vērtē un ciena. Tādus daudzi atzīst par veiksmīgiem. Senās Ēģiptes laikos tos uzskatīja par taisnajiem. Savukārt tiem, kam tā neveicas, ir kārdinājums būt greisirdīgiem. Caķejs bija viens no tiem cilvēkiem, kam it kā bija viss. Būdams virsmuitnieks (2. p.), viņš bija atbildīgs par plašu teritoriju. Lai apgūtu milzīgās summas, muitnieki veidoja apvienības, kas līdzinājās mūsdienu korporācijām, katru no tām vadīja virsmuitnieks un daži ierēdņi, kurus atbalstīja daudzi investori. Nodokļu iekasēšana Romas labā varēja būt diezgan ienesīga jebkurā vietā, bet Jērika, robežojoties ar Pereju, bija īpaši pievilcīga. Tā atradās ļoti auglīgā apvidū, kas to padarīja par vienu no bagātākajām Israēla pilsētām. Pie kam tika iekasētas muitas nodevas arī gar tirdzniecības ceļu uz Jeruzalemi un no tās.

KAD MAZAIS CILVĒKS SATIEKAS AR LIELO DIEVU



Valdis Zilgalvis – Smiltenes draudzes un Rūjienas draudzes mācītājs

Muitnieki bija arī naudas aizdevēji, spekulanti un darbuzņēmēji, kas piegādāja materiālus armijai. Viltojot grāmatvedību, spekulējot ar precēm, slēdzot blakus darījumus, uzpērkot un izspiežot, šādi uzņēmumi deva iespēju apkrāpt Romu, vietējās amatpersonas, citus investorus un vidusmēra pilsoņus.

Kāpis par karjeras kāpnēm un saraucis negodīgu peļņu, Čaķejs kļuva bagāts virsmuitnieks. Esmu pārliecināts, ka Jērikā un tās apkārtnē daudzi labprāt būtu apmainījušies vietām ar Čaķeju. Viņš bija veiksmīgs pēc pasaules standartiem. Tomēr nekad nevajadzētu priest par grāmatu pēc tās vāka. Pie visas nosauktās pilnības bija kaut kas tāds, kā Čaķejam trūka un kas izšķīra visu viņa dzīvē. Viņš bija mazs augumā un arī mazs dvēselē. Mazā auguma dēļ, lai redzētu Jēzu pūļa vidū, viņam bija jākāpj kokā. Bet sliktākais bija tas, ka viņš bija mazs arī savā dvēselē. Kā tas izpaudās?

Čaķejs netika pārprasts. Viņš nebija apstākļu upuris. Cilvēki viņu nicināja nevis tāpēc, ka būtu nosodoši, viņi to nicināja, jo viņš bija rūdīts, nekam nederīgs zaglis. Un viņš to zināja. Lūkas evaņģēlijā “muitnieki un grēcinieki” regulāri tiek minēti kopā (5:30; 7:34; 15:1; 19:7). Viņi bija mazi savā dvēselē.

Vai nav tiesa, ka dažkārt mūsu pašu izvēles noved mūs izolācijā? Mēs varam ciest no to lēmumu sekām, kas mūs attālina no kopienas, atstājot vientuļus un nošķirtus no Dieva un citiem. Šodien daudziem šķiet, ka viss ir kārtībā. Bet tiem, kam ir ausis, Uzticamais un Patiesais Liecinieks atgādina: “Tu saki: es esmu bagāts, un man ir

pārpilnība, un man nevajag nenieka, bet tu nezini, ka tu esi nelaimīgs, nožēlojams, nabags, akls un kails.” (Atkl. 3:17) Jebkuram cilvēkam ir jāatceras, ka bez Jēzus mēs esam mazi savā dvēselē, mēs esam nekas (Jņ. 15:5). Nav svarīgi, kas mums pieder vai ko mēs domājam par sevi, mums visiem ir vajadzīgs Jēzus. Šodien mums nepieciešams Viņa mīlestības siltuma piedzīvojums, Viņa piedošanas mierinājums un iedrošinājums, Viņa spēks pastāvēt kārdinājumos un arī drošība, ka mums kaut kas būs arī pēc šīs dzīves (Mk. 8:36, 37).

Tomēr ne katrs muitnieks un grēcinieks bija vienaldzīgs, izjūtot iekšējo trūkumu. Tikai dažus kilometrus no Jērikas, pie Jordānas bija sludinājis Jānis Kristītājs. Tie, kuri juta, ka kaut kas nav kārtībā, gāja pie Jāņa Kristītāja. Arī Čaķejs bija dzirdējis aicinājumu uz atgriešanos no grēkiem. Kaut gan dzīvē tas netika ievērots, tomēr atmiņā bija palicis Jāņa Kristītāja dotais norādījums muitniekiem: “Neņemiet vairāk, kā jums nolikts!” (Lk. 3:13)

Kad Jēriku pāršalca vēsts par Jēzu, Čaķejs bija uzsācis savu atgriešanās ceļu. Viņš apņēmas satikties ar Glābēju. Viņš bija sācis aptvert, cik rūgti ir grēka augļi un cik grūts ir tā ceļš, kas mēģina atgriezties no netaisnības. Būt nepareizi saprastam, piedzīvot aizdomas un neuzticēšanos tieši tad, kad viņš centās izlabot savas kļūdas, – to bija vēl grūtāk panest.

Muitnieku vadītājs ilgojās redzēt To, kura vārdi bija iedvesuši sirdī cerību. Tā nu viens no šī stāsta ievērojamiem aspektiem ir Čaķeja ilgas. Mēs lasām: “Viņš gribēja Jēzu

redzēt, kāds Viņš esot, bet nevarēja ļaužu dēļ, jo viņš bija mazs no auguma. Tad viņš, aizskrējis priekšā kādu gabalu, uzkāpa vīges kokā, lai Jēzu varētu redzēt, jo Viņam tur bija jāiet garām.”

Ielas bija ļaužu pārpildītas. Neviens viņam kā mazam cilvēkam nepavēra skatu uz Jēzu, un tā, aizskrējis ļaužu pulkam nedaudz priekšā, kur pāri ceļam pārkārās kupli sazarojis sikomores koks (vīges koka pasuga), bagātais muitas iekasētājs uzrāpās tā zaros. No šīs vietas varēja labi pārredzēt gājienu. Ļaužu pūlis jau tuvojās, un Čaķejs dedzīgi ar acīm meklēja Jēzu.

Kāpšana kokā bija gan burtiska, gan simboliska. Tā bija vēlme pacelties pāri apstākļiem, kas viņu ierobežoja. Arī mēs savā dzīvē ilgojamies pēc saiknes ar Dievu. Mēs gribam atbrīvoties no apstākļiem, kas mūs šai ceļā kavē. Mēs meklējam Kristus klātbūtni savā ikdienas eksistencē pat tad, kad jūtamies pazuduši vai necienīgi. Čaķejs ne tikai vēlējās redzēt Jēzu, viņš meklēja kaut ko dziļāku – savas vērtības apliecinājumu, cerības atspulgu, iespēju tikt izpirktam.

Tad pienāca izšķirošais brīdis, kad Lielais Dievs satikās ar mazo vīru.

Kad Jēzus nonāca tajā vietā, Viņš, paskatījies uz augšu, tam sacīja: “Čaķej, kāp steigšus zemē, jo Man šodien jāiegriežas tavā namā.”

Šajā brīdī Jēzus nepakļāvās sabiedrības normām. Viņš uzrunāja atstumto, pārkāpjot tiesas un aizspriedumu barjeras. Tas ir spēcīgs atgādinājums, ka Jēzus mūs redz pat tad, kad mēs slēpjamiem, pat tad, kad jūtamies necienīgi. Viņš zina mūsu vārdus, mūsu stāstus, mūsu cīņas. Neatkarīgi no mūsu pagātnes vai

no tā, kā mūs uztver citi, Jēzus mūs aicina. Viņš aicina mūs nokāpt no izolētības un kauna koka un aicina mūs attiecībās.

“Un tas steigšus nokāpa zemē un Viņu uzņēma pie sevis ar prieku.”

Parasti domājam, ka mēs esam tie, kas nāk pie Dieva. Patiesībā Dievs nāk pie mums. Lielais Dievs, kurš radījis pasauli, Jēzus personā nāk pie grēcinieka un piedāvā dzīvību caur Sevi (Jņ. 6:44, 65). Dvēselei nav cita veida, kā tikt glābtai. Saskaņā ar Biblii mēs visi esam miruši grēkā, līdz Jēzus mūs glābj (Ef. 2:1–4).

Ja Viņš mums neparādītu mūsu vajadzību, mēs paši nekad nespētu to apzināties. Citiem vārdiem sakot, mēs nekad nespētu un mums nebūtu vēlēšanās nākt pie Jēzus, ja Viņš pats pirmais nenāktu pie mums!

Kad Jēzus toreiz apstājās zem šī koka, Viņš zināja visu par Čaķeju, tomēr Viņš joprojām to mīlēja un joprojām bija līdzjūtīgs. Kāds žēlastības tēls! Kāds Lielās personības apliecinājums!

“Bet Jēzus, tai vietā nācis, paskatījās uz augšu un uzrunāja viņu: “Čaķej, kāp steigšus zemē, jo Man šodien jāiegriežas tavā namā.” Un tas steigšus nokāpa [...]” Vēlos, lai jūs izlasītu to vēlreiz un pamanītu, ka tas bija steidzams aicinājums. Interesanti, ka Lūka šajā notikumā pievērs uzmanību steigai. Čaķejs pūlas, Čaķejs skrien, Jēzus pavēl steigties, Čaķejs steigšus nokāpj un ar prieku Viņu uzņem. Tas bija steidzams aicinājums, tas bija nepārprotams aicinājums, jo Lielais Dievs sauca Čaķeju vārdā. Sekoja steidzama atbilde.

Tā Jēzus arī man un Tev liek steigties. Tas ir steidzams aicinājums šodien. Kungs var nākt uz šo zemi pēkšņi, mēs arī nezinām savas sirds pēdējā puksta brīdi. Jēk. 4:14 lasām: “[...] jūs taču nezināt, kāda jūsu dzīve ir rītu; jo tā ir tvaiks, kas uz īsu brīdi ir redzams un tad izgaist [...]” Ar glābšanas piedāvājumu nevaram spēlēties. Katram ir jābūt pārliecinātam, ka viņš ir saņēmis piedošanu, ka viņš ir nomazgāts Jēra asinīs, ka viņš ir glābts. Tāpēc ir jāsteidzas!

Uzticīgais Liecinieks saka mazajam cilvēkam: “Redzi, Es stāvu durvju priekšā un kladzīnu. Ja kas dzird Manu balsi un durvis atdara,

Es ieiešu pie viņa un turēšu ar viņu mielastu, un viņš ar Mani.” (Atkl. 3:20) Kā toreiz pie sikomores koka, tā šodien pie mūsu sirds durvīm stāv Lielais Dievs. Čaķejs sadzirdēja Jēzus balsi un atvēra Viņam sava nama un savas sirds durvis.

Kas notika tad, kad Jēzus bija iegājis Čaķeja namā? Tas “Viņu uzņēma pie sevis ar prieku”. Ievērojiet – viņš uzņēma Jēzu ar prieku! Čaķejs bija sajūsmā par iespēju būt kopā ar Jēzu. Prieks vienmēr ir patiesas glābšanas apstiprinājums. Dievs dāvā mums prieku, ko nevar aprakstīt vai atkārtot ne ar ko citu šajā pasaulē. Viņa prieks ir mūžīgs. Ja mūsu prieks ir ielikts šīs pasaules lietās un balstās uz tām, tad tas pāries, jo arī šīs lietas pāries. Taču, ja mūsu prieka avots ir Jēzus, tad šis prieks paliks mūžīgi.

Bet ko vēl mēs sadzirdējam līdz ar prieku? “Bet Čaķejs piegāja pie Jēzus un sacīja: “Kungs, pusi no savas mantas es gribu dot nabagiem, un, ko es citiem esmu izspiedis, es četrkārtīgi gribu atdot.”” Tā bija atklāta grēku atzišana Kungam un atgriešanās. Mazajam cilvēkam sastopoties ar Lielo Dievu, cilvēks piedzīvo pārmaiņu. Kad Kristus ienāk mūsu dzīvē, mēs ieraugām savus grēkus, izsūdzam tos un saņemam piedošanas prieku. Žēlastība, ko saņemam, iedvesmo mūs dalīties tajā ar citiem. Vai mūsu dzīvē ir jomas, kurās mums vēl jāpiedzīvo atgriešanās?

Kas notika ar pūli, kurš redzēja Jēzu, gāja kopā ar Jēzu, bet nebija uzņēmis Viņu savā sirdī? Viņi nepriecājās par Čaķeju. Tā vietā viņi kurnēja, mēs teiktu, kritizēja Jēzu: “To redzot, visi kurnēja un sacīja: “Pie grēcīga cilvēka Viņš ir apmeties!”” Viņos nebija prieka par tām izmaiņām, ko piedzīvoja mazais cilvēks, sastopoties ar Lielo Dievu. Uz kritizēšanu pūli pamudināja Kristus un cilvēku ienaidnieks – sātans. Šāda reakcija ir pat šodien jūtama, kad cilvēks vēlas piedzīvot glābšanu.

Kā ir ar mums? Vai mēs patiesi esam ieinteresēti citu glābšanā? Vai patiesi priecājamies par to, kā Kristus izmaina cilvēku dzīvi? Vai Jēzus ir dzīvs un aktīvs mūsu šodienas dzīvē kā tāds, kam mēs skrietu pa priekšu un kura dēļ kāptu kokā, lai Viņu ieraudzītu?

Atslēga atbildei uz šo jautājumu ir atrodama Svētajos Rakstos. Lielais Dievs, kurš aicināja Israēlu un radīja pasauli, ir pilnībā klātesošs Jēzū, kurš piedzima no Marijas un nomira, lai mēs dzīvotu, un kurš turpina būt mums pilnībā klātesošs caur Svēto Garu, kurš no šīs dienas atdzīvina mūsu sirdi un prātu ar apsoliņumu un mīlestību. Lielais Dievs ir klātesošs šodien. Viņš mazo cilvēku, kas mūsos, dara lielu, tādu, kas gatavs atzīt savas kļūdas, gatavs saņemt Lielā Dieva mīlestību dot tālāk citiem.

Kurš liek mums skriet palīgā kaimiņam, kas ir nokritis uz ietves? Kurš mudina mūs izradīt mīlestību nepatīkamam pusaudzim, kas ar visiem spēkiem mūs atgrūž? Kurš ir tas, kas nāk pie mums, kad mēs jūtamies kā bērns bez mātes? Kurš ir tas, kas joprojām spēj aizkustināt mūsu sirdi, lai mēs rīkotos pareizi, kā to darīja Čaķejs, rūpētos par nabagajiem un atlīdzinātu par visiem pārkāpumiem? Kurš ir tas, kas var likt mums skriet uz priekšu un kāpt kokā, lai kaut vai tikai ieraudzītu, kaut vai tikai mirkli? Tas ir Lielais Dievs, kurš ir atradis mājvietu tevī un manī. Tā ir Viņa neizmērojamā mīlestība.

Jēzus pēdējie vārdi šajā fragmentā visu izgaismo: “Jo Cilvēka Dēls ir nācis meklēt un glābt pazudušo.” (Lk. 19:10)

Kā Kristus sekotāji mēs esam aicināti iemiesot šo pašu misiju. Mums ir jāmeklē tie, kas jūtas pazuduši, tie, kas nes kauna un nožēlas nastu. Mums ir jābūt žēlastības pārstāvjiem pasaulē, kas bieži vien šķiet skarba un nepieņemīga.

Pārdomājot stāstu par Čaķeju, pārdomāsim savu ceļojumu! Vai mēs esam gatavi kāpt savos vīģes kokos, lai meklētu Jēzu? Vai esam atvērti priekam, ko sniedz Viņa pieņemšana? Vai mēs esam gatavi atbildēt ar nožēlu un rīcību, kā to izdarīja Čaķejs? Vai esam gatavi saņemt žēlastību sniegt citiem?

Kad mazais cilvēks sastopas ar Lielo Dievu, viņš piedzīvo lielas pārmaiņas, kurās pats ir iepriecināts un kurās citiem tiek dāsnī atlīdzināts.

EJ UN IZDELDĒ...



Andris Pešelis

Kāpēc Bībelē vairākas reizes tiek pavēlēts iznīcināt kādas tautas?

“Tas Kungs tevi sūtīja ceļā un tev sacīja: ej un izdeldē tos grēciniekus, tos amalekiešus, un karo pret viņiem, līdz kamēr tie ir izdeldēti!” (1. Sam. 15:18)

Lai iesāktu risināt šo jautājumu, vispirms nepieciešams apzināties, ka Bībelē tiek atspoguļots ļoti nežēlīgs laikmets, kur vienīgā dievišķās taisnības un likuma “saliņa” šajā pasaulē bija Israēls. Apkārtējās tautas nekad nav vēlējušās, lai Israēls kā Dieva tautas projekts vispār pastāvētu. Pret Israēlu nepārtraukti notika apkārtējo tautu karadarbība, ko apliecina Svēto Rakstu stāsti.

Amalekiešu vai kādu citu tautu iznīcināšana Bībeles vēsturisko grāmatu aprakstos dažkārt izraisa apmulsumu lasītājos, kas uz šiem stāstiem lūkojas caur 21. gadsimta prizmu vai līdz galam neizprot Dieva mīlestības (*agape*) būtību. Pati pirmā reakcija, kas šiem stāstiem seko, ir – tas nevar būt mīlošais Dievs, tas ir kaut kāds genocīds! Ne velti daži pat šķir Vecās Derības Dievu no Jaunās Derības Kristus, kaut arī – un to nākas atzīt – gan Vecās, gan Jaunās Derības Dievs ir viens un tas pats vakar, šodien un mūžīgi.

Amalekieši piederēja pie Kānaānas tautām. Tiem bija apmetnes, taču liela daļa no viņu dzīvesveida bija klejošana ar ganāmpulkiem, sirojojot un meklējot, ko nolaupīt. Tā bija tauta, kura eksistēja uz savu kaimiņu rēķina, neatstājot pēc sevis neko pozitīvu. Tādi tie ir aprakstīti arī Bībelē. Pat kontaktēšanās un kopīga saimnieciska sadarbība ar šīm tautām Israēlam bija bīstama gan kulturāli, gan arī reliģiski. To apliecina turpmākie notikumi, kuri Israēlu veda uz atkrišanu.

Dievs neizvēlējās šīs tautas iznīcināt ar mēra vai dabas katastrofo palīdzību. Israēlam bija jākalpo par Dieva tiesas izpildorgānu un jāveic pie tām lāsts – senebreju *herem* –, tās iznīcinot. Šīs tautas bija nonākušas līdz savas eksistences robežai, morāli un garīgi to turpmākā pastāvēšana jau kļuva par noziegumu. Israēlam bija jātop par Dieva zobenu, kas veic tiesu un šīs tautas izdeldē.

Amalekieši kļuva bēdīgi slaveni ar savu attieksmi pret israēliešiem laikā, kad tie klejoja tuksnesī. Viņi slepkavoja un aplaupīja no kopējā tautas gājiena atpalikušos. Viņi rīkojās nekrietni un ļauni. Viņu acīs vājais nebija pelnījis žēlastību, bet gan sabradāšanu, turpretī spēcīgais – nicinājumu. Šī “morāle”, ja to tā var dēvēt, ir dzīva starp arābiem vēl joprojām.

Ja Israēla tauta ignorētu amalekiešu izdarības, viss kļūtu tikai ļaunāk. Labestību vai žēlsirdību tie uztvertu kā vājumu, un tas tikai vēl vairāk uzkurinātu šīs tautas nežēlību. Tiem vairs nebija iespējams sludināt par Dieva mīlestību, jo viņi to uztvēra kā vājumu. Papildus tam amalekieši bija nelabojami elku kalpotāji. Viņi vērtēja tikai spēku, viltību un nežēlību. Tā tie audzināja savus bērnus, kas ar mātes pienu uzņēma sevī šīs tautas samaitātību. Tā šī tauta pazudināja savus pēcnācējus.

1. Moz 15:13–16 minēts, ka Ābrahāma laikā šīs Kānaānas tautas vēl nebija piepildījušas savu grēku mēru. Tām tika dots laiks mainīt virzienu un izvairīties no iznīcības. Tomēr tās tikai nostiprinājās savā bezdievībā, kas nesa ļaunus augļus. Šo tautu iznīcība kļuva nenovēršama. Tad Israēlam nācās tapt par šīs Dieva tiesas izpildītāju. Izpildot *herem*,

Israēlam bija jāmacās neatkārtot šo tautu dzīvesveidu un bezdievību. Tam bija jāiemācās, cik liela ir Dieva nepatika pret grēku.

5. Moz. 9:5 norāda, ka arī Israēls nebija bez grēka. Israēls varēja iemantot Apsolīto zemi nevis savas taisnības dēļ, bet gan tieši šo tautu bezdievības dēļ, kad Dievs tos sūtīja šo tautu starpā, lai tie izpildītu Viņa nodomu – izveidot Dieva tautu, kas būtu par paraugu un piemēru visai pasaulei (5. Moz. 4:5–7). Lai šīs Dieva nodoms tiktu īstenots, amalekiešiem bija jātop izdeldētiem. Nežēlīgi? Jā, nežēlīgi! Tikpat nežēlīga ir arī ķirurģiska operācija, kuras laikā pacientam izgriež ļaundabīgu audzēju. Tiek griezta miesa, list asinis, no miesas tiek izgriezts gabals. Taču tas tiek veikts, lai izglābtu visu pārējo.

5. Moz 25:17, 18 Dievs pavēlēja neaizmirst amalekiešu izdarības un izdeldēt šo tautu. Tas bija sātana karš pret Dievu, kas izpaudās karadarbībā starp amalekiešiem un israēliešiem. Tas netika atrisināts Mozus dienās, lai gan tolaik krita daudz amalekiešu. To neatrisināja arī ķēniņš Sauls pravieša Samuēla laikā. Tradīcija vēstī, ka Hamans no Esteres grāmatas esot bijis amalekietis. Viņa naida mērogs bija ļoti plašs (Est. 3:8–11), viņa mērķis bija izdeldēt visu Dieva tautu.

Amalekieši par savas eksistences jēgu izvēlējās iznīcināt Dieva tautu, caur kuru Dievs bija iecerējis svētīt visu pasauli. Tas bija karš pret Dievu, tādēļ amalekiešiem bija lemts šajā karā iet bojā un izzust uz visiem laikiem.



ADVENTISTU MISIJAS CENTRS RĪGĀ

Šai numurā vēlamies “Adventes Vēstu” lasītājiem vairāk pastāstīt par kādu jaunu projektu – Septītās dienas adventistu Latvijas draudžu savienības Misijas centru.

VILNIS LATGALIS, iepriekšējais LDS prezidents:

Manas pirmās domas par Misijas centra nepieciešamību Latvijā raisījās pirms gadiem 15–17. Misijas ziņās reizēm dzirdēju par šādu centru veidošanu un darbību dažādās valstīs. Pirms gadiem 12 mūsu ticības brāļi Igaunijā sasparojās un īstenoja projektu par šāda centra izveidi Tallinā. Man bija iespēja apmeklēt šo centru kādā ziemas vakarā, neilgi pēc tā darbības uzsākšanas. Tur bija telpas jauniešu draudzei (vai grupai), pāris nelielas telpas fizioterapeita nodarbībām un neliels, gaumīgi iekārtots lietoto apģērbu veikaliņš ar dažiem, manuprāt, pārāk dārgu, apģērbu stendiem. Vēlāk dzirdēju, ka projekts tomēr neguva cerētās sekmes. Viens no iemesliem, iespējams, bija tas, ka draudžu locekļi bija gatavi atbalstīt šo projektu ar finanšu līdzekļiem, bet ļoti maz bija to, kuri būtu gatavi personīgi iesaistīties pastāvīgā kalpošanā.

Domājot par Rīgu un Latviju, sapratu, ka mums arī vajadzētu mēģināt realizēt līdzīgu projektu. Jau no paša sākuma domas vērsās Imantas virzienā, jo šeit atradās divas draudzes, kurām nebija savu telpu. Tas piedevām ir visai liels un blīvi apdzīvots Rīgas mikrorajons. Laika gaitā radās dažādas ierosmes un idejas, bet galvenā problēma, šķiet, bija tā, ka trūka komandas, kura spētu

šo ideju par Misijas centru realizēt un arī ilgtermiņā uzturēt. Aprunājos ar dažiem aktīviem cilvēkiem, bija dažādas idejas, bet līdz konkrētiem risinājumiem tā arī nenonācām. Piedevām nebija arī finanšu, lai kaut ko tik lielu uzsāktu.

Ik pēc laika gan domas atgriezās pie idejas par garīgo centru Imantā. Pirms gadiem astoņiem viesojos Ukrainā, un man Harkivā bija tikšanās ar vietējās konferences prezidentu Sergeju Molčanovu. Viņš jautāja, cik mums Latvijā ir draudzes skolu. Atbildēju, ka pirms daudziem gadiem viena bija, bet pašlaik nav nevienas (šobrīd gan viena jau ir!). Tajā Ukrainas reģionā tolaik bija vairāk nekā trīsdesmit draudzes skolas. Kolēģis jautāja arī par misijas centriem un veselības iestādēm. Teicu, ka idejas ir un dažu līdzjutēju atbalsts arī būtu, bet nav neviena,

kas to visu varētu realizēt dzīvē. Pēc pāris dienām apmeklējām divas draudzes Harkivā, kas vienlaicīgi bija arī Misijas centri. Man bija iespēja iepazīties ar draudžu mācītājiem un uzzināt vairāk par draudzes aktīvo kalpošanu sabiedrībai. Katru dienu šeit notika dažādas aktivitātes, kas bija domātas apkārtnes iedzīvotājiem. Vienā no dievnamiem (Misijas centriem) atradās arī neliela kristīgā skola ar nedaudz vairāk kā 30 audzēkņiem. Jāsaka, ka redzētais un dzirdētais atstāja uz mani paliekošu iespaidu. Sapratu, ka ne vienmēr ir nepieciešami ideāli apstākļi vai lieli finanšu ieguldījumi, lai uzsāktu sekmīgu kalpošanu. Ukraini sāka ticībā, visai pieticīgos apstākļos, bet ar lielu nodošanos un iedvesmu, šķiet, tāpēc arī rezultāti neizpalika. Ukrainā adventistu draudze ir skaitliski lielāka nekā Krievijā, un lielākās pilsētās,



protams, ir vairākas adventistu draudzes. Kijivā vien ir 25 draudzes.

Atgriežoties mājās, pārdomāju redzēto un sapratu, ka pie mums mērogi ir citi, mentalitāte reizēm ir atšķirīga, bet Dievs jau ir tas pats un cilvēku vajadzības arī ir ļoti līdzīgas. Pagāja daži gadi, kuru laikā reizēm bija tāda kā “sakustēšanās” no Rīgas 6. draudzes puses, meklējot kādu atbilstošu zemes īpašumu vai ēku, lai sāktu īstenot ideju par draudzi, kas atstātu paliekošu iespaidu uz apkārtni sabiedrību. Tad kādu dienu saņēmām ziņu, ka vēl ir iespējams iesniegt projektus saistībā ar jaunu Misijas centru izveidi Transeiropas divīzijas teritorijā. Lai gan vīzija par Misijas centru vēl nebija pilnībā pārtapusi projektā, Latvijas draudžu savienības padome to atbalstīja konceptuāli. Pēc projekta sagatavošanas un iesniegšanas sākās nākamie procesi, kuru laikā Latvijā viesojās dažādi pārstāvji no Septītās dienas adventistu Ģenerālkonferences dažādām institūcijām, lai iepazītos ar situāciju uz vietas. Tika filmēti sižeti, ierakstītas intervijas un aizvadītas tikšanās ar projektā iesaistītajiem cilvēkiem. Tad uzzinājām, ka iesniegtais projekts tiek virzīts tālāk, un bija nepieciešami jau konkrēti cilvēki, kuri būtu gatavi to visu realizēt. Pēdējais no viesiem, kurš mūs apmeklēja un intervēja jau projektā iesaistītos cilvēkus, mums atgādināja, ka bieži vien šie projekti gala fāzē reducējas par vietējo draudžu dievnamiem un nekāds īpašs darbs sabiedrības labā nenotiek. Pateicība Dievam par mācītāju Oļegu Mihailovu un Rīgas 6. draudzes komandu, kura pārliecināja viesi, ka mums jau ir pozitīva pieredze un projekti, kas veiksmīgi darbojas daudz gadu garumā, piemēram, projekts bērniem un pusaudžiem “Maranata”!

Kad saņēmām informāciju, ka mūsu pieteikums ir iekļauts 13. sabata ziedojumu kalendārā, tad kļuva skaidrs, ka sākas nākamais posms – jālūdz un jāmeklē atbilstošs zemes gabals vai ēka. Piedāvājumu nebija daudz, bet ik pa laikam saņēmām kādus jaunus, taču tie izrādījās vai nu pārāk dārgi un laikietilpīgi realizēšanā, vai arī neatbilda iecerētā projekta

vajadzībām. Projekta komanda un Latvijas draudžu savienības vadība turpināja ticībā lūgt un meklēt, izskatot arvien jaunus un jaunus piedāvājumus.

Tad, kad es ieraudzīju šo pēdējo piedāvājumu, sapratu, ka Dievs ir atbildējis lūgšanas. Eksperti saka, ka šādos projektos numur viens ir atbilstoša vieta un numur divi ir nodevusies komanda. Šīs abas lietas šobrīd mums ir, un es no savas puses novēlu arī trešo, manuprāt, pašu svarīgāko – Dieva svētību un Svētā Gara vadību turpmākā projekta attīstīšanā!

DĀVIS PRIEDE, Latvijas draudžu savienības mantzinis:

2024. gada 30. septembrī SDA Latvijas draudžu savienības padome kopā ar 6. draudzes Misijas centra komandu un LDS Īpašumu komiteju lēma par 485 000 EUR iegādāties nekustamo īpašumu Kurzemes prospektā 15, Rīgā. Darījums tika izpildīts un noslēdzās 23. oktobrī.

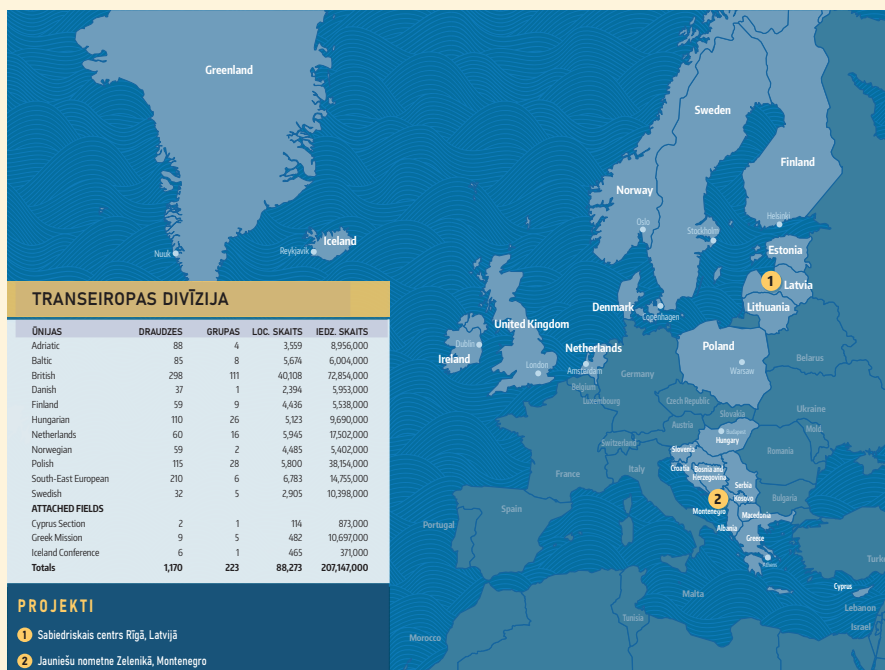
2023. gadā adventistu draudzēs visā pasaulē tika ievākti 13. sabata ziedojumi vairākiem projektiem, no kuriem viens bija atbalsts Ietekmes jeb Misijas centra izveidošanai Rīgā, Imantas mikrorajonā. Atrast piemērotu īpašumu izrādījās sarežģītāk nekā sākotnēji varētu šķist. Kopumā īpašuma meklēšana ilga vairākus gadus. Vairākkārt tika pieņemts lēmums par cita īpašuma iegādi, bet vienmēr kaut kas līdz

galam neizdevās. Caur lūgšanām un meklējumiem Dievs vadīja uz šī īpašuma iegādi.

Iegādātais nekustamais īpašums sastāv no zemes gabala 1099 m² platībā un ēkas ar aptuveni tādu pašu kvadrātūru. Tā ir PSRS laikā celta biroju ēka ar 3 stāviem un pagrabu. Šobrīd ēku izmanto vairāk nekā 25 nomnieki, tādēļ pēc ēkas iegādes nekādas tūlītējas izmaksas neveidosies, jo nomnieki turpinās ēku izmantot. Pakāpeniski tiks izstrādāts Misijas centra attīstības plāns un izvēlēta komanda. Ja centra vajadzībām nebūs nepieciešama visa ēka, tad tiks turpināti esošie nomas līgumi.

No Ģenerālkonferences 13. sabata ziedojumiem tika saņemts atbalsts īpašuma iegādei 350 000 USD apmērā. Baltijas ūnija 2024. gada septembra sanāksmē lēma palielināt savu atbalstu no 50 000 EUR uz 100 000 EUR. 6. draudzes uzkrātais finansējums ir 70 000 EUR. Pārējais tiek finansēts no LDS līdzekļiem, kuri sākotnējā projektā bija plānoti 50 000 EUR apmērā.

Ēka ir būvēta pirms vairāk nekā 50 gadiem, un lietošanas laikā būtiski ieguldījumi tajā nav veikti. LDS Īpašumu komiteja izstrādās stratēģiju ēkas tehniskā stāvokļa uzlabošanai. Plānots, ka par atlikušajiem projekta līdzekļiem primāri tiks veikti ēkas siltināšanas darbi un teritorijas labiekārtošana.



IMANTS ĢIPSLIS, LDS prezidents:

2023. gada augusta beigās, uzsākot darbu Savienības prezidenta-bīskapa amatā, kopā ar Latvijas draudžu savienības komandu iepazīnos ar visiem Draudžu savienības darbiem. Pārskatot dokumentus un darbu sarakstu, viens liels, jau iesākts projekts uzreiz iekrita acīs – 13. sabata ziedojumu projekts – Misijas centrs Rīgā, Imantas mikrorajonā. Šis ir lielākais tāda veida projekts Baltijā un viens no adventistu Misijas centru (citviet saukti par Ietekmes centriem) projektiem Eiropā un visā pasaulē.

Rīgas 6. draudzes komandas ticības drosme nospēlēja izšķirošo lomu tajā, ka šāds projekts vispār tika uzrakstīts un iesniegts. Ticot, ka tas saņems atbalstu Ģenerālkonferences līmenī, tika sapņots un plānots, kā šāda veida centrs varētu izskatīties un darboties pie mums Rīgā. Kad uz 2023. gada 3. ceturkšņa Bībeles studiju (Sabatskolas) materiāla 4. vāka tika nodrukāts aicinājums adventistu draudzēm visā pasaulē vākt misijas ziedojumus arī Ietekmes centram (tāds bija centra pagaidu nosaukums) Rīgā, Latvijā, šī ziņa kļuva par dievišķu iedrošinājumu visiem, kuru sirdī jau vairākus gadus dega sapnis par šāda centra izveidi.

Tālākā rīcība bija meklēt piemērotu zemi, uz kuras varētu būvēt ēku, vai nekustamo īpašumu ar ēku, kas cenas, lokācijas, telpu plānojuma un tehniskā stāvokļa ziņā vislabāk atbilstu Misijas centra vajadzībām. Šis uzdevums nebūt nebija viegls. Darbojās vairākas komandas – Rīgas 6. draudze, LDS padome, LDS Īpašumu komiteja. Pagāja mēnesis pēc mēneša, lūdzot, meklējot, analizējot. Tika pieaicināti privātīpašumu speciālisti un juristi, bet izrādījās, ka kopumā Rīgā nav

tik daudz sludinājumu šāda veida īpašumiem, vēl jo vairāk – par mūsu projekta kopsummai atbilstošu cenu.

Brīdī, kad vairāki privātīpašumi tika apskatīti un novērtēti kā pārāk dārgi, sliktā stāvoklī, sliktā vietā vai juridiski ļoti sarežģīti, sākām just, ka komandu entuziasms nedaudz noplok. Tomēr Dievam visas lietas ir iespējamās, un tas apstiprinājās, nepadodoties, vēlreiz meklējot un atrodot īpašumu Rīgā, Kurzemes prospektā 15 – lieliskā, redzamā un sabiedrībai zināmā vietā. Tā bija trīsstāvu ķieģeļu ēka pieņemamā stāvoklī, par atbilstošu cenu un jau ar savu darbojošos biznesa plānu, turklāt turp vietējo Rīgas mikrorajonu cilvēki jau bija pieraduši nākt. Tā ir biroju ēka, kurā jau ir īrnieki, kas maksā īri par biroja un noliktavu telpām. Tas nozīmē, ka no iegādes brīža ēka ir spējīga pati sevi uzturēt. Protams, pirmajos gados būs nepieciešamas kādas investīcijas un arī alga centra vadītājam. Bet par mērķi ir izvirzīts tas, ka pēc 2–3 gadiem šim centram ir pilnībā jāuztur pašam sevi.

Ēkas pirmajā stāvā atradīsies arī Rīgas 6. draudzes telpas, kuras ar draudzes atļauju tiktu izmantotas dažādām nodarbībām. Pārējās 1. stāva telpas un, nepieciešamības gadījumā, arī citas telpas tiks izmantotas Misijas centra darbībai – sniedzot pakalpojumus vietējiem iedzīvotājiem.

Visā šī projekta koordinēšanas laikā notika konsultēšanās ar Baltijas ūnijas prezidentu un mantzīni. Tika saņemti vērtīgi padomi un arī finansiāls atbalsts, lai šis projekts tiktu realizēts.

Kopā ar mantzīni Dāvi Priedi notika tikšanās ar Transeiropas divīzijas vadītājiem. Es vairākkārt tikos ar divīzijas Misijas nodaļas vadītāju Entoniju Vagenersmitu, kurš izrādīja lielu atbalstu un

ieinteresētību palīdzēt. Komunicējot ar Baltijas ūniju, Transeiropas divīziju un Ģenerālkonferenci par Misijas centru un tā darbības konceptu, saņēmām skaidru atbildi – noteikti ir vajadzīgs biznesa plāns, kā šis centrs spētu darboties, uzturot pats sevi. Protams, priekš mazās Latvijas tas ir milzīgs projekts, bet jau esam pieredzējuši Dieva lielo spēku un atbalstu, atrodot un iegādājoties piemērotu nekustamo īpašumu.

Latvijas draudžu savienība izsludināja konkursu uz Misijas centra vadītāja amatu. Pieteicās divas kandidātes. Izveidojot komiteju un veicot darba pārrunas, konkursā tika izraudzīta Rīgas 6. draudzes locekle Ļubova Tihomirova, kura darbu centrā sāka šī gada janvārī. Ar brīvprātīgo atbalstu un lielu entuziasmu viņa ir ķērusies pie Misijas centra darbības uzsākšanas.

Jēzus Kristus, kalpojot uz zemes, vienmēr centās saredzēt cilvēku vajadzības, palīdzot tiem, iemantoja uzticību un tad iepazīstināja cilvēkus ar Dievu un Dieva valstības principiem.

Skaidri saprotu, ka Misijas centram jāklūst par platformu, kas Latvijas adventistu draudzes locekļiem dotu iespēju kalpot sabiedrībai, sniedzot kādus pakalpojumus. Aicinu vispirms Rīgas un Pierīgas draudžu locekļus un, protams, arī visu citu Latvijas draudžu locekļus piedāvāt savus bezmaksas un maksas pakalpojumus, piemēram, nodarbības bērniem, pusaudžiem, jauniešiem, jaunajām māmiņām, senioriem, laulātajiem pāriem; valodu kursus, izaugsmi veicinošus kursus, kulinārijas klases u. tml.!

Skaidri apzinos, ka ēka ir tikai vieta un telpas pareizā vietā un laikā, bet darbu darīs Dievam nodevušies cilvēki un pāri visam – pats Debesu Dievs!



*Kas Misijas centrā notiek šobrīd? Kādi ir tuvākās nākotnes plāni? Lai uzzinātu atbildes uz šiem un vēl citiem jautājumiem, Anitra Roze aicināja uz sarunu centra vadītāju **Ļubovu Tihomirovu**.*

Ļubova, iesākamam, lūdzu, pastāsti par sevi! No kuras draudzes Tu esi, vai Tev ir kādi hobiji, kaut kas, ko labprāt dari brīvajā laikā? Varbūt ir vēl kaut kas, par ko vēlies pastāstīt “Adventes Vēstu” lasītājiem?

Paldies par iespēju dalīties ar savu stāstu! Es esmu no SDA Rīgas 6. draudzes. Esmu daudzpusīgs cilvēks, un man ir daudz hobiju, dažkārt visam nepietiek laika :). Man patīk pavadīt laiku kopā ar ģimeni vai draugiem, kā arī vienatnē. Īsti ne vienatnē, bet ar Dievu. Es mīlu dabu un visu, ko tā mums piedāvā un dod. Protams, dažādiem gadalaikiem ir savi hobiji – ziemā tā ir pastaiga ar karstu dzērienu mežā vai promenāde un pārdomas, bet vasarā – jūra, pikniki, nometnes, socializēšanās ar draugiem, varbūt ceļošana. Man patīk tīra un svaiga pārtika, tāpēc cenšos audzēt to, ko varu, un es nopietni izturos pret to, ko ēdu.

Kad Tu pirmo reizi uzzināji par adventistu centru un kas Tevi motivēja pieteikties darbā par šī centra vadītāju?

Pirmo reizi par centru uzzināju kādu laiku pēc tam, kad saku apmeklēt 6. draudzi. Tas bija ap 2023. gadu. Sākumā es nezināju, kā varētu būt noderīga vai kalpot šim centram. Laikam ejot, manā dzīvē notika dažādi pavērsieni, kas mainīja mani un manus uzskatus. Protams, ne bez Svēta Gara līdzdalības. Kad man tika piedāvāts jaunā centra vadītājas amats, es nebiju īsti pārlicināta, vai tas ir domāts man. Taču konkrēti dzīves apstākļi man parādīja atvērtās durvis, uz kurām es tiku aicināta. Lielākais motivētājs bija Svētais Gars un, protams, iespēja radīt kaut ko unikālu, kur dažādiem cilvēkiem būtu iespēja attīstīties un iepazīt Dievu.

Nākotnē ir doma šo centru saukt par Izaugsmes centru.

Vadot šo centru, noteikti būs daudz dažādu jautājumu, ar kuriem nāksies saskarties un kurus vajadzēs risināt. Tavā darba

aprakstā bija minēta gan sadarbība ar nomniekiem, gan vietējās sabiedrības aizsniegšana un vēl daudz kas cits. Kādas būs Tavas prioritātes?

Vispirms iepazīties ar nomniekiem, uzzināt, kā viņi dzīvo. Protams, ir jāsakārto centrs, jāsakārto visi nepieciešamie dokumenti. Jāturpina darbs pie paša projekta, darbojoties pie centra attīstības un finansējuma. Šis centrs primāri ir iecerēts kā vieta, kas ir atpazīstama vietējā sabiedrībā un kur cilvēki var saņemt palīdzību un atbalstu.

Kāds atbalsts un palīdzība centrā tiks sniegts? Vai tā saņemšanai būs kādi īpaši nosacījumi?

Centram ir savi mērķi atsevišķu cilvēku un arī ģimeņu attīstībai, piedāvājot dažādas programmas, kuras uzlabo fizisko stāvokli, stiprina garīgo veselību un veicina personīgo izaugsmi. Ir plānots izveidot garīgo klubu, kur ikviens varēs nākt un saņemt garīgu atbalstu un, ja nepieciešams, arī padomu. Runājot par nosacījumiem, pagaidām es neko īpašu nevaru iedomāties. Varbūt nākotnē kaut kas pamainīsies.

Vai centrs atklās sevi sabiedrībai tieši kā Septītās dienas adventistu draudzes organizācija, vai arī akcents vairāk būs uz praktisko palīdzību un vispārēji kristīgo vērtību atklāšanu?

Centrs atklās sevi sabiedrībai kā *Nodibinājums*. Tā būs vieta, kas nodrošinās gan garīgo, gan fizisko attīstību visām vecuma grupām. Drīzāk šāda centra darbība ir centieni ieraudzīt sabiedrības vajadzības un atbildēt uz tām, sniedzot pakalpojumu un palīdzību. Mēs sākam ar palīdzību un izglītošanu. Centrs veicinās personīgo izaugsmi ar mērķi iepazīstināt cilvēkus ar Jēzus Kristus evaņģēliju.

Centra darbībā netiks slēpts, ka tas pieder Septītās dienas adventistiem. Vēl jo vairāk – centra pirmajā stāvā atradīsies SDA 6. draudzes telpas. Apmeklējot nodarbības un saņemot palīdzību, Imantas mikrorajona iedzīvotājiem būs iespēja dabiskā un praktiskā veidā iepazīt mūsu draudzi.

Tavu darba pienākumu aprakstā ir arī šī īpašuma uzturēšanas un apsaimniekošanas uzraudzība. Kādā stāvoklī ir īpašums? Vai kādi darbi un ieceres saistās arī ar tam piegulošo teritoriju?



Īpašums ir apmierinošā stāvoklī. Nepieciešami iekšējie remontdarbi, kosmētiskais remonts telpām. Plānā ir arī visas ēkas fasādes siltināšana.

Pieguļošajai teritorijai tiks izstrādāts plāns, kā glīti un efektīvi izmantot teritoriju autostāvvietas iekārtošanai un atpūtai.

Savulaik tika domāts par to, lai īpašums finansiāli spētu uzturēt pats sevi. Kā ir ar šo jomu? Vai nomnieku segtās izmaksas nodrošinās visus ar īpašuma uzturēšanu saistītos izdevumus? Kā veidojas sadarbība ar nomniekiem?

Uz šo brīdi īpašums spēj uzturēt sevi pats. Sadarbības process ar nomniekiem notiek telefoniski vai caur e-pastu, esmu izveidojusi viņiem arī īpašu tiešsaistes lapu, kurā viņi var man rakstīt savus jautājumus vai vēlmes.

Varbūt ir kādi draudzes locekļi, kuri, lasot šo interviju, sajūtīs vēlmi piedalīties centra darbā, kalpojot par brīvprātīgajiem. Kur ir iespēja uzzināt, vai šādi brīvprātīgie ir nepieciešami un kādās jomās viņiem būs iespēja darboties? Vai centram ir kāda mājaslapa vai konts sociālajos tīklos?

Es ļoti priecājos par cilvēkiem, kuri vēlas palīdzēt un kalpot citu labā! Pašlaik strādājam pie tā, lai centram būtu sava mājas lapa un konts sociālajos tīklos. Es būtu ļoti pateicīga, ja kāds būtu gatavs pieteikties un kalpot centram šajā jomā, lai palīdzētu paātrināt šo procesu. Šobrīd aicinu visus interesentus rakstīt man uz e-pastu: lubova.tihomirova@adventisti.lv. Paldies!

Paldies par sarunu! Lai svētīga kalpošana, aizsniedzot cilvēkus vispirms Imantā un tad jau visā Rīgā!

MISIJA INDIJĀ

2025

*“Lai virs zemes taptu zināms Tavs ceļš, visās tautās Tava palīdzība un svētība!”
(Ps. 67:3)*

Šajā gadā uz Indiju mēs lidojām četratā – Māris Krauliņš, Džons Bišops, Gustavs Jaunzems un es, Vineta Krauliņa. Lidojums ir garš, tās ir daudzas lidmašīnā pavadītas stundas, tad pārsēšanās un atkal cita lidmašīna, un visa lidostas procedūra ir jāiziet no jauna. Toties, iznākot publiskajā telpā Haiderabadas lidostā, mani vienmēr pārņem neizsakāma prieka un sajūsmas sajūta. Tā arī šoreiz jau pašā lidostā mūs gaida pārsteigums – mūsu Sandža, kura nu jau strādā Dubaijā kādā augstzimušā ģimenē par personīgo medmāsu/ aprūpētāju, bet tomēr ir izprasījusies saviem darba devējiem un atlidojusi, lai mūs sagaidītu un vismaz vienu nedēļu būtu kopā ar mums, vienmēr palīdzot gan ar tulkošanu, gan visādos organizatoriskos jautājumos.

Ir tik jauki, izejot no lidostas ēkas, iesoļot ar visiem koferiem jau tik pazīstamajā, garajā kafejnīciņā ar daudziem piedāvājumiem, kur parasti pēc garā lidojuma varam atrast kaut ko stiprinošu un spēcinošu. Šoreiz pamanu, ka viena

no apkopējām stāv attālākajā stūrī un ir par kaut ko sabēdājusies, pat noslauka pa asariņai. Eju klāt un mēģinu noskaidrot, kas par lietu. Diemžēl viņa tā īsti nerunā angliiski, tomēr pasaka, ka radušās problēmas ar *supervaizeri* (priekšnieci). Cenšos viņu mierināt un apsolu, ka lūgšu Dievu, lai viss sakārtojās. Pierakstu viņas vārdu “Abha D.”.

Prieks atkal stāvlaukumā sastapt mūsu jauko šoferīti ar viņa lielo, ērto mašīnu. Kad koferi piesieti uz mašīnas jumta, dodamies uz viesnīcu, bet miegs nevienam nenāk, tāpēc braucam apskatīt milzīgo “Calvary Temple” baznīcu, kas sava lieluma dēļ vairāk līdzinās stadionam, nevis dievnamam. Tad braucam uz mums zināmo kristīgo grāmatu veikalu, kur vienmēr atrodam pa kādai vērtīgai, aizraujošai grāmatai angļu valodā. Pēc tam priecīgi dodamies uz mūsu viesnīcas restorānu, kur mūs mīļi sagaida sens draugs – viesmīlis Alfreds un visa restorāna komanda. Cik jauki, ka, regulāri braucot uz Indiju, ir bijis iespējams

iedraudzēties ar cilvēkiem un ka nu jūties visur gaidīts! Alfreds padalās ar to, kā viņam gājis šī gada laikā, un pastāsta, ka tikko nosvinējis dzimšanas dienu. Tad nu nākamajā dienā izvelkam savas konfekšu kastes, svinīgi viņu apsveicam un kopā ar Džonu Bišopu veltām viņam speciālu aizlūgšanu.

Vēlāk dodamies pastaigā pa pilsētu. Vēroju Gustavu un priecājos, ka viņam te viss patik jau no pirmajām minūtēm un ka viņš Indijā jūtas kā zivs ūdenī. Saprotu, ka ar viņu viss būs kārtībā visa ceļojuma laikā. Tā arī ir!

Nākamajā dienā braucam uz patālo Medicīnas koledžu, kurā par ārsti mācās mūsu gudrā meitene Ašvita, lai atdotu viņai par *ADRA Latvija* savāktajiem līdzekļiem nopirkto datoru, kas viņai tik ļoti nepieciešams medicīnas studijām. Vēlos izteikt neizmērojamu pateicību visiem sponsoriem, visiem, kas atsaucās un dāsni ziedoja savus līdzekļus, lai tas būtu iespējams!

Ašvita no pavisam mazas meitenītes – kādu viņu atceros



Att. pa kreisi: Banāpuramas ciemats, kurā sludināju. Daļa cilvēku sēž ārā, kur sarindotas krēslu rindas



1.att. no kr.: mūsu jaunkristītie māszinības studenti Rešma, Kiranmai, Manohars, Ramadevi un Revatī pēc kristībām Nuzvidas baznīcā. 2. att. no kr.: Ramadevi kristību baseinā. 3. att. no kr.: pirmās lielās kristības notika upē netālu no Khammmas pilsētas.

2012. gadā, kad pirmo reizi atbraucu uz Indiju, – ir izaugusi par ļoti inteligentu, centīgu, nopietnu un atbildīgu jauni. Tas ir viens no Indijas bērnu programmas brīnumiem, ko varam pieredzēt, braucot turp gadu no gada. Mazie, draiskie zēni un meitenes paaugas, paiet vairāki skolas gadi, un viņus vairs nevar pazīt! Mācības privātajās skolās un regulāra draudzes dievkalpojumu apmeklēšana izveido viņus par pilnīgi citiem cilvēkiem. Sakot “pilnīgi citiem”, es domāju tās brīnumaini labās pārvērtības, kuras pie viņiem spēj paveikt tikai Dieva Gars.

Ašvita mūs pavada līdz universitātes pilsētiņas vārtiem, tur visi kopā sirsnīgi aizlūdzam par viņas mācībām, veselību, mammu un brāli u. c.

Kā vienmēr Haiderabadā isā vizītē apciemojam arī mūsu ūnijas biroju, kur katru gadu ūnijas prezidents mūs mīļi sagaida. Tad

varam apmainīties ar jaunumiem mūsu draudžu dzīvē.

Visbeidzot nāk garais ceļš no Haiderabadas uz Khammmas pilsētu, kas ir tuvākā pilsēta mūsu Ammapetas ciemam. Parasti tur nonākam tikai vakarā, jo ceļš ir garš un tāls.

Kaut arī mūsu SDA konferences (draudžu savienības) darbinieku darba laiks jau bija beidzies, tomēr viņi visi vakarā atbrauca uz biroju, lai mūs satiktu. Tā jau ir, ka viņi vienmēr ļoti augstu novērtē mūsu misijas darbu, jo šīs ikgadējās evaņģelizācijas sanāksmes vainagojas ne tikai ar vietējiem cilvēkiem, kuri uzzina Dieva Vārda patiesības, bet arī ar jauniem “kūlīšiem” Debesu valstībai. Šajā reizē mums kristības bija veselas trīs reizes dažādās vietās, un kopā nokristījās trīsdesmit viena dvēsele.

Sastapt konferences darbiniekus mums ir ļoti svarīgi arī tāpēc,

ka ik gadu uzticam konferences prezidentam un viņa komandai palielu naudas summu (tas varētu pat neienākt prātā), jo konference nodrošina evaņģelizācijas vietu izbūvi blakus dievnamiem. To, kuri vēlas apmeklēt evaņģelizācijas sanāksmes, ir tik daudz, ka, piemēram, Ammapetas ciemā viņi nevar satilpt mazajās dievnama telpās, tāpēc tiek būvēts āra paaugstinājums, izveidots jumts lietus gadījumam, uzstādīts āra apgaismojums, skaņu pulsts, mikrofoni runātājiem un dziedātājiem, tiek izīrēti liels daudzums krēslu, kur visiem sasēsties, un plastikāta materiāls zem krēsliem, kas noklāj visu smilšaino āra laukumu u. c. Vēl konferences vadība norīko vietējos Bībeles strādniekus un mācītājus evaņģelizācijas vakaru laikā nodrošināt pasākuma muzikālo kalpošanu un autorikšu organizēšanu, lai uz sanāksmēm varētu atvest interesentus no



Visi jaunkristītie saņem jaunas Bībeles telugu valodā. Att. pa labi: Ik vakara dievkalpojumi Ammapetā bija ļoti apmeklēti.



Šeit cilvēku pateicība un mīlestība izpaužas ziedu virtenēs, ko nemaz nav tik viegli panest (fiziski tas ir liels smagums!)

tuvējiem ciemiem. Jāsaka, ka, šķiroties no paprāvas naudas summas, tomēr varam par visu šo organizatorisko pusi galvu nelauzīt, jo konferences vadība to visu noorganizē. Viņi arī organizē tulkošanu no angļu valodas uz vietējo telugu valodu katrā ciemā, kur noturam sanāksmes.

Šogad sapratu, ka pagaidu jumta celšanai ir vēl viena praktiska nozīme – vietējie ammapetieši atcerējās, ka kādā sludināšanas reizē no koka esot nokritusi čūska, labi, ka ne mācītājam uz galvas! To mēs jau bijām dzirdējuši, ka vasarā, mango ievākšanas laikā, ir jābūt sevišķi uzmanīgiem, jo indīgās čūskas uzrāpjas mango koku zaros un tad lec cilvēkiem virsū no augšas. Kamēr pats neesi ko tādu piedzīvojis, izklausās pat tīri komiski!

Džona Bišopa runāto Ammapetā katru vakaru no ceturtdienas līdz ceturtdienai tulkoja pats konferences

prezidents, bet Māra tulks bija Ammapālamas ciema konferences jaunais mantzinis. Tulkošanā piedalījās arī mūsu pastāvīgais Indijas bērnu projekta koordinators mācītājs Džons (*pastor John*) u. c. konferences darbinieki.

Jāsaka, ka šoreiz man personīgi ļoti pietrūka mūsu mācītāja Elijas atbalsta evaņģelizācijā, jo pagājušā gadā viņš bija mans tulks Banāpuramas ciemā, kur es sludināju Dieva vēsti arī šogad. Daudzi jau zina, ka Elijam radās lielas veselības problēmas un pēc pēdējās žultspūšļa operācijas viņa vēdera dobumā iekļuva infekcija. Pateicība Dievam, kurš izcīnīja uzvaru šajā cīņā starp dzīvību un nāvi!

Jau kuru gadu Ammapetā apmetamies Elijas sievas vecāku mājā, kurā ir divas nelielas istabiņas un terase. Vienā istabā šoreiz uzturējās Elija ar sievu un vēl

vairāki cilvēki, kuri gulēja uz grīdas, bet otrā istabā glabājās visi mūsu koferi, mantas un drēbes. Naktis mēs pavadījām, guļot ārā uz terases, un es nemaz nezīnu, uz kuriem pārgulēt katru nakti devās mājas saimnieki – Elijas sievasmāte un sievastēvs (cik nojautu, tad pie kaimiņiem). Šie cilvēki kalpo Dievam ar tādu pašu nodošanos, kāda ir mums, tāpēc jūtamies kā viena liela komanda un slavējam Dievu par to! Naktis ārā bija ļoti aukstas, un es gulēju divos džemperos un vējjakā. Galvenais aukstuma iemesls bija lielais mitrums, kas turējās kā migla līdz kādiem desmitiem ritā. Tad migla izklīda un parādījās saule. Pa dienu bija ap 29 grādiem, bet neatceros, ka būtu bijis pārāk karsti.

Visvairāk priecājos par to, ka Elija atradās Ammapetā, nevis tajos tālajos ciematos, uz kuriem konference viņu ir nosūtījusi kalpot. Kaut arī bija ļoti šokējoši ieraudzīt



1. att. no kr.: Top mūsu pusdienu maltīte. 2. att.: Naktīs guļam ārā uz terases zem moskītu tīkliem. 3. att.: Devāmies arī apmeklējumos un aizlūdzām par cilvēku dažādajām vajadzībām. 4. att.: Ciemata ikdiens.



Pusdienu starpbrīdis Sai Merit skolā

viņu tik smagā stāvoklī, ar atvērtu brūci vēderā (vietējais ārsts katru dienu brauca izdarīt pāršiešanu), zaudējušu vairāk nekā 20 kg, tomēr jūsu un mūsu lūgšanas aizsniedza Dieva troni, un tas bija tik brīnišķīgi, ka varējām būt viņam blakus šajā tik grūtajā laikā! Kad tiku uzaicināta piedalīties vienā pāršiešanā, kur caur vēderā atvērtu brūci tika vilkta ārā iepriekšējā dienā ievietotā marle un iestumta jauna, sterila, sapratu, ka ātri jāskrien uz terasi atgulties, jo to skatu nebiju spējīga izturēt ne fiziski, ne emocionāli. Toties mēs varējām Eliju ik dienas stiprināt, lūgt pie viņa slimības gultas, ticēt un piedzīvot, ka Dievs ir tuvu un ka Viņš ir uzticams arī bēdu laikā. Tāds Viņš bija un ir, jo Elijas veselība palēnām, bet neatlaidīgi sāka uzlaboties. Mums prombraucot, Elija jau varēja nosēdēt ar mums kopā pagalmā un piedalīties rīta svētbrīdī. Dievs izcīnīja cīņu par Sava kalpa dzīvību

un guva uzvaru! Lai mūžīga slava Viņam par to!

Šajā gadā mēs atkal sludinājām Dieva vēsti vairākos attālākos ciemos vienlaicīgi katru vakaru. Kā jau teicu, Džons Bišops, kā visvairāk pieredzējušais Dieva Vārda sludinātājs, kalpoja Ammapetā kopā ar konferences prezidentu Mr. Franci, kurš ir mācītājs ar labu angļu valodu un kuru pazīstam kā ļoti garīgu un Kungam nodevušos Dieva kalpu vēl no tiem laikiem, kad viņš kalpoja par ūnijas sekretāru Haiderabadā. Mums ar Gustavu abiem bija paredzēts kalpot Banāpuramas ciemā, bet pēc dažām dienām Māris tika uzaicināts kalpot Ammapālamas ciemā, kas atrodas vistālāk no Ammapetas, netālu no Khammmas pilsētas, un tad Gustavam bija jāturpina kalpot Venkatāpuramas ciemā Māra vietā (arī es tur vienu reizi kalpoju).

Jāsaka, ka šis jauninājums man prasīja ticības pārbaudi un

treniņu. Bija jāuzticās Dievam, ka Viņš novērsīs briesmas un neļaus ienaidniekam izmantot vājos punktus, jo Māris turp devās ar motociklu (apmēram stundas un divdesmit minūšu brauciens vienā virzienā) absolūtā tumsā pa neapgaismotu ceļu, kura bedru dziļums un biežums pārsniedz jebkuru vissliktāko Latvijas ceļu. Bez tam bija jābrauc cauri diviem hindu ciemiem, par kuriem mācītājs Džons brīdināja, ka tas ir bīstami, tomēr mums nebija tādu līdzekļu, lai īrētu vēl vienu mašīnu. Tā nu katru vakaru pēc atgriešanās Ammapetā es drebošu sirdi lūdzu Dievu un skatījos tumsā uz ceļa pusi, kamēr man visapkārt cilvēki čaloja, priecīgi daloties iespaidos pēc kārtējās vakara sanāksmes. Kad visbeidzot no tumsas iznira Māra motocikls (viņš atgriezās no ciemu apmeklējumiem pats pēdējais) un iebrauca Elijas mājas pagalmā, varēju uzelpot un



1. att. no kr.: jaunu skolnieku uzņemšana projektā. 2. att.: Bija liels prieks pagājušā gadā sponsorēto meitenīti kopā ar mammu ieraudzīt aktīvi kalpojām draudzē. 3.att.: Šoreiz mūsu studentes lūdza nopirkt jaunas Bībeles angļu valodā. 4. att.: Neizsakāmi liels prieks bija apciemot medicīnas studenti Ašvitu viņas universitātē un uzdāvināt viņai tik ļoti studijām nepieciešamo datoru, ko sagādāja Latvijas ADRA ar jūsu saziņotajiem līdzekļiem!



Ar Šivamani (priekšplānā) Nuzvidā.

noliekt galvu, lai pateiktos Dievam par žēlastību.

Jāsaka, ka ir savas priekšrocības atgriezties tajā pašā ciemā, kurā esi uzturējies pagājušā gadā. Banāpuramas ciemā man bija jau izveidojušās savstarpējas mīlestības attiecības un tuvākas draudzības saites ar vairākiem cilvēkiem un ģimenēm. Ļoti priecājos, vērojot, kā dievnams katru vakaru piepildās līdz pēdējai iespējai un kā tiem, kas ieradās vēlāk no attālākām vietām, bija sagatavotas vairākas krēslu rindas dievnama ārpusē pie durvīm. Nespēju noticēt, ka cilvēki brauca uz šīm sanāksmēm ar autorikšu pat no 25 km attāluma, turklāt pēc tam, kad bija pavadījuši uz rīsu lauka pilnu darba dienu. Taču Dievs piepildīja šīs sanāksmes ar tādu Savas mīlestības klātbūtni, ka neviens no mums nespēja palikt vienaldzīgs.

Lai cik savādi tas neskanētu, bet viena no grūtākajām lietām šajās sanāksmēs ir vietējā tradīcija, kad apmēram 95 % no visiem apmeklētājiem vēlas, lai par

viņiem personīgi aizlūdz. Tad ar tulka palīdzību pēc dievkalpojuma ir jāuzklausa katra personīgā aizlūgšanu vajadzība un jāizsaka tai atbilstoša sirsniņa sirds lūgšana. Pagājušajā gadā bija arī kādas divas specifiskas lūgšanas par divām ģimenēm, kurās bija neauglība. Slava Dievam, ka šogad viena no tām jau auklēja mazo zīdainīti! Protams, mūsu Dievs ir Dievs, kurš uzklausa lūgšanas daudz un dažādos veidos, mums atliek tikai lūgt un pateikties.

Ne vienmēr, esot Indijā, sastopam visus mūsu studentus, bet šogad mūsu vizītes laikā daudziem bija brīvdienas, un tā radās izdevība satikties ar daudziem mūsu studentiem Ammapetā. Vairākas mūsu studentes izvēlējās pavadīt mani uz tām vietām, kur kalpoju vakara sanāksmēs. Daudzkārt viņas kalpoja par tulkiem, un man bija īpašs prieks, redzot, kā kādreiz vispelēkālais "zvirbulēns" Rešma nu ir kļuvusi par jauniešu ar pazemīgu, tomēr stabilu savas pašcieņas apziņu, vēloties kalpot Tam Kungam



visdažādākos veidos. Viņa bija gatava "ielēkt" jebkurā kalpošanas vajadzībā un labprātīgi katru vakaru līdzdalīja kādu jauku bērnu stāstiņu krietni lielajam klātesošo bērnu pulciņam.

Nevaru nepieminēt arī mūsu studentu Šivamani. Nebiju viņu sastapusi vairākus gadus un nu pirmajā brīdī pat nepazīnu. Ieraudzīju viņu kā slaidu jaunekli ar lielu un īpašu personības šarmu. Atceros, ka viņa bērniības dienās bieži nespēju tik viegli panest šī zēna dzīvsudrabam līdzīgo, nemitīgo kustīgumu un pāri plūstošo enerģiju, bet šogad tieši viņš bija vislielākais palīgs visos organizatoriskajos jautājumos mūsu mācītājam Džonam un visās mūsu vajadzībās. Iepazīnu arī kādu viņa draugu, ļoti jauku puisi, kurš nesen zaudējis tēti un kautrīgi lūdza, vai nevaru palīdzēt šajā gadā vismaz ar ceļa naudu, lai viņš tiktu līdz savai koledžai.

Indija! Indija! Cik mīla tu man esi! Kā es gaidu, kad atkal varēšu turp atgriezties! Pateicoties tev, mana



sirds noteikti ir kļuvusi citādāka, piepildīta ar lielu mīlestības krājumu, kura autors ir pats Dievs!

Vineta Krauliņa

Tiklīdz uzzināju par šo misijas braucienu uz Indiju, mani tas uzreiz ieinteresēja, un es nolēmu tam pievienoties. Nezināju, ko sagaidīt un kā viss notiks, bet pilnībā uzticējos Dievam un nodevu visu Viņa rokās.

Jau no ierašanās brīža Ammapetas ciematā mūs atplestām rokām sagaidīja vietējie iedzīvotāji. Cilvēki tur bija ļoti smaidīgi, priecīgi un atvērti. Viņiem bija tādi smaidi, kas varēja izgaismot pat vistumšākās dienas.

Redzot, kā tur visi dzīvo, patiešām novērtēju un sapratu, cik mums Latvijā ir daudz iespēju. Esmu ļoti pateicīgs Dievam, ka šajā laikā Indijā man bija iespēja piedzīvot Svētā Gara vadību visā, ko darījām. Esmu pateicīgs, ka man bija iespēja daudzas reizes sludināt Dieva Vārdu vietējiem ļaudīm, kuru starpā bija arī daudz tādu, kas neko daudz par Dievu nezināja. Katru reizi, kad pabeidzām sludināt, cilvēki gribēja, lai par viņiem aizlūdz. Visi cits pēc cita nāca un teica, par ko viņi vēlētos, lai lūdz. Daži cilvēki vēlējās aizlūgšanas par veselību, ģimeni, daži par mācībām un skolu. Tas bija kaut kas ļoti jauns un lika man augt ticībā, kad nodevu visas šīs lūgšanas Dieva rokās. Daudzas reizes pats piedzīvoju Dieva atbildes. Redzēju, kā Dievs atbild, dziedinot slimos, kuri vēlējās, lai aizlūdzu par viņu veselību, kādam citam atbildēta lūgšana bija iespēja tikt pie izglītības.

Mēs apciemojām arī skolu, kur redzējām, cik bērni ir priecīgi par iespēju mācīties. Vienu dienu aizbraucām un uzdāvinājām medicīnas studentei Ašvitai datoru, kas tika iegādāts par Latvijas ziedotāju caur ADRA Latvija saziemoto naudu. Viņa bija ļoti priecīga un pateicīga.

Īpaši liels prieks bija redzēt, cik pateicīgi ir sponsorētie studenti, viņi nevarēja vien beigt runāt par skolu, varēja redzēt, ka viņi ļoti novērtē sniegto iespēju mācīties. Mani dziļi aizkustināja viņu slāpes pēc zināšanām un prieks, ko viņi atrada pašās vienkāršākajās lietās.

Esmu ļoti pateicīgs Dievam, ka mūsu uzturēšanās laikā Indijā tika kristīts 31 cilvēks. Tik daudzi izvēlējās Jēzu par savu personīgo Glābēju! Esmu pateicīgs par misijas komandu, ar kuru kopā biju Indijā. Visi bija ļoti pozitīvi, dedzīgi savā misijas darbā, cits citu atbalstot.

Ja man būs iespēja atkal doties uz Indiju, es noteikti braukšu!

Paldies visiem, kuri Latvijā lūdza par mums! Dieva aizsardzība bija jūtama ik uz soļa, lūgšanas tika atbildētas katru dienu. Pateicība, gods un slava Dievam!

Gustavs Jaunzems

SABATSKOLAS SABATS PĒCPUSDIENAS PROGRAMMA

29. MARTS | 14.00–17.00

Rīgā, Baznīcas ielā 12a

- PUSDIENAS DALĪBNIEKIEM (PĒC DIEVKALPOJUMA)
- SEMINĀRS. VADA LDS SABATSKOLAS NODAĻAS VADĪTĀJS ANDRIS PEŠELIS
- DISKUSIJAS GRUPĀS
- ATBILDES UZ JAUTĀJUMIEM



Reģistrējies līdz 22. martam šeit:
Tālrunis: 25944454



AICINĀM PIEDALĪTIES SABATSKOLAS SKOLOTĀJUS
UN IKVIENU DRAUDZES LOCEKLI, KURAM INTERESĒ
BĪBELES IZPĒTE!

Organizē Rīgas 1. draudzes Sabatskolas nodaļa



1. martā Rīgas 1. draudzē tika svinēta māsas Skaidrītes Teremtas 101. jubileja. Tie bija skaisti kopā būšanas un pateicības svētki, par kuriem pati jubilāre raksta:

*“Sirsnīgi pateicos SDA Rīgas
1. draudzei, apsveicot mani
101. dzimšanas dienā!
Pat ja man daudz tūkstoš mēles
būtu, arī tad vēl nespētu izteikt
sirdspateicību Debestēvam par Viņa
pacietību, laipnību un tālredzību
manā dzīvē!”*

Skaidrīte Teremta

MISIJAS SKOLA “SŪTI MANI”: MISIJAS CEĻOJUMS UZ KIPRU



No 31. janvāra līdz 14. februārim Misijas skolas “Sūti mani” studenti apmeklēja Kipru, galvenokārt kalpojot Pafā – pilsētā, kurā reiz arī apustulis Pāvils darbojās sava pirmā misijas ceļojuma laikā (Ap. d. 13:4, 6).

Interesants fakts par Kipru, ar ko dalījās vietējais mācītājs, ir tāds, ka grieķi Kīprā sabatu ir turējuši līdz pat viduslaikiem, un pat mūsdienās tālākos ciemos ir kādas vecas sievas, kas sabatā pēc ieraduma nestrādā. Mūsdienās Kīpra ir valsts, kurā galvenokārt dzīvo grieķi un kura ļoti stipri turas pie pareizticīgo baznīcas. Būt par pareizticīgo Kīprā nav konfesijas, bet identitātes jautājums.

Adventistu misija Kīprā oficiāli sākās 2013. gadā. Tagad visā valstī ir divas adventistu draudzes un piecas grupas, un tur kalpo divi mācītāji. Tā kā vajadzība pēc papildspēkiem šajā valstī ir liela, uzturēšanās izdevumi salīdzinoši nelieli un starp valodām, kuras lieto vietējie iedzīvotāji, ir arī angļu un krievu valoda, mūsu skolas misijas ceļojumam tika izvēlēts tieši šis galamērķis.

MISIJAS UN IKDIENAS SATURS

Jau turpceļā lidmašīnā studenti tika iedalīti tā, lai katrs sēdētu atsevišķi no citiem, blakus kādam nepazīstamam cilvēkam, un kalpotu par misionāru jau ceļā. Pēc lidojuma vairāki studenti liecināja par svētīgām sarunām, kādi – par bukletīņu iedošanu, kādi – par grāmatu uzdāvināšanu. Tas mums ir jāmācās – nebūt par lieciniekiem tikai noteiktos laikos, bet arī ceļā, ikdienas solī un katru brīdi.

Ikdiena sastāvēja no rīta svētbrīža un liecību daļas, kalpošanas

ielās un vakarā *Creation Health* semināra vadīšanas. Semināra gaitā klausītājiem tika piedāvātas lekcijas par veselību un pēc tam diskusiju laiks pie galdiņiem. Lai reklamētu semināru, katru dienu pie baznīcas ieejas atbilstošā veidā aktualizējām kādu noteiktu tēmu, piemēram, tēmu par atpūtu, piedāvājot bezmaksas masāžu, tēmu par vidi, dāvinot ziedus, tēmu par optimismu, dodot garāmgājējiem ar iedrošinošiem tekstiem aprakstītus balonus. Jāsaka, ka seminārus neapmeklēja liels skaits cilvēku, bet par gandrīz visiem tiem, kuri apmeklēja, varētu rakstīt garas liecības. Dievs šī ceļojuma laikā nedarbojās ar kvantitāti, bet kvalitāti.

Kalpošana ielās izpaudās, dalot ielūgumus uz semināru, iepriecinot garāmgājējus ar mūzikas instrumentiem un kristīgām dziesmām, piedāvājot kristīgas grāmatas, anketējot cilvēkus ar mērķi apzināt Pafas iedzīvotāju praktiskās vajadzības, kurās nepieciešama palīdzība. Dažas vajadzības mums

tika atklātas, un tad varējām, piemēram, palīdzēt kādā veikalā, kuram drīzumā paredzēta atvēršana.

Centāmies darboties saskaņā ar katra prasmēm un dāvanām, piemēram, viena studente izmantoja savas frizieres prasmes, apgriežot cilvēkiem matus bez maksas, kāds brālis palīdzēja elektrības jautājumos, vairākas māsas izmantoja zināšanas dārzkopībā, lai palīdzētu cilvēkiem, kuriem bija šāda veida vajadzības, divi studenti ar droniem filmēja dabas skatus misijas video izveidei, vēl citi studenti devās uz vienu nedēļas nogali kalpot Nikosijā, Kīpras galvaspilsētā, vadot pusaudžu programmu par izvēles spēku.

Bet pāri par visu jāsaka, ka mācījāmies būt par šīs vietas svētītājiem, kalpot, kā katram tas bija nepieciešams. Šajā braucienā nedevāmies ar mērķi uzreiz pēc semināriem kādu kristīt vai ievest draudzē, jo parasti divu nedēļu laikā tādas pārmaiņas nenotiek. Tomēr, fokusējoties uz cilvēku svētīšanu,



Misionāru komanda Pafas draudzē



Iepirkšanās

piedzīvojām vairāk nekā gaidījām, par to tad misionāri pastāstīs paši. Misijas ceļojumā piedalījās 21 dalībnieks. Lūk, dažas liecības un iespaidi:

Šī bija pirmā reize, kad devos misijas ceļojumā, tas bija jauns piedzīvojums kopā ar Dievu, savu otro pusīti un misijas darba biedriem. Pamazām sirds par cilvēkiem iedegās. Esmu introverts, un uzsākt sarunu, uzrunānot cilvēkus uz ielas, man nozīmē īpaši grūtu izkāpšanu no komforta zonas. Kopīgi dziedāt un spēlēt saksofonu bija vieglāk.

Esot misijas skolā, skatos acīs bailēm un daru šīs sev grūtās lietas, lai bailes pārvarētu. Misijas brauciens man ir bijis liels ieguvums gan personīgai izaugsmei, gan ticības stiprināšanai, piedzīvojot visu, ko Dievs mums sniedza, – cilvēkus, kuri atsaucās, daudzās lūgšanas visiem kopā, Bībelē lasītā izdzīvošanu praktiski, darot to, ko darīja mācekļi. Šeit paši bijām kā mācekļi, tikai citā laikā, bet ļoti zīmīgā vietā, kas bija



Praktiskā palīdzība

Pāvila pirmā misijas ceļojuma pieturas punkts. **(Mārtiņš)**

Šis misijas ceļojums bija ļoti īpašs. Domāju, ka katrs guva kādu mācību, ko Dievs viņam vēlējas atklāt. Man sirds visvairāk deg par aktīvo evaņģelizāciju ielās, tāpēc man tika uzticēta atbildība par misiju.

Bija izdrukāts visai daudz ielūgumu uz semināru, tāpēc pirmajās dienās sparīgi ķēros pie darba. Pienākuma apziņu vēl vairāk stimulēja fakts, ka misijas sākumā saslima gandrīz puse studentu, šķita, ka jāpaspēj izdarīt viss, ko mēs būtu varējuši paveikt, ja neviens nebūtu slims. Kad dalījām ielūgumus, kiprieši, sitot pa krūtīm, solījās, ka uz semināru noteikti atnāks. Ar nepacietību gaidīju, cik daudzi no solītājiem tiešām ieradīsies. Pirmajā vakarā secināju, ka dalībnieku rindas ir stipri pašķidras, neviens no tiem, ko biju uzrunājis uz ielas, neatnāca.

Pēc sabata svētrunas daudz domāju par to, ko nozīmē būt nevis

atgriezējam, bet svētītājam. Secināju, ka līdz šim nebiju centusies pietiekami izprast cilvēku vajadzības un koncentrēties uz to, kā varētu svētīt katru atsevišķu cilvēku. Sapratu, ka šajā informācijas pārbagātajā laikmetā nav nozīmes kādu apkraut ar vēl vairāk informācijas. Sapratu, ka mūsu uzdevums ir lūgt, lai Dievs veido mūs Viņam līdzīgus un lai palīdz mums mīlēt apkārtējos, lai mēs patiesi varam būt ieinteresēti viņu vajadzībās un laimē.

Tā nu mēs, cik varējām, kalpojām apkārtējiem un bijām ieinteresēti tajā, kas semināra apmeklētājiem bija svarīgs. Lūdzām, un Dievs saveda Savus bērnus uz semināru, līdz galu galā zāle kļuva tik pilna, ka nācās grūti atrast brīvu vietu. Arī pēc mūsu aizbraukšanas izveidotās draudzības saiknes nebeidzās – cilvēki, kas bija nākuši uz semināriem, vēlējas turpināt nākt arī uz dievkalpojumiem. Man tiešām bija prieks redzēt Dieva varenos darbus! **(Ginta)**



Orientēšanās nodarbības dalībnieki Nikosijā Kīprā



Komandas svētbridis sabata noslēgumā



Masāžas piedāvāšana par brīvu Pafas iedzīvotājiem

Paldies Dievam, ka Viņš deva iespēju aizbraukt misijas ceļojumā uz Kīpru! Dievs ir darbojies ne tikai pie Kīpras iedzīvotājiem, bet arī pie manas pašas sirds. Dievs mācīja pazemību un mācīja mīlēt cilvēkus. **(Agnese)**

Satikām un uzrunājām cilvēkus, kuri bija atsaucīgi un gatavi uzklaust, tā rezultātā raisījās sirsnīgas sarunas par dzīvi. Kad piedāvājām bezmaksas palīdzību, sākotnēji cilvēki tam neticēja un bija izbrīnīti, kāpēc to darām. Tas deva iespēju liecināt par to, ka esam kristieši, kas vēlas palīdzēt un iepriecināt ikvienu bez maksas, jo pats Dievs mums daudz ir devis bez maksas, to mēs arī turpinām darīt. **(Aivars)**

Gara svētības bija jūtamas ik uz soļa! Tieši abās ceļojuma otrdienās



Dziedāšana Pafas ielās

izjutu īpašu Svētā Gara vadību saistībā ar sastaptajiem cilvēkiem. Tās bija manas svētītās otrdienas!

Pirmajā otrdienā abas ar manu mīlo misijas pārinieci, manu vārda māsu, satikām kādu vīrieti vārdā Mo. Lai gan ne uz vienu semināra vakaru viņš tā arī neatnāca, mēs ar viņu pāris reizes tikāmies un pavadījām laiku brīnišķīgās sarunās. Otrajā otrdienā Dievs pasniedza mums vēl vienu dāvanu – britu pāri Toniju un Džonu. Šī bija tā reize kalpošanā, kad mēs nevis sākām rušināt zemi vai sēt sēklu, bet gan varējām ievākt jau nogatavojušos labību. Šis pāris, kas Pafā dzīvo jau četrus gadus, atnāca pie mums uz draudzi, un Tonija sāka stāstīt, kā agrāk, bērnībā ir turējusi sabatu un kā, meklējot draudzi, kura arī to dara, uzgājusi septītās dienas adventistus. Mums atlika vien pārsteigumā ieplestām



Uzkodu gatavošana semināram

acīm un priecīgām sirdīm noskatīties šajā skaistajā Dieva vadībā. Jau esam saņēmuši ziņu, ka sabatā šis pāris bija draudzē un iejutās tur kā savējie. Ticībā domāju, ka viņi ir atbilde uz mūsu lūgšanu, jo lūdzām pēc palīgiem darbā ar bērniem un jauniešiem Kīpras mācītāja sievai Esterei. Šis nodošanās ceļojums ir ļoti piepildījis manu sirdi! **(Ieva Marta)**

Ļoti svarīgi ir izbraukt pavisam citā vidē un ļaut visam, kas ir tevī, kalpot otram. Sapratu, ka tas ir pavisam vienkārši – vienkārši mīli cilvēkus un dari labu ar to, kas tev ir un ko tu vari.

Man divas dienas pēc saslimšanas bija pazudusi balss. Bet, izrādās, tikpat efektīvi var kalpot ar acīm, smaidu un rokām, piemēram, kādu samīļojot. Darīt labu otram patiesi, no sirds ir spēcīgākā evaņģelizācija, kas atver cilvēku sirdis un dod reālu



Tīkšanās ar interesentiem kafējnīcā



Creation Health seminārs



Atelpas un pārdomu brīdis Kīprā

iespēju sarunām par Dieva mīlestību un Viņa glābšanas plānu. **(Lita)**

Šis man bija ļoti vērtīgs misijas ceļojums. Svētības, kuras Glābējs caur mani nesa, bija tik dziļas un paliekošas! Tādas nebiju piedzīvojis nevienā no saviem iepriekšējiem misijas ceļojumiem. Mantoju patiesi īpašus draugus, un, slava Svētajam Garam, viņi atvēra sirdi Jēzum!

Lielākā svētība un mācība, ko Skolotājs man mācīja, bija kļūt par SVĒTĪTĀJU, nevis atgriezēju. Šī atziņa pilnībā mainīja manu pieeju cilvēkiem un vispār misijas plānošanai. Redzu, ka tas nesa daudz lielākus un dziļākus rezultātus. Ļoti aizkustinošu Svētā Gara darbību piedzīvoju, iegūstot sev un Jēzum draugus – laulātu pāri Denisu un Ļeru, kuri vēlējas ar mani un manu sievu vēl un vēl satikties arī ārpus

semināriem, lai vienkārši būtu kopā, runātu par dzīvi un vēlāk – arī par Biblii. Pēdējā vakarā atvadoties, viņi teica, ka viņu dzīve vairs nebūs tāda kā iepriekš un ka viņu priekšstats par draudzi un Biblii ir radikāli mainījies.

Aizkustinošu pieredzi guvu, uzrunājot citu pāri – jauniešus Stīvenu un Evelīnu, kuri pirmo dienu bija ieradušies Pafā, lai pārvāktos šurp uz dzīvi. Īsā sarunā viņi atklāja savu vilšanos Dievā tik dziļi, kā vēl nevienam nekad nebija stāstījuši. Pēc šīs sarunas redzēju, ka tas viņiem ir nesis sava veida dziedināšanu.

(Alberts)

Viena no atziņām, ko esmu ieguvusi misijas ceļojumā un noteikti turpināšu praktizēt arī ikdienā, ir dzīvot katru dienu ar misijas apziņu sirdī. Misijas ceļojuma laikā mēs tikām mudināti ik dienas būt par svētību citiem, tādejādi parādot Jēzus mīlestību. Aktivitātes, kuras veicām misijas ceļojuma laikā, ir iespējamā arī ikdienas dzīvē, piemēram, praktiski kādam palīdzēt, iepriecināt kādu nepazīstamu cilvēku, dziedāt pie jūras, savākt atkritumus pilsētā. Lai gan tas varētu šķist pašsaprotami, ar zināšanu vien nepietiek. Praktiska dalība misijas ceļojumā manā sirdī iedzīvināja vēl lielāku vēlmi kalpot Dievam. **(Alise)**

Man misijas ceļojums bija pieredze, kas lika aizdomāties, kādi ir nosacījumi, lai misijas darbā piedzīvotu panākumus. Kīprā piedzīvoju īpašu cilvēku interesi, dziļas sarunas, brīnumus, kādus, šķiet, piedzīvoja apustuļi, dodoties savos misijas ceļojumos. Manī radās

jautājums – vai Dievs šādas svētības pataupa tieši misijas ceļojumiem, vai arī Viņš ir paredzējis, lai tāda būtu mūsu ikdiens? Viena atbilde, ko guvu, bija – Dieva ilgas ir, lai Apustuļu darbu grāmatas darbi būtu arī mūsdienu kristiešu darbi, bet mūsu dienās mums pietrūkst tā, kas viņiem bija toreiz – pilnīgas nodošanās Dievam, dziļas atkarības sajūtas no Dieva un misijas gara ik uz soļa.

Kad kāds dodas misijas ceļojumā, tad viņš brauc ar mērķi būt misionārs; tālumā esot, dziļi izjust savu atkarību no Dieva; nolikt visu ikdienišķo un pievērst uzmanību cilvēku vajadzībām. Misijā braucam ar apziņu, ka nekas mazāks par pilnīgu nodošanos nederēs. Savukārt, esot mājās, katrs bieži vien raugās uz savām vajadzībām, ikdienas rūpēm, ikdienā neesam tā atbrīvojuši sirdi un laiku, ikdienā neļaujam Dievam mūs tā izmantot, apzināti nemeklējam iespēju būt par svētību garāmgājējiem. Esot uz vietas, kalpošana vairāk asociējas ar dievkalpojumiem un konkrētiem laikiem, nevis katru soli un minūti. Tāpēc redzu, ka arī īstermiņa misijas ceļojumiem ir nozīme, jo tie aicina pilnīgi nodoties Dievam. Kad cilvēks ir pilnīgi fokusējies un nodevies, Dievs divās nedēļās var paveikt vairāk nekā mēs divos gados. Mans secinājums, atbildot uz sākotnējo jautājumu, ir – vareni piedzīvojumi nav paredzēti tikai šādiem misijas braucieniem, misijas braucieni tikai sekmē garu, kāds nepieciešams, lai šādas svētības saņemtu. Izaicinājums nu ir – ar šādu garu dzīvot šodien tur, kur esmu ikdienā. **(Ieva T.)**



Visa komandā mājupceļā



Pēdējā diena pēc semināra kopā ar interesentiem

PAR RAFINĒTO CUKURU

ZINĀŠANAS, IZGAISMO NEZINĀMO UN KLIEDĒ AIZSPRIEDUMUS. PIEVIENOTIE SALDINĀTĀJI

• Pievienotie saldinātāji attiecas uz dažādiem dabīgiem un sintētiskiem saldinātājiem, kas tiek pievienoti pārtikas produktiem. To skaits pārsniedz vairāk nekā 50 dažādus cukurus un 17 cukura aizstājējus.

 • Gandrīz 80% no pārtikas precām satur pievienotus saldinātājus.

Nutrition Facts

DODIES ŠODIEN IZPĒTĪT SAVUS PĀRTIKAS KRĀJUMUS UN IEPĀZĪSTIES AR PIEVIENOTAJIEM SALDINĀTĀJIEM

Svarīgi! Sastāvdaļas uz etiķetes tiek rakstotas noteiktā secībā – proporcionāli daudzumam, ar kādu tas tiek pievienots pārtikas produktam.

GRAUDU BATONIŅŠ

SASTĀVDAĻAS: pilngraudu KVIEŠU milti 33.4% (glikozes sīrups, cukurs, saldinātājs IEBIENĒTĀIS PIENS 8.4% (PIENS, cukurs) – mīrumuzturētāji (glicerīns, sorbitols), sāļšūdenspūķu eļļa, VĀJPIENA pulveris 4.4%, kolagēna šķīdums, mīnervielas (dzelzs, karboksāti), invertcukura sīrups, kukurūzas putraiņi 2.2%, maltodekstrīns, ūsu milti 2%, kakao pulveris, kakao pulveris ar samazinātu tauku saturu, kakao sviests, sāls, smulgaugars (leicīns, dabīgi aromātizatori), antioksidants tokoferols ekstrakts, mīnervielas (dzelzs, vitamīni (niacīns (B3), pantotēnskābe (B5), riboflāvīns (B2), B6 vitamīns, folijskābe (B9))

DABISKIE SALDINĀTĀJI ir iegūti no augļiem vai dzīvniekiem un tiek uzskatīti par dabīgākiem saldināšanas līdzekļiem salīdzinājumā ar sintētiskajiem, rūpnieciski ražotajiem saldinātājiem. Šeit ir dažādi visbiežāk izmantotajiem dabiskajiem saldinātājiem:

STĒVIJA

- Stēvija ir dabisks saldinātājs, jo tā tiek iegūta no stēvijas augs (Stevia rebaudiana) lapām. Šis augs ir izcelsme Dienvidamerikā, kur tas tradicionāli izmantots kā saldinātājs un ārstniecisks augs.
- 50-300 reizes saldaļāks par cukuru, bet neietekmē cukura līmeni asinīs.
- Dabiska forma Stēvijas lapas vai minimāli apstrādāti ekstrakti.
- Rūpnieciski produkti: Var saturēt citas piedevas, tāpēc vienmēr lasiet etiķetes, lai pārbaudītu par sastāvu.

AGAVES SĪRUPS

- Iegūta no agaves augs. Lai arī agaves sīrups tiek uzskatīts par alternatīvu cukuram, tā augstais fruktozes saturs (70-90%) rada bažas par ilgtermiņa ietekmi uz aknām un metabolismu. Eksperti iesaka lietot to ar mēru.
- Agaves sīrups var atšķirties atkarībā no augs veida un ražošanas metodes. Augstākā kvalitātes līmenis ir "raw" jeb "neapstrādātais" agaves sīrups, kas tiek ražots ar minimālu apstrādi un saglabā vairāk dabisko uzturvērtību.
- Fruktoze ir saldaļāks dabīgais cukurs, un tas padara agaves sīrupu daudz saldaļāks par parasto cukuru, taču tam ir zemāks glikēmiskais indekss (GI), kas nozīmē, ka tas neizraisa strauju cukura līmeņa paaugstināšanos asinīs.

KLĀVU SĪRUPS

- Kļavu sīrups tiek ražots no kļavu sulas, kuru vārā, lai iegūtu koncentrētu sīrupu.
- Kļavu sīrups satur daudz maigā fruktozes nekā agaves sīrups, līdz ar to tam ir mazāka ietekme uz aknu darbību, padarot to par drošāku izvēli ilgtermiņā.
- Kļavu sīrups tiek ražots dabiskā veidā bez mākslīgām piedevām un līmiskām vielām, kas tiek izmantotas dažu agaves sīrups ražošanas procesos. Tas padara kļavu sīrupu par tīrāku un dabiskāku alternatīvu.
- Tra kļavu sīrups nedrīkst saturēt nekādas mākslīgas piedevas vai konservantus. Pārbaudiet etiķeti, lai pārbaudītu, ka tajā nav pievienoti cukuri vai mākslīgi aromātizatori.
- Gaišāks kļavu sīrups parasti tiek uzskatīts par augstākas kvalitātes, jo tas ir iegūts no pirmās sulas, kas ir maigāks koncentrāta un saglabā vairāk dabiskās garšas.
- Salīdzinot maigā saldaļāks medus, bet ar patīkami garšu.

MEDUS

- Ēst gandrīz Visi cilvēki neprotami medus var veidot medus. Medus vairošana tiek veikta tik profesionāli, ka to ir iespējams pārbaudīt, vienīgi neaizsargātās laboratorijās.
- Iegādājieties medu no vietējiem biskopiem vai pārbaudiet ražotājiem, kuri nodrošina augstas kvalitātes, bioloģisku un tīru produktu.
- 2024.g. tika testēti 13 Latvijas ievākti medus paraugi. Tikai 30% bija pilnībā brīvi no insekticīdiem, fungicīdiem, herbicīdiem. Paraugos tika pārbaudīti vairāk nekā 700 vielu klātbūtne. Lielākā daļa paraugu, kuros ir atklātas, ir saistīti ar intensīvu lauksaimniecības turomu.

Meklējot un gatavojot materiālus iniciatīvai “10 dienas bez rafinēta cukura”, ko Veselības kalpošanas nodaļa organizēja no 8. līdz 18. janvārim un par ko varējāt lasīt jau iepriekšējā žurnāla numurā, uzzinājām gana daudz no zinātniskajiem rakstiem, bet vēl jo vairāk – no cilvēku pieredzes stāstiem, ko nevēlamies paturēt tikai pie sevis, bet dalīties arī ar Tevi, lasītāj! Ticam, ka šī informācija palīdzēs mums katram izdarīt arvien vairāk un vairāk veselīgu izvēļu un ar lielāku prieku novērtēt vienkāršo, pilnvērtīgo Radītāja dāvāto veselību veicinošo uzturu.

Vai nezini, kur likt nopirkto rafinēto cukuru? Vai vēlies, lai tavas 5000 garšas kārpīņas atgūtu prieku par augļu un dārzeņu dabisko garšu? Vai zināji, ka Dieva aptiekā ir zāles arī atkarības pārvarēšanai? Vai tev ir grūti atšķirt īstos saldumus no rafinētajiem? Vai zināji, ka pievienotajam cukuram pārtikas produktos ir apmēram 50 dažādi nosaukumi?

Ja vēlies uzzināt atbildes uz šiem jautājumiem, ieskaties sagatavotajos materiālos!

LDS Veselības kalpošanas nodaļa

PRIEKŠROCĪBAS LIETOJOT "ĪSTOS SALDUMUS"

Mūsdienu straujāji pasaulē, kur pārstrādātā pārtika un ātrās uzkodas ir viegli pieejamas, mūsu veselība bieži tiek atstāta novārtā. Izvēlies "īstos saldumus." Tu ne tikai rūpējies par savu veselību šodien, bet arī iegūdi ilgtermiņa labklājību.

GALVENIE IEGUVUMI:

1. ENERĢIJAS PIEAUGUMS UN VITALITĀTE

Saldumi ar dabiskajām uzturvērtībām nodrošina "tīru" degvielu, kas veicina enerģiju visas dienas garumā. Tā Tu izvairies no cukura virsotnēm un kritumiem, ko rada rafinēti saldumi.

2. UZLABOTA VESELĪBA UN IMUNITĀTE

Īsti saldumi satur vitamīnus, minerālvielas un antioksidantus, kas stiprina imūnsistēmu un palīdz cīnīties pret slimībām. Tavs ķermenis kļūs izturīgāks pret infekcijām un hroniskām slimībām, piemēram, diabētu, sirds slimībām un aptaukošanos.

PRIEKŠROCĪBAS LIETOJOT RAFINĒTOS SALDUMUS

Lietojot rafinētus saldumus, var būt daži jāpārlūko, taču tie lielākoties ir saistīti ar ārtumu vai emocionālo labajūti, nevis ar veselību.

GALVENIE ŠĶIETAMIE IEGUVUMI:

1. ĀTRĀS ENERĢIJAS AVOTS

Rafinētie saldumi satur vienkāršus cukurus, kas ātri uzsūcas asinīs un nodrošina tūlītēju enerģijas pieplūdumu. To nereti izmanto:

- Pēc smagas fiziskas slodzes vai kad nepieciešams ātri atgūt enerģiju.
- Sportisti izmanto kā ātru enerģijas papildinājumu starp sacensību posmiem (piemēram, glikozi).

2. ĀTRI PIEJAMA UZKODA

Rafinētie saldumi bieži ir pieejami gandrīz jebkurā vietā. Tie ir gatavi lietošanai bez papildu sagatavošanas (piemēram, šokolādes tāfelītes konfektes).

3. SKAISTĀKA ĀDA, MATI UN NAGI

Uzturs, kas balstīts uz dabīgu pārtiku, sniedz organismam nepieciešamās uzturvērtības, lai uzlabotu ādas elastību, matu spīdumu un nagu stiprumu. Skaistums sākas no iekšienes!

4. LABĀKS GARASTĀVOKLIS UN MENTĀLĀ VESELĪBA

Dabisko saldumu lietošana palīdz stabilizēt cukura līmeni asinīs, kas tieši ietekmē Tavu garastāvokli. Nepiesātinātās taukskābes, pilnvērtīgi proteīni un dabiskie ogļhidrāti ir Tavu smadzeņu labāks draugs.

5. VESELĪGS SVARS BEZ DIĒTĀM

Šie saldumi ir dabiski sabalansēti un sāpīgi, tāpēc Tavs ķermenis pieaugs veselīgām svaram.

6. ILGTERMIŅA IEGULDĪJUMS VESELĪBĀ

Rafinēti saldumi var šķīst ātrāk un lētāk izvēlē, bet to sekas attiecībā uz veselību var būt dārgākas.

3. GARŠAS BAUDA UN EMOCIJĀLAIS KOMFORTS

Daudzi cilvēki saista saldumus ar pozitīvajām emocijām – prieku. Ēdot rafinētus saldumus, garastāvoklis var uzlaboties īslaicīgi, jo cukurs stimulē dopamīna izdalīšanos smadzenēs.

4. ILGĀKS DERĪGUMA TERMIŅŠ

Tie ir viegli un ilgstoši uzglabājami.

5. SOCIĀLAIS ASPEKTS

Saldumus bieži izmanto kā svētku un citu sociālo pasākumu sastāvdaļu.

Tie nereti kalpo kā tradīciju sastāvdaļa (piemēram, kūkas dzimšanas dienām).

Lai gan rafinēti saldumi var dot īslaicīgus un šķietamus ieguvumus, tie parasti ir saistīti ar negatīvu ietekmi uz veselību:

- tie palielina aptaukošanās, diabēta un sirds slimību risku;
- tie izraisa enerģijas "kritumus" pēc sākotnējā pieauguma;
- tie veicina atkarību no cukura.

SĀC AR VIENKĀRŠU IZVĒLI ŠODIEN, UN TAVS ĶERMENIS TEV PATEIKSĪS JAU RĪT!

GUDDRS PRĀTS SĀKAS AR GUDRU IZVĒLI. DOD SAVĀM SMADZENĒM VISLABĀKO DEGVIELU.

MELLEŅS
Melleņi ir bagāti ar flavonoīdiem un vitamīnu C, kas palīdz aizsargāt smadzenes no oksidatīvā stresa un uzlabo atmiņu un kognitīvās funkcijas. Pētījumi liecina, ka melleņi var uzlabot atmiņu atmiņu un mūsdienu smadzeņu novecošanās radītas problēmas.

ANANĀSI
Ananāsi satur bromelīnu, kas palīdz uzlabot asinsriti smadzenēs, nodrošinot labāku skābekļa un barības vielu piegādi. Bromelīns palīdz samazināt iekaisumu, kas ir svarīgi, jo smadzenes tiek aizsargātas no dabiskām neiropdeģeneratīvām slimībām (piem., Alcheimera).

KIRŠI
Kirši satur dabisku melatonīnu, kas palīdz uzlabot miega kvalitāti. Labi atpūtas smadzenes strādā labāk. Tāpat kā melleņi, kirši ir bagāti ar antioksidantiem, kas veicina smadzeņu veselību un novērš novecošanās procesus.

DATELES
Dateles ir dabiski saldas un bagātas ar šķīdvielām, kas palīdz saglabāt stabulu cukura līmeni asinīs, vienlaikus piedāvājot smadzenēm nepieciešamo enerģiju. Vitamīni un minerālvielas. Tās satur arī kāliju, magniju un B grupas vitamīnus, kas atbalsta smadzeņu darbību.

ZEMENES
Pētījumi liecina, ka zemenēs esošie flavonoīdi var veicināt neiroģenēzi (jaunu smadzeņu šūnu veidošanos) un palīdzot uzlabot atmiņu un mūsdienu spējas, jo īpaši gados vecākiem cilvēkiem.

DATELES
Dateles ir dabiski saldas un bagātas ar šķīdvielām, kas palīdz saglabāt stabulu cukura līmeni asinīs, vienlaikus piedāvājot smadzenēm nepieciešamo enerģiju. Vitamīni un minerālvielas. Tās satur arī kāliju, magniju un B grupas vitamīnus, kas atbalsta smadzeņu darbību.

APELSĪNI
Apelsīni ir bagāti ar vitamīnu C, kas ir svarīgs smadzeņu darbībai un palīdz aizsargāt smadzenes no oksidatīvā stresa un uzlabo atmiņu un kognitīvās funkcijas. Regulāra apelsīnu lietošana var palīdzēt uzlabot smadzeņu veselību un uzlabot atmiņu.

GRANĀTĀBOLI
Granātāboli satur spēcīgus antioksidantus (antociānus), kas palīdz samazināt iekaisumu smadzenēs un veicina kognitīvo funkciju. Pētījumi liecina, ka granātāboli var palīdzēt uzlabot smadzeņu šūnu atjaunošanos un veicināt smadzeņu veselību.

AVOKĀDO
Avokādo satur mono-nepiesātinātās taukus, kas veicina smadzeņu veselību un palīdz uzturēt smadzeņu šūnu membrānu struktūru. Tā paugstināšana samazina smadzeņu nodrošināt labāku skābekļa un uzturvērtību piegādi smadzeņu šūnām.

VINOGĀS
Vinogās satur resveratrolu, kas ir spēcīgs antioksidants. Tas aizsargā smadzenes no oksidatīvā stresa un samazina iekaisumu.

BANĀNI
Banāni ir labvēlīga kālija un B6 vitamīna avots, kas palīdz regulēt nervu impulsus un uzturēt labu enerģētiskumu. Banāni nodrošina ilgstošu enerģiju smadzenēm, jo tie satur dabiskos cukurus, kas lēni izdalās asinīs.

PABARO SMADZENES

ES NEVĒLOS AICINĀT IERAUDZĪT LABO

Elvīra Grakoviča,
AV Jauniešu lappusītes
veidotāja



Inga Zepēde,
raksta autore



Šorīt pēc rīta svētbriža atvēru ziņu lapas. Vai zināt kas notika tālāk? Pie sevis klusi nodomāju: “Kāpēc tu to dariji?!” Bet bija sajūta, ka šī doma kliez uz mani. Pēc tam es dusmojos uz sevi, ka esmu sabojājusi savu sabata rītu.

Protams, realitāte ir tāda, kāda tā ir. Pat ja neatvēršu to lapu, tad, nākot uz draudzi, iespējams, dzirdēšu kādu par to runājam, arī tepat satiekoties, mēs, iespējams, apspriedīsim kādas karstākās ziņas. Nav nekā sliktā tajā, ka esam informēti. Bet, teikšu atklāti, man bija dusmas, ka esmu kādu pilienu rūgtuma pievienojusi šai skaistajai dienai – sabbatam.

Ko jūs parasti ieraugāt ziņās? Vardarbība, apmelošanas, skandalozas tiesu prāvas, slimības, karstātvoklis. Labās lietas tajā visā nemanāmi kaut kur pazūd, un mums pāri veļas informācijas gūzma – SLIKTI, SLIKTI, SLIKTI!!!! Dzīve uz šīs zemes šķiet – bet vai tā tikai šķiet? – nežēlīga.

Kamēr vienā pasaules daļā ļaudis dzīvo izteikti bagāti, citur veselās valstis grimst nabadzībā. Kamēr vienā ekonomikā ēdiens tiek izmests atkritumos un aizšķūrēts prom, jo tā bijis par daudz, citā mazu bērnu rokas stiepjas pēc pēdējā maizes kumosa vai malka ūdens. Kamēr vienuviet cilvēki dzīvo miera apstākļos un var atnākt, kā mēs, uz draudzi, citviet svilpj lodes un dārd sprēdzieni, gaisā paceļot milzīgus mākoņus putekļu un atsāļot zem tiem pilnībā sagruvušas mītnes, skolas, slimnīcas, baznīcas. Ir pilnīgi skaidrs – pasaule ir nežēlīga, ciešanu pilna.

Bet, ja mēs neskatītos pat tik globāli, iespējams, tepat kaimiņos ir kāds paziņa, kam iet grūti, kāds, kurš nezina, kā pabarot savu ģimeni, kāds, kurš zaudējis darbu, kāds, kuru ievainojusi kāda kaite. Mūsu pašu dzīvē ne reizi vien nonākam situācijās, kad gribētu, lai ir labāk – labāks finansiālais stāvoklis, labākas attiecības ar kādu, iespējams, kāds atsakās ar kādu komunicēt, nav iespējams izveidot sarunu, atrisināt kādas situācijas, dzīve liekas kā pārāk liels slogs. Tad mēs maļam prātā šīs savas situācijas, kurām klāt nāk nepatīkamās ziņas no ārpusaules, un rodas jautājums: “Kā visa tajā lai spējam ieraudzīt labo?”

Kristīgā pasaule ne reizi vien saskaras ar jautājumu: “Kur visā tajā ir Dievs? Ja Viņš ir labs, kādēļ tā notiek?” Mēs zinām atbildi – VIŅŠ IR VISĀ. Viņam sāp viss, ko Viņš redz un piedzīvo. Dievu neviens nav atcēlis un nevar atcelt. Man patīk doma, ka grēka izmocītās pasaules realitāte neatceļ Dievu. Tumsa ir gaismas neesamība. Aukstums ir siltuma neesamība. Grēks ir Dieva neesamība cilvēka sirdī. Tumsa pastāv līdz brīdim, kad tajā iespīd gaismas stars. Aukstums pastāv līdz brīdim, kamēr tajā ienāk siltums. Grēks vada cilvēku līdz brīdim, kad

viņš atsaucas savam Radītājam un izvēlas dzīvot saskaņā ar Dievu.

Taču pat tad, kad zinām šo patiesību, ka Dievs ir klātesošs visā, ka Viņš atbild uz Savu bērnu saucieniem, ka visu laiku meklē mūs, pat tad, kad mūsu dzīvē ir tik daudz pierādījumu, ka Dievs ir darbojies un darbojas, kad esam dzirdējuši liecības, kā Dievs pieceļ cilvēkus, vai tomēr kādā reizē neesam jautājuši un raudzījušies uz Dievu ar domu: “Kur ir tādi brīnumi kā Israēla laikā? Kur ir tādi brīnumi kā Jēzus kalpošanas laikā? Dziedināšanas – cita pēc citas... Kāpēc šodien to neredz?” Vai nav tā, ka bieži vien uz Dieva darbu mūsu dzīvē aizmirstam paraudzīties kā uz brīnumu, kā uz milzu dāvanu? Redzot šīs pasaules problēmas, mēs nereti vairāk pamanām tieši tās un mazāk ieraugām, cik patiesībā daudz svētību, labā un skaistā ir mums visapkārt.

Vai neesam kādreiz sevi pieķēruši sūdzamies, ka kādam kaut kas ir labāk nekā man? Vai neesam nodomājuši, ka kāds gan ir veiksminieks, bet es pat nesaprotu, ko Dievs no manis grib, un man iet tā, kā iet? Vai Viņš manī vispār klausās? Es te maļos pa savām problēmām dienu no dienas, labāk



Tu man dari zināmu dzīvības ceļu. Prieka pilnība ir Tava vaiga priekšā, un jaukas, svētības pilnas dāvanas pie Tavas labās rokas ir mūžīgi.” (Ps. 16:11)

nepaliek. Reizēm tikai sliktāk.

Ieraudzīt labo... Teikšu atklāti – brīžos, kad man ir bijis grūti, esmu tik ļoti centusies ieraudzīt labo, ka esmu lūzusi arī no tā, ka, šķiet, nevaru aizsniegt to LIELO, LABO, SKAISTO, jo pāri kā lavīna gāžas gūzma ar visu sliktu. Tu ķeries pie labā, mēģini aizsniegt... Un te ir otrs grāvis – tu jau patiesībā nevari koncentrēties tikai uz labo un brīnišķīgo, ignorējot savas dzīves realitāti. Tu nevari mākslīgi radīt labo burbuli, jo tad tas tiešām būs tikai burbulis, kas tāpat kādā brīdī pārsprāgs.

Tieši te ir atslēga – mēs paši vai nu ieslīgstam negāciju gūstā, vai arī izdomājam ceļus, kā koncentrēties uz labo, kamēr Dievs piedāvā pavisam citu ceļu. Viņš mums ļauj – pieņemot realitāti, kurā esam, – saskatīt Viņa darbu, saskatīt cerību un pieķerties tai, zināt, ka Dievs ir nomodā par mums ik brīdī, pat visā pasaules lielajā troksnī.

“Tu man dari zināmu dzīvības ceļu. Prieka pilnība ir Tava vaiga priekšā, un jaukas, svētības pilnas dāvanas pie Tavas labās rokas ir mūžīgi.” (Ps. 16:11) Šo rakstu vietu Elena Vaita darbā “Debesu vietās” papildina šādi: “Neiedomājieties, ka, staigājot kopā ar Jēzu, jums būs jāstaigā ēnā. Vislaimīgākie cilvēki pasaulē ir tie, kas uzticas Jēzum un ar prieku pilda Viņa pavēles. Neapmierinātība un nemiers tiek aizdzīti no to cilvēku dzīves, kuri seko Viņam. Viņi var sastapties ar grūtībām un pārbaudījumiem, tomēr viņu dzīve ir prieka pilna, jo viņiem līdzās soļo Kristus un Viņa klātbūtne apgaismo viņu taku.”

Prieka pilna dzīve kopā ar Kristu pat tad, kad ir grūtības. Nē, tas nenozīmē, ka priecāšanās Dievā ir nepārtraukts pārlaimības stāvoklis! Tāpat kā miers Dievā nenozīmē, ka mēs neuztraucamies, tas nenozīmē, ka mums nesāp, tas nenozīmē, ka nedomājam, nepārdomājam

un neanalizējam notikumus, sarežģījumus. Tas nozīmē, ka pat tad, ja šķiet, ka apkārt viss ir SLIKTI, SLIKTI, SLIKTI, mums ir Dievs, kas ir lielāks par šo SLIKTI!

Mēs, cilvēki, mēdzam sabiezināt krāsas ar vārdiem VISS, VIENMĒR, NEKAD. Taču patiesībā tieši tad, kad mums apkārt daudz kas ir haosā, mēs piedzīvojam arī daudz svētību. Mums ir draugi, kuri lūdz, mums ir draudze, uz kuru doties, mums ir ģimene, radnieki, kolēģi. Mums ir kaimiņu tante, kas pāri žogam pārceļ ābolu grozu, jo grib padalīties. Mums ir onkulis, pie kura aizbraucot un palīdzot saskaldīt malku, pretī saņemam sirsniņu smaidu, siltu tēju un medus burciņu. Mums ir vecmāmiņas, kuras iedrošinot apskauj un pār mums nobirdina asaras. Mums ir mammas un tēti, kas atbrauc pretī, kad tas nepieciešams, un sagaida ar siltām vakariņām. Mums ir mīļotie, kas neļauj padoties, kad mums nolaižas rokas. Mums ir bērni un mazbērni, kas iepriecina ar savu sirsniņu un talantiem. Mums ir ēdiens galdā, jumts virs galvas, siltas drēbes, ūdens. Pat ja kādam kaut kā šī no visa pierūkst, MUMS IR DIEVS, kurš gādā, māca un atklāj par Sevi ik dienas arvien vairāk. Viņš putnus gaisā baro... Cik daudz vairāk Viņš mīl mūs?

“Jo Viņš sūtīs tev Savus eņģeļus tevi pasargāt visos tavos ceļos. Viņi tevi uz rokām nesīs, lai tava kāja, nepieduras pie akmens.” (Ps. 91:11, 12)

Elena Vaita “Debesu vietās”: “Mūs uzmana Dieva eņģeļi. Uz šīs zemes atrodas tūkstoši un desmit tūkstoši Debesu vēstnešu, kas no Tēva saņēmumi uzdevumu liegt sātanam gūt kaut kādas priekštiesības pār tiem, kas atsakās staigāt pa ļaunajiem ceļiem. Šie eņģeļi, kas sargā Dieva bērnu virs zemes, uztur pastāvīgus sakarus ar Debesu Tēvu. Kristus sacīja: “Pielūkojiet, ka jūs nevienu no šiem mazajiem nenicināt,



jo Es jums saku – viņu eņģeļi Debesīs vienmēr redz Mana Debesu Tēva vaigu.” (Mt. 18:10)”

Mums pat nav nojausmas, cik ļoti apsigāti esam. Jā, jā, tā ir taisnība, ka ļaunums ir tik ļoti sabojājis šo pasauli, ka diemžēl tā piedzīvo grēka sekas ar milzu sāpēm un ciešanām. Tomēr nekas no tā neatceļ Dieva esamību un Viņa brīnumu darbus arī šodien.

Pajautāsim sev: “Uz ko es koncentrēju savu uzmanību? Vai uz to, cik šī pasaule ir sabojāta? Vai uz Dievu? Ne jau uz labo. Uz DIEVU!” Tiklīdz savu uzmanību un pūles pielieku, lai paraudzītos uz Tēvu, uz Viņa mīlestību, kas izpaužas caur Jēzu Kristu un Viņa lielo mīlestības dāvanu krusta kalnā – Golgātā, es nespēju neieraudzīt labo. Vispirms jau to, kas manis paša dzīvē ir nepelnīti uzdāvināts. Mums ir dota tikai viena diena. Ne vairāk, ne mazāk. Diena, kurā nezinām, vai būs rītdienas. Ko izvēlos es? Izvēlos ieraudzīt Dieva brīnuma darbus, izvēlos dzīvot tā, lai cilvēki piedzīvo Dievu, jo mana dzīve nes līdzīgu apsolījumu: “Un nāves vairs nebūs, asaru vairs nebūs...” Kā gan es to izdaru? Ar savu gājumu kopā ar Dievu, Viņa izpausmi manā dzīvē, raksturā, valodā.

Jā, pasaule ir sabojāta. No Dieva radītā, ko Viņš teica ļoti labu esam (1. Mozus 1:31 “Un Dievs redzēja visu, ko bija darījis, un, redzi, tas bija ļoti labs!”), tik daudz ir pazaudēts. Elena Vaita grāmatā “Kristus dziedinošā kalpošana” raksta: “Pasaule ir slima, ciešanas ir visur, kur vien mīt cilvēki. Tie visi meklē palīdzību. Pestītājs nevēlas, lai cilvēci nomāktu sāpju nastas, tās spēki izsīktu, slimības saīsinātu tās darbīgumu vai pat pārtrauktu cilvēku dzīvību. Taču ļoti bieži Dieva iedibinātā dzīvības likumi tiek



Jo Viņš sūtīs tev Savus eņģeļus tevi pasargāt visos tavos ceļos. Viņi tevi uz rokām nesīs, lai tava kāja, nepieduras pie akmens.” (Ps. 91:11, 12)



Katra reize, kad brālis iedrošina brāli, lūdz par viņu, aizsargā viņu, aizstāv viņu un pateicas par viņu, ir brīnums.

neapdomīgi pārkāpti, grēks ielaužas sirdī un cilvēks pietiekami nenovērtē savu atkarību no Dieva — dzīvības un veselības Avota.”

Kad Bībelē tik koncentrētā veidā lasām Vecās Derības laika Dieva darbus, evaņģēlijus, Pāvila vēstules, apustuļu darbus un raugāties uz tiem darbiem un brīnumiem, ko paveica Jēzus, ko Jēzus vārdā darīja mācekļi, mums var uzņākt bažas – kur šie brīnumi ir šodien, kāpēc mums tā nav? Bet palūkosimies, vai tiešām nav!

Starp citu, vai visur Jēzus tika uzņemts ar sajūsmu un Viņa brīnumi, sludināšana bija 100% izdošanās? “Viņš nāca pie savējiem, bet tie Viņu neuzņēma. Bet, cik Viņu uzņēma, tiem Viņš deva varu kļūt par Dieva bērniem, tiem, kas tic Viņa Vārdam, kas nav dzimuši ne no asinīm, ne no miesas iegribas, ne no vīra gribas, bet no Dieva.” (Jņ. 1:11–13) Vai šodien arī nav tā, ka Viņu neuzņem?

Kur mēs šodien varam ieraudzīt brīnumus? Viens brīnums, nenoliedzami, ir cilvēki, kurus Dievs ir dziedinājis no kādām slimībām. Šādu liecību ir tiešām daudz. Brīnums ir tas, ka cilvēki, kuri dzīvo ierobežotas reliģisko tiesību un ticības brīvības zonās, neatlaidīgi dodas uz priekšu. Vakar lasīju stāstu, kurš lieliski saskan ar šo tēmu. Kāda amerikāņu runātāja bija devusies uz konferenci Ķīnā. Ķīna un kristietība, paši saprotat... No divdesmit divu cilvēku lielās grupas astoņpadsmit bija sēdējuši cietumā no 1 līdz 3 gadiem par to, ka bija lasījuši Bībeli. Konferences Bībeles studiju grupiņā tika izdalītas Bībeles. Kāda māsa padeva savu Bībeli uz priekšu citam, jo viņa konkrēto Rakstu nodaļu zināja no galvas. Runātāja paaugstinājās, kā viņa zina tik daudz no galvas, ja Bībeles cietumā tika atņemtas. Šī māsa atbildēja: “Mums iesūtīja Rakstu vietas uz lapiņām. Ja pieķer, lapiņas tiek atņemtas, tādēļ, cik ātri vien iespējams, teksts jāiemācās no galvas. Jo to, kas ir

galvā un sirdī, tev nevar atņemt.”

Konferences noslēgumā ķīniešu jauniegtie draugi teica, ka viņi gribētu, lai par viņiem aizlūdz, lai viņi kļūtu līdzīgi amerikāņiem un iegūtu tādu brīvību, kāda valda Amerikā. Uz to runātāja atbildēja: “Es nespēju par to lūgt. Jo, ja manam tautietim būtu uz konferenci trīs stundas jābrauc sabiedriskajā transportā, četras dienas konferences laikā jāsež uz cietas dēļu grīdas, viņš to nedarītu. Es laikam gribētu lūgt, lai visā pasaulē cilvēki kļūst līdzīgāki jums – ar tādu nodošanos un gatavību atdot savu brīvību par to, kas jums ir tik dārgs.”

Es teiktu, ka manās acīs Dieva darbs pie šo cilvēku sirds un pie tā, kā viņu dzīve ietekmē apkārtējos, ir īsts Dieva brīnums.

Katra reize, kad cilvēks nepado-
das, bet stipri turas pie Dieva pat tad, kad nav iespējas tikt dziedinātam, jo Viņa cerība ir Jēzus glābšana un skais-
tā Mūžības nākotne, ir brīnums.

Katra reize, kad brālis iedrošina brāli, lūdz par viņu, aizsargā viņu, aizstāv viņu un pateicas par viņu, ir brīnums.

Katra reize, kad māsa raud kopā ar māsu, ietver to savās siltajās rokās un mierina salauztu sirdi, lai cilvēks var no jauna piecelties, ir brīnums.

Katra reize, kad cilvēks ir
atsaucies Dieva Svētā Gara
aicinājumam un Jēzum un licies

kristīties, ir brīnums.

Katra reize, kad cilvēks ir nomiris savam es un pazemīgi izvēlēties staigāt Dieva priekšā tā vietā, lai pateiktu kādam ko aizvainojošu, lai celtu sevi augstāk par otru, ir brīnums.

Tā varētu turpināt un turpināt. Katra reize, kad Dievs aizskar, kad Viņš ir izvēļu stūrakmens, kad redzams Viņa ietekmējošais spēks, vai tā lieta būtu liela vai maza mūsu acīm, ir brīnums.

Nedomājiet, ka šodien nav brīnumu! Dievs ir nemainīgs. Viņš ir: “ES ESMU!” Sākums un Gals. Mīlestība. Ceļš. Gaisma. Maize. Vīnakoks.

Jā, pasaule ir cietusi, sabojāta, pilna smaguma. Bet Jēzus ir Cerība, Gaišums un Aizstāvis. Viņa eņģeļu pulki ir tepat blakus. Cik vien mēs Viņu uzņemam, esam Dieva bērni.

Priecāšanās iekš Tā Kunga nenozīmē, ka mēs kā ar elektrības slēdzi izslēdzam problēmas. Tas nozīmē, ka, pat problēmām pastāvot, mēs vieglāk spējam sagremot realitāti, vērsot skatu uz augšu ar cerību un apziņu, ka mums ir, kas palīdz, ja raidām uz Viņu savus saucienus.

Es nevēlos aicināt: “Ieraugiet labo!” Vēlos aicināt: “Ieraugiet Dievu!” Raidiet skatu uz augšu! Tad jūs redzēsiet cerību, jūs redzēsiet svētības, jūs redzēsiet brīnumus, jūs spēsiat stāvēt stipri pasaulē. Lai arī ļaunums vēl neizzūd pavisam, ar Dievu kopā ceļš ir pavisam citādāks. Šim ceļam ir jēga. Ieraugiet Dievu! Amen.

Inga Zēfelde – raksta autore

SLUDINĀJUMI

Adventistu ticības māsa **Ilga Burka no Gulbenes novada** meklē iespēju apmesties uz pastāvīgu dzīvošanu pie kādas citas ticības māsas Kristū vai ģimenes.

Sīkāka informācija pa tālr. **22034739**.

Sieviete ar invaliditāti meklē dzīvesvietu. Var būt vienistabas dzīvoklis vai istaba īpašumā, ļoti vēlams 1. stāvā. Izskatīšu visus piedāvājumus. Lūgums zvanīt pa tālr. **25719677**.





MARTS

IEPAZĪSTI 5 cilvēkus, KURUS SATIKA JĒZUS!
KATRU MĒNESI jauna tikšanās!

JAUNS KONKURSS

JĒZUS SATIKA JAIRA MEITIŅU

Bērnu kalpošanas nodaļas komanda:
Brigita Avišāne, Mārīte Lipska, Elizabete
Reznikova un Emīlija Trubeckaja.

ATMIŅAS PANTS

“BET JĒZUS, TO DZIRDĒJIS, TAM TEICA:
“NEBĪSTIES, TICI TIKAI, UN VIŅA TAPS IZGLĀBTA.””
(LŪKAS 8:50)

Reiz, kad Jēzus sludināja Galilejas ezera krastā, Viņš ieraudzīja cilvēku, kurš steigšus spiedās cauri pūlim. Šis cilvēks izskatījās ļoti uztraukts.

“Piedodiet, lūdzu, atļaujiet paiet garām!” viņš teica. “Man steidzīgi jānokļūst pie Jēzus. Dodiet ceļu! Lūdzu! Tas ir ļoti svarīgi.”

Šis cilvēks bija Jairs, sinagogas priekšnieks, viņš ļoti uztraucās par savu slimo meitiņu. Nokritis ceļos Jēzus priekšā, Jairs izstāstīja, kas noticis, un lūdza Jēzu palīdzēt.

“Mana meitiņa mirst!” viņš sauca. “Lūdzams, nāc un uzliec tai rokas, ka viņa top vesela un dzīvo!”

Jēzus sirds bija aizkustināta, Viņš zināja, ko tas nozīmē sinagogas priekšniekam – krist Viņa priekšā ceļos un lūgt palīdzību. Cik ļoti šis vīrs mīlēja savu mazo meitiņu!

“Es iešu tev līdzī,” sacīja Jēzus. Jairs atviegloti uzelpoja. Bet, kad viņi sāka iet, viss pūlis tiem sekoja. Bija

grūti tikt uz priekšu. Daudzi gribēja atrasties blakus Jēzum, redzēt Viņu un pieskarties Viņam.

Nedaudz pagājīs, Kristus pēkšņi apstājās.

“Kas manas drēbes ir aizskāris?” Viņš jautāja. Tas bija ļoti savāds jautājums, jo ap Viņu drūzmējās simtiem cilvēku.

Mācekļi bija izbrīnīti. “Tu redzi, ka ļaudis Tev spiežas virsū, un Tu saki: kas Mani aizskāris?” viņi sacīja. Bet Jēzus zināja, ka kāds Viņu ir aizskāris ar nolūku. Kādam šis pieskāriens bija ļoti nepieciešams. Kāds pieskārs ar tādu ticību, ka no Jēzus izgāja spēks. Viņš pavērs visapkārt, meklēdams, kurš šajā milzu pūlī to bija darījis. Tad Viņš to ieraudzīja.

Nevarēja būt šaubu, ka tā ir viņa. Prieka un pateicības asaras ritēja pār šīs sievietes vaigiem. Jēzus visu saprata un tai uzsmaidīja, kad sieviete “krita Viņa priekšā pie zemes

un pateica Viņam visu patiesību”. Sieviete stāstīja, ka ir slimojusi jau divpadsmit gadus. Viņa bijusi pie visiem ārstiem, bet neviens nav varējis palīdzēt. Slimniece bija iztērējusi visus savus līdzekļus, bet tas viss izrādījās velti. Tad viņa bija nolēmusi: “Ja vien Viņa drēbes aizskaršu, tad tapšu vesela.” Lūk, tādēļ sieviete bija Jēzum pieskārusies. Tas bija neparasts pieskāriens “Viņa drēbju vīlei”. Sieviete nevēlējās Jēzu traucēt, jo Viņam bija tik daudz darba. Un, lūk, viņa tūlīt sajuta atvieglojumu – tieši tajā mirklī viņas slimība pazuda, un sieviete bija tik pateicīga, tik pateicīga!

Arī Jēzus bija pateicīgs. Viņš bija pateicīgs, ka vīrs zemes ir ļaudis, kuri Viņam tā uzticas. Man tiešām šķiet, ka Jēzus noglāstīja sievietes galvu, kad tā bija nokritusi Viņa priekšā ceļos.

“Mana meita, tava ticība tev ir palīdzējusi, ej ar mieru!”

Sieviete nozuda pūli, bet viņa nenozuda no vēstures lappusēm. Kāds to visu redzēja, dzirdēja un pierakstīja, lai šodien tu un es zinātu, ka arī mēs varam izstiept roku un pieskarties “Viņa drēbju vīlei”. Mēs varam to darīt vienmēr.

Kamēr tas viss notika, Jairs stāvēja un ļoti uztraucās par savu mirstošo meitu. Viņš noteikti pieskārtās Jēzus piedurknei un lūdza pasteigties.

“Lūdzu,” viņš droši vien teica, “iesim ātrāk, viņa var nomirt jebkurā brīdī!”

Un viņa nomira. Cauri pūlim izspraucās cilvēks, kurš atnesa Jairam bēdīgo ziņu.

“Tava meitiņa ir mirusi,” viņš sacīja, “neapgrūtinī Mācītāju.”

Apkārtējie ļaudis smagi nopūtās un izteica līdzjūtību. Nelaimīgais tēvs sastindzis stāvēja un nevarēja izteikt ne vārda. Asaras ritēja pār Jaira vaigiem, jo viņš ļoti mīlēja savu mazo meitiņu. Jēzus skatījās uz viņu lielā līdzjūtībā.

“Nebīsties,” Viņš sacīja, “tici vien!” Jēzus turpināja ceļu uz Jaira namu, kaut gan Jairs pats uzskatīja, ka Viņam turpu vairs nav jāiet.

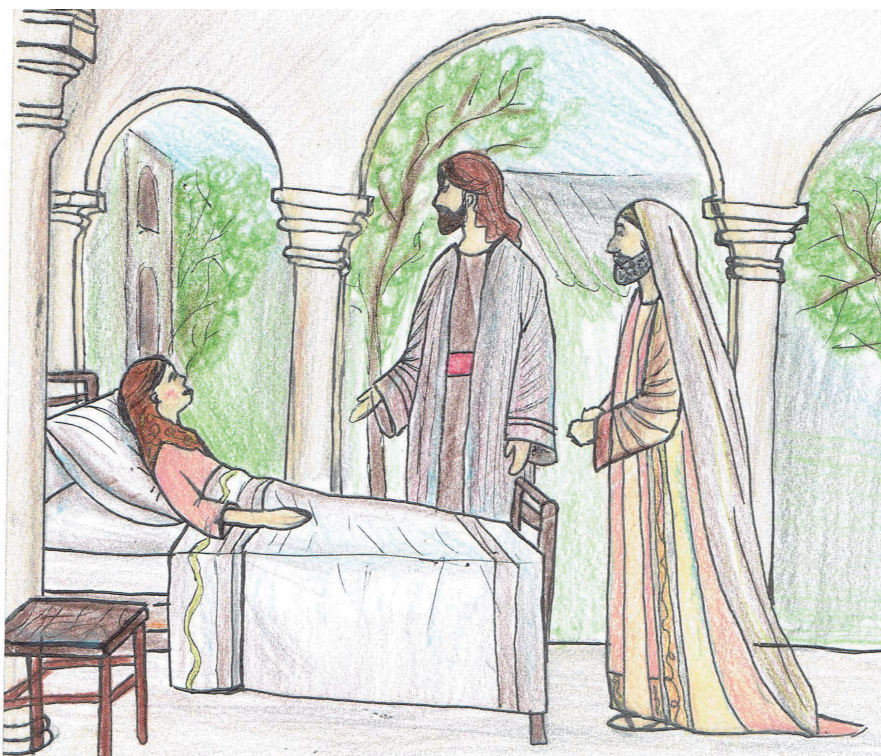
Ak, ja tā sieviete nebūtu Jēzu apturējusi! Tad Viņš būtu paguvis ierasties laikā! Bet cik savādi, ka Jēzus izteica šos vārdus: “Nebīsties, tici vien!” Bērns taču ir miris, kā Viņš tagad var palīdzēt? Kurš var atdzīvināt bērna nedzīvās miesas?

Pūlis gribēja sekot Jēzum, bet Viņš lūdza tos izklīst. Būtu nepieklājīgi atvest sev līdzī tik daudz viesu uz māju, kurā ir bēdas. Pēteris, Jānis un Jēkabs var nākt līdzī, bet vairāk neviens. Ļaudis izklīda.

Kad viņi sasniedza Jaira namu, tur pulcējās daudz cilvēku. Tur bija viņu draugi, kaimiņi un vienkārši ļaudis, kuri juta līdzī. Mājā bija dzirdamas raudas un skaļas vaimanas. Toreiz bija ieradums skaļi raudāt un vaimanāt, bija pat īpaši cilvēki, kuri sacēla vaimanu troksni. “Viņi visi “daudz raudāja un vaimanāja,”” sacīts Bībelē.

Kad parādījās Jēzus, ļaudis pagāja sānis, lai dotu Viņam ceļu, un Jairs kopā ar trim mācekļiem Jēzum sekoja.

“Ko jūs trokšņojat un raudat?” jautāja Jēzus. “Tas bērns nav miris, bet guļ.” Raudātāji pārstāja raudāt un sāka vīpsnāt. “Viņa ir mirusi,” tie teica, “ej un paskaties!”



Emīlija Punte, 14 gadi, Smiltene

“Lūdzu, dodieties prom,” sacīja Jēzus. Viņi nekavējoties paklausīja. Ātri visi aizgāja, un mājā iestājās klusums. Tad Jēzus aicināja bēdu sagrauzto tēvu un māti, Pēteri, Jekabu un Jāni. Viņi iegāja istabā, kurā atradās meitene. Bāla tā guleja savā gultā. Tēvs un māte dziļās sāpēs raudāja, bet Jēzus lielā līdzjūtībā skatījās uz bērnu. Pēc tam Viņš uzsmaidīja meitenei un teica: “Meitiņ, celies augšā!”

Viss bija tik vienkārši, it kā Viņš teiktu: “Laiks jau celties, mīļā!” Un meitene pamodās. Viņa piecēlās no gultas, it kā nekad nebūtu slimojusi.

Esmu pārliecināts, ka viņa uzreiz jautāja: “Māmiņ, kādēļ tu raudi?” Bet asaras turpināja plūst. Māte cieši apkampa meitu. Viņa no prieka nezināja, ko darīt. Cik viņa bija laimīga! Cik laimīgs bija tēvs! Pēteris, Jānis un Jēkabs līdz ar viņiem arī bija laimīgi. Protams, arī pats Jēzus. Viņš bija laimīgs vienmēr, kad varēja iepriecināt cilvēkus. Viņš, līdzīgi šai, būtu varējis darīt laimīgu katru māju. Es domāju, pirms Jēzus atvadījās, mazā meitene piegāja pie Viņa un sacīja: “Pateicos Tev, labo Mācītāj! Es Tevi mīlu!”

PIEDALIES KONKURSĀ
"JĒZUS SATIKA...!"

JA TEV IR 7-15 GADI

- LASI BĪBELES STĀSTU!
- IZPILDI ANKETU (DIGITĀLĀ VAI PRINTĒTĀ VEIDĀ)!
- IEMĀCIES ATMIŅAS PANTU – ILUSTRĒ TO VAI IERAKSTI VIDEO!

JA TEV IR 4-7 GADI

- LASI VAI KLAUSIES BĪBELES STĀSTU!
- SAGATAVO ZIMĒJUMU VAI RADOŠU DARBU PAR STĀSTU!
- IEMĀCIES ATMIŅAS PANTU – ILUSTRĒ TO VAI IERAKSTI VIDEO!

PIEKĻUVE DIGITĀLAJAM UZDEVUMAM



**KATRU MĒNESI
BALVIŅA**

Darbības iesūti līdz
nākamā mēneša 5. datumam
uz e-pastu berni@adventisti.lv

Anketu, Bībeles stāstu un Bībeles pantu
atradīsi žurnālā "Adventes Vēstis"
vai mājaslapā www.adventisti.lv

Informācija:
29869979 (Mārīte)

UZDEVUMI

Vārds, uzvārds, vecums _____

Pilsēta vai draudze _____

Telefona numurs _____

Bībeles konkurss 2025
JĒZUS SATIKA...



MARTS

1. Iepazīsties ar notikumiem, kas lasāmi Lūkas evaņģēlija 8:40 - 56, un sanumurē tos pēc kārtas!

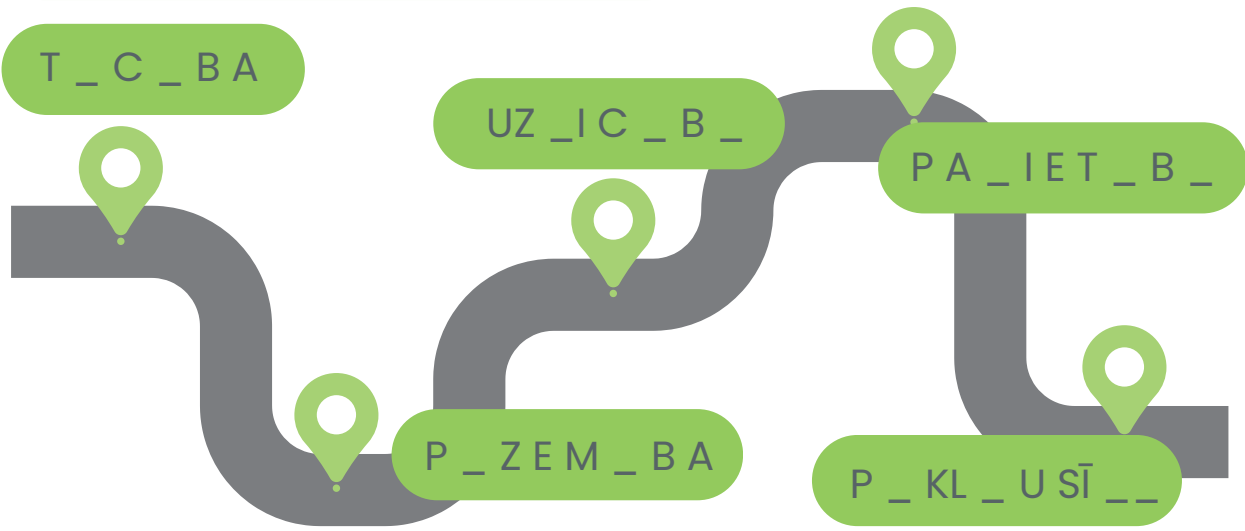
- Jēzus turpina ceļu uz Jaira namu, neskatoties uz sliktajām ziņām par meitenes nāvi.
- Jēzus namā ļauj ieiet tikai Pēterim, Jānim, Jēkabam un meitenes tēvam un mātei.
- Jairam paziņo, ka Jēzum nav vērts turpināt ceļu, jo meitene ir mirusi.
- Kad Jēzus noliedz, ka meitenīte ir mirusi, cilvēki Viņu izsmej.
- Jēzus satver meitenītes roku un saka: "Meitiņ, celies augšā!"
- Ļaudis drūzmējas ap Jēzu, un kāds aizskar Viņa drēbju vīli.
- Jairs nokrīt pie Jēzus kājām un lūdz To nākt viņa namā.
- Jēzus pa ceļam uz Jaira namu dziedina sievieti.
- Jēzus pavēl dod meitenītei ēst.

2. Ieraksti skaitli, kurš divas reizes minēts šajā notikumā un vēl vairākas citas reizes Bībelē!



3. Uzraksti un iemācies atmiņas pantu! Lūkas evaņģēlijs 8:50

4. Kuras īpašības bija nepieciešamas sinagogas priekšniekam Jairam šajā notikumā un ceļā?



LASĪJUMI KATRAI DIENAI

Izdevniecības
"Patmos"
jaunums!

VECĀKI SAUC

PALIGĀ