

Adventes Vēstis

2024
MARTS
338

SEPTĪTĀS DIENAS ADVENTISTU
LATVIJAS DRAUDŽU
SAVIENĪBAS IZDEVUMS

Marts – veselības mēnesis:

“Kustību
prieks”

Bērniem un
pusaudžiem:
Ciemiņi

Jauniešiem
**Receptes no
jauniešiem**



Saturs:

VĀRDS REDAKCIJAI

- 04** ZIŅAS
**Aicinājums draudzēm ziedot
Baznīcas ielas 12a dievnama
jumta remontam**
- 05** ZIŅAS
**SDA Latvijas draudžu savienības
budžets 2024. gadam**
- 07** AKTUĀLAIS JAUTĀJUMS
**Cik tālu būtu nepieciešams
reformēt draudzi un ikvienu ticīgo?**
- 08** INTERVIJA
Esmu dziļi pateicīga
- 12** VĀRDS MĀCĪTĀJAM
Kristus Lieldienu centrā
- 14** TĒMA UN VESELĪBA
**Marts – veselības mēnesis:
“Kustību prieks”**
- 17** PRAVIEŠU GARS
Jaunie sabata turētāji
- 18** LIECĪBAS
“Es jūs nesīšu un jūs izglābšu”
- 20** MISIJA
Misija Indijā. 2024. gada ziema
- 26** JAUNIEŠIEM
Receptes no jauniešiem
- 28** BĒRNIEM UN PUSAUDŽIEM
Ciemiņi

“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 GRAKOVICĀ,
Imants ĢIPSLIS, Vineta KRAULIŅA,
Mārite 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.

Sveicināti pavasarī, mīļie “Adventes Vēstu” draugi!

Nezinu, kādi būs laikapstākļi brīdī, kad jūsu rokās nonāks šis žurnāla numurs, bet šodien, kad rakstu ievadrakstu, ir februāra pēdējās dienas, bet acis, ausis un deguns saka, ka pienācis jau teju aprīlis. Gaiss smaržo pēc pavasara, izklausās pēc pavasara un ļoti, ļoti izskatās pēc pavasara. Tādā laikā visa būtne tiecas tikt laukā, saulītē un, protams, kārtīgi izkustēties pēc garajiem ziemas mēnešiem. Kādi no jums noteikti ir dūšīgi kustējušies arī ziemā – tīrot sniegu, slēpojot, pastaigājoties vai vēl kā citādi –, tomēr tieši pirmā pavasara izkustēšanās vismaz man ir kas ļoti īpašs, jo tad kustas ne tikai ķermenis, bet, šķiet, katra šūniņa tiecas pretim saulītei un gaviļē par putnu dziesmām.

Arī “Adventes Vēstu” šī gada pirmā pavasara mēneša numurs ir veltīts kustībām – par tām runā mūsu sagatavotais tēmas raksts, kuru šoreiz sarūpējusi Draudžu savienības Veselības kalpošanas nodaļa. Turklāt šis raksts saskaņots ar Veselības kalpošanas nodaļas brīnišķīgo iniciatīvu – martu kā īpašu veselības un kustību prieka mēnesi, kura laikā, iepriekš piesakoties, būs iespēja ik dienu ne vien izkustēties, bet arī saņemt labus padomus. Par to, kas, kur un kā, uzzināsi gan žurnālā atrodamajā reklāmā, gan arī vietnē <https://adventisti.lv/lv/jaunumi/7509-Marts-veselibas-menesis>.

Uz sava veida izkustēšanos mudina arī citi šī numura raksti. Rubrikā Vārds mācītājam atradīsiet mācītāja Andra Pešļa rakstu, kurš mudina ieraudzīt Lieldienas kā labu laiku liecināšanai par Jēzus Kristus darbiem. Ziņu rakstā – aicinājumā piedalīties Baznīcas ielas 12a dievnama jumta atjaunošanā – ikvienam no mums būs iespēja uzzināt, kā palīdzēt šai ļoti vajadzīgajā un visai neatliekamajā darbā. Rakstā par misiju Indijā uzzināsi, kā Dievs kustina sirdis – vieniem, lai atsauktos doties misijā, otriem – lai atsauktos Dieva aicinājumam pieņemt Viņu savā dzīvē.

Ļoti īpaša ir marta intervija. Tajā Komunikācijas nodaļas vadītāja Vineta Krauliņa aicinājusi uz sarunu mūsu Skaidrīti Teremtu, kura marta pirmajā dienā nosvinēja savu 100 gadu jubileju. Tie no jums, kas pazīsti mūsu Skaidrīti, noteikti zina, cik moža un rosīga viņa ir savos skaistajos gados, zina, ka viņa ir Dieva namā katru sabatu, piedalās mājas grupā un ir aktīva draudzes dzīvē. Bet to, ko jūs vēl nezināt par mūsu Skaidrīti, un arī kādus viņas ilgā mūža noslēpumus atklāsi intervijā, kurai esam devuši nosaukumu no Skaidrītes pašas teiktajiem vārdiem – “Esmu dziļi pateicīga”. Interviju papildina arī bagāts fotogrāfiju klāsts, kurš ļaus iepazīt jubilāri vēl labāk.

Sarp visiem žurnāla rakstiem vēl vēlos pieminēt Jauniešu lappusīti, kur šajā reizē, saskaņojoties ar martu kā veselības mēnesi, sagatavotas brīnišķīgas receptes, kuras, ja tās nolemsiet izmēģināt, jūsu ikdienas maltītes padarīs ne vien veselīgas, bet arī ļoti gardas.

Visbeidzot gribu mums visiem novēlēt pašu galveno un svarīgāko kustīgumu – ikdienas ceļu kopā ar Dievu, turklāt aktīvu un darbīgu, kā par to raksta Pāvils: “Vai nezināt, ka skrējēji stadionā gan visi skrien, bet tikai viens dabū goda algu? Skrieniet tā, ka jūs to dabūjat! Kas piedalās sacīkstēs, tas ir atturīgs visā; viņi tāpēc, lai dabūtu iznīcīgu vainagu, bet mēs – neiznīcīgu.” (1. Kor. 9:24, 25)

Anitra Roze,
AV galvenā redaktore





Labā ziņa ir tā, ka pēc katras tumšas nakts nāk gaiša diena. Pēc ziemas nāk pavasaris. Šos Dieva radītos dabas ciklus un sezonas mēs labi zinām un par to esam priecīgi. Pavasaris nāk ne tikai ar dabas atmošanos un putnu dziesmām, bet arī ar Jēzus Kristus krusta nāves un augšāmcēlšanās pieminēšanu, kad daļa pasaules iedzīvotāju cits citam atgādinās, ka Jēzus patiešām ir augšāmcēlies.

Ko tas nozīmē mums, kas dzīvojam 21. gadsimtā?

Sarunājoties ar dažādiem kristiešiem, bieži vien esmu dzirdējis, kā šajā laikā tiek nosodītas pagāniskās Lieldienu tradīcijas par vistu olu krāsošanu šajos svētkos, zaķu daudzinašanu, svētku tirdzniecības kultu u. tml. Protams, ka dažādu pagānisko un sekulāro Lieldienu tradīciju popularitāte mūsdienu sabiedrībā var apbēdināt vai pat šokēt kristietī, kurš ir uzticīgs Bībeles patiesībai. Bet es ticu un apzinos, ka mums katram vispirms ir jāpaskatās uz sevi. Kādu liecību mēs nesam šajā pasaulē? Par to, ko citi dara vai nedara pareizi, atbildēs viņi paši. Bet mūsu pirmā atbildība ir iepazīt Dievu un Viņa nodomus mūsu dzīvei. Personīgi. Lai varētu nest skaidru liecību ar savu dzīvi un vārdiem par To, kurš ir daudz lielāks par visām cilvēku izdomātajām tradīcijām un ieražām.

“Viņu, kas grēku nepazīna, viņš mūsu dēļ padarīja par grēku, lai mēs viņā taptu par Dieva taisnību.” (2. Kor. 5:21)

Prātā nāk Bībeles rakstu vieta (Lūkas 24. nod.) par diviem Jēzus mācekļiem, kuri bija nonākuši neapskaužamā neizpratnes situācijā. Trešajā dienā pēc Jēzus Kristus nāves divi mācekļi atradās kustībā – gāja kājām pa ceļu no Jeruzalemes uz Emavu. Kustībā bija ne tikai viņu kājas. Vēl lielāka kustība notika viņu domās, emocijās un sarunās. Viņi bija sarūgtināti un vīlušies, ka viņu Skolotājs un Mesija Jēzus Kristus nevis turpināja Savu jau ierasto zemes dzīves kalpošanu, bet tika sagūstīts kā noziedznieks, pazemots un notiesāts uz nāvi, piesists krustā un apglabāts, un – ko viņi vēl nezināja – trešajā dienā AUGŠĀMCĒLIES! Šos cilvēces pestīšanai tik ļoti izšķirošos notikumus viņi nebija sapratuši dēļ reliģiskajām tradīcijām, kurās dzīvoja, un dēļ nepareizā priekšstata par to, kā Mesija izglābs Dieva tautu. Viņu neizpratnes brīdī pats Kungs Jēzus draudzīgi pievienojās šajā gājumā, “un, iesākdams no Mozus un visiem praviešiem, Viņš tiem izskaidroja visus rakstus, kas par Viņu rakstīti.” (Lūkas 24:27) Tai brīdī neizpratnes vietā nāca skaidrība, miers un nerimstošs prieks par to, ka Jēzus ir augšāmcēlies un ka

Viņa augšāmcēlšanās spēks ir dzīva liecība par to, kādā veidā darbojas Dieva glābšanas plāns. Pēc šīs pieredzes mācekļi vairs nespēja atgriezties savā parastajā ikdienas dzīves ritmā, bet steigšus devās atpakaļ uz Jeruzalemi stāstīt visiem, ka Jēzus ir augšāmcēlies.

Ticu, ka šis Jēzus augšāmcēlšanās spēks var darboties arī mūsu dzīvē, mīkstinot mūsu cieto sirdi, sagatavojot un vedot mūs uz grēku nožēlu, piedošanas saņemšanu, atjaunošanu un jaunu dzīvi Jēzū Kristū. Ka tas palīdz arī mums satvert Jēzus caururbto pestīšanas roku un ieraudzīt līdzcilvēku vajadzību pēc pestīšanas.

Kādas ļoti skaistas kristīgās dziesma vārdi skan šādi: “Kad Dievs zied tavā dvēselē, tu citam ļauna nevēlē. Un šķiet, ka smagais sāpju krusts nekad nav nests, nekad nav justs.”

Novēlu, lai Dievs zied mūsu dvēselē, mūsu dzīvē! Šodien un mūžīgi!

Imants Ģipslis,
SDA Latvijas
draudžu savienības
prezidents/ bīskaps



Ģipslis

AICINĀJUMS DRAUDZĒM ZIEDOT BAZNĪCAS IELAS 12A DIEVNAMA JUMTA REMONTAM



Ēka Baznīcas ielā 12a ir pati galvenā adventistu tikšanās vieta Latvijā, šeit notiek visi lielie koncerti un pasākumi, šī ir arī praktiski vienīgā draudzes ēka, kas katru dienu ir atvērta gan apmeklētājiem, gan interesentiem. Tā ir galvenais Latvijas adventistu draudzes centrs. Šajā ēkā mājvietu radušas trīs adventistu draudzes, te izvietotas Latvijas draudžu savienības biroja un Baltijas konferences ūnijas biroja telpas, mūsu audio un video studija, kā arī izdevniecība "Patmos" un tās grāmatu centrs. Šī nama celtniecība 1927. gadā bija iespējama tikai, pateicoties visu Latvijas draudžu kopējiem ziedojumiem un lūgšanām.

Līdz šim ir bijis ērti un labi – ikviena Latvijas draudžu savienības

draudze varēja atsūtīt savus lūgumus pēc palīdzības un Latvijas draudžu savienības padome iespēju robežās centās šos lūgumus piepildīt. Daudzi Latvijas dievnami ir tikuši izremontēti un ieguvuši jaunu jumta segumu.

Taču nu ir pienākusi kārta pašam lielākajam mūsu dievnamam. Citu līdzekļu draudžu savienībai nav, tikai saziēdotie. Vecās Derības laikā, kad Jeruzalemes templis bija sagrauts un to vajadzēja atjaunot, uzticīgi Dieva ļaudis sanāca kopā, katrs atnesa, cik varēja, un darīja, cik spēja, lai šis nams varētu tikt atjaunots. Tā arī tagad, brāļi un māsas, lūdzam ikvienu no jums atvērt sirdi un ieguldīt savus līdzekļus Baznīcas ielas 12a dievnama jumta atjaunošanai!

Visas Latvijas draudzes tiek aicinātas piedalīties kopīgajā ziedojumā Latvijas draudžu savienībai 30. martā! Ar to

izpaušies savstarpējā sadraudzība un solidaritāte kopīgajā mērķī – adventes vēsts pasludināšanā mūsu zemē.

Arī pirms un pēc šī dievkalpojuma iespējams veikt ziedojumu, pārskaitot līdzekļus uz Latvijas draudžu savienības kontu ar norādi "Baznīcas ielas 12a jumta seguma remontam".

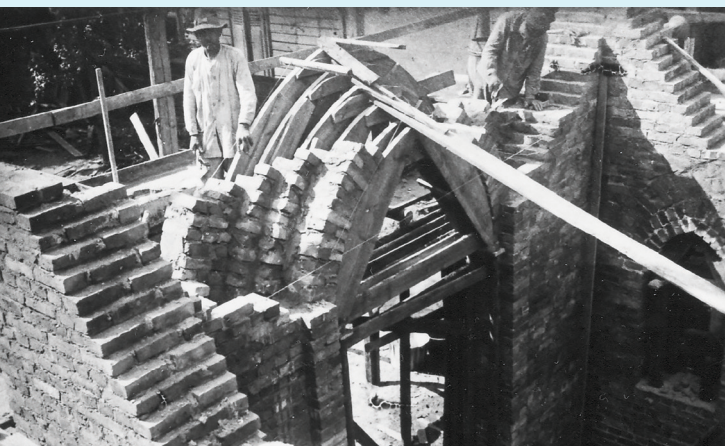
Aicinām visus arī uz sirsnīgām lūgšanām par šī projekta realizācijas gaitu!



Dievnama celtniecība 1927.–1928. g.



Dievnams Baznīcas ielā 12a



Dievnama celtniecība 1927.–1928. g.





Dāvis Priede –
SDA Latvijas draudžu
savienības mantzinis

SDA LATVIJAS DRAUDŽU SAVIENĪBAS BUDŽETS 2024. GADAM

Septītās dienas adventistu Latvijas draudžu savienības kongresa (kurš norisinājās 2023. gada augustā) jaunievēlētā padome 2023. gada decembrī pieņēma budžetu, pēc kura strādāsim 2024. gadā. Būtiskākais izaicinājums, sastādot budžetu, bija saprast un noteikt prioritātes, jo visām idejām un kalpošanas virzieniem nepietiek ne finanšu līdzekļu, ne cilvēkresursu. Centāties ņemt vērā visu draudžu kopīgās intereses un vajadzības, jo Latvijas draudžu savienība nav kāda atsevišķa iestāde, bet mēs visi – Latvijas septītās dienas adventisti – kopā.

Budžets ir sava veida nākamā gada darbības plāns, tāpēc sastādīt to tikai dažus mēnešus pēc kalpošanas sākuma jaunajai vadībai nebija viegls uzdevums. Būtu vērts apsvērt iespēju nākamā kongresu rīkot maija beigās, lai jaunajai vadībai būtu mazliet vairāk laika iepazīties ar esošo situāciju un sagatavoties nākamajam gadam.

Visi ir vienprātīgi, ka mūsu pastāvēšanas jēga ir misija – triju eņģeļu vēsts par to, kāds ir Dievs, atklāts Jēzus Kristus personā. Tomēr, kad jāsāk plānot līdzekļi un tas, kā tieši sekmēsīm evaņģēlija izplatīšanas darbu, viss vairs nav tik vienkārši un viennozīmīgi.

Ņemot vērā īso laiku, kāds mums bija dots, lai sagatavotos, budžets ir sastādīts pietiekami konservatīvs un bez ļoti lielām pārmaiņām, salīdzinot ar iepriekšējo gadu. Nav vērts veikt pārmaiņas pārmaiņu pēc. Atzinīgi novērtējam iepriekšējās padomes un vadības darbu un vēlamies turpināt jau iesāktās iniciatīvas. Vienlaikus lūdzam Dievu un diskutējam par to, ko būtu nepieciešams darīt citādi, bet vēlamies, lai izmaiņas būtu pamatotas un nestu draudzēm svētības.

IZDEVUMU SADAĻA

Būtiskākā izdevumu sadaļa ir saistīta ar darbinieku atalgojumu un ikdienas funkciju nodrošināšanu, kopā tā veido 80 % no plānotajiem

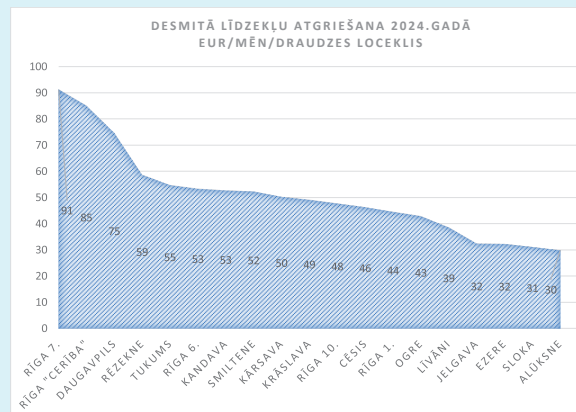
tēriņiem. Salīdzinot ar iepriekšējo gadu, mums ir divi galvenie jaunumi.

2024. gada augustā Serbijā, Belgradā notiek Eiropas mācītāju sanāksme. Šādu pasākumu Transeiropas divīzija rīko reizi 5 gados, un tā mērķis ir iedvesmot un sniegt darbiniekiem praktiskus seminārus, kas sekmētu kalpošanas darbu. Budžetā iekļauti ceļa un uzturēšanās izdevumi.

Otrs jaunums ir 5 % pensijas fonda izveidošana. Šāda prasība ir ietverta Ģenerālkonferences apstiprinātajā Septītās dienas adventistu darba kursā. Pensiju fonds tiek izmantots, lai atbalstītu pensionētos mācītājus vai viņu atrautnes mūža nogalē. Faktiski tas nozīmē, ka katru mēnesi noliksim 5 % no mācītāju bruto algas, veidojot uzkrājumu, kurš tiks izmaksāts pensijas vecumā. Pilna laika mācītājiem ir ierobežotas iespējas dzīves laikā uzkrāt līdzekļus vai iegādāties nekustamo īpašumu, lai pēc aktīvās kalpošanas dzīves būtu iespējams nodrošināt cienīgu mūža nogali. Īpaši aktuāli tas ir pēcpadomju valstīs, kur sakarā ar okupācijas gadiem valsts pensija ir ļoti minimāla. Jāpiebilst, ka šādu praksi īstenoja arī iepriekšējā Savienības padome, bet nebija izveidots atsevišķs pensijas fonds un bija nedaudz citāda pieeja, veicot izmaksu aprēķinus. Mācītājam, kurš nostrādājis 40 gadus, papildu pabalsts, aizejot pensijā, šobrīd iznāktu nedaudz zem 300 EUR bruto mēnesī.

9% no izdevumiem veido nodaļām atvēlētie līdzekļi. Salīdzinot ar iepriekšējo gadu, gandrīz visas nodaļas Savienības padomei iesniedza aktīvākus plānus, kuru realizācijai nepieciešami papildu līdzekļi. Mēs esam pateicīgi Dievam, ka jaunie un arī esošie nodaļu vadītāji ir enerģijas pilni veikt misijas darbu caur savām specifiskajām nodaļām. Iesniegtos līdzekļu pieprasījumus gan nācās mazliet samazināt, un arī tad, lai atbalstītu nodaļu darbu, Padome lēma paredzēt 3% budžeta

deficītu nosegt no iepriekšējo gadu uzkrājumiem. Uzsvars nodaļu atbalstam likts uz Bērnu kalpošanas nodaļu un Jauniešu kalpošanas nodaļu, kā arī Misijas nodaļu, kuras plānu izpildei ievērojamu atbalstu paredzēts saņemt no Baltijas ūnijas un Transeiropas divīzijas. Turpinām būtiski ieguldīt Komunikācijas nodaļas darbā, bet šeit izdevumi galvenokārt parādās darbinieku atalgojuma sadaļā. Šogad Komunikācijas nodaļai atvēlētas četras pilnas slodzes.



Visbeidzot 11 % līdzekļu 2024. gadā plānots lietot administratīviem un ar īpašumu uzturēšanu saistītiem tēriņiem. Plānojam pāriet uz attālinātu servera pakalpojumu, šo lietu uzticot profesionāļiem, kas mums ļaus koncentrēties tiešajiem uzdevumiem un nodrošinās lielāku mūsu datu drošību. Tāpat ir paredzēti līdzekļi mājaslapas pārbūvei un modernas iekšējās IT pārvaldības sistēmas izveidei, lai ilgtermiņā ietaupītu administratīvos resursus.

Desmitā līdzekļus, atbilstoši Bībeles piemēram, adventistu vispasaules draudze paredz lietot darbinieku atalgojumam un misijas darbam. Tāpēc Savienības rīcībā nav lielu līdzekļu, kurus lietot dievnamu būvniecībai un atjaunošanai. 2024. gadā šie līdzekļi tiks izmantoti vairāku draudzes namu jumta atjaunošanai. Paldies tiem, kuri kaut vai nelielu daļu katru mēnesi izvēlas

ziedot Celtniecības fondā! Pateicoties tam, iepriekšējos gados esam varējuši veikt Liepājas un Jelgavas dievnamu jumta seguma nomaiņu un realizēt citus dievnamu ēku atjaunošanas projektus.

Šogad vēlamies aktīvāk komunicēt par konkrētām vajadzībām ar aicinājumu ziedot specifiskiem projektiem. Pirmais no tiem ir mūsu centrālā nama Rīgā, Baznīcas ielā 12a jumta atjaunošana. Ēkas kopējā izmantojamā platība ir gandrīz 2000 m², un jau iepriekš katru gadu nopietni līdzekļi tikuši atvēlēti šī nama uzturēšanai un remontiem. Šobrīd esam konstatējuši, ka jumta segums vairākās vietās tek un kopumā ir savu mūžu nokalpojis, tāpēc, lai nesabojātu to, kas iepriekš ticis izdarīts, ir ļoti nepieciešams nomainīt visu jumta segumu. Pašreiz atbilstoši likumdošanas prasībām tiek izstrādāts būvprojekts. Pieļaujam iespēju jumtu mainīt pa daļām atbilstoši iespējām un atkarībā no tā, cik kopīgi šīm mērķim spēsim saziņot.

Precīzāka informācija par konkrētām Latvijas draudžu savienības 2024. gada izdevumu sadaļas budžeta summām draudzēm tiks nosūtīta vēstulē un būs pieejama pie mācītājiem.

IENĀKUMU SADAĻA

Pateicība Debesu Tēvam, kurš ir bagātīgi svētījis draudzes locekļus ar līdzekļiem, un uzticīgiem Dieva bērniem, kuru desmitā atgriešanas rezultātā varam nodrošināt un uzturēt gandrīz visu iepriekš minēto, turklāt atbalstīt visas pasaules adventistu draudzes kalpošanu sabiedrībai! 2023. gadā desmitā līdzekļi ir saņemti par 35 % vairāk nekā bija rēķināts, kas arī dod iespēju 2024. gadā plānot plašāku kalpošanu. Arī ziedojumi Latvijas draudžu savienībai ir saņemti vairāk, galvenokārt pateicoties dažiem ziedotājiem, kuri izvēlējušies dot ievērojamākas summas. Attiecībā pret desmito šie ziedojumi kopā ar specifiskiem mērķziedojumiem veido vien 2,5 %, tāpēc Latvijas draudžu savienībai nav lielu iespēju atbalstīt vietējās draudzes dievnamu remontos.

Grafikā parādītas 20 Latvijas draudzes ar lielākiem relatīviem

desmitā atgriešanas rādītājiem 2023. gadā. Aprēķins veikts, izdalot vidēji mēnesī atgrieztos desmitā līdzekļus uz draudzes locekļu skaitu. Saprotams, ka draudzēm, kuru sarakstos ir daudz garīgi nedzīvo draudzes locekļu un maz aktīvo, šis rādītājs būs zemāks. Lielāks skaitlis veidojas, ja draudzes locekļu saraksts vairāk atbilst faktiskajam apmeklētāju daudzumam un visi aktīvie draudzes locekļi ir uzticīgi. Tāpat rādītājs paaugstinās tad, ja atsevišķi draudzes locekļi atgriež desmitajā daļā lielākas summas.

Tomēr šī ir cilvēciska statistika. Viena puse ir Latvijas un pasaules adventistu draudzes iespēja kalpot sabiedrībai, izmantojot šos līdzekļus, bet otra puse ir katra draudzes locekļa personīgās attiecības ar Visa Labā Devēju un iespēja baudīt neizmērojamās svētības, kādas sniedz dzīve saskaņā ar Debesu Tēva prātu. Teorētiska ticība, kā to nosauc Jēkabs, ir nedzīva, tāpēc Salamana pamācībās 3:9 sniegts padoms, kā mūsu ticība var kļūt praktiska: *Dod godu Tam Kungam arī no savas mantas*. Novēlu katram, kurš to vēl nav piedzīvojis, pārbaudīt un redzēt, kā Tas Kungs atver Debesu logus un liek svētībām nolīt pārpilnībā (Maleahijas 3:10)!

Visbeidzot vēlos kļiedēt kādu mītu saistībā ar Latvijas draudžu savienības budžetu. Kongresā izskanēja viedoklis par pārāk lieliem līdzekļu uzkrājumiem, kuri ir Latvijas draudžu savienības rīcībā, bet netiek lietoti. Faktiski uzkrājumi ir atbilstoši pasaules draudzes kursā noteiktajiem procentiem, lai krīzes gadījumā Savienība varētu nokārtot saistības ar visiem tās sadarbības partneriem un nepaliktu nevienam parādā. Papildus ir arī uzkrājumi dažādos fondos, kas nozīmē, ka tos drīkstam izmantot tikai konkrētajiem mērķiem.

Dieva žēlastībā arī turpmāk meklēsim veidus, kā Debesu Tēva mantnīcā esošos līdzekļus lietot pēc iespējas efektīvāk un kopīgi atbalstīt misijas darbu Latvijā un pasaulē.



Pozitīvu aicinājumu uz reformāciju un atjaunošanu mūsu draudzēs netrūkst. Tie skan regulāri, taču uz tiem atsaucas vien daži, tikmēr lielākā daļa uzskata, ka šie aicinājumi attiecas uz citiem, bet ne uz viņiem personiski.

Viens no šādiem pozitīviem aicinājumiem mūsu draudzēs ir aicinājums uz pilnīgi visu draudzes locekļu iesaisti (angļu TMI – *Total Member Involvement*) misijā un kalpošanā. Ir pat izdota literatūra. Pastāv vadlīnijas. Atbrauc ārzemju lektori, kuri mums stāsta, cik tā ir laba lieta – pilnīgi visu draudzes locekļu iesaiste, mazās mājas grupas, visu draudzes locekļu apmācības un sagatavošana misijai. Tiklīdz viss iet labi, bet, to cenšoties īstenot, notiek tā, ka šī ideja vienkārši pamazām apklust.

Adventisti ir ļaudis, kuri no visas sirds piekrīt senajam Reformācijas lozungam: “Baznīca ir nepārtraukti reformējama”. Gan mūsu draudzes, gan arī ikviens no mums atsevišķi ir reformējams pastāvīgi! Tomēr ne visi saprot, ko īsti šī reformēšana nozīmē. Cik tālu tai būtu jāiet?

Dažkārt sarunās ar kādiem īpaši aktīviem reformētājiem rodas priekšstats, ka draudze ir pavisam slima, nepareiza vai pat “izzudusi”. Kādi apgalvo, ka jauniešiem būs jāpabeidz darbs. Pieredzes trūkuma dēļ kādam no jauniešiem var šķist, ka viss, kas noticis līdz šim, nekam neder, jo ir acīmredzams, ka darbs nav pat ne tuvu noslēgumam. Veco pieredzi šie jaunie atmet, jo uzskata, ka tieši tā ir novedusi draudzi līdz šim – tagad esošajam – stāvoklim. Šie cilvēki vēlas visu iesākt no jauna, no baltas lapas, lai draudzi izveidotu tādu, kādai tai būtu jābūt, tie vēlas reformējot atjaunot patieso, īsto, Dievam patīkamo gala laika draudzi. Tie izjūt nemieru un

CIK TĀLU BŪTU NEPIECIEŠAMS REFORMĒT DRAUDZI UN IKVIENU TICĪGO?



Andris Pešelis

dvēseles diskomfortu un pārmet citiem draudzes locekļiem, ka tie nekad nav pietiekami apņēmīgi ķērušies pie šī darba. Šie cilvēki ir pārliecināti, ka tieši viņiem Dievs ir uzticējis savest draudzi kārtībā, jo viņi taču ir tā pravietotā “pēdējā paaudze”. Tas nekas, ka šī jauno cilvēku paaudze nav pēdējā, kas tā ir domājusi un vēl domās. Tā tas ir atkārtojies no paaudzes uz paaudzi, kad ikviena jauniešu paaudze sevi uzskata par “pēdējo paaudzi” pirms Kristus otrās atnākšanas. Tam ir savas pozitīvās puses: jauniešu degsme, savienojoties kopā ar veco pieredzi, ir spējusi draudzē uzturēt vitālas aktivitātes un dinamiskas kalpošanas. Jaunie spēj iededzināt un iedrošināt, viņi dod draudzei nākotnes perspektīvas. Tomēr te ir arī negatīvas blaknes: kad jaunie sāk darboties atrauti no draudžu vadītājiem un pieredzējušiem draudzes locekļiem, sākas dažādas komplikācijas, kuras sarežģī esošo situāciju vēl vairāk. Ne velti ir dota pamācība: “Viņš arī devis citus par apustuļiem [...] Tad mēs vairs nebūsim mazgadīgi bērni, kas cilvēku viltus spēlē, viņu viltīgas rīcības piekrāpti, tiek šurpu turpu svaidīti, padodamies katram mācības vējam.” (Ef. 4:11, 14) Ar to domāts, ka šajā reformu darbā nepieciešams balstīties uz agrāko pieredzi, uz sadarbību ar vadītājiem un apdāvinātiem kalpotājiem, lai netaptu iejaukti maldu ceļos.

Arī senatnē ir pastāvējis ticējums, ka, pareizi saliekot kopā pūles un līdzekļus, ticīgie spēs tuvināt Kristus otro atnākšanu. Vajagot tikai visu sākt no jauna, nostumjot pie malas visu līdz šim sasniegto. Netrūkst karstu galvu, kas apgalvo, ka mums nevajagot ne dievnamus, kas aprij mūsu līdzekļus, ne mācītājus, ne svētrunas, bet vajagot tikai iziet ielās

un sludināt visiem trīs eņģeļu vēsti, un tad tik sāksies pārmaiņas! Un tā mēs redzam – šādi “atjaunotāji” nāk un iet, bet viņu darbi paliek – skaļi paziņojumi, sašķeltas draudzes, jaunas denominācijas un vīlušies kristieši. Amerikas Savienotajās Valstīs ir dibināts vairāk baznīcu un denomināciju nekā jebkur citur pasaulē! Taču “atjaunotāji” nerimstas. Tie mēģina vēl un vēl, piedāvājot jaunas vīzijas, jaunas metodes, jaunu sparū, radot rezultātus, ar kuriem nav apmierināti nākamie “atjaunotāji”. Kad šie “atjaunotāji” beidzot ir izveidojuši, viņuprāt, perfektu draudzi, tad viņu bērni, saņemot to mantojumā, pauž savu neapmierinātību ar tās stāvokli un izlemj celties, lai to atkal “atjaunotu” un “reformētu”. Optimisms tiem nezūd, taču arī viņu darbošanās rezultāts sanāk tāds pats, par kuru jau viņu bērni sacīs, ka tā esot neveiksme.

Vai tad neko nevajadzētu reformēt? Tur jau ir tā lieta, ka draudzi reformēt ir nepieciešams, bet – ceļot uz tā paša pamata, uz kura jau ir celts. Nav jānoniecina agrāko paaudžu pieredze, lai neatkārtotu iepriekš pieļautās kļūdas. Jābūt skaidrībai – ko tieši mums būtu nepieciešams reformēt un atjaunot? Svarīgi saprast, ka pamatam ir jābūt tam pašam – Jēzum Kristum. Reformu mērķim – Kristus tēlam un līdzībai. Sludināmai vēstij – mūžīgajam Evaņģēlijam visām tautām. Metodei – sekot Jēzum Kristum Viņa pēdās, vadoties no Svētajiem Rakstiem. Tai ir jābūt vīzijai, cik tālu reformēt mūsu draudzes un mūs pašus, bet sadarbībā ar pašu draudzi un tās vadītājiem.

Mūsu vidē aicinājumi uz pozitīvām pārmaiņām atskan pastāvīgi un atskanēs vēl un vēl. Mērķis vienmēr būs lielāks nekā mūsu cilvēciskie sasniegumi. Atsaucīgu siržu nebūs

daudz, tomēr tās būs visas, kuras pieņem Tas Kungs. Daudz ir to, kas grib mainīties. Daudz ir to, kas kaut reizi dzīvē ir centušies kaut ko mainīt, bet nav sasniegto saglabājuši. Taču nav jākoncentrējas uz neveiksmēm! Uzmanība jāpievērš lielajiem mērķiem un pozitīvajiem aicinājumiem! Soli pa soli pēc tiem jātiecas, pārejot no domas: “Tas man neizdosies” uz domu: “Es to savā dzīvē tomēr vēlos!” Tas Kungs ir lielais pārmaiņu īstenotājs: “Redzi, visu Es daru jaunū.” Tad Viņš teica: “Raksti! Jo šie vārdi ir uzticami un patiesi.” (Atkl. 21:5) “Neievērojiet to, kas jau sen bijis! Redziet, Es veikšu ko jaunu, tas jau parādās, vai jūs to neredzat? Es likšu rasties ceļam tuksnesī un upēm vientuļās kailatnēs.” (Jes. 43:18, 19) “Tad nu nepiekusīsim, labu darīdami, jo savā laikā mēs pļausim, ja nepagursim. Tad nu, kamēr mums ir laiks, darīsim labu visiem, bet sevišķi ticības biedriem.” (Gal. 6:9, 10)

Lai drosme neatstāj tos, kuri turpina aicināt uz pozitīvām pārmaiņām arī tad, kad tik daudzreiz nekas vēl nav izdevies un atsaucīgo siržu ir bijis maz! Lai drosme neatstāj tos, kuri ir ceļā uz pozitīvām pārmaiņām! Lai draudzes pārtop pēc tā parauga, kādu Tas Kungs mums ir devis!

“Patiesa dzīves reforma sākas ar dvēseles šķīstīšanu. Mūsu darbs kritušo labā gūs patiesus panākumus tikai tad, kad Kristus žēlastība pārveidos viņu raksturu un nomaldījušās dvēseles nonāks dzīvē saskarsmē ar Dievu.” (E. Vaita. “Kristus dziedinošā kalpošana”, 180. oriģ. lpp.) Tādēļ noslēgšu ar vārdiem: “Mīlie, tā kā man ļoti rūpēja jums rakstīt par mūsu kopējo pestīšanu, tad sirds mani spieda jūs pamācīt šīn rakstā turpināt cīņu par to ticību, kas svētiem reiz uzticēta.” (Jūdās 1:3)

ESMU DZIĻI PATEICĪGA

SKAIDRĪTES TEREMTAS
100 GADU JUBILEJAS INTERVIJA



1. martā Rīgas 1. draudzes māsa Skaidrīte Teremta (dz. Ābele) nosvinēja savu 100 gadu jubileju. Par to, kādi bijuši šie gadi, kas Dieva vadībā piedzīvots un kā Kungs vadījis Skaidrītes ceļus, lasiet jubilāres sarunā ar Vinetu Krauliņu.

Vineta Krauliņa: Pastāsti, lūdzu, par savu bērnību un ģimeni!

Skaidrīte Teremta: Māte mani nēsāja zem sirds četrus mēnešus, kad viņa tika kristīta adventistu draudzē. Pirms tam māte bija luterāņu draudzē. Viņiem kaimiņos dzīvoja adventists – dārznieks Jēkabsons, kurš aicināja uz dievkalpojumiem. Mans tēvs saprata, ka adventistiem ir taisnība. Arī tēvs tika kristīts. Es piedzimu 1924. gada 1. martā Rīgas pilsētas 1. slimnīcā. 11 gadu

vecumā, apmeklējot dievkalpojumus, dzirdēju runājam br. Hermani Lindi, kurš daudz stāstīja par Kristus otro nākšanu un Daniela pravietojumiem. Tāpēc šos jautājumus man bija viegli saprast. Man arī pastāstīja, ka mirušie tiks augšāmcelti, Kristum nākot. Mirušo stāvokli es labi izpratu, jo divus gadus pēc manas dzimšanas piedzima brālītis, kurš pusgada vecumā nomira, un es regulāri devos uz viņa kapavietu, lai to aplaistītu. Reiz pie blakus kapa dzirdēju sievieti, kura stāstīja mirušajam, kādu sapni redzējusi iepriekšējā naktī. Es kā bērns sapratu, ka stāstīt to smiltīm ir bezjēdzīgi, jo mirušais neko nedzird.

Divpadsmit gadu vecumā mājās izteicu vēlēšanos, lai mani kristī. Nu jau 88 gadus esmu draudzē. Skolas laikā sabatos varēju neapmeklēt skolu un doties uz dievkalpojumiem. Bērnu sabatskola bija atsevišķi. Radiniece

mani uzaicināja uz svētdienas skolu Ģertrūdes baznīcā. Tur man likās tik auksti, ka nospriedu – adventistu baznīcā man ir īstā vieta.

Pēc vidusskolas man bija skaidra saprašana, ka vēlos studēt angļu valodu. 1945. gadā iestājos Svešvalodu institūtā Raiņa bulvārī 29, kur Latvijas brīvvalsts laikā atradās Angļu valodas fakultāte. Vēlāk tas pārcēlās uz Krišjāņa Valdemāra un Anrī Barbisa ielas stūri. Institūtu pabeidzu 1949. gadā.

4. kursā mums bija prakse un pasniedzēja, kas bija savam laikam atbilstoša, pierakstīja man plusus darba dienās, bet sestdienās – mīnus. Tad viņa bija interesējusies, kas tad Ābelei ir, ka divas reizes jau mīnuss. Viena no studentēm paskaidroja, ka man ir ticības lietas. Šī pasniedzēja mums mācīja latviešu valodas metodiku, mācības notika



Ģimenes foto. Skaidrīte ar vecākiem, brāli un vecotēvu



Poloneze Bacha
Menuets Bēthovena
Skaidrīte Ābele



Ģimenes foto. Skaidrīte ar dzīvesdraugu

kopā ar Franču valodas fakultātes un Vācu valodas fakultātes studentiem, un viņa visu studentu klātbūtnē man teica tā: “Ābele, iesniedziet dekānam ziņojumu, kāpēc jūs sestdienā negājāt uz praksi!” Es tajā laikā biju sabatskolas sekretāre, un man bija iemesls uzrakstīt, ka šai laikā esmu bijusi aizņemta citos sabiedriskos pienākumos, tādēļ nevarēju ierasties praksē.

Kad pienāca eksāmens marksismā, tajā piedalījās attiecīgie pasniedzēji un dekāns. Brīdī, kad es vilku biļeti, dekāns vienam no komisijas locekļiem kaut ko iečukstēja ausī. Protams, man tika uzdots papildjautājums, lai pastāstu, kā mums Padomju Savienībā ir ar reliģiju. Es atbildēju, ka pie mums baznīca ir šķirta no valsts un ka tas ir pareizi. Tad vairs neko briesmīgu man neprasīja.

Darbā iekārtošanas komisijā es nosaucu savu uzvārdu, un man krievu valodā uzbrēca, ka es nesaprotu, ko man saka. Tad kāda persona pārtulkoja jautājumu: “Vai jūs vēl arvien tikpat reliģiozi noskaņota?” Pirmajā brīdī man ienāca prātā apustulis Pēteris, un es sapratu, kā viņš jutās, kad viena kalpone teica, ka ir redzējusi viņu kopā ar Jēzu. Domāju: “Ko lai es saku?” Nevarēju aizliegt savu ticību un atbildēju: “Nekas nav mainījies.” Tūdaļ atskanēja vārdi, kā ar cirvi nocirsti: “Pierakstiet, ka viņai darbu nekur nedot! Mums tādi nav vajadzīgi!”

Viņi man darbu nedeja, bet Dievs par mani brīnišķīgi gādāja. Apbrīnojams ir Debesu Tēvs! Viņš



man ir devis to, ko neesmu Viņam prasījusi, bet kas man ir vajadzīgs vēl šodien. Man bija tikai jāpaklausa mudinājumam, kur man jāiet un kas jādara.

1954. gadā br. Čolders bija Latvijas draudžu savienības vadītājs, un es tajā laikā strādāju aptiekā par grāmatvedi, jo pēc kādas māsas ieteikuma biju apmeklējusi kursus Aptieku pārvaldē. Augustā aptvēru, ka neesmu uzrakstījusi atvaļinājuma iesniegumu, it kā mana roka būtu saistīta un es nevarētu to uzrakstīt. Un augusta beigās br. Čolders man jautāja, vai varu nākt strādāt Savienībā ar 1. septembri. Biju ar mieru rakstīt atvaļinājuma iesniegumu un iet prom. Tajā brīdī es sapratu, kādēļ iepriekš nevarēju šo iesniegumu uzrakstīt. To vada Dievs, Debesu Tēvs!

Pasaulē ir miljardiem cilvēku,

un Viņš izprot katra dzīvi. Tas ir kas sevišķs! Tā es draudzē nostrādāju kādus 30 gadus. Biju nodarbināta pie rakstu darbiem, rakstīju ar rakstāmmašīnu. Man vajadzēja ar rakstāmmašīnu rakstīt visus rakstus, visām draudzēm rakstīt paraugus – apcerējumiem, rīta sveicieniem, Lūgšanu nedēļai. Bet nekas, man darbs patika, un biju ļoti apmierināta.

Apprecējos. Mans vīrs bija no Aizkarpatiem. Iepazināmies Līvovā. Tur draudzei bija 40 gadu jubileja, un turp brauca daudzi no Latvijas. Tur es viņu satiku. Tas notika tās draudzes vecākā dzīvoklī. Pēc šiem svētkiem mūs piecus no Latvijas uzaicināja ciemos pie viena no Aizkarpatu brāļiem uz Mužejevu. Arī mans nākamais vīrs tur tika uzaicināts. Lai noskaidrotu, vai viņš gadījumā nav precēts, pajautāju, vai



viņa sieva arī ir draudzes locekle. Uz to viņš atbildēja, ka viņam nav sievas. Savukārt man viņš jautāja, ko es domāju par ģimenes dzīvi. Atbildēju, ka Dievs to ir iecēlis un ka tas ir svētīgi, un tā tālāk. Tad viņš prasīja manu adresi. Atgriezās Rīgā, un pēc nedēļas bija klāt vēstule. Es viņam rakstīju pretī. Viņš atrakstīja otru, un es viņam pretī. Viņš uzrakstīja trešo un, negaidot atbildi, brauca mani jau baidināt. Iepazināties augustā, bet viņš atbrauca oktobrī. Tad braucu iepazīties arī ar viņa piederīgajiem. 1967. gada 30. novembrī sareģistrējāties tur, bet laulības notika 1968. gada 9. janvārī Rīgā, Vīlandes ielas baznīcā. Lai pieņemtu lēmumu pirms tam, es uzmanīgi vēroju viņa izturēšanos pret cilvēkiem, apkārtējiem un dzīvniekiem – tas daudz ko atklāj par cilvēka raksturu. Viņam bija brīnišķīgs raksturs, nevaru pateikt nevienu sliktu vārdu. Kopā nodzīvojām 17 gadus. Viņš bija ļoti čakls un gribēja pats darīt fiziskos mājas darbus, arī pat tad, kad lūdzu, lai ļauj man to darīt, tādēļ ka vēlējos, lai viņš sargā savas sirds veselību.

Bērnu mums nebija, bet ar to esmu mierā. Man bija iespēja palīdzēt divām meitenītēm, bārenītēm Ugandā. Man bija līdzekļi no mantojuma, un es devu viņām skolas naudiņu adventistu skolai. Finansēju pamatskolu un vidusskolu. Viena izmācījās par māsiņu un atsūtīja foto, kur viņai liek galvā māsiņas cepurīti. Es biju tik laimīga, ka dotā nauda ir tikusi vērtīgi izmantota. Priekš kam tad man krāt naudu? Uzzināju par šo vajadzību, kad bija atbraucis Dagnijas Lapas brālis Aivars Ozoliņš, un viņš mums uz ekrāna rādīja



Ugandas bāreniņus un stāstīja, ka tie grib iet skolā. Meitenes man rakstīja, ka tad, kad būs pieaugušas, arī vēlēšies palīdzēt kādiem nelaimīgiem bāreniņiem. Tas man bija liels prieks!

Vīrs nomira 1985. gada 31. janvārī. Bet 1986. gadā es jutu ārkārtīgi lielu neatliekamību braukt uz Maskavu. Tur baznīcā man pienāca viens brālis un teica, ka viņam vajag vācu konkordanci. Es pirms laika no viena tirgotāja tādu biju nopirkusi ar domu, ka kādreiz var noderēt. Teicu, ka man ir. Viņam savukārt bija angļu konkordance. Tieši pēc nedēļas Tallinā notika darbinieku sanāksme, uz kuru viņš no Maskavas veda angļu konkordanci. Un es no Rīgas – vācu konkordanci. Šī angļu konkordance man ir vajadzīga vēl šodien! Māsu Vaitu bez konkordances tulkot nevar. Lūk, kā Dievs vadīja!

V. K.: Vai Tev ir māsas, brāļi?

S. T.: Man bija divi brāļi. Jaunākais nomira pusgada vecumā, kā jau teicu, bet vēl bija vecāks brālis – Visvaldis, viņš piedzima 1922. gada 28. augustā. Kara laikā, kad krievi nāca atpakaļ, viņu iesauca armijā, bet viņš neparakstīja zvērestu, jo bija ticīgs un teica, ka

viņam nav ienaidnieku, ka nevienu nešaus. Viņu ielika cietumā un aizveda uz Sibīriju, uz Krasnojarsku, tur viņš nomira.

No cietuma brālis atrakstīja zīmīti, lai aiznes viņam maizi. Viņu saņēma ciet Jelgavā. Zīmīti atnesa kāds vīrietis, nezinu, varbūt viņš bija cietuma darbinieks, jo kā gan citādi viņš būtu varējis to mums nogādāt. Vēl zīmītē bija lūgums paziņot uz laukiem tādi Jēkabsona kundzei, ka viņas vīrs ir cietumā, lai aiznes siltas drēbes un ēdamo, jo viņu paņēma no lauka. Es tūlīt rakstīju viņai. Viņa diezgan ātri ieradās, piekļāuvēja pie durvīm un sabruka. Iepriekšējā dienā bija nosūtījuši lielu ešelonu uz Krieviju, manu brāli arī līdz ar to otru kungu. Neko vairs nevarēja nodot. Mēs nesām maizīti, un mūs atgrūda, sakot, ka tāda te nav. Tas bija ļoti, ļoti sāpīgi... Tas Jēkabsona kungs atgriezās. Es viņu satiku. Viņš pateica, ka mans brālītis ir miris.

V. K.: Vai vari minēt kādus sludinātājus, kas atstājuši uz Tevi iespaidu?

S. T.: Mācītājs Linde, kas mani kristīja. Viņš ar ģimeni dzīvoja netālu. Reiz biju pie viņiem aizgājusi, un viņš





teica, ka bijis Amerikā, kur notikusi Ģenerālkonferences sanāksme. Toreiz es viņu apbrīnoju, ka viņš sarunājas ar mani, parastu meiteni. Kad 1995. gadā Utrehtā notika Ģenerālkonferences sanāksme, es arī tur biju. Tad atminējos, ko viņš stāstīja. Priecājos, ka kopā sabraukuši delegāti no visas pasaules un varēja redzēt dažādos tautastērpus.

Katrs sludinātājs ir nopietni, garīgi runājis. Man nav tā, ka tikai vienu atzītu, bet citus ne. Atceros brāļus Skujiņu, Klotiņu, Jurkevici, ar br. Kleimani kopā dziedājām duetu. Atceros arī Balodi, viņš kādreiz Rīgā runāja. No jaunajiem man patīk, kad runā svinīgi. Viņi ir talantīgi, lai māsās, lai pieaug.

V. K.: Kas ir Tavas ilgdzīvošanas noslēpums?

S. T.: Bibeles mācība, adventistu mācība. Es vingroju kopš skolas laikiem. Pati mazgāju grīdas, nomainu spuldzītes, cilvēkam ir pašam jākustas, nevis jāgaida, kad kāds atnāks un to izdarīs. No tramvaja pieturas pie operas uz dievnamu nāku kājām.

Es ēdu visu, ko Dievs ir atļāvis. Tas ir garšīgs un labs! Nelietoju pupiņu kafiju. Ulmaņlaikos varēja dabūt augu kafiju, to mani vecāki pirka. Ja pupiņu kafija izskalo no organisma kalciju, kāpēc man to vajag lietot, ja Dievs aizliedz? Grāmatiņā "Kristus dziedinošā kalpošana" tas ir rakstīts.

Vīra veselības dēļ dabūjām dzīvokli otrajā stāvā, tas ir saulains, mēnesi var redzēt un zvaigznītes var skaitīt. Brīnišķīga Dieva gādība! Rūpējos, lai svaigs gaiss man arī naktī, turu mazliet pavērtu logu.

Savulaik peldējāties jūrā. Tagad lietoju vannas istabas priekšrocības.



V. K.: Kā Tu vērtē, vai Tev bijis viegls vai grūts mūžs? Kā esi tikusi galā ar grūtībām?

S. T.: Nevienam nav tā, ka ir tikai grūti vai tikai viegli. Visādi bijis. Es nedomāju, ka mans mūžs ir bijis grūts. Debesu Tēvs ir par mani gādājis, un es apbrīnā varu pateikties Viņam. Es paļaujos uz Viņu. Nepieļauju, lai man būtu grūtsirdība vai depresija. Man ir bijuši pārdzīvojumi, bet viss atrisinājies labāk, nekā būtu domājusi.

V. K.: Tu tulko. Vai Tev patīk tulkošanas darbs?

S. T.: Tulkotāja darbs ir ļoti grūts. Tas prasa pacietību un precizitāti, lai spētu pareizi nodot rakstītāja domu. Dažreiz ir grūti saprast, ko autors domā. Esmu veltījusi ļoti daudz laika un lielu darbu, lai labotu iepriekš tulkotajos darbos ieviesušās neprecizitātes, jo man ir svarīgi, lai autora sniegtā vēsts lasītājiem tiktu nodota precīzi. Ir smalkas nianšes, kuras ir svarīgas! Elena Vaita nekur savos rakstos nepavēl, viņa smalkjūtīgi aicina, lietojot frāzi "let them (work), let them (pray)...", ko latviski tulkojam "lai (darbojas), lai (lūdz)...". Diemžēl, nezinot šīs nianšes, dažkārt rakstītais tiek pārvērsts par pavēli, izmantojot vārdus "jādarbojas, jālūdz" utt. Tādā veidā grāmatiņā "Evanģēlija kalpi" sanāk pāri par 100 pavēlēm, kurām tur nemaz nebija jābūt.

Visvairāk sāp neprecīzie tulkojumi. Dažkārt naktī zaudēju miegu, kad par to iedomājos. Elena Vaita tik brīnišķīgi raksta! Kad lasu oriģinālu, man liekas, ka Dieva Gars uz mani runā. Dažs, varbūt, viņu neatzīst, bet es gan atzīstu. Ja tik neizglītots cilvēks var tā uzrakstīt...! Es viņu ļoti cienu. Tāpēc man ļoti sāp, ja nepareizi tulko.



Kad es tulkoju, ja es kaut ko nesaprotu, tad man nav kauns pajautāt citiem, meklēt pareizo tulkojumu.

V. K.: Kāda ir Tava lūgšanu dzīve?

S. T.: Manas lūgšanas ir ļoti īsas. Es Dievam neuzmācos ar garām lūgšanām. Viņš pats zina, kā labāk. Kā Viņš man ir devis un palīdzējis! Es neprasīju, bet Viņš man deva. Esmu dziļi pateicīga.

V. K.: Kāds ir Tavs dienas gājums? Cikos Tu ej gulēt, cikos celies?

S. T.: Man nav noteikta laika, bet vislabāk jau ir iet gulēt desmitos vakarā. Vajag celties agrāk. No rīta saģērbjos, izlasu Rīta sveicienu.

Pati sev gatavoju ēst, eju uz tirgu, veikalu. Taisu sakņu ēdienus, sautējumus, zupas. Agrāk cepu pīrādziņus ar sojas gaļu. Cilvēki man prasīja receptes.

Iemācījos arī šūt, un esmu sev uzšuvusi ziemas mēteli ar vatelinu. Šuju sev kostīmiņus. Uz dzimšanas dienas svinībām būšu sevis šūtajā kleitā, tā ir divās krāsās. Mans tēvs bija drēbnieks un lika mani pie darba. Tas man patīk. Tā vecākiem vajag darīt.

Pirmdien, otrdien un trešdien eju vingrot uz dienas centru Ķengaragā. Un vēl eju otrdienās mācīt angļu valodu. Ceturtdienās eju uz dienas centru "Paaudzes", tur mēs lasām Biblii. Pirms dažiem gadiem izlasīju ziņu, ka šajā centrā runās mācītājs, un nolēmu aiziet paklausīties. Toreiz lekcija tika atcelta, bet mani pierakstīja un pastāstīja, ka viņi lasa Mateja evaņģēliju un ir tikuši līdz pēdējai nodaļai. Nu esam nonākuši līdz Atklāsmes grāmatas 12. nodaļai.

KRISTUS LIELDIENU CENTRĀ

Andris Pešelis –
Auces, Dobeles un
Jelgavas draudzes
mācītājs



Kas tiek saprasts ar frāzi “Kristus Lieldienu centrā”? Pavadot daudzus gadus starp kristiešiem, esmu sapratis, ka te nav vienotas izpratnes. Pat vienas konfesijas ietvaros var pastāvēt vairāki viedokļi. Tas viss liecina, cik atšķirīgi tiek uztvertas lietas, ka pat, sludinot visiem vienu un to pašu vēsti, nekad nevar gūt pārlicību, kas tieši no šīs vēsts tiks uztverts vai īstenots dzīvē.

VIDOKĻI PAR LIELDIENĀM

Daži Lieldienas uztver tikai kā vienu no gada dienām. Jēzus Kristus valda pār cilvēci katru dienu un mūžīgi. Ļaudīm, kuri pārstāv šo viedokli, ikgadējām Lieldienām pašām par sevi nav lielas nozīmes, jo tas ir tikai cilvēku noteikts datums brīvdienām vai baznīcas liturģiskajā gadā. Katru gadu Lieldienas tiek nozīmētas citā datumā. Tāpēc viņi uzskata, ka tām ir tikai simboliska, nevis burtiska nozīme.

Citi tās saprot kā iemeslu sākt garas runas, atmaskojot Lieldienu izcelsmi pagānu reliģijās un to iezagšanos kristietībā kā lielu atkrišanu. Tiešām, ir pat sarakstītas vairākas grāmatas par šo tēmu, kuras šie ļaudis ar lielu dedzību lasa un pauž tieši šo tēmu kā savas vēsts “centrālo atziņu”. Tie saprot, ka tieši cīņa pret Lieldienām un to svinēšanu ir galvenā, kas izceļ Jēzus svarīgo un primāro vietu ikviena kristieša dzīvē un atmasko lielo atkrišanu kristietībā. Šī ļaužu grupa nesaprot, kādēļ vispār Lieldienas tiek ievērotas, jo savu acu priekšā redz tikai krāsotās olas, pagānisma rituālus, atkrišanu, bet šajā dienā tie nesaredz Kristu. Tā nu minētā viedokļa pārstāvji uzskata, ka Lieldienas nav tā vērtas, lai tās vispār pieminētu.

Daudzi, savukārt, Lieldienas uztver kā brīvdienas, kurās var aiziet uz baznīcu. Tie bez ierunām pieņem gada liturģisko kalendāru un saista Lieldienu ievērošanu ar piederību

kristietībai. Pieminot Kristus upuri un nopelnus Lieldienās, tie vēlas apliecināt savu piederību savai baznīcai.

Vēl ir ceturtais viedoklis, kur Lieldienas tiek pieminētas pretēji liturģiskajam kalendāram – klusajā sestdienā. Tas notiek dienu pirms tam, kad Lieldienas tiek svinētas lielajās baznīcās. Šajā sestdienā notiek dievkalpojums, uz kuru aicina savus kaimiņus, jo ir padomāts par muzikālajiem priekšnesumiem un atšķirīgāku dievkalpojuma kārtību, kas padara šo pasākumu svinīgāku.

Te gan būtu jāsaka piebilde, ka šis viedoklis var tikt arī pārprasts. Noturot Lieldienas sabatā, var pārprast, ka Kristus vietā adventisti centrā novieto tieši sabatu. Tomēr tā tas nav. Sabats nevar aizvietot Kristu. Ja nu kāds uzskata sabatu par savas glābšanas līdzekli un to šādi arī sludina, tad tas ir novērsis savu skatienu no Kristus centrālās lomas glābšanā. Sabats nevar mums aizvietot Pestītāju. Tā arī glābšanas centrā nav ne sabats, ne svētdiena, bet gan pats Kristus!

KUNGS PĀR SABATU

Jēzus ir sacījis: “Cilvēka Dēls ir kungs arī par sabatu.” (Lk. 6:5) Šos vārdus daudzi nesaprot. Daži tos uztver kā aizrādījumu par sabata atcelšanu. Tomēr te izteikta cita doma. Ar šiem vārdiem Jēzus uzsvēra Savu centrālo lomu glābšanā! Turēt sabatu ir labi, tomēr Kristus ir Glābējs. Sabats kā nedēļas diena nevienu nespēj glābt. Jūdus tas neglāba. Viņi piesita krustā savu Kungu un, lai varētu būt “šķīsti” un ievērot sabatu, piektdienas vakarā atļāva ievietot Jēzus miesas kapā. Sabats nevar kalpot par glābšanas līdzekli.

Tas ir tiesa, ka Jēzus Kristus ir lielāks par sabatu un pat – par bauslību. Tomēr svarīgi ir ieklausīties paša Kunga vārdos: “Nedomājiet,

ka Es esmu atnācis atmest bauslību vai praviešus. Es neesmu nācis tos atmest, bet piepildīt.” (Mt. 5:17) Sakot vārdu “piepildīt”, Jēzus bija nevis atmetis bauslību, bet gan vēlas to īstenot ikviena Sava bērna dzīvē. Tā arī ir Jaunā Derība, kad šie paši likumi (Svētajā Garā ar mīlestību) tiek ierakstīti cilvēka sirdī (Ebr. 8:8–10) un piepildīti Kristū, ka ticīgais “tur Dieva bausļus un Jēzus liecību” (Atkl. 14:12).

Kungs aicina: “Piemini sabata dienu, ka tu to svētī.” (2. Moz. 20:8) Tas ir gan Viņa lūgums, gan arī pavēle. Tomēr sabatu nevar likt Jēzus Kristus vietā. Ar sabata palīdzību neviens netiek glābts no saviem grēkiem. Jēzus Kristus ir Glābējs! Tomēr Viņam ir lūgums ievērot sabatu, pieminot Viņa lielo glābšanas darbu un radišanu. Vai tad tas ir grūti – atvēlēt savai atdusai vienu dienu, kurā piedzīvot taisnošanu ticībā bez saviem darbiem? Vai tas būtu grūti – uzticēt sevi Glābējam, lai Viņš ir centrālais mūsu dzīvē? Itin labi Tas Kungs var ikvienam kristietim uzdot šo jautājumu: “Es lūdzu tevi pieminēt sabata dienu, bet tu to nedarīji. Kāpēc tu tā rīkojies?” Kāda varētu būt atbilde uz šo jautājumu? Vai arī šeit kādi apgalvos, ka sabats neesot glābšanas jautājums?

Nav droši pretoties Tā Kunga vārdiem un uzskatīt kādu no Viņa lūgumiem par nesvarīgu. Jēzus stāstīja līdzību par kāzu mielastu, kur kāds no viesiem bija ieradies bez svētku apģērba. Šis cilvēks, iespējams, uzskatīja, ka apģērbam nav nozīmes. Viņš varbūt uzskatīja, ka galvenais ir tas, kam tu tici dziļi intīmi savā sirdī. Šis kāzu mielasta viesis nebija pieņēmis kāzu rīkotāja lūgumu un ieradās bez atbilstoša apģērba, tādēļ tika izmests ārā. Vai ir droši nepaklausīt Tā Kunga vārdiem?

Kādā citā līdzībā bija ļaudis, kurus Tas Kungs lūdza doties strādāt viņa kalnā. Viņi atbildēja: “Neiesim.” Vēl

cituz Kungs aicināja uz kāzu mielastu, uz ko tie atbildēja: “Neiesim.” Nav droši atteikt Tā Kunga lūgumam. Un te mūsu priekšā ir viens no Viņa lūgumiem: “Piemini sabata dienu, ka tu to svēti”. Protams, Kristum pieder centrālā loma cilvēces glābšanā, bet Viņam ir arī lūgums Saviem sekotājiem – paklausīt. Mūsu atbilde nosaka, vai esam pieņēmuši visu Evaņģēlija vēsti, vai arī staigājam paši savu ceļu paši savā taisnībā.

LIEDIENU VIETA GLĀBŠANAS PLĀNĀ

Bija kāda saruna, ka sabatu nevar likt Kristus vietā. Lieldienas arī nevar likt Kristus vietā glābšanas jautājumā. Arī Latvijas Kristīgo radio nevar likt Kristus vietā glābšanas jautājumā. Tikai Jēzum Kristum pieder centrālā loma glābšanā.

Taču Lieldienas pašas par sevi šajā pasaulē ar visiem tās grēkiem un netaisnībām ir kā liecinieks, kurš liek pievērst ļaužu uzmanību tam svarīgākajam vēstures notikumam, kurš reiz norisinājās Jeruzalemē Poncija Pilāta laikā. Lieldienu eksistence liek aizdomāties par to iemeslu. Bērni vaicā saviem vecākiem: “Ko nozīmē “Lieldienas”?” Atbildes, protams, skan dažādas. Tomēr pašas Lieldienas ar savu eksistenci atgādina pasaulei par Jēzu Kristu. Lieldienu iemesls ir Jēzus Kristus eksistence.

KOPSAVILKUMS ŠAI TĒMAI

Sākumā pieminēju, ka pastāv vairāki viedokļi par Lieldienu nozīmi. Neatkarīgi no visiem tiem Kristus ieņem vadošo lomu cilvēces glābšanā. Viņa darbi un nopelni ir aprakstīti Bībeles evaņģēlijos. Tos pieņem un paklausīt visiem Kristus vārdiem ir būtiski, lai varētu īstenoties ikviena Dieva bērna personiskā glābšana. Ticība tiek apliecināta ar darbiem saskaņā ar Tā Kunga mācību un pavēlēm. Lieldienas kalpo par sava veida signāluguni, kas šajā pasaulē apliecina Jēzus Kristus nopelni. Šo nozīmi nevajadzētu turēt par nesvarīgu. Lieldienās daudzu cilvēku sirds ir atvērta Evaņģēlijam. Tas Kungs izmanto dažādus veidus, kā pievest cilvēkus Kristum. Lieldienas ir labs laiks liecināšanai par Jēzus Kristus darbiem. Bagātas Tā Kunga svētības lai ir ikvienam Viņa bērnam!

(Turpinājums 13. lpp.)

(Turpinājums no 11. lpp.)

Esmu viņus mēģinājusi sagatavot nākošajām nodaļām, pastāstot par viduslaikos valdošās baznīcas darbiem, par pāvestiem. Man ir grāmata “Luterāņu skatījums uz pāvestu”, tajā arī ir rakstīts par visām šīm lietām. Palasīšu to viņiem priekšā. Es sākumā nepateicu, kas esmu. Teicu, ka mūs vieno Kristus upuris, un kas cits mūs var šķirt? Tagad viņi zina, ka esmu adventiste. Esmu stāstījusi un liecinājusi, un viņi ierosināja, ka man ir jāuzraksta grāmata. Pastāstīju, ka grāmata būs drīz, un uzaicināju uz trešās liecību grāmatas “Kurš liek ziedēt ābelēm?” atvēršanas svētkiem.

V. K.: Vai Tev ir bijuši dzīvnieki?

S. T.: Mums bija runcītis, kad vecāki vēl bija dzīvi. Nodzīvoja 16 gadus. Un, kad vajadzēja šķirties... Tas ir ļoti sāpīgi! Man vēl bija ruds runcītis, kuru satiku kāpņutelpā 2003. gadā. Paņēmu viņu pie sevis, un viņš nodzīvoja kādus 12 gadus. Pēc tam divas dienas raudāju. Kad no dzīvnieka jāšķiras, tas ir tikpat kā no cilvēka...

V. K.: Pastāsti vēl kaut ko interesantu no savas dzīves!

S. T.: Pirms 70 gadiem Dievs saveda kopā māsas Klebās (šīs sievietes izglāba ebrejieti, par kuru rakstīts grāmatā “Es izdzīvoju Rumbulā”) ar vienu vācu karavīru, kurš nebija ievainots (māsas vācu laikā (1943. vai 1944. gadā) strādāja slimnīcā). Viņam bija kāda cita vaina.

Bet viņš bija adventists jau no 15 gadu vecuma. Vēlāk, pēc kara, kad viņš bija kļuvis atraitnis, viņš māsām atrakstīja vēstuli. Jaunākā māsa Aleksandra rakstīja viņam atbildes. Vēlāk, kad jaunākā māsa bija tikko mirusi un es biju devusies apciemot vecāko māsu Grietiņu, kurai bija pāri 90 gadu vecumam, viņa man iedeva vēstules un teica, lai es viņam rakstu. Es pastāstīju šim vācu vīram, kas noticis, un minēju, kas esmu es. Sākām sarakstīties 1993. gadā. (Pamatskolā un vidusskolā mums mācīja vācu valodu. Uzskatu, ka tas bija ļoti prātīgi – mācīt ne tikai vienu valodu, bet abas – angļu un vācu.) 1995. gadā bija paredzēta Ģenerālkonference. Viņš man rakstīja, lai aizeju pie Informācijas galdiņa, tur būs viņa draugs, kurš man iedos vienu grāmatu, un šajā grāmatā būs ieliktas 500 vācu markas. Tur bija vieta, kur varēja pasūtīt visas Elenas Vaitas grāmatas trijos lielos sējumos un Bībeli zelta griezumā ar viņas paskaidrojumiem, piezīmēm. Jāmaksā bija dolāros, un es samainīju šīs markas un veicu pasūtījumu. Pēc kāda laika man to visu atsūtīja. Tā ir liela vērtība.

V. K.: Paldies par sarunu! Ticu, ka tā kalpos par stiprinājumu daudziem žurnāla lasītājiem un ka daudzi ieraudzīs Tavā dzīvē tās svētības, kuras pavada patiesi uzticīga un paļāvīga Dieva bērna gājumu!



MARTS – VESELĪBAS MĒNESIS: “KUSTĪBU PRIEKŠ”

Septītās dienas adventisti visos laikos ir vērtējuši veselīga dzīvesveida nozīmi. Holistisks veselīga dzīvesveida skatījums, kas mudina cilvēka veselību aplūkot visaptveroši, ietver arī fiziskās kustības kā svētību, kad katrs savās iespēju robežās izvēlamies dzīvot aktīvu dzīvesveidu. Taču tas nenozīmē, ka cilvēkam ir katru dienu jāvingro vai jānoiet noteikts skaits soļu, lai piedzīvotu glābjošo Kristus mīlestību. Mēs ticam, ka saskaņā ar 1. Kor. 3:16 veselīgs dzīvesveids var palīdzēt mums būt labiem Dieva tempļa (ķermeņa un prāta) pārvaldniekiem.



KO BĪBELE SAKA PAR VESELĪBAS SVĒTĪBĀM?

Dievs aicina mūs būt labākajā iespējamā fiziskajā formā, pagodinot Viņu ar savu miesu:

“Jeb vai jūs nezināt, ka jūsu miesa ir Svētā Gara mājoklis, kas ir jūsu un ko jūs esat saņēmuši no Dieva, un ka jūs nepiederat sev pašiem? Jo jūs esat dārgi atpirkti. Tad nu pagodiniet Dievu ar savu miesu!” 1. Korintiešiem 6:19, 20

Dievs aicina mūs būt priekpilniem:

“Priecīga sirds dziedina vainas, bet sagrauzts gars izkaltē kaulus.” Salamana pamācības 17:22

Dievs vēlas mums dāvēt dzīvību un pārpilnību:

“Es esmu nācis, lai tiem būtu dzīvība un pārpilnība.” Jāņa 10:10

Radītājs pirmajiem cilvēkiem rekomendēja aktīvu dzīvesveidu, mudinot uz mērķtiecīgām fiziskām aktivitātēm:

“Un Dievs Tas Kungs ņēma cilvēku un ielika viņu Ēdenes dārzā, lai viņš to koptu un sargātu.” 1. Mozus 2:15

Jēzus pats strādāja namdara darbu:

“Vai Viņš nav namdaris, Marijas dēls un Jēkaba, un Jāzepa, un Jūdas, un Sīmaņa brālis, un vai Viņa māsa nav šeit pie mums?” Marka 6:3

Dievs aicina cilvēkus 6 dienas nedēļā strādāt un padarīt visus savus darbus:

“Piemini sabata dienu, ka tu to svētī. Sešas dienas tev būs strādāt un padarīt visus savus darbus. Bet septītā diena ir sabats Tam Kungam,

tavam Dievam, tad nebūs tev nekādu darbu darīt, nedz tev, nedz tavam dēlam, nedz tavai meitai, nedz tavam kalpam, nedz tavai kalponei, nedz tavam lopam, nedz tam svešiniekam, kas ir tavos vārtos.” 2. Mozus 20:8–10

Fiziski aktīvai dzīvei nāk līdzī salda miega svētība:

“Salds ir darbinieka miegs, vienalga, vai tas daudz vai maz ko ēdis; bet bagātais, kas spēcīgi pieēdies, nereti netiek pie miega.” Salamans mācītājs 5:11

KO KUNGA KALPONE ELENA VAITA RAKSTA PAR KUSTĪBĀM GRĀMATĀ “VESELĪGA DZĪVOŠANA”¹

Ceram, ka šīs atziņas jūs iedvesmos arvien vairāk rūpēties par savu fizisko templi!

Vingrošana

“Viena muskuļa vingrināšana, ja citus atstāj bezdarbībā, nedarīs šos bezdarbīgos muskuļus stiprākus, tāpat kā nepārtraukta kāda prāta (gara) orgāna vingrināšana neattīstīs un nespēcinās tos orgānus, kurus nenodarbina. Katrai spējai un katram muskulim ir savs noteikts uzdevums, un tie visi ir jāvingrina, lai attīstītos pareizi un iegūtu veselīgu spraigumu. Dzīvā organismā katram orgānam un muskulim ir savs darbs. Katram mehānisma ritenītim ir jābūt dzīvam, rosīgam un darbīgam. Dabas smalkie un brīnišķīgie darbi jāuztur aktīvā kustībā, lai tie izpildītu paredzēto uzdevumu. Katrai spējai ir savs

iespāids uz citām, un, lai tās pareizi attīstītos, tad visas ir jāvingrina. Ja kādu no ķermeņa muskuļiem vingrina vairāk nekā citus, tad tas kļūst pārāk liels un izposta visu organisma attīstības saskaņu un skaistumu. Bet vingrinājumu dažādība liks darboties visiem ķermeņa muskuļiem.” (Liecības draudzei, 3. sēj., 77., 78. lpp.)

“Nav prātīgi pārtraukt šo muskuļu nodarbināšanu tikai tāpēc, ka, tos vingrinot, izjūt sāpes. Sāpes bieži rada dabas cenšanās dot dzīvību un spēku tām organisma daļām, kas bezdarbības dēļ ir kļuvušas par daļai kā nedzīvas. Šādu ilgi nelietotu muskuļu kustība radīs sāpes, tāpēc ka daba viņus modina dzīvībai.” (Liecības draudzei, 3. sēj., 78. lpp.)

“Vingrinājumi, kas noteikti ir tev par labu, jāsystematizē un jāpārnes uz novājinātiem orgāniem, lai tādā veidā tie kļūtu stiprāki.” (Liecības draudzei, 3. sēj., 76. lpp.)

Lietderīgs darbs

“Kad lietderīgs darbs ir apvienots ar mācīšanos, nav nepieciešamības pēc fiziskiem vingrinājumiem, un daudz vairāk priekšrocību sniedz darbs, kas norit svaigā gaisā, nekā kustības iekšējā telpā. Lauksaimniekam un mehāniķim ir katram savs fiziskais darbs, taču lauksaimnieks ir veselīgākais no šiem abiem, jo nekas cits, kā uzmundrinošs gaiss un saules gaisma, tik labi neapmierina ķermeņa vajadzības. Lauksaimnieks savā darbā veic visas tās kustības, kuras jebkad tiek veiktas sporta zālē. Viņa

¹ Lappušu numuri norādīti no oriģinālvalodas avota.

kustību zāle ir plašie lauki, debesu nojume ir tās griesti, pamatīgā zeme ir tās grīda.” (*Laika zīmes*, 1886. gada 26. augusts)

“Brāļi, atvēlot laiku dārza darbiem, tā nodarbinot visu ķermeni un uzturot to fiziski labā formā, jūs darāt tieši tikpat daudz Dieva darbu, kā vadot sapulces.” (*Evanģēlija kalpi*, 240. lpp.)

“Ja darbs tiek veikts, neieliekot tajā savu sirdi, tad tā ir vienkārši vergošana, un rezultāts, ko vajadzētu iegūt no kustībām, netiek sasniegts.” (*Veselības reformators*, 1873. gada 1. maijs)

Pasīvās kustības

“Kustību lietošana (ārstnieciskā fizikultūra²) ir ļoti laba tiem slimniekiem, kuri ir pārāk vāji, lai vingrotu. Tādēļ ir liela kļūda, ja visi slimnieki paļaujas uz to un padara sevi atkarīgus no šī ārstēšanās veida, bet paši nevingrina savus muskuļus.” (*Liecības draudzei*, 3. sēj., 76. lpp.)

“Daudzi, kas paļaujas uz ārstniecisko fizikultūru³, vienkārši nodarbinot paši savus muskuļus, panāktu vēl lielāku labumu.” (*Liecības draudzei*, 3. sēj., 78. lpp.)

Staigāšana

“Nav tāda vingrinājuma, kas varētu aizvietot staigāšanu. Tā stipri uzlabo asinsriti. [...] Staigāšana visos gadījumos, kad tā ir iespējama, ir labākās zāles saslimušam ķermenim, tāpēc ka šai vingrinājumā darbojas visi ķermeņa orgāni.” (*Liecības draudzei*, 3. sēj., 78. lpp.)

“Ja laika apstākļi to atļauj, tad visiem, kam tas iespējams, katru dienu vajadzētu pastaigāties svaigā gaisā kā vasarā, tā ziemā. Bet apģērbam jābūt piemērotam kustībām un kājām – labi aizsargātām. Pastaigāšanās, pat ziemā, dos veselībai vairāk labuma nekā visas zāles, kādas vien ārsts varētu izrakstīt. Tiem, kas var staigāt, staigāšana ir labāka par braukšanu. Tādā veidā muskuļiem un asinsvadiem tiek dota iespēja labāk veikt savus uzdevumus. Tad arvien vairāk palielināsies dzīvības spēki, kas veselībai tik ļoti nepieciešami. Plaušām būs tām nepieciešamais darbs; jo nav iespējams iziet ārā

spirdzinošā ziemas rīta gaisā, nepiepildot plaušas ar šo gaisu.” (*Liecības draudzei*, 2. sēj., 529. lpp.)

“Nav tādu kustību, kas ir labākas katrai ķermeņa daļai, kā staigāšana. Aktīva staigāšana svaigā gaisā sniegs sievietēm lielāku labumu, lai saglabātu viņu veselību, nekā jebkas cits. Staigāšana ir viens no efektīvākajiem līdzekļiem, lai slimais izvesēļotos. Tiek nodarbinātas plaukstas un rokas, kā arī kājas.” (*Veselības reformators*, 1872. gada 1. aprīlis)

Kad kustēties

“Fiziskās kustības veicina gremošanu. Pastaiga pēc ēšanas, taisna galvas stāvokļa ievērošana, plecu atvilkšana atpakaļ un mēreni vingrinājumi dos lielu labumu. Domas tiks atrautas no sevis pie dabas skaistuma. Jo mazāk pēc ēšanas tiek domāts par kuņģi, jo labāk.” (*Liecības draudzei*, 2. sēj., 530. lpp.)

“Kustības no rīta, pastaigājoties brīvā, uzmundrinošajā debesu gaisā vai arī audzējot puķes, mazus augļus un dārzeņus, ir nepieciešamas veselīgai asinsritei. Tas ir drošākais aizsargs pret saaukstēšanos, klepu, smadzeņu un plaušu pārslogojumu, aknu, nieru un plaušu iekaisumu un simptiem citu slimību.” (*Veselības reformators*, 1872. gada 1. maijs)

“Liela sieviešu daļa apmierinās ar sildīšanos pie krāsns un netīra gaisa elpošanu pusi vai trīs ceturtdaļas no sava laika, līdz viņu smadzenes ir pārkarsētas un pa pusei paralizētas. Viņām vajadzētu iet ārā un katru dienu fiziski kaut ko strādāt, pat ja mājās kas paliktu nedarīts. Tām nepieciešams vēss gaiss, kas nomierinātu satrauktās smadzenes.” (*Liecības draudzei*, 2. sēj., 531. lpp.)

“Tieši pēc pilnvērtīgas maltītes tev nevajadzētu nodoties studijām, ne ļoti smagam darbam; tā būtu organismu pārvaldošo likumu rupja pārkāpšana. Tieši pēc ēšanas nervi ir ļoti noslogoti. Smadzeņu spēkam ļoti rosigi jāpalīdz kuņģa darbā; tāpēc, ja pēc ēšanas smagi noslogo prātu vai miesu, tas traucē gremošanas procesa norisi. Organisma dzīvības spēki, kas ir vajadzīgi darbam vienā virzienā, tad tiek sadalīti, lai strādātu arī citur.” (*Liecības draudzei*, 2. sēj., 413. lpp.)

Ieguvumi no kustībām

“Katru dienu rosigi strādājot svaigā gaisā, arī aknas, nieres un

plaušas spēs labi veikt savu darbu.” (*Liecības draudzei*, 2. sēj., 533. lpp.)

“Ja slimnieki, kas to spēj, katru dienu iesaistītos vieglā, lietderīgā darbā svaigā gaisā, viņi aptvertu, ka fiziskās kustības ir viens no Dieva ieceltajiem līdzekļiem cilvēka labā.” (*Veselības reformators*, 1871. gada 1. jūnijs)

“Ja sludinātāji rīkotos gudrāk, pietiekami nodarbinot gan garu, gan miesu, tos tik viegli nepieņemtu slimības.” (*Evanģēlija kalpi*, 240. lpp.)

“Veselīgs, rosigis darbs ir tas, kas tev vajadzīgs. Tas atdzīvinās tavu garu.” (*Liecības draudzei*, 2. sēj., 413. lpp.)

“Arvien vairāk palielināsies dzīvības spēki, kas veselībai tik ļoti nepieciešami.” (*Liecības draudzei*, 2. sēj., 529. lpp.)

“Ja fiziskos vingrinājumus savienotu ar garīgo piepūli, tad asins riņķošana kļūtu dzīvāka, sirds strādātu spēcīgāk, nederīgās vielas tiktu izdalītas un katra ķermeņa daļa atspirtu jaunā dzīvē un spēkā.” (*Liecības draudzei*, 3. sēj., 490. lpp.)

“Saprātīgi fiziski vingrinājumi liks asinīm izplūst virspusē, tādā veidā atvieglojot iekšējos orgānus. Straujas un tomēr ne pārāk spēcīgas kustības svaigā gaisā līdz ar priecīgu prātu veicinās asinsriti, kas ādai piešķir veselīgu sātumu un locekļiem pievadīs ar svaigu gaisu atdzīvinātas asinis. Fiziski vingrinājumi palīdzēs arī tiem, kam slimis kuņģis. Ārsti bieži vien slimniekiem ieteic apmeklēt citas zemes, doties uz avotiem vai izbraukt jūrā, lai atkal kļūtu veseli; bet no desmit gadījumiem deviņos tie, ievērojot mērenību ēšanā un priecīgā garā nododoties veselībai atbilstošiem fiziskiem vingrinājumiem, kļūtu tikpat veseli bez laika un naudas izšķiešanas. Fiziski vingrinājumi un neierobežota, bagātīga svaiga gaisa un saules gaismas lietošana – to svētību lietošana, ko Debesis par velti dāvājušas visiem – atdotu šiem novājinātajiem slimniekiem dzīvību un spēku.” (*Liecības draudzei*, 2. sēj., 530., 531. lpp.)

“Lauksaimnieks, kurš visos savos ieradumos ir mērens, parasti bauda labu veselību. Viņa darbs ir patīkams, un viņa enerģiskās kustības veicina dziļas un spēcīgas ieelpas, kas paplašina viņa plaušas un attīra asinis, sūtot silto dzīvības straumi

² Šeit ar ārstniecisko fizikultūru jāsaprot, ka slimniekam tiek nodrošinātas pasīvās kustības – pacientu vingrina ārstniecības persona.

³ Skat. 2. atsauci!

caur viņa artērijām un vēnām. Students dienu pēc dienas sēž istabā, noliecies pār savu galdū, viņa krūtīs ir savilkta, plaušas saspīestas. Viņa smadzenes ir pārlieku nodarbinātas, kamēr viņa ķermenis ir neaktīvs. Viņš nevar veikt dziļas, spēcīgas ieelpas, viņa asinis plūst lēni, viņa pēdas ir aukstas, galva sakarsusi. Lai studenti regulāri veic kustības, kas viņiem liks dziļi un spēcīgi elpot, un viņi drīz izjutīs, ka tiem ir jauns dzīvības spars.” (*Laika zīmes*, 1886. gada 26. augusts)

Kustību trūkuma sekas

“Visa ķermeņa vai kādas tā daļas nevingrināšana izraisīs slimību.” (*Liecības draudzei*, 3. sēj., 76. lpp.)

“Veselīgais sātums no viņu vaigiem pazūd, uzņēmība pret slimībām pastiprinās, jo trūkst fizisko vingrinājumu, viņu ieradumi vispār ir pilnīgi nepareizi.” (*Liecības draudzei*, 3. sēj., 158. lpp.)

“Asinis nespēj organismu tīrīt ar tādu spēku, kāds tām būtu, ja asinsriti paātrinātu fiziska piepūle.” (*Liecības draudzei*, 2. sēj., 529. lpp.)

“Dažos gadījumos kustību trūkums izsauc iekšējo orgānu un muskuļu vājumu un saraušanos, un šie orgāni, kas kļuvuši vāji nelietošanas dēļ, vingrinājumos kļūst stiprāki.” (*Liecības draudzei*, 3. sēj., 78. lpp.)

“Ja muskuļus ik dienas mēreni vingrinās, tad tie kļūs stipri, bet nevingrināti tie paliks ļengani un vāji.” (*Liecības draudzei*, 2. sēj., 533. lpp.)

“Ja slimnieki grib izvesēties, tad viņiem nevajadzētu pārtraukt fiziskas nodarbes, jo tādā veidā samazināsies muskuļu spēks un palielināsies vispārējais vājums. Ar saites palīdzību padariet savu roku nekustīgu kaut vai dažas nedēļas un to nelietojiet, pēc tam to no saites atbrīvojiet, un jūs redzēsiet, ka tā ir vājāka par otru roku, kuru jūs visā šajā laikā esat mēreni nodarbinājuši. Tādu pašu iespaidu bezdarbība atstāj uz visu muskuļu sistēmu.” (*Liecības draudzei*, 2. sēj., 529. lpp.)

ADVENTISTU UN CITU VESELĪBAS APRŪPES SPECIĀLISTU VEIKTO PĒTĪJUMU ATZIŅAS:

1) Papildus fiziskajām priekšrocībām, ko sniedz fiziskās aktivitātes, tiek stiprināta arī mūsu garīgā veselība. Patiesībā kaut

kas tik vienkāršs kā ātra pastaiga katru dienu var pat palīdzēt novērst garīgo slimību, piemēram, demences un Alcheimera slimības, progresēšanu. (Wes Youngberg, MD, *Fighting Cognitive Decline and Alzheimers*. Vietnē <https://www.interamerica.org/2019/07/fighting-cognitive-decline-and-alzheimers/>)

2) Mūsu organismā ir divi stresa hormoni (kortizols un adrenalīns) un četri laimes hormoni (dopamīns, oksitocīns, serotonīns un endorfīni). Regulāras fiziskās aktivitātes līdzsvaro šos hormonus, kas palīdz mazināt depresijas un trauksmes simptomus. (*Working out boosts brain health*, American Psychological Association. Vietnē <https://www.apa.org/topics/exercise-fitness/stress>)

3) Uzmundrinājums, ko izjūtat pēc skriešanas, soļošanas vai jebkuras citas fiziskās aktivitātes, kad tiek iztērēts ievērojams enerģijas daudzums, rodas no tā, ka ķermenī izdalās šie laimes hormoni. Papildus garastāvokļa uzlabošanai šis efekts veicina arī labāku miegu un mazina iekaisuma procesus organismā.

(*Interactions between sleep, stress, and metabolism: From physiological to pathological conditions*, NIH National Library of Medicine. Vietnē <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4688585/>)

4) Saskaņā ar Dr. Deivida Derosa (*David DeRose*) teikto gadiem ilgi veiktie pētījumi liecina, ka pastāvīga fiziskā slodze veicina kognitīvo funkciju saglabāšanu vecumdienās. Tas lielā mērā ir saistīts ar faktu, ka fiziskās aktivitātes stiprina mūsu sirds un asinsvadu sistēmu un uzlabo asinsriti, kas nes svētību visām ķermeņa sistēmām. (David DeRose, MD, “*The Methuselah Factor*,” *explaining how increasing blood flow and microcirculation increases longevity and vitality*. Vietnē <https://www.youtube.com/watch?v=MV7PiQoXKyQ>)

5) Mērena fiziskā slodze palielina antivielu veidošanos, uzlabo T-limfocītu funkciju gados vecākiem cilvēkiem un palēnina imunitātes novecošanos. Tas nozīmē, ka, veicot mērenu fizisko slodzi, pat gados vecāki cilvēki var iegūt lielāku izturību pret vīrusu infekcijām. (Wong C.M., et al, *Is exercise protective against influenza-*

associated mortality? PLoS ONE, 3(5):e2108, 2008)

6) Cilvēkiem bieži pēc insulta ir kognitīvo funkciju traucējumi. Tikai sešus mēnešus ilgas regulāras aerobikas nodarbības un spēka treniņi var uzlabot atmiņas, valodas, domāšanas un spriešanas problēmas gandrīz par 50 %. (Heart and Stroke Foundation of Canada. *Exercise improves memory, thinking after stroke, study finds*. ScienceDaily, 1 October 2012. Vietnē www.sciencedaily.com/releases/2012/10/121001084126.html)

7) Pētījumi apliecina, ka smadzeņu iekaisums ir viens no depresijas cēloņiem. Savukārt mērena fiziskā slodze palīdz mazināt iekaisumu smadzenēs, kas tiek saistīts ar depresiju. (Paolucci, Emily & Loukov, Dessi & Bowdish, Dawn & Heisz, Jennifer. (2018). *Exercise reduces depression and inflammation but intensity matters*. Biological Psychology. 133. 10.1016/j.biopsycho.2018.01.015)

8) Tehniskās Universitātes Pedagoģijas koledžas pētnieki atklāja, ka 10 minūšu staigāšana pa kāpnēm augšup un lejup vienmērīgā tempā uzmundrina vairāk nekā 50 miligramu kofeīna uzņemšana (aptuveni tik daudz kofeīna ir daudzās limonādes bundžinās). (Derek D. Randolph, Patrick J. O'Connor. *Stair walking is more energizing than low-dose caffeine in sleep-deprived young women*. Physiology & Behavior, 2017; DOI: 10.1016/j.physbeh.2017.03.013)

Veselības kalpošanas nodaļa cer, ka Dievs caur Savu Vārdu un zinātnisko pētījumu atziņām ir spējīgs jūs iedvesmot dzīvot dzīvi mazliet aktīvāk vai, tieši pretēji, līdzsvarot fiziskās aktivitātes ikdienā.

Kopā vienmēr ir vieglāk, tāpēc šogad martā kopīgi lūgsim Dieva spēku un sniegsim cits citam palīdzīgu roku, lai kopā ar fizioterapeitu un fitnesa treneru komandu kustības padarītu par tavu ikdienas prieku. Kad pieteiksies, rakstot lēvai 29283680, savā telefonā varēsi saņemt rīta vingrošanas video (10–15 min.), mērenas intensitātes treniņa video (3x nedēļā) un citus veselīga dzīvesveida ieteikumus.

LDS Veselības kalpošanas nodaļa



Elena Vaita

JAUNIE SABATA TURĒTĀJI

1857. gada 22. augustā Monterejas lūgšanu namā Mičiganā man rādīja, ka daudzi vēl nav dzirdējuši Jēzus balsi, viņu dvēsele nav pieņēmusi glābjošo vēsti un dzīvē nav notikusi pārmaiņa. Daudziem jauniešiem nav Jēzus Gara. Viņu sirdī nav Dieva mīlestības. Tāpēc uzvar miesīgās tieksmes, nevis Dieva Gars un pestīšana. [...] Viņu dzīve tos notiesā. Viņi zina, ka nedzīvo kā kristieši, tāpēc neuzticas Dievam un draudzei.

Kāpēc jaunie jūtas daudz brīvāk, kad vecākie nav klāt? Tāpēc, ka viņi ir kopā ar līdzīgiem. Katrs domā, ka viņš ir tikpat labs kā otrs. Visiem trūkst parauga. Viņi sevi mēro un salīdzina ar sevi un cits ar citu, un neievēro vienīgo, pilnīgo un patieso Paraugu. Jēzus ir patiesais Paraugs. Viņa pašuzpurēšanās dzīve ir mūsu Piemērs.

Es redzēju, cik maz mēs mācāmies no šī Parauga, cik maz Viņu paaugstinām. Cik ļoti jaunie negrib ciest un atteikties no kaut kā reliģijas dēļ! Par upurēšanu viņi gandrīz nemaz nedomā. Šai ziņā viņi Paraugu gandrīz nemaz neatdarina. Es redzēju, ka viņu dzīves valoda bija: paša “es” jāapmierina, lepnumam jāizdabā. Viņi aizmirst bēdu Viru, kurš pazina ciešanas. Tos neaizkustina Jēzus ciešanas Ģetsemanē, Viņa asins sviedru lielās lāses dārzā, no ērkšķiem vītais vainags, kas ievainoja Viņa svēto pieri. Viņi ir sastinguši. Viņu jūtas ir notrulinātas, un tie vairs neizprot viņu dēļ pienesto lielo upuri. Viņi var sēdēt un klausīties krusta stāstu, dzirdēt, cik nežēlīgi naglas tika dzītas caur Dieva Dēla kājām un rokām, un tas neaizkustina dvēseles dziļumus.

Enģelis teica: “Ja tādus ievestu Dieva pilsētā un stāstītu, ka visas tās bagātības, skaistums un godība ir priekš viņiem, lai priecātos mūžīgi, viņi neaptvertu, cik dārgi pirkti šīs mantojums. Viņi nekad nesaprastu nesalīdzināmos Pestītāja mīlestības dziļumus. Viņi nav dzēruši no bīķera, nav kristīti ar kristību. Viņi ar savu klātbūtni būtu traucējums Debesīs. Vienīgi tie, kas ir baudījuši no Dieva Dēla ciešanām, gājuši caur lielām bēdām, mazgājuši savas drēbes un balinājuši tās Jēra asinīs, varēs priecāties par neapaprakstāmo godību un nepārspējamo Debesu skaistumu.”

Šis nepieciešamās sagatavošanās trūkums izslēgs lielāko jauno apliecinātāju daļu, jo viņi negrib

nopietni un dedzīgi pūlēties, lai iegūtu mieru, kas atstāts Dieva tautai. Viņi godīgi neatzīst savus grēkus, lai tos varētu piedot un izdzēst. Šie grēki īsā laikā atkārtosies visā briesmīgumā. Dieva acs nesnauž. Viņš zina katru grēku, kas mirstīgām acīm apslēpts. Vainīgais zina, kādi grēki jāatzīst, lai viņa dvēsele būtu tīra Dieva priekšā. Tagad Jēzus viņiem dod izdevību nožēlot, dziļā pazemībā atgriezties un šķīstīt savu dzīvi, paklausot un dzīvojot saskaņā ar patiesību. Tagad ir laiks izlabot nepareizības un nožēlot grēkus, vai arī šie grēki Dieva dusmu dienā nostāsies grēcinieka priekšā.

[...] Es redzēju, ka jaunieši apliecinā, bet neizjūt Dieva pestījošo spēku. [...] Es redzēju, ka tad, ja jauniešos nenotiks pilnīga pārmaiņa un pilnīga atgriešanās, viņi var zaudēt Debesis. Man rādīja, ka ne vairāk kā puse no jauniešiem, kuri atzīst reliģiju un patiesību, ir patiesi atgriezušies. Ja viņi būtu patiesi atgriezušies, viņi nestu augļus Dievam par godu.

Daudzi balstās uz iedomātu cerību bez patiesa pamata. Avots nav tīrīts, tāpēc straumes, kas iztek no tā, nav tīras. Iztīri avotu, un straumes būs tīras! Ja sirds ir taisna, jūsu vārdi, drēbes, darbi – viss būs pareizs. Trūkst patiesas dievbijības. Es negribu apkaunot savu Kungu, piekūrtot, ka bezrūpīga persona, kas nelūdz un niekojas, ir kristietis. Nē, kristietis uzvar savas tieksmes, kas sevišķi apstāj, kā arī savas kaislības. Grēka slimai dvēselei ir zāles. Šīs zāles ir Jēzus, dārgais Pestītājs! Viņa žēlastība ir pietiekama visvājākajam. Bet arī visstiprākajam ir vajadzīga Viņa žēlastība, vai arī viņš ies bojā.

Es redzēju, kā šo žēlastību var iegūt. Ej savā kambarī un tur viens pats neatlaidīgi lūdz Dievu: “Radi manī šķīstu sirdi, ak, Dievs, un atjauno manī patiesīgu garu.” Esiet nopietni, sirsnīgi un patiesi! Dedzīga lūgšana iespēj daudz. [...]

Dievs aizliedz man mitēties jūs brīdināt. Jaunie draugi, meklējiet Kungu no visas savas sirds! Nāciet dedzīgi un nopietni! [...] Gaidot pestīšanu, jums jālūdz. Ņemiet priekš tam laiku.

Lūgšanās neesiet steidzīgi un bezrūpīgi. Izlūdzieties no Dieva sevī pilnīgu pārmaiņu, lai jūsos varētu mājot Gara augļi un jūs būtu pasaulē kā gaisma. [...]

Es redzēju, ka katrs kristieša priekštiesība ir izjust Dieva Gara dziļo ietekmi. Salds Debesu miers pildīs dvēseli, un jūs mīlēsiet pārdomas par Dievu un Debesīm. Jūs priecāsit par brīnišķīgajiem un godības pilnajiem Viņa vārda apsolījumiem. Bet vispirms atzīstiet, ka esat tikai iesākuši kristieša ceļa virzienu. Atzīstiet, ka tie ir tikai pirmie soļi mūžīgās dzīvības ceļā. Nepievīlieties! Es baidos, tiešām, es zinu, ka daudzi no jums nesaprot, kas ir reliģija. Jūs esat jutuši kādu uzbudinājumu, kādas emocijas, bet nekad neesat saskatījuši grēku tā briesmīgumā. Jūs nekad neesat izjutuši savu pazudušo stāvokli un ar rūgtām sāpēm neesat nogriezušies no saviem ļaunajiem ceļiem. Jūs nekad neesat miruši pasaulei. Jūs vēl tagad mīlat tās priekus; jums patīk sarunāties par pasaulīgām lietām. Bet, kad iesāk runāt par Dieva patiesību, jums nekā nav ko sacīt. Kāpēc tad kļūstat tik klusi? Kāpēc esat tik runīgi par pasaulīgām lietām? Un kāpēc tik klusi par tematiem, kam visvairāk vajadzētu jūs interesēt, par jautājumiem, kam jāpiepilda visa jūsu dvēsele? Dieva patiesība nemājo jūsos.

Es redzēju, ka daudzi ir nevainojami savā apliecībā, kamēr iekšiene ir samaitāta. Nepiekrāpiet sevi, nepatiesie apliecinātāji! Dievs uzlūko sirdi. “No sirds pilnības mute runā.” Es redzēju, ka tādu sirdi ir pasaule, bet Jēzus reliģijas tur nav. Ja kristieši Jēzu mīl vairāk nekā pasauli, viņi labprāt runās par Viņu, savu labāko Draugu, kam pieder visas viņu labākās jūtas. Viņš nāca tiem palīgā, kad viņi sajuta savu pazudušo stāvokli, ka ir padoti bojāejai. Grēka nospiesti un nomocīti, tie griežas pie Viņa, un Viņš atņēma to vainas un grēka nastu, atņēma to bēdas un skumjas un mainīja visu viņu jūtu plūdumu. Lietas, ko viņi reiz mīlēja, tie tagad ienīst, un lietas, ko viņi reiz ienīda, tie tagad mīl.

(E. Vaita. “Liecības draudzei”
1. sēj., 154.–160. lpp.)

“ES JŪS NESĪŠU UN JŪS IZGLĀBŠU”

“Arī līdz jūsu vecuma dienām Es palikšu tas pats, Es jūs nesīšu, kamēr jūs paliksiet sirmi. To es darīju līdz šim, un arī turpmāk Es to jums darīšu, Es jūs nesīšu un jūs izglābsu.”

(Jesajas 46:4)

1949. gada 25. martā divām mazām meitenītēm bija dzimšanas diena – Skaidrītei palika 11, bet Aina 10 gadi. No rīta pamodušās, viņas vēl nezināja, ka jau vakarā sēdēs deportācijas vagonos.

Toreiz viņas vēl nebija pazīstamas. Gāja dzīves gadi. Atgriezušās no Sibīrijas, viņas mācījās medicīnu un veltīja savu darbu mūžu, ārstējot un izrādot žēlsirdību citiem.

Jau pusmūžā esot, Aina un Skaidrīte satikās Madonas draudzē, jo katru savā veidā dzīves laikā viņas bija uzrunājuši Dieva klusā Balss un ielikusi ticību dziļi sirdī. Viņš bija sargājis un vadījis.

Lūdzām Ainu un Skaidrīti dalīties atmiņās ar “Adventes Vēstu” lasītājiem.

AINAS DREIMANES STĀSTS (DZ. 25.03.1939.)

Stāvot uz 85 gadu sliekšņa un atskatoties uz dzīvi caur Lielās cīņas prizmu, viss, kas notika manā bērnības ģimenē, bija ļoti likumsakarīgi, tai skaitā deportācija, jo Dieva Vārda dēļ būsiet vajāti.

Man Tas Kungs nebija tālu jāmeklē. Viņš jau bija parūpējies vēl pirms manas ienākšanas pasaulē. Rakstūtais Vārds jau bija mūsmājās. Tēva un vecmāmiņas nesen uzceltajā lauku mājā “Saknītēs” toreizējā Madonas novada Meirānu pagastā (tagad Ošupes), lielajā istabā bija liels oša galds, un uz tā – liela grāmata. Tiešām, tā bija grandiozi liela, iespējams, paša pirmā izdevuma Bībele. Lappuses vairākās ailēs (slejās). Tā nāca no tēva māsas, kura dzīvoja Virānē. Šī Bībele kādreiz tikusi lasīta vietējā brāļu draudzē. Tā bija novietota uz galda un pamanāma ikvienam viesim. Ne katrā mājā tā bija.

Pateicība Dievam, ka šī grāmata tika arī lasīta. Parasti pusdienlaikā vecmamma piesēdās pie galda, atvēra

Bībeli un lasīja svinīgi skaļā balsī. Es novietojos zem galda – tā bija mana vieta –, piespiedos cieši pie viņas basajām kājām un cītīgi klausījos. No dzirdētā bieži nācās raudāt, sevišķi, klausoties par Vecās Derības kariem. Asaras lija uz lasītājas basajām kājām, tad viņa pastūma mani tālāk. Lai mazinātu savu vainu, vilkos viņai tuvāk klāt, kā mācēdama, tīrīju ar rokām, jā, arī ar saviem matiem susināju šīs mīlās kājiņas.

Vēl šinī lielajā istabā man bija mīla vietīņa aizkrāsnē pie sarkaniem ķieģeļiem darinātā skursteņa. Piespiežoties pie tā, bija dzirdama vēja šalkoņa. Tur es noklausījos arī pieaugušo cilvēku nopietnās sarunas. Tās nebija iepriecinošas. Parasti par kariem un citām nelaimēm. Rudens vakaros aizkrāsnē bija mīlīgs siltums un ielīkmojoši spēlēja circeņi. Dažreiz tiem piebalsoja mājas runcis, maļot savas dzirnaviņas. Šī māja – manas “saknītes” – bija ligzdīņa skarbajos vējos. Vēl man bija mežs “Ektari”, kur klausījies dižkoku un arī krūmāju melanholiskās simfonijas varenā vēja iedvesmā. Diži koki, no kuriem skanēja atbalsis, saulē krita lielas ēnas. Nosaukums “Ektari”, jo mežiņš ir bijis vienu hektāru liels.

Pārejot atpakaļ pie mana stāsta, jāsaka, ka mēs neslēpāmies. Bija arī satikšanās ar tā laika Ponciju Pilātu. 1949. gada 25. marts bija manas dzimšanas dienas pievakare. Es biju savā aizkrāsnē. Ieradās aizvedēji. Pirmā sarosījās vecmamma. Viņa atrada fotoalbumu un sāka rādīt sava mazdēla atstātas fotogrāfijas. Viņai bija divi ievērtības cienīgi mazdēli. Vecākais Alfrēds Sprincis pirms kara dienēja un bija tērpts Latvijas armijas formas tērpā ar lielo mežragu. Tad viņa parādīja arī sava otrā mazdēla bildi, kurš tolaik dzīvoja Kijevā un bija dienējis Sarkanajā armijā. Ar to arī šis vakars beidzās, mūs atstāja neizvestus. Vienīgi bēdīgi tas beidzās šim mazdēlam Mišinam, jo viņš zaudēja dzīvību mūsu dēļ Latvijā, bet tas notika jau pēc mūsu izvešanas. Protams, tas ir ļoti žēl, un man ir sāpīgi visu mūžu.

Iepriekšējās dienas vedēji ģimeni neaiztīka. Mēs abas – Aina un Elza –

nākamajā rītā devāmies uz skolu. Pa to laiku pēc vecākiem atbrauca citi vedēji. Arī uz skolu atbrauca vedēji pakaļ mums abām. Kad nonācām pie pagastmājas, mūs ar masu no skolas atveda pie vecākiem no mājām. Tur pie pagastmājas redzējām trīs vīrus, un viens no tiem bija militārā formā. Mans tēvs stingrā solī devās pie tiem. Es viņam līdzī. Uz tēva jautājumu varas vīrs izvilkā no mapes lapiņu un saka – tavi dēli leģionā. Tēvs saka: man nav dēlu, vienīgi divas mazas meitas, norādot uz mani un masu. Tad notika Dieva brīnums. Šis varas vīrs ar blikšķi sasita kopā sarkanos apsūdzības raksta vākus un skaļi pasludināja šos kādreiz jau pasacītos vārdus: “Es nekādu vainu pie šī cilvēka neatrodu! Pazūdiet kokos!” Bet mēs “nepazudām kokos”, tas ir mežā, bet gan vientiesīgi devāmies uz savām mājām “Saknītēm”, kur pavisam netālu no tām mūs atkal satvēra otrreiz, ievietoja kravas automašīnā un aizveda uz Gulbenes staciju. Ilgi negaidot vagonā, mūs – mammu, tēti, masu un mani – aizveda uz Sibīriju, uz Omskas apgabalu. Visi atgriezāmies 1957. gadā. Manas bērnības Lielā grāmata ar tās lasītāju – manu vecmammu – palika “Saknītēs”. Vairs tās savā dzīvē es nesastāpu.

Mīlais Svētais Gars ir neatlaidīgs, Viņš rūpējas spēcīgi par visiem grūtdieniem. Šo otro Bībeli, kas ir redzama attēlā, es iemantoju pa otro līniju no savas vecmāmiņas, kura dzīvoja Saikavā. Tas notika pat vēl



pirms 1990. gada 4. maija. Tā es šo Bibli satvēru, kad otrā radiniece man to pasvieda, tīrot dzimtas skapja plauktus. To piespiedu sev klāt. Lai slavēts Kungs Jēzus Kristus! To es turēju sev cieši klāt arī izšķirošajā brīdī 4. maijā, kad notika valdības sēde. Es lūdzu Dievu par Latvijas neatkarību.

*Aina Marija Dreimane
(dz. Sprince) no "Saknītēm"*

SKAIDRĪTES BŪMEISTERES STĀSTS (DZ. 25.03.1938.)

Mana bērnība līdz 11 gadu vecumam tika pavadīta Tukuma pusē, kur dzīvojām kopā ar mammu un vectēvu savā lauku mājā. Turpat bija arī skola, kur mācījos. Pēc skolas labprāt palīdzēju dažādos darbos gan mammai, gan vectēvam. Mūsu ģimene nebija ticīga, par Dievu neatceros, ka būtu kaut ko dzirdējusi runājam savā ģimenē.

1949. gada 25. martā, izsūtīšanas dienā, man palika 11 gadi. Mamma tajā dienā nebija mājās, jo bija aizbraukusi uz Rīgu sapirkt drēbes. Ieradās pie mums vairāki vīri, pavēlēja sagatavoties prombraukšanai. Mēs ar vectēvu, ko nu sapratām, kas būtu nepieciešams līdzņemšanai, salikām vienā maisā. Vēcaistēvs bija vājš un vecs, tāpēc es jau toreiz sapratu, ka man ir jābūt stiprai.

Tā nu mūs divatā ar vectēvu tajā vakarā aizveda no mūsu mājām, un nākošajā rītā, kad mēs vēl bijām Tukumā, atbrauca arī mamma, meklēja mūs un lūdza, lai arī viņu

ņem līdzi, taču viņu vairs iekšā nelaida. Māte palika Latvijā, un mēs tikām aizvesti. Mammu es satiku jau pēc tam, kad pieaugusi atkal atgriezos Latvijā pēc kādiem 7–8 gadiem.

Mūs aizveda uz Tomsu, kur iesākumā ar vectēvu dzīvojām kādā mājā, kurā vēl dzīvoja ģimenes. Taču ilgi es tur nebiju, jo vēcāistēvs, neizturot pārdzīvojumus un lielās pārmaiņas, izvēlējās pats izbeigt savu dzīvi pakaroties. Tā nu mani aizsūtīja uz bērnunamu, kur visus savus Sibīrijas gadus arī pavadīju. Manās atmiņās palicis, ka tas bija laiks, kuru pavadīju gan svešumā, taču ar daudziem bērniem, kuru liktenis bija ļoti līdzīgs manam. Kopā dzīvojām aptuveni 50 bērni. Taču atmiņas man par šo laiku nav tik bēdīgas, jo kā bērns, iespējams, īsti nesapratu, kāpēc esmu tur, kur esmu, tāpēc diezgan viegli pieņēmu savu situāciju. Man apkārt visu laiku bija dzīvība, ar bērniem kopā spēlējām dažādas spēles, bija arī jāstrādā un jāpalīdz bērnunama darbiniekiem. Bērnunama vadītāja bija ļoti jauka un saprotoša, izrādīja līdzcietību un mīlestību. Es biju viņai ļoti pieķērusies. Viņai pašai arī bija bērni, varbūt tāpēc jutās viņas saprasta un mīlēta.

Kad jau drīkstēja atgriezties Latvijā, mamma mani uzmeklēja un uzrakstīja ziņojumu, ar kura apstiprinājumu es drīkstēju atgriezties. Tad vēl biju bērnunama paspārnē, kaut jau biju vidusskolniece. Tā nu ar bērnunama vadītājas palīdzību un gādību, lai nonāku pareizajā vilcienā, es devos ceļā atpakaļ uz Latviju.

Tā kā mūsu mājas Tukuma pusē bija zaudētas, mamma bija sagādājusi

mājas Madonā, kur arī es nonācu pēc atgriešanās Latvijā. Atkalredzēšanās ar mammu bija ļoti patīkama un emocijām piepildīta. Biju laimīga, ka esmu atguvusi atkal sev mīļus cilvēkus.

Atgriezusies es latviski nerunāju. Visa kontaktēšanās ar mammu un tanti, kura arī dzīvoja pie mamma, notika krievu valodā. Taču ar laiku, jau esot Latvijā un mācoties skolā, pamazām sāku runāt latviski.

Tālāk mans ceļš turpinājās Rīgā, jo tur iestājos augstskolā un apguvu medicīnas māsiņas profesiju. Šajā profesijā arī nostrādāju visu savu mūžu gan Rīgā, gan Daugavpilī, gan Madonā.

Mana atgriešanās pie Dieva notika vēlākā vecumā, kad jau bija pašai izveidota ģimene un bērni jau pieauguši. Dzīvojot un strādājot Daugavpilī, darba kolēģe ārste (SDA draudzes locekle) man sāka stāstīt par Dievu un iepazīstināja ar ticības ceļu. Tā kā šī ārste bija man kā autoritāte, es izlēmu aiziet uz semināriem, uz kuriem šī ārste mani aicināja. Pēc semināru cikliem nolēmu kristīties. Es sapratu, ka tas ir pareizi, un vēlējos nostāties uz patiesības ceļa un sekot Dievam. Man nebija šaubu, ka šis ir dzīvības ceļš, un ar patiesi nodevušos sirdi es sekoju Jēzum. Man ļoti patika stāstīt par savu ticību un liecināt cilvēkiem gan autobusos, braucot uz darbu, gan visur citur. Arī darbavietā, kur strādāju par medmāsu, centos darba dienas sakārtot, lai nebūtu jāpārkāpj sabats. Attiecībā ar vīru bija dažādi izaicinājumi, jo vīrs nepieņēma manu ticību, taču es neatkāpos un turpināju iesāktu ceļu.

Šodien, kad esmu pārkāpusi 80 gadu sliekšnim, atskatoties uz visu piedzīvoto un pārdzīvoto, redzu, ka Dievs nekad nav atkāpies no manis, bet nesis uz Saviem spārniem un, kad bijis vajadzīgs, arī zem tiem paslēpis. Esmu ļoti pateicīga par savu nodzīvoto mūžu un pateicīga, ka šodien spēju ieraudzīt Dieva vadību arī tajos laikos, kad Viņu nemeklēju un nepazīnu. Šodien savā vecumā nespēkā un veselības vājumā tomēr neatkāpos, lai katru dienu atkal un atkal uzticētu Viņam. Es ticu, ka Viņa spēks ir varens arī manā vecumā nespēkā.

Pierakstīja Agnese Višņevska



Skaidrīte kopā ar Bērziņu ģimeni un Hommiku ģimeni

MISIJA INDIJĀ.

2024. GADA ZIEMA

2024. gada janvāra otrajā pusē un februāra sākumā vairāki mūsu draudzes, un ne tikai mūsu draudzes, misionāri devās uz Indiju, lai uzticīgi pildot Kristus lielo pavēli, turpinātu nest Dieva mīlestības vēsti cilvēkiem šai ģeogrāfiski tālajā, bet jau daudzus gadus sirāj tik tuvajā zemē. Piedāvājam jums vairākas liecības, kuras sniegs ieskatu misionāru skaistajā, bet nebūt ne vieglajā kalpošanā.

Vineta Krauliņa:

Esmu to jau daudzkārt teikusi, un tā ir patiesība, ka, esot Indijā, jutos laimīga 24/7 vai, izsakoties precīzāk, laimes sajūta mani nepamet ne mirkli! Kāpēc? Tam ir daudz iemeslu, bet galvenais ir apziņa, ka esmu šeit, lai glābtu dvēseles un visādos veidos tās vestu tuvāk Dieva valstībai.

Šogad mums bija arī brīnišķīga komanda: septiņi braucēji no Latvijas un četri no Anglijas. No Latvijas brauca Jana Jansone un Oskars Imaks, kuri Misijas skolas braucienā uz Indiju devās arī pagājušajā gadā, un divi Dāvji – Dāvis Krivads, kurš nesen tika kristīts un ienāca draudzē, un Dāvis Damburs, kurš ir luterāņu draudzes loceklis, bet izvēlējās pievienoties mums šajā misijas braucienā. Tad kā liels pārsteigums visiem nāca Šarlote, kura pēkšņi mūs sameklēja, par kuru neviens

neko nezināja un kura pati nopirka lidojuma biļetes uz visiem reisiem. Tā nu mēs viņu pirmo reizi ieraudzījām jau Indijā, Haiderabadas lidostā. Haiderabadā mums pievienojās arī Ilmārs Trucis (Alberta Truča tētis).

No Londonas brauca četri cilvēki: Māris Krauliņš (Indijas bērnu projekta vadītājs), mums Latvijā jau labi pazīstamais evaņģēlists Džons Bišops (*John Bishop*) un vēl pāris no Māra Londonas Internacionālās filipīniešu draudzes – Meja un Dans, kuri abi bija Latvijā pagājušajā vasarā kā GYC dalībnieki.

Jāsaka, ka mūsu ceļojums sākās ne tā, kā parasti, jo vispirms pieci no mums, kuriem biļetes bija nopirktas laicīgi, kopā lidoja uz Londonu, kur Māris mūs sagaidīja lidostā. Tad varējām viņa mājās kopā ieturēt sabata svētku vakariņas, bet nākošajā rītā visi kopā devāmies uz sabata dievkalpojumu. Pēcpusdienā bija

iespēja apskatīt Londonas vēsturiskās vietas, tas bija sava veida bonusu šiem, kurus priekšā gaidīja Indijas kultūršoks. Svētdien pēc kopīgām brokastīm jau visi kopā devāmies uz lidostu. Šīs dažas Londonā kopā pavadītās dienas mums neapšaubāmi palīdzēja labāk iepazīt citam citu un arī sadraudzēties.

Jāsaka, ka šis lidojums pilnībā atšķīrās no visiem pārējiem. Ja parasti, jau iekāpjot lidmašīnā, mani pārņēma priecīgā sajūta, ka esmu Indijas vidē un kultūrā, jo visapkārt redzēju Indijas sari tērptās sievietes ar vīriem un bērniem, tad šoreiz lidojuma atmosfēra bija pilnīgi citāda, jo, meklējot pēc iespējas lētākas biļetes, mēs lidojām ar arābu aviokompāniju, un es domāju, ka lielākā daļa pasažieru, ar dažiem izņēmumiem, bija musulmaņi. Indijas krāsaino sari vietā šeit bija sievietes, kas tērpušās savos tradicionālajos



Indijā sievietes vēl joprojām daudz ko pārnēsā uz galvas.



Top mūsu pusdienas.



Anuša, kura mācās par ārsti un ir jau otrajā kursā

melnajos tērpos. Turpretim musulmaņu vīrieši lidojuma laikā nemītīgi izmantoja tualetes, lai veiktu rituālo apmazgāšanos, tad ietērpa sevi speciālos baltos tērpos (līdzīgos kimono), jo viņi bija ceļā uz īpašu Allāha pielūgsmes vietu. Ļoti interesanti bija tas, ka lidmašīnas aizmugurē atradās speciāla, ar aizkariem norobežota vieta (kā maza istabiņa), kur pasažieri devās pielūgt Allāhu. Brīžiem šie aizkari tika aizvērti, bet brīžiem tie bija vaļā, un ikviens garāmejojot to visu varēja novērot. Es pateicos Dievam, kad nonācām mūsu lidojuma galapunktā Haiderabadā un mūsu Indijas misija varēja sākties!

Tā kā kopā bijām vienpadsmit cilvēki, Māris mūs sadalīja pa divi uz piecām dažādām evaņģelizācijas vietām (ciemiem). Es kopā ar Meju biju nozīmēta kalpot Banāpuramas ciematā. Biju ļoti priecīga sajūst, ka man izveidojas ciešs un silts kontakts ar vietējiem iedzīvotājiem un vairākām ģimenēm. Tā kā Meja

Indijas elki ir šausminoši!



Renukas bērni Anuša un Arvinds pie savas mājas

savā draudzē ir CM vadītāja, tad viņa prata lieliski iesaistīt bērnus un pieaugušos, mācot bērniem dziesmiņas ar pavadošām kustībām. Tā bija ļoti īpaša nedēļa mums katram, kad katrs vakars sākās ar mazgāšanos aukstajā dušā (spainis ar ūdeni un ķipītis, ar ko aplieties!), tad tērpsanos indiešu tērpos, un jau tumsā kāpām īrētājās mašīnās, lai dotos katrs uz saviem attālajiem ciematiem!

Ļoti īpašs notikums bija kristību diena, kad septiņpadsmit dārgas dvēseles pievienojās Dieva ģimenei. Neapšaubāmi, Dieva Gars ļoti tuvē veidā darbojās pie katra misionāra, un tā Šarlotes sirdī radās vēlēšanās pilnībā atdot savu sirdi Jēzum tieši Indijā. Viņa tika kristīta Nuzvidas baznīcas baseinā mūsu ceļojuma noslēgumā.

Neizmērojams prieks bija satikt mūsu Indijas bērnu projekta skolēnus un studentus! Ramadevi ir tik ļoti izaugusi un kā vienmēr smaidoša, balto zobu rinda zib vien, kad viņa

Mūsu dušas telpa.



Evaņģelizācijas sanāksme Banāpuramas ciematā

smaida. Prieks bija satikt Greisiju. Prieks par to, ka viņas vecāki vēl joprojām ir kopā (tētīm bija grūta cīņa ar alkohola atkarību). Prieks, ka Revati pēc nesenās tēta nāves tomēr bija smaidoša un ļoti izpalīdzīga, kā vienmēr. Prieks, ka Arvinds turpina čakli mācīties. Kad gājām apmeklējumos, lai apciemotu mūsu skolēnu ģimenes un nonācām arī Arvinda mājās, man acīs saskrēja asaras un kaklā iestrēga tāds kamols, ka nevarēju saņemties, lai izteiktu kopīgu lūgšanu. Tik labi pazīstu šo ģimeni! Atmiņas, atmiņas! Arvinda mamma Renuka apkrita man ap kaklu tajā pirmajā mana Indijas brauciena reizē un gauži, gauži raudāja, jo viņas mīlotais vīrs bija pirms diviem mēnešiem miris un brūce viņas sirdī vēl bija tik svaiga un asiņojoša. Renukas bēdu un izmisuma dēļ toreiz paņēmām Arvindu mūsu projektā. Ar ADRAS ziedotāju palīdzību Arvinds turpina cītīgi mācīties un ir izaudzis par ļoti garu, slaidu jaunieci. Arvinda vecākā

Mūsu gulšasvietas ārā uz terases.



māsa Anuša izceļas ar savu nopietno attieksmi pret pienākumiem, viņai vienmēr ir bijušas izcilas sekmes mācībās, un viņa ir bijusi kā ledlauzis, kas pamazām izlauz sev ceļu uz priekšu. Nu ar mūsu finansiālo atbalstu viņa jau ir pabeigusi pirmo kursu medicīnas ārsta bakalaura programmā. Pirms dažiem gadiem mamma Renuka bija mēģinājusi izdarīt pašnāvību, jo viņai trūka līdzekļu bērnu uzturēšanai, bet nu es te stāvēju un redzēju savām acīm Dieva varenos darbus. Viņš patiesi ir atraitņi un bāriņi Aizstāvis!

Dievs ir paveicis tik daudz brīnumainu pārvērtību šo un vēl citu bērnu un viņu ģimeņu dzīvē! Tas ir noticis arī ar jūsu, dārgo sponsoru, palīdzību! Bez jūsu atbalsta tas nebūtu iespējams! Prieks, ka, saliekot pūles kopā, varam nest Dieva mīlestības gaismu arī tālajā Indijā! (Vairāk par mūsu Indijas bērniem un viņu studijām centīsimies jums pastāstīt AV aprīļa numurā.)

Jana Jansone:

Esmu neizsakāmi pateicīga par iespēju šogad doties uz Indiju! Biju pārliecināta, ka nebūs iespējas turp aizbraukt finansiālu apstākļu dēļ, bet lūdzu, lai Dievs sagādā ceļu, ja Viņam mani tur vajag, un Viņš sagādāja.

Šis gads bija citādāks nekā iepriekšējais, jo braucu pie "savējiem". Ir svarīgi braukt atkārtoti, jo cilvēki gaida, pieķeras, līdzdala un uztic vairāk. Viens no maniem lielākajiem priekšiem bija jau pirmajā ierašanās vakarā. Vairāki bērni mani atcerējās un paši sāka dziedāt dziesmiņas par Jēzu, kuras pagājušajā gadā mācījām. Viņi nebija aizmirsuši! Šogad mācījāmies jaunas dziesmas, man pievienojās arī meitenes, kurām ADRA un ICP (Indijas bērnu projekts) sponsorē izglītību. Viņas skolā bija iemācījušās kustību dziesmas un tagad vēlējās tās dziedāt kopā ar mani, kā arī mācīt pārējiem bērniem.

Piedzīvojām arī indiešu viesmīlību. Es, Šarlote, Dans un Meja dzīvojām pie sievietes, kuras dēls pirms diviem mēnešiem bija cietis avārijā, viņa pēda bija pilnīgi sadragāta, ar vaļējiem lūzumiem. Joprojām norisinājās dzišanas process, bet viņi vienalga mūs uzņēma savā mājā. Dēls pārvācās uz kaimiņu māju blakus, kas bija daudz



Amapetas bērni.

sliktākā stāvoklī, lai mēs varētu dzīvot daudz skaistākās istabās. Šogad daudz vairāk sadraudzējamies ar šīs mājas īpašnieci, daudz smējamies, lūdzām par dēla atveseļošanu un palīdzējam novērst drūmās domas.

Man bija liels prieks satikt hinduistu sievieti, kura mūs pagājušajā gadā uzaicināja uz sava dēla kāzām. Uzdāvinājām viņai Biblii un AFCOE (*Amazing Facts Center of Evangelism*) disku par pēdējo laiku notikumiem. Toreiz tikai vēlāk uzzinājām, ka tās bija policijas priekšnieka kāzas, bet izplatīt kristietību Indijā nav atļauts. Dievs par spīti tam vadīja un svētīja. Apciemojām šo sievieti, satikām arī viņas vīru un mazdēlu. Viņa mums palūdza uzdāvināt Biblii, teica, ka dēls ar sievu arī noskatījušies mūsu dāvināto disku. Pēdējā vakarā viņa atnāca uz sanāksmi. Bija saposusies, pienāca apsveicināties, arī mazdēls bija līdzī. Viņa ilgojās pēc iespējas mazdēlam iegūt izglītību, un viņai nebija iebildumu, ka viņš, kad paaugstos, tiktu sūtīts adventistu skolā. Lūdziet, lai Dievs strādā pie šīs sievietes sirds!

Draudze, kurā svinējām dzimšanas dienu meitenītei un sludināju teltī, kas bija uzcelta uz ielas.



Interesanta pieredze bija piedalīties kādas tālākas draudzes meitenītes dzimšanas dienas svinībās. Par to, ka vienu dienu tomēr būs jāsludina citā draudzē, uzzināju iepriekšējā vakarā. Jāsaka godīgi, ka pavisam cilvēcīgi tajā vakarā cerēju atpūsties no sludināšanas, jo biju jau sludinājusi vairākas dienas pēc kārtas un zināju, ka man arī pēdējos divos vakaros jāsludina. Bet, ja Dievs aicina, kā misijas braucienā teiksi nē? Nodomāju, ka būs jau labi, jo varu runāt kādu no sagatavotajām svētrunām. Nākamajā rītā aprunājos ar draudzes mācītāju, un viņš teica, ka vajag runāt par ģimeni un bērnu audzināšanu, jo tā tomēr ir dzimšanas diena. Jautāju, vai viņš grib, lai ātri sagatavoju jaunu svētrunu. Mācītājs iedeva man žurnālu ar 10 padomiem bērnu audzināšanā un pamāja. Tā nu Dieva žēlastībā citīgi gatavojos. Pēdējā mirkli uzzināju, ka jābūt gatavai stundu ātrāk, nekā tika domāts, kas nozīmēja vēl īsāku gatavošanās laiku. Noliktu visu Dieva rokās un teicu, ka šī ir tā reize, kad man ļoti vajag žēlastību, un Viņam

Trīs meitenītes, kuras vakara sanāksmē kopēja katru manu kustību.





Misionāri

jārunā, jo man patiesi nebija laika visu kārtīgi pārdomāt un strukturēt. Paspēju tik vien, kā apmēram uzlikt uz papīra galvenās domas. Apmēram stundu pavadījām ceļā ar tuktuku jeb autorikšu. Tajā gan nebija iespējams gatavoties, jo bija tumšs un pūta vējš. Indijā ir samērā šauras ielas, un abās pusēs viena pie otras slejas mājas. Draudzes locekļi bija nobloķējuši veselu ielu un uzcēlušī telti. Tā pirmo reizi mūžā sludināju burtiski uz ielas. Bet bija jauki redzēt, ka meitenītes dzimšanas diena ir visas draudzes svinības ar dievkalpojumu, slavēšanu un maltīti turpat uz ielas un mājā. Tā ir lieta, ko mums vajadzētu mācīties. Ja saucam sevi par māsām un brāļiem, ja sakām, ka esam ģimene, tad arī svētkiem, priekiem un bēdām vajadzētu būt dalītiem. Bija skaisti to piedzīvot.

Viszemākais punkts man pašai bija pirmspēdējais vakars, kad bija jārunā par mirušo stāvokli. Kaut kā šo uzrunu bija visgrūtāk sagatavot, un jutos vismazāk gatava. Kaut kā nelikās kopā struktūra, trūka personīguma, turklāt nogurums arī lika par sevi manīt. Tajā dienā Šarlote un Dāvis devās pa ciematu lūgt un runāties ar cilvēkiem. Divas hinduistu

sievietes ieradās uz sanāksmi šo sarunu dēļ. Par to, protams, liels prieks, bet temats bija tāds, kas grauj hinduismu pašos pamatos, jo viņiem viss ir par reinkarnāciju. Mums grūti pat iedomāties, cik ļoti tas iesakņojies viņu kultūrā, domāšanā un dzīvesveidā. Iepriekšējos vakaros bijām runājuši par evaņģēliju, apskatījuši ļaunuma izcelšanos, un bija temati, kuros vairāk varēja iepazīt Dievu un Viņa raksturu, bet šajā ne tik ļoti. Man sākās diezgan liels uztraukums, jo sapratu, ka šī būs vēsts, kuru viņas dzirdēs kā pirmo, vēl nepazīstot Dievu. Citos tematos man būtu vieglāk iekļaut evaņģēliju un to, kā mūsu Dievs atšķiras no tūkstošiem viņu dievu, bet šajā man trūka ideju. Kaut arī esmu nedaudz iepazīsusi hinduismu, tomēr ne tik labi, lai varētu sniegt viņiem aktuālas ilustrācijas un piemērus. Ļoti lūdzu. Sātans strādāja uz emocijām, un bija ļoti jāpārvar sevi, lai neticētu, ka viss ir slikti un ka šī ir mana sliktākā uzruna brīdī, kad atnākušas šīs divas sievietes. Svētrunas vidū redzēju, kā viena no sievietēm aiziet, kas vēl vairāk dzina mazdūšībā. Visu laiku lūdzu Dievu, un Viņa žēlastībā arī izdevās organiski iekļaut evaņģēlija

vēsti par Jēzu, par Dievu, kurš atšķirībā no citiem dieviem sper pirmo soli, glābj un pārveido.

Par spīti tam pēc uzrunas jutos slikti, bija izgāšanās sajūta. Pirms gulētiešanas teicu Šarlotei: "Es saprotu, ka manas emocijas šobrīd nav objektīvas. Galu galā, pats svarīgākais ir Dieva Gara darbs, un, ja Viņš uzrunā, tad visvājākā svētruna var kļūt par visspēcīgāko. Vari palīdzēt man paskatīties uz šo vakaru objektīvi, ar plusiem un mīnusiem?" Dievs tiešām deva Šarlotei gudrību analītiski un objektīvi izvērtēt vakaru un uzrunu kopumā. Sapratu, ka tiešām nav bijis tik traki, pat svētīgi, un sātans vienkārši spieda uz manām vājajām vietām. Turklāt izrādījās, ka sieviete, kuru redzēju aizejam, bija atnākusi atpakaļ, viņa tikai iedeva vīram atslēgas, bet pati palika. Nākamajā dienā uz pēdējo sanāksmi otra sieviete atnāca vēlreiz, turklāt bez sarkanā hinduistu punkta uz pieres, kā pirmajā dienā. Acīmredzot Dieva Gars bija uzrunājis, un vēsts par pēcnāves stāvokli nebija viņas aizbiedējusi.

Cik bieži sātanam izdodas ievest mazdūšībā un aizmiglot acis ar meliem, lai emociju dēļ mēs neredzētu lietas objektīvi! Labi, ka šoreiz Dievs atgādināja patiesību un palīdzēja paskatīties uz situāciju objektīvi, turklāt tas vienmēr ir bijis un vienmēr būs Viņa, ne mans darbs. Slava Dievam arī par draugiem, kas var atbalstīt un iedrošināt, kad tas ir vajadzīgs!

Dāvis Krivads:

Indijas misijas brauciens bija lielisks veids, kā iesākt gadu ar kalpošanu Dievam. Jau ceļā uz Indiju mūs pavadīja daudzi patikami pārsteigumi, kuri liecināja, kā Dievs gādā par mums, lai viss noritētu bez aizķeršanās.

Vislielākais prieks šajā misijā man bija par tiem septiņpadsmit indiešiem, kuri pieņēma Jēzu Kristu par savu Pestītāju, un jo īpašs prieks par mūsu Šarloti no mūsu komandas, kurai šīs misijas brauciens izvērtās ļoti īpašs ar viņas pašas kristībām.

Ļoti liels prieks bija redzēt Indijas Bērnu projekta bērnus, redzēt, kā viņi kalpo draudzēs un ir nodevušies kalpošanai Dievam, skaisti dziedot slavas dziesmas. (Žēl, ka nesapratu,



par ko tieši dzied, jāmācās indiešu valoda.) Īpašs prieks man bija redzēt sponsoru darba augļus, kad bērniem tiek dota iespēja mācīties un pilnveidoties, lai tālāk dzīvē viņi spētu palīdzēt citiem, kļūstot par medmāsām un daži pat par ārstiem.

Kopumā tika piedzīvots un redzēts daudz kas, sākot ar nabadzību un beidzot ar elkdievību, bet vislielākais piedzīvojums bija sajūst brāļu un māsu mīlestību un laipnību viņu sejā un darbos, viņu rūpes par mums bija sirdi mainošas un iedvesmojošas. Arī pašā galvenajā evaņģelizācijas darbā Valapuramas (*Valapuram*) ciematiņā bija jūtama īpaša Dieva vadība caur brāli Džonu Bišopu, kurš spēja palīdzēt un uzmundrināt brīdī, kad tas bija visvairāk nepieciešams. Vandalanu! (Slava Dievam!)

Oskars Imaks:

Šī gada Indijas brauciens noteikti bija citādāks kā pagājušajā gadā. Cilvēki, kuri devās šai braucienā, bija lielākoties citi, kā arī kompānija bija nedaudz lielāka – vienpadsmit misionāri.



Šogad, dodoties uz Indiju, biju labāk sagatavojies svētrunām nekā pagājušajā gadā, līdz ar to man bija iespēja dienas vidū pavadīt, komunicējot ar vietējiem iedzīvotājiem. Īpaši jauka bija reize, kad bērni parādīja savu skoliņu, kurā mācās. Bija ļoti interesanti redzēt vietu, kur šie ciemata bērni apgūst valdības apmaksāto izglītību. Noskaidroju, ka tajā vietā mācās ap 50 bērniem no 1. līdz 5. klasei un ka uz visiem skolēniem ir vien 3 vai 4 skolotāji. Līdz ar to grūti iedomāties, kā notiek stundas un cik kvalitatīva gan ir šī izglītība.

Vēl šī gada brauciens man bija citādāks, jo devos sludināt uz citu draudzi un biju pāri ar man iepriekš nepazīstamu cilvēku – Danu (*Dan*). Dans bija mācītājs Filipīnās, bet tagad viņš dzīvo un strādā Londonā, uz Indiju viņš bija atbraucis kopā ar sievu Meju (*May*). Ar Danu mēs sludinājām 8 vakarus uz maiņām, un mūsu savstarpējā sadarbība bija ļoti jauka. Kā jau minēju, Dans Filipīnās bija mācītājs, un šo 8 vakaru laikā varēju daudz mācīties no viņa – gan to, kā viņš pasniedza veselības lekcijas, gan to, kā sludināja Dieva Vārdu.

Šajā gadā man bija arī lieliska iespēja sabatā sludināt Nuzvidas Septītās dienas adventistu skolā. Kad mani uzrunāja sludināt, nebiju pārliecināts, ko tieši varētu viņiem līdzdalīt, bet tad Dievs iedeva domu pastāstīt savu liecību. Līdzdalot savu liecību, es vairāk akcentēju to, cik svarīga ir mūsu attieksme pret apkārt esošajiem, jo nekad nezinām, cauri kādiem izaicinājumiem un ciņām katrs no mums iet.

Šis misijas brauciens, gluži kā iepriekšējais, bija ļoti jauks un īpašs. Man bija iespēja labāk iepazīt Indiju, vairāk pavadīt laiku ar vietējiem iedzīvotājiem, kā arī apgūt jaunas ēdienu receptes. Vai es vēlētos braukt atkal? Noteikti! Indijā ir vēl daudz neaizsniegtu cilvēku, kuri vēl nav dzirdējuši labo vēsti par Jēzu. Ja Dievs pavērs ceļus un dāvās nepieciešamās finanses ceļa izdevumiem, tad es domāju, ka nākamgad atkal došos!

Šarlote Žirne:

Ir 27. decembris, vakars pirms gulētiešanas. Lasu Bibli, apstājos, pasvītroju, lasu tālāk, domāju. Miers. Un te pēkšņi nemiers un vārds manā



galvā – Indija. Neizpratne, jautājumi, klusums, tukšums, kuru strauji nomaina miers un piepildījums. Vārds pa vārdam, un doma pa domai. Tā mani vadīja Dievs, līdz pieņēmu lēmumu doties uz Indiju misijas braucienā. Pavisam noteikti varu teikt, ka tas bija viens no labākajiem lēmumiem – savām acīm redzēt un piedzīvot Indijas dzīves realitāti, kopā mācīties, stiprināt citam citu, dalīties liecībās, būt blakus, iepriecināt un aizlūgt. Jāatzīst, ka Indijā piedzīvotais un tur gūtās atmiņas vienmēr būs noglabātas manā sirdī, mazā “kārbīnā ar zelta maliņu”. Tā bija vieta, kurā piedzīvoju tādu mīlestības piepildījumu, kā nekur līdz šim. Tas ir veids, kā Dievs darbojas, tai skaitā caur cilvēkiem, dabu, izmainot tevi vislabākajā nozīmē un versijā. Viņa pārmācība ir caur mīlestības prizmu.

Protams, neizbēgams ir kultūršoks, aptuveni 1.4 miljoni liels iedzīvotāju skaits, pārticība, nabadzība, elkdievība (hinduismu praktizē aptuveni 80% no kopējā



Šarlote un Jana



iedzīvotāju skaita), valsts apmaksātā izglītība līdz 5. klasei un tālāk – cīņa zem saules... Tomēr arī patiesi smaidi, Dieva klātesamība, mīlestība, vienotība, izsmalcinātas garšas, lūgšanas, prieka asaras, kristības un bērnu smieklis bija pavadošā vērtība atziņu bāzes pamatam.

Vai finansiāla pārticība mūs ierobežo vai atbrīvo? Cīņā, kurā pavadīju visvairāk laika, bērniem rotaļlietu tikpat kā nebija, viņu lielākais prieks bija kopā pavadītais laiks. Nepārvērtējama vērtība bija arī kaimiņu savstarpējais draudzīgums, ģimeniskums, sieviešu kopības spēks un atbalsts visaugstākajā pakāpē.

Bērni man ir mīļi, un tieši caur kopīgo rotaļāšanos, dziedāšanu un dejošanu katrs ļāva sevi iepazīt vairāk, tai skaitā – man pašai labāk iepazīt sevi. Kādu vakaru vēroju bērnus, acīs iekrita meitene, kura ik pa laikam kādam no bērniem iesita, iebakstīja, kādu pagrūda. Protams, iesaistījos un ar skatienu liku saprast, ka tas nav labi. Dienu nomainīja



vakars. Bērnu čalas palika kā fona mūzika.

Nākamajā rītā sirdī sajutu vēlmi doties pie vietējiem iedzīvotājiem – uzklausīt vajadzības, aizlūgt un būt kopā. Konkrēta plāna nebija. Devos, kurp acis rāda, līdz Dievs norādīja, kur tieši man jāiet. Nonācu līdz kādai mājai, tur sētā stāvēja vīrietis. Piegāju klāt un sirsnīgi apjautājos, kā viņš jūtas. Parunājām un sākām kopā lūgt, līdz vienā brīdī viņš sāka ļoti raudāt un apskāva mani. Turpināju lūgt, un nāca apziņa, ka viss ir pateikts. Sirsnīgi atvadījos, vēlreiz apskāvu vīrieti un devos prom. Taču domās joprojām biju ar viņu.

Katru vakaru ciematā tika organizēta veselības mācība, bērnu stāsti, dievkalpojums vietējiem iedzīvotājiem. Arī šis vakars man nebija izņēmums, smaidīga devos turp. Dievkalpojums tuvojās izskaņai, kad sajutu, ka kāds vēlas mani uzrunāt. Tur ar asarām acīs stāvēja iepriekš satiktais vīrietis, paņēmis līdzī arī sievu. Kad pie pirmās



iespējas mēģināju pieiet pie viņiem, mani apsteidza mazā meitene, kura mēdza citus pagrūst. Viņa pieskrēja šim pārim klāt. Izrādījās, ka tie ir viņas vecvecāki, kā arī – ka meitene ir kurla, mēma un bez vecākiem. Viss, kas viņai palicis, bija vecvecāki. Mana sirds saņņaudzās. Tikai tad visi iepriekš nesaistītie attēla gabaliņi salikās kopā. Asaras sāka birt gan man, gan viņiem. Brīdī vēlāk uzzināju, ka iepriekšējā dienā un pirms tam pārējai komandai bija uzdevums uzmeklēt šo ģimeni, lai palīdzētu, bet katru reizi, kad viņi turp aizgāja, neviena nebija mājas. Tā Dievs vada katru no mums īstajā brīdī un īstajā laikā! Šobrīd meitenei tiek meklēta skola bērniem ar īpašām vajadzībām, lai viņa spētu produktīvi apgūt mācību vielu.

“Paļaujies uz To Kungu no visas savas sirds un nepaļaujies uz sava prāta gudrību, bet domā uz To Kungu visos savos ceļos, tad Viņš darīs līdzienas tavas tekas.” (Sal. pam. 3:5, 6)



Šarlote Žirne ar Indijas bērniem



Kristības

RECEPTES NO JAUNIEŠIEM

Elvīra Grakoviča,
AV Jauniešu lappusītes
veidotāja



Pilnvērtīgs uzturs stiprina veselību. Līdzīgi kā mašīnā tiek lieta degviela, tā ķermenī tiek uzņemta barība. Ja mēs izvēlamies zemas kvalitātes pārtiku vai ēdam par maz, kaut arī pārtika ir vislabākā, mūsu ķermenis cieš. Ja par daudz ēdam rafinētus pārtikas produktus, tad varam ātri iegūt lieko svaru un mums trūks barības vielu. Tas, kurš mūs ir radījis, rūpējas par mūsu veselību, un arī mums to vajadzētu darīt. Apustulis Jānis noteikti atbalsoja mūsu Kunga sirdi, kad rakstīja: “Mīlais, es tev novēlu visās lietās tādu labklājību un veselību, kāda jau ir tavai dvēselei.” (3. Jāņa 1:2)

Gatavojot un baudot maltīti, atceries 4 principus: dažādība, kvalitāte, mērenība un atturība. Raksti māca par “vienotu veselumu”, kur visi dzīves aspekti – fiziskais, mentālais un garīgais – veido vienu veselumu. Tāpēc mēs meklējam veselību, dziedināšanu un laimi. Lai veselība būtu laba, ir jābūt intelektuāli mundram, emocionāli labi noskaņotam, fiziski veselam un garīgā saskaņā ar Radītāju. Nav dārgākas dāvanas un nav svarīgāka uzdevuma, kā dzīvot veselības pilnu dzīvi, lai varētu pagodināt savu Radītāju, kalpot citiem un dzīvot dzīvi visā tās pilnībā.

(Marks Finlejs un Pīters Lendless
“Spēks un veselība”)

Jaunieši un veselīga ēdiena
piekritēji mums ir iesūtījuši savas
iecienītākās receptes gan sāļajiem,
gan saldajiem ēdieniem. Gatavosim,
baudīsim un dzīvosim spēkpilnu dzīvi!
Rūpēsimies par savu miesu, gaidot
mielastu mūžībā!

TOM YUM DĀRZEŅU ZUPA

(aptuveni 4 porcijas)



Sastāvdaļas:
1 vidējs sīpols
200 g šampinjonu
1,5 l ūdens
35–50 g *Tom Yum* pastas
(daudzums atkarīgs no tā, cik asu
vēlas zupu)
300 ml kokosriekstu piena
100 g olu nūdeļu
Ķīnas kāposts
Ķiršu tomāti
Laims
Graudzētas sezama sēklas

Pagatavošana:
1. Katlīnā apcep sīpolus kopā
ar šampinjoniem, pievieno sāli un
piparus pēc garšas.
2. Pielej klāt 1,5 l ūdens, pievieno
Tom Yum pastu, kokosriekstu pienu,
uzvāra.
3. Īsi pirms vārīšanas beigām
pievieno olu nūdeles un vāra vēl 2
minūtes.
4. Zupu pasniedz ar svaigiem
sagriežtiem Ķīnas kāpostiem, ķiršu
tomātiņiem, nedaudz laima sulas un
grauztētām sezama sēklām.

Recepti iesūtīja: Estere Muceniece

INGVERA DZĒRIENS ĀTRAI LIETOŠANAI



Kad ir novājināta imunitāte un
apkārt daudz vīrusu, piedāvāju ātru
un efektīvu veidu, kā pagatavot
ingvera dzērienus.

Pagatavošanas ilgums: 10 min.
Porciju skaits: 20 glāzes
Sarežģītība: 1 (no 5)
Vērtējums: 5 (no 5)

Sastāvdaļas:
1 liels ingvers
3–4 citroni
Nedaudz dzērveņu vai
smiltsērskšķu (nav obligāti)

Pagatavošana:
Nomizo ingveru un citronus un
liek blenderī, blendē līdz viendabīgai
masai. Pēc tam 1 ēd. k. iegūtās masas
aplej ar karstu ūdeni. Gatavs!
Iegūto masu var glabāt ledusskapī
vismaz 1 nedēļu vai sasaldēt kā ledus
kubiciņus un turēt saldētavā 3 līdz 4
mēnešus.



TOFU SALDSKĀBAJĀ MĒRCĒ

Pagatavošanas
ilgums: 40 min.
Porciju skaits: 4
Sarežģītība:
2 (no 5)
Vērtējums: 5 (no 5)
Recepte iegūta no
www.pickuplimes.com



Sastāvdaļas:

Tofu:
400 g tofu (dabiskais, bez garšām)
2 ēd. k. sojas mērces
32 g kukurūzas cietes
½ tējk. sāls
¼ tējk. maltu melno piparu
1 ēd. k. eļļas

Mērcei:

Ananasu sula no 1 konservētu
ananasu bundžas (567 g, ananasu
neto masa: 340 g)
60 ml rīsu etiķa
66 g tomātu pastas
45 ml sojas mērces
30 ml agaves sīrupa (vai cita
šķidrā saldinātāja)
2 ķiploku daiviņas (sasmalcinātas)
2 tējk. kukurūzas cietes
1 tējk. svaigi sakapāta ingvera (vai
½ tējk. ingvera pulvera)

Piedevas:

300 g nevārītu rīsu
2 tējk. eļļas
1 liels sīpols
1 liels burkāns
1 sarkanā paprika
340 g konservētu ananasu
gabaliņu (1 konservētu ananasu
bundža (567g))

Pagatavošana:

No tofu izspiež lieko šķidrumu,
sagriež tofu kubiciņos (apm. 1x1 cm)
un samaisa ar sojas mērci.
Tad tofu pievieno kukurūzas cieti,
sāli un piparus. Visu samaisa, lai tofu
būtu vienmērīgi noklāts.
Uzkarsē pannu un apcep tofu no
visām pusēm (apm. 7–10 min), daudz
negrozot.
Pagatavo mērci, samaisot visas
mērces sastāvdaļas.
Liek vārīties rīsus atbilstoši
norādēm uz iepakojuma.
Tofu ieliek bļodā un tajā pašā

pannā apcep ripinās sagrieztus
sīpolus un plānās nūjiņās sagrieztu
burkānu (cep apm. 4–5 min).

Pievieno plānās nūjiņās sagrieztu
papriku, ananasu gabaliņus un cep
vēl dažas minūtes.

Visbeidzot pannā pie dārzeņiem
atpakaļ pievieno apcepto tofu
un sagatavoto mērci. Ļauj visam
gatatoties vēl kādas 3 minūtes, kamēr
mērce sabiezē.

Visbeidzot pasniedz sagatavoto
tofu saldskābajā mērcē ar novārītiem
rīsiem.

MAKARONI "SIERA" MĒRCĒ

Pagatavošanas
ilgums: 30 min
Porciju skaits: 3 (4)
Sarežģītība: 2 (no 5)
Vērtējums: 5 (no 5)
Recepte iegūta no
rainbowplantlife.com



Sastāvdaļas:

340 g ķirbju biezeņa
60 g Indijas riekstu (iepriekšējā
naktī izmērcēti; ja aizmirsies to
izdarīt, tad aplej ar verdošu ūdeni un
atstāj uz 20–30 min.)
40 g rauga pārslu
1 tējk. sinepju
1 tējk. ķiploku pulvera (var aizstāt
ar 2–3 ķiploku daiviņām)
½ tējk. sīpolu pulvera (ja tāda
nav, var nelikt)
¼ tējk. kūpinātas paprikas pulvera
¼ tējk. malta muskatrieksta
1 ½ tējk. sāls
Nedaudz melno piparu
1 ēd. k. miso pastas
1 ēd. k. kukurūzas cietes
2 ēd. k. citriona sulas
240 ml kokosriekstu piena (no
bundžas)
500 g makaronu

Pagatavošana:

Pagatavo ķirbju biezeni: ķirbi
cep cepeškrāsnī apm. 30–40
minūtes aptuveni 180 °C. Sablendē,
pievienojot nedaudz ūdens (ieteiktu
biezeni pagatavot iepriekš daudz
vairāk un sasaldēt jau pa sasvērtām
porcijām citām reizēm).

Liek vārīties makaronus atbilstoši

instrukcijām uz iepakojuma.

Visas pārējās sastāvdaļas liek
blenderī un sablendē līdz viendabīgai
konsistencei.

Kad makaroni izvārījušies, tos
nokāš un lej pāri sablendēto mērci.
Pagaida, kamēr mērce sabiezē.

Receptes iesūtīja: Elīze Rozenberga

BANĀNU UN AUZU CEPUMI



Sastāvdaļas

(16 cepumiem):
2 gatavi banāni
170 g auzu pārslu
70 g valriekstu (sasmalcinātu)
170 g zemesriekstu (vai mandeļu)

sviesta

50 tumšās šokolādes gabaliņu (der
arī sasmalcināta šokolāde)
3 ēd. k. kļavu sīrupa
šķipsniņa sāls

Pagatavošana:

1. Ieslēdz cepeškrāsni uz 200 °C.
2. Vienā bļodā sajauc kopā visas
sausās sastāvdaļas.
3. Otrā bļodā sastampā banānus
un sajauc kopā ar slapjajām
sastāvdaļām.
4. Tad samaisa visu kopā un liek
pannā uz cepampapīra.
5. Liek pannu cepeškrāsnī un cep
12–15 min.
6. Kad izņem no krāsns, ļauj
atdzist kādas 10 min.
7. Bon apetito!

Recepti iesūtīja: Patrīcija un Tīna





Turpinām kopā lasīt aizraujošo grāmatu “Uguns kalnos”! Pagājušajā reizē kopā ar Saksē atgriezāmies viņa dzimtajā ciemā, kur zēnam par godu tika sarīkotas dzīres, kādās neviens no mums negribētu piedalīties. Šīs dzīres noslēdzās ar visai nejauku starpgadījumu. Šoreiz uzzināsim, ar ko tas beidzās.

3. nodaļa

CIEMIŅI

Virsaitis gulēja izmīdītajā zālē blakus dēlam. Apkārt sapulcējās ciema sievietes, aplūkoja Džavaba smagi ievainoto kāju un sāka vaimanāt un sērot. Visi zināja, ka Džavabs ir palicis vienīgais savu vecāku bērns. Septiņi jaunākie bija nomiruši zīdaiņa vecumā, un nu virsaiša vienīgais dēls gulēja smagi ievainots dzēruma cīnīnā, turklāt – cietis no sava tēva rokas.

Kūnings un Pakū saskatījās. Arī viņi bija dzēruši, bet ne tik daudz kā pārējie. Abi saprata, ka noticis kas šausmīgs.

“Ko nu iesāksim?” Pakū jautāja vārdotājam.

Kūnings lielās bailēs un uztraukumā laužīja rokas. “Viņš vairs nekad nestaigās,” vecais vīrs nočukstēja. “Tās ir garu dusmas. Viņš nekad nevarēs būt virsaitis! Kurš gan ir redzējis virsaiti ar tādu kāju?”

Jaunietis dzērumā sakustējās. Viņš elpoja sausiem gārdzieniem un vaidēja pie katras krūšu kustības. Ar Saksē palīdzību vīrieši aiznesa Džavabu uz virsaiša māju, kas atradās netālu no svinību vietas tuvu līdzās Pakū būdai. Mājā viņi jaunieši noguldīja uz paklājiņa. Saksē uz brīdi palika viens ar Džavabu, kamēr abi vīri devās pakal virsaitim. Puisēns stāvēja un nolūkojās uz Džavabu, un viņam prātā ienāca dīvaina doma: “Kā ar Radžina Dievu? Vai Viņš varētu palīdzēt kādam, kas nonācis šādā nelaimē?”

Neviens Lauztās Gaismas ciemā nezināja, ko darīt. Dievs... Dievs... Doma par Dievu biedēja zēnu. No kurienes tā nāca? Viņš atkal sajuta nelabumu vēderā.

Rīts bija gandrīz klāt. Kalna virsotni austrumos apspīdēja pirmā saullēkta blāzma. Kad Pakū un Kūnings bija atvilkuši virsaiti un nolikuši uz paklājiņa tai pašā istabā, viņi pagriezās, lai apskatītu Džavabu. Pēc tam Kūnings izsteidzās pa durvīm – pēc saviem amuletiem, protams.

“Tēti!” Saksē satvēra Pakū roku. Tā bija vēsa un trīcēja. “Tēti!” Un tad nāca vārdi, kurus viņš ar varu piespieda sevi izrunāt. “Skolotājs Radžins no Dziedošā Ūdens ciema varētu zināt, ko darīt!”

Pakū palūkojās uz dēlu, tad pagriezās, lai pārliecinātos, ka ieejas tuvumā nestāv Kūnings. Viscaur drebēdams, Pakū pievērsa drūmo skatu zēnam. “Tu esi mājās tikai trīs dienas un jau gribi aicināt šurp Dieva sludinātāju?!” Pakū sejā atspoguļojās dusmas.

“Es negribu to darīt, es negribu,” iebilda Saksē, “bet man ir žēl Džavaba! Viņš ļoti cieš! Kā gan viņa kāja sadzīs, ja to neatliks atpakaļ vietā?”

Pakū neko neatbildēja. Pēc brīža istabā ienāca Kūnings. Vienā rokā viņš nesa sažuvušu krokodilu, otrā maisu ar amuletiem. Vārdotāja seja bija dusmu pilna.

“Ko tu teici?!” viņš kļiedza uz Saksē. “Viņa kāja paliks tāda, kāda tā ir, ja vien tā pati neiegriezīsies atpakaļ! Mēs nepieļausim, ka šis skolotājs ierodas mūsu ciemā un izbojā mūsu izpriecas, kā viņš to izdarīja Dziedošā Ūdens ciemā!”

Virsaiša sieva bija sasaukusi visus radniekus, istaba pildījās ļaudīm. Saksē jutās vārgs un nespēcīgs. Viņš klusi izslidēja pa durvīm, aizskrēja

uz tēva būdu un apgūlās uz sava paklājiņa.

Kad zēns pamodās, ārā jau bija dienas gaisma. Saule atradās gandrīz zenītā, un viņš sadzirdēja balsis – balsis, kuras atpazīna. Saksē pielēca kājās un izsteidzās ārā. Tur, karstajā saules gaismā, stāvēja onkulis Sobats un Radžins, un viņa tēvs ar abiem sarunājās. Saksē bija tik pārsteigts, ka nespēja pat parunāt, un centās atcerēties, ko pirmīt agrajā rītā bija darījis. *Ko viņš bija izdarījis?!* Zēna sirds no uztraukuma strauji sitās, galvas āda kņudēja. Viņš bija... Ak, jā, viņš bija ierosinājis, lai palīdzēt Džavabam tiktu uzaicināts Radžins! Bet neviens taču viņu nebija aicinājis, pilnīgi neviens!

“Kas jūs uzaicināja?” Pakū bargā balsī jautāja.

“Neviens mūs neaicināja,” atbildēja onkulis Sobats. “Es visu nakti nevarēju gulēt,” viņš turpināja, uzlikdams roku brāļa plecam. “Biju noraizējies par Saksē. Viņš devās ceļā diezgan vēlu, un viņa nasta bija smaga. Vēlējos uzzināt, vai viņš veiksmīgi nonācis mājās un vai kāds no jums nav saslimis. Šorīt lūdzu Radžinu man pievienoties.”

Pakū vēl aizvien bija drūms. “Nu jūs abi redzat, ka mums nekas nekaš,” viņš noteica.

Tai brīdī no virsaiša nama puses stāvētājus sasniedza kāda skaņa. Tas bija moku pilns kļiedziens. Abi vīri satrūkās un palūkojās uz kaimiņu mājas pusi.

“Kas tur kļiedz?” jautāja Radžins, viņa sejā bija reizē uztraukta un līdzjūtības pilna. Pakū neko neatbildēja. Saksē, ieurbies ar

pirkstiņiem vēlējās, vēroja viņus.

“Vai virsaiša namā kāds ir saslimis?” onkulis Sobats sapurināja brāļa plecu. “Saki man, vai virsaitim atkal ir drudzis?”

Saksē juta, ka piepeši atkal ir atguvis balsi. Ieskatījies Radžinam tieši acīs, viņš teica: “Tas ir Džavabs, virsaiša dēls. Agri no rīta, pirms saullēkta, viņš cīnījās ar savu tēvu un savainoja kāju.”

“Bet tas taču nav iespējams!” izsaucās onkulis Sobats. “Virsaitis teju dievina dēlu, viņš nekad nedarītu tam pāri! Stāsti, kas isti notika!”

Pakū sāka skaidrot: “Viņi abi bija diezgan daudz iedzēruši, virsaitis vēl arvien ir piedzēries un nezina, ka dēls ievainots.”

“Nāc, noskaidrosim, kas viņam vainas!” Onkulis Sobats pirmais devās uz virsaiša namu, un Radžins viņam sekoja. Pakū un Saksē mazliet atpalika. Viņi redzēja Kūningu iznākam pa savas mājas durvīm. Ieraudzījis ciemiņus, viņš steidzās tiem klāt pārsteiguma un dusmu pilnu seju. Taču skolotājs un onkulis Sobats viņu nepamanīja, jo jau sasaucās ar cilvēkiem virsaiša namā, un virsaiša sieva steidzās atnākušos ielaist. Viņas acis no raudāšanas bija pietūkušas.

Kūnings metās virsū Saksē un Pakū nikns kā lapsene. “Ko viņi te dara? Kurš viņus pasauc?” dusmās kliegdam, viņš vēzēja rokas un splaudījās. “Kā viņi uzdrošinās vest savas burvestības uz mūsu ciemu?!”

Pakū satvēra vārdotāja roku: “Pagaidi! Tu pārāk ātri dusmojies, neviens viņus neaicināja. Viņu ierašanās ir vienkārša sagādīšanās, viņi gribēja noskaidrot, vai Saksē droši nokļuvusi mājās. Ne Sobats, ne Radžins neko nezināja par virsaiša dēlu līdz brīdim, kad izdzirdēja Džavabu vaidam.”

Mazais vīrs izrāvās no Pakū tvēriena un ieskrēja virsaiša namā, tēvs un dēls viņam sekoja.

Saksē prātoja, ko Radžins darīs tālāk. Vai tiešām Saksē bija pasaucis skolotāju? Agri no rīta, kad Saksē sirds bija vērsusies pie debesu Dieva un izrunājusi tā vārdu..., vai Dievs tajā bija klausījies? Vai tāpēc onkulis Sobats nevarēja iemigt? Vai Dievs viņam lika nojaust, ka Lauztās Gaismas ciemā noticis kas nelabs? Viņš jutās vainīgs, it kā pats būtu

veicis garo ceļu līdz Dziedošā Ūdens ciemam un pats ar savu muti pasaucis skolotāju.

Onkulis Sobats un skolotājs bija notupušies pie paklāja, uz kura locījās un vaidēja Džavabs.

Radžins teica: “Gurns ir izmežģīts. Cik stundas ir pagājušas, kopš viņš tika ievainots?” Viņa skatiens pievērsās Pakū.

Kūnings skatījās uz Radžinu naidpilnām acīm, viņa garie, dzeltenie zobi klakšķēja, kad vārdotājs kļiedza: “Tu tagad vari doties prom! Ej prom! Mums tava ārstēšana šai ciemā nav nepieciešama!”

Kaļā kliegšana pamodināja virsaiti. Viņš miegā sakustējās un pārtrauca krākt, pieslējās sēdus uz paklāja un ar lielajām rokām izberzēja acis. Tad virsaitis ieraudzīja dēlu, viņa izmežģīto kāju, sadzirdēja jaunieša vaidus. Viņa seju izkropļoja šausmas.

“Kas... kas...?” viņš neskaidri murmināja, sliedamies kājās. “Kas noticis? Kā viņš tika ievainots?”

“Jūs abi sastrīdējāties agri no rīta, un tu viņu nometi pie zemes,” nemēģinādam būt saudzīgs, atbildēja Pakū.

Pēc šiem vārdiem Kūnings dusmu uzplūdā sāka lēkāt pa grīdu,icināt sažuvušo krokodilu un kliegt. “Ej prom, ej prom!” viņš auroja, kratot sažņaugtu dūri Radžinam pie pašas sejas.

Radžins vēl aizvien bija notupies pie savainotā jaunieša. Viņš paskatījās uz vārdotāju: “Ja virsaitis vēlas, lai es dodos prom, viņš pats var to man pateikt. Ievainots ir viņa dēls. Ja jauneklā kāju tūlīt pat neiztaisnos, vēlāk to vairs nebūs iespējams izdarīt. Pat tagad tas nenāksies viegli.”

Virsaitis uzlūkoja Radžinu mokpilnām acīm un pie sevis vaidēja: “Es esmu tas, kas pastrādāja šo drausmīgo noziegumu! Tie bija ļaunie rīsu viņa gari, ļaunie gari! Vai tu vari mums palīdzēt? Vai tu to vari?”

Tad Radžins atkal vērsās pie Pakū: “Cik stundas ir pagājušas, kopš viņš tika ievainots?”

“Tas notika agri no rīta, pirms saullēkta.”

“Pirms četrām vai piecām stundām?” Radžins kodīja apakšlūpu. “Mēs nedrīkstam zaudēt laiku, kāja jau ir piepampusi. Jums būs man jāpalīdz.”

Kūnings kādu brīdi stāvēja, vērodams notiekošo, tad izskrēja laukā, mežonīgi kliegdam un lādēdamies.

Radžins paskatījās uz Pakū un onkuli Sobatu: “Jums man jāpalīdz. Lai to paveiktu, vajadzīgi vismaz trīs vai četri spēcīgi vīri.”

Virsaiša dēls nu bija nācis pie samaņas. Viņš skatījās apkārt esošo sejās šausmu pilnām acīm. Izmežģītais gurns sāpēja tik ļoti, ka jauneklis iekļiedzās pie katra elpas vilciena. Viņa seju, kaklu un krūtis klāja sviedru lāses. Radžins satvēra Džavaba roku: “Mans draugs, tu esi smagi ievainots. Nu mēs centīsimies tev palīdzēt. Tas ļoti sāpēs, bet tas ir jāizdara. Tu taču gribi, lai ar tavu kāju viss ir kārtībā, vai ne?”

Džavabs pamāja, un skolotājs atkal ierunājās: “Esi drosmīgs un stiprs un necīnies mums pretī pat tad, kad darīsim ko tādu, kas tev sāpēs. Centies, cik vien iespējams, atslābināties, tas visu padarīs daudz vieglāku.”

Tad Radžins parādīja onkulim Sobatam un Pakū, kā satvert Džavaba rokas pie padusēm un kā vilkt jauneklā plecus, kamēr skolotājs ar visu spēku vilks saliekto kāju, lai to iztaisnotu.

Virsaitis stāvēja līdzās dēlam, darīdams visu, lai to iedrošinātu.

Pakū un Sobats bija spēcīgi vīri, kas pieraduši nēsāt smagas nastas pa stāvām takām daudzās stundas, bet te viņi sasprindzinājās un vilka no visa spēka, beigu beigās arī virsaitim vajadzēja doties palīgā. Bija nepieciešamas viņu visu pūles. Saksē satvēra Džavaba nesavainoto kāju un cieši to turēja.

Jauneklis centās būt drosmīgs un pacietīgs, bet namu pildīja viens mokpilns kļiedziens pēc otra, un viņš zaudēja samaņu, pirms kāja tika ievilkta atpakaļ pareizajā vietā. Tad Džavabs saļimis un bāls gulēja uz sava paklāja.

“Nu mums jāuzliek šina, lai kāju nevar ne pakustināt, ne saliekt,” skolotājs teica. “Atnesiet man bambusus!”

Ciema iedzīvotāji, kas bija sadrūzmējušies istabā, staipīja kaklus un centās saskatīt, ko darīs skolotājs, visi kā viens bija gatavi palīdzēt. Daži no viņiem aizskrēja pēc bambusiem. Dažus citus skolotājs aizsūtīja pēc

vecām, mīkstām lupatām un auduma strēmēlēm. Tad Radžins ar savu nazi sagrieza un uzmanīgi iztaisnoja zaļos bambusus, un sasēja tos kā apvalku kājai. Šis apvalks viscaur cieši apklāva Džavaba kāju no gurna līdz pat pēdai. Visur, kur tas pieskārs ādai, tika uzlikts audums. Tas viss prasīja ilgu laiku. Kūnings joprojām nebija rādījies.

Jaunekļa sejā pamazām atgriezās veselīgs sārtums, elpa kļuva mierīgāka.

Abi ciemiņi no Dziedošā Ūdens ciema gatavojās doties prom. Neviens Lauttās Gaismas ciemā nebija viņus uzņēmis savā namā, neviens nebija ar viņiem laipni parunājis. Tikai dziļā izmisumā būdams, virsaitis bija lūdzis viņu palīdzību, un tāpēc viņi bija palikuši. Viņi bija atlikusi Džavaba kāju atpakaļ un nebija ne skaitījuši lūgšanas, ne dziedājuši dziesmas, ne izrunājuši Dieva vārdu. Viņiem tas nebija jādara. Saksē to dzirdēja skanam savā prātā. Dievs atradās istabā, kurā gulēja Džavabs, Dievs bija atradies līdzās Saksē uz takas, Dievs bija šai namā. Šis skolotājs visur sev līdzī veda savu Dievu, un pēc viņa aiziešanas viņa Dievs paliks šeit.

Radžins uzrunāja virsaiti, kurš elsodams sēdēja līdzās dēlam. "Dienu vai divas neļaujiet viņam kustēties, pēc tam atbalstiet sēdus tik tālu, cik šina to ļauj. Viņš nedrīkst staigāt vismaz pusotru mēnesi, varbūt pat divus. Ievēro manas pamācības, citādi viņš cietīs lielas sāpes un būs nepatīkšans. Vai tu saproti, ko saku?"

"Es darišu, kā tu man liec," virsaitis aizlauztā balsī nočukstēja.

"Paēdiniet viņu kārtīgi, un mazgājiet viņa ķermeni katru dienu," teica skolotājs. Tad abi vīri devās lejup pa taku, kas veda uz Dziedošā Ūdens ciemu.

Saksē stāvēja pie tēva būdas durvīm un vēroja abus aizejam. Viņš priecājās, kad tie nozuda džungļos lejpus kalnam. Zēns jutās neērti un skumji par visu, kas bija noticis, un viņam vajadzēja laiku, lai par visu to padomātu un censtos saprast. Vai Dievs tiešām zināja, ka virsaiša dēls ir savainots? Vai Dievs bija te visu nakti, kamēr viņi dzēra un dejoja? Vai Dievs redzēja cīniņu? Vai Viņam bija žēl savainotā jaunieša? Vai Viņš tiešām bija sadzirdējis Saksē sirds vēlēšanos, lai skolotājs ierastos? Vai Viņš tiešām

bija īstajā brīdī atsūtījis abus vīrus? Kas vispār bija Dievs? Vai cilvēks tiešām nevarēja no Viņa aizbēgt? Vai Dievs viņam tagad vienmēr sekos? Vai viņš vairs nevarēs pat domāt bez Dieva ziņas un atbildēm? Saksē jutās tik norūpējies, ka devās uz avotu mazgāties. Viņš sparīgi norīvējās un ilgu laiku ļāva vēsajam ūdenim šļākties pār kailo ķermeni.

Ejot mājup no avota, Saksē apciemoja virsaiša māju, lai noskaidrotu, kā klājas Džavabam. Vecais virsaitis ēdināja dēlu ar rīsu biezputru no kokosrieksta čaulas.

"Vai tā vēl aizvien sāp?" jautāja Saksē, pietupies, lai nopētītu vienkāršo šinu, ko Radžins bija uzlīcis Džavaba kājai.

"Protams, ka sāp, pat ļoti," vārgā balsī atbildēja Džavabs, "bet ne tā, kā sāpēja, pirms dīvainais jaunais vīrs to ievilkā atpakaļ vietā. Kas viņš vispār ir?"

Lēnā un negribīgā balsī Saksē atbildēja: "Tas ir Dieva mācības skolotājs no Dziedošā Ūdens ciema."



24. MARTĀ
10.00–16.00

RĪGĀ,
BAZNĪCAS IELĀ 12A

SEMINĀRS

**BĒRNU KALPOŠANAS NODAĻU VADĪTĀJIEM
UN SKOLOTĀJIEM**

- KALPOŠANA BĒRNIEM • EVANĢELIZĀCIJA BĒRNIEM •
- PRAKTISKĀ PIEREDZE DRAUDZĒS •
- JAUTĀJUMI UN ATBILDES (Lidija Neikure) •

Reģistrācija līdz 17. martam
Info pa tālruni 29869979 (Mārīte)

www.adventisti.lv



Konkurss "Lielie stāsti Bībelē" balviņas par FEBRUĀRI saņem:

Eliza, Stefans, Tilānija, Marija, Leila, Alise, Maija, Nora un Ulla no Rīgas, Einārs, Edvards un Ieva no Ezeres, Emīls, Rainers, Daniels, Estere, Arturs, Lauma un Maija no Saulkrastiem, Betija, Emīlija, Karmelita, Lote un Teofils no Limbažiem, Kristers, Evita, Marta, Gabriels, Tomass, Alise, Evelīna, Markuss, Keita, Emīlija, Māra, Marija, Ralfs, Katrīna, Madara, Rūta, Roberts, Rūdis, Enija, Daniela un Lidija no Dobeles, Andrejs no Valmieras, Paula, Markuss un Mareks no Alūksnes, Raivis no Madonas, Alberts, Lote, Alekssis, Emīlija, Glorija un Ēriks no Smiltenes, Teodors, Johans, Tomass, Roberts, Rebeka, Sofija, Emīls, Ārons, Jākobs, Emīls, Kristians un Sāra no Kristīgās pamatskolas "Ceļš", Ulla, Daniels, Mia, Estere, Džekijs, Hugo un Mikāels no pirmsskolas "Liesmiņas" un Nazars no Ukrainas.

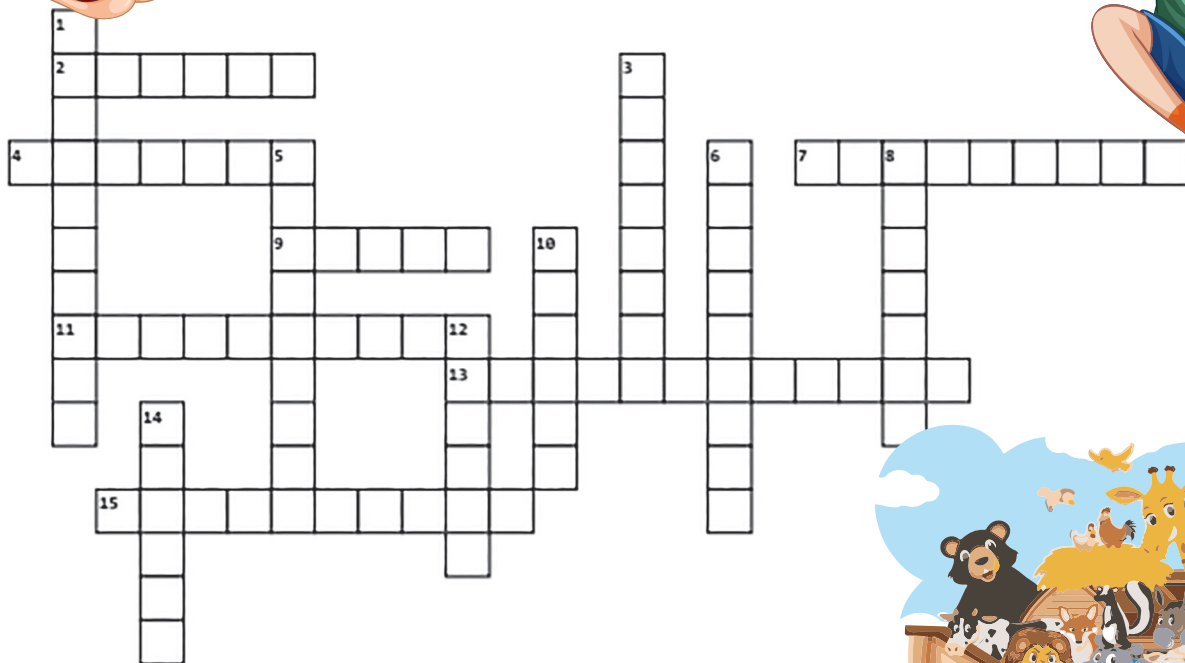
Paldies čaklajiem bērniem un viņu atbalstītājiem – skolotājiem un vecākiem!

Informācija par konkursu www.adventisti.lv
vai, zvanot uz mob. 29869979 (Mārīte)



UZDEVUMS BĒRNIEM

Lasi Bībelē 1. Mozus grāmatas 6.–9. nodaļu un izpildi krustvārdu mīklu!



Noa un ūdensplūdi

HORIZONTĀLI

1. Savu ... Es lieku padebešos [...] par derības zīmi starp Mani un pasauli.
3. Viens no putniem, kuru Noa izlaida apskatīt zemi.
5. Un skatīja Dievs to zemi, un redzi, tā bija
6. Bet Noa atrada ... Dieva acīs.
8. Arī no ... ņem pa septiņi.
10. Viens no Noa dēliem.
12. Dievs sacīja: "Mans Gars nevar ... būt ar cilvēku, jo tas ir miesa [...]"
14. Un ... lija pār zemi četrdesmit dienas un četrdesmit nakts.

VERTIKĀLI

2. Cik cilvēku iegāja šķirstā?
4. Kad Dievs redzēja, ka cilvēku ... augtin auga zemes virsū.
7. No visiem šķīstiem lopiem ņem sev līdzī pa ...
9. Tanīs dienās ... bija zemes virsū.
11. Taisi sev šķirstu no ... skuju kokiem.
13. Jo redzi, Es likšu nākt ... zemes virsū.
15. Noa bija taisns un ... vīrs savā ciltī.



