Adventes Vēstis

2026
JANVĀRIS
359

SEPTĪTĀS DIENAS ADVENTISTU
LATVIJAS DRAUDŽU
SAVIENĪBAS IZDEVUMS



Pasaulē plosās epidēmija "Mazkustīgums"

Kad sākas jaunais gads pēc Bībeles?

Kas ir kristietis?

Bērniem un pusaudžiem:
Antarktīda

Jauniešiem:
Dieva prāts kalpošanā

Saturs:

04 ATSKATS
Lai visas sirdis gavilē

05 VĀRDS LASĪTĀJAM
Taisnais no ticības dzīvos

06 VĀRDS MĀCĪTĀJAM
Maize

08 PIEMIŅA
Mācītājs Ojārs Incenbergs

10 ATSKATS
Jauniešu iesaistes komanda kalpo Tukumā

11 ATSKATS
Dievkalpojums un seminārs Tukuma draudzē

12 TĒMA/ VESELĪBA
Uzmanību! Pasaulē plosās epidēmija "Mazkustīgums"

13 AKTUĀLAIS JAUTĀJUMS
Kad sākas jaunais gads pēc Bībeles?

18 EBREJI LATVIJĀ
Marģera Vestermaņa 100 gadu jubilejas svinības un grāmatas "Cilvēcība tomēr nebija mirusi" atklāšana

22 EBREJI LATVIJĀ
Adventistu dalība ebreju glābšanā holokausta laikā

26 PA BĪBELES LAPPUSĒM
Vairāk Jēzus. 2. lekcija. Kas ir kristietis?

29 JAUNIEŠIEM
Dieva prāts kalpošanā

32 BĒRNIEM UN PUSAUDŽIEM
Antarktīda

"Adventes Vēstis" ir Septītās dienas adventistu Latvijas draudžu savienības izdevums.
Reģistrācijas apliecības Nr. 1918.
Iznāk reizi mēnesī. Tirāža: 600 eks.
Galvenā redaktore: Anitra ROZE
Redakcija: Agris BĒRZIŅŠ, Elvīra GRAKOVIČA, Imants ĢIPSLIS, Vineta KRAULIŅA, Mārīte LIPSKA, Andris PEŠELIS.
Dizains un makets: Libri Style SIA
Izdevējs: SDA Latvijas draudžu savienība
Adrese: Baznīcas iela 12A, Rīga, LV-1010
E-pasts: adventesvestis@inbox.lv
Iesūtītos materiālus redakcijai ir tiesības rediģēt.
Par reklāmas izvietošanu uz 4. vāka rakstīt adventesvestis@inbox.lv.

VĀRDS REDAKCIJAI

Sveicināti janvārī, mīļie "Adventes Vēstu" draugi!

2026. gads izklausās visai iespaidīgi. Atceros, kā, šķiet, visai nesen gaidījām 2000. gadu, un tas likās tik īpaši – jauna gadsimta sākums! Un nu šajā jaunajā gadsimtā esam nodzīvojuši jau ceturto daļu. Laiks nudien neaptverami steidzas!

Kāds šis gads būs mūsu dzīvē? Gribas cerēt, ka labāks, priecīgāks, jaukām atmiņām bagātāks, skaistām kalpošanām un brīnišķīgām, stiprinošām liecībām pārpilns. Tādu es to vēlētos, un droši vien, mīļo lasītāj, arī Tu. No sirds Tev to novēlu! Bet mēs labi zinām, ka šai dzīvē augšup kalnā vien ceļš nemēdz vest, tāpēc apzināmies, ka būs arī grūti brīži, būs neveiksmes, iespējams, jutīsimies pievīluši sevi un Dievu... Tomēr tas, ko es vēlos, lai Tu, mīļo lasītāj, satver un paturi, ir doma, kas izteikta vienā no šī numura rakstiem – Morisa Vendena semināra lekcijā "Kas ir kristietis?". Tur teikts, ka mūsu, kristiešu, dzīve nav par uzvedību un zaudējumiem, bet gan par attiecībām ar Kristu. Mēs varam paklupt un kļūdīties, mēs varam domāt aplamas domas un spriest, kurš no mums ir lielākais (vai jebkādas citas), Jēzus tiks ar to galā! Galvenais ir mūsu izvēle pavadīt laiku kopā ar Viņu, uzlūkot Viņu ik dienas, domāt par Viņu ik dienas, runāt par Viņu ik dienas, lasīt Viņa Vārdu ik dienas, satikties ar Viņu lūgšanā ik dienas. Tad, ja arī visas mūsu dienas nepaies pa saulainām takām vien, mēs vienalga būsim ieguvēji, jo arī ēnainās dienas būs bijušas dienas, ko pavadījām kopā ar Viņu.

Šai žurnāla numurā varēsiet vairāk uzzināt par to, ko nozīmē būt kristietim – par to lasiet rubrikā "Pa Bībeles lappusēm". Tēmas rakstā jūs gaida Veselības nodaļas kalpotājas, vingrošanas treneres Rudītes Truces sagatavotais pētījums par to, cik liela nozīme mūsu fiziskajā un garīgajā veselībā ir kustībām. "Aktuālajā jautājumā" varēsiet uzzināt, kad sākas jaunais gads pēc Bībeles.

Īpašs un patiesi aizkustinošs ir materiāls par adventistu draudzes saistību ar ebreju glābšanu holokausta laikā. Tā pirmajā daļā varēsiet lasīt interviju ar LDS prezidentu-bīskapu Imantu Ģipsli, bet otrajā daļā vairāk uzzināt par adventistu draudzes locekļu sniegto palīdzību divu ebreju glābšanā.

Rubrikā "Vārds mācītājam" stiprinošās un garīgi paceļošās pārdomās par Dzīvības maizi dalījusies mācītāja Dagnija Lapa, bet rubrikā "Vārds lasītājam" jūs gaida raksts par ticības nozīmi un to, ko īsti nozīmē ticēt.

Lappusē "Jauniešiem" aktuāla tēma – pēc kādiem mēriem cilvēki mēra, kurš kalpotājs darbojas Dieva spēkā, bet kurš pieliek tikai savas pūles, un vai pielikt savas pūles Dieva darbā ir grēks.

Liels pārsteigums žurnāla pēdējās lappusēs sagatavots bērniem un pusaudžiem – kaut kas pavisam jauns: jauns konkurss, jauni stāsti un jauni uzdevumi!

Lai jaunais žurnāla numurs kalpo ikvienam no jums par svētību un stiprinājumu!

Šo vēstuli jums, mīļie lasītāji, vēlos noslēgt ar vārdiem no Elenas Vaitas grāmatas "Ceļš pie Kristus": "Kam pieder sirds? Kas saista mūsu domas? Par ko mums patīk sarunāties? Kam atvēlētas mūsu siltākās jūtas un mūsu labākie spēki? Ja esam Kristus pusē, tad mūsu domas ir pievērstas Viņam, mūsu vismīļākās domas – par Viņu. Viss, kas mums ir un kas mēs esam, veltīts Jēzum. Mēs ilgojamies būt Viņam līdzīgi, dzīvot Viņa Garā, darīt Viņa prātu un paklausīt Viņam visās lietās." (58. lpp.)

Lai jaunais gads ikvienam no mums paiet, esot Kristus pusē!

Mīlestībā

Anitra Roze, AV galvenā redaktore



Jaunā gada sākums daudziem no mums nāk ar dažādām cerībām. Ar apņemšanos un vēlmi dzīvot labāku un sakārtotāku dzīvi. Taču janvāris var atklāt arī citu realitāti – nogurumu, iekšēju spriedzi un prāta pārslodzi, kas uzkrājusies iepriekšējā gada steigā. Mūsdienu cilvēks bieži dzīvo nepārtrauktā informācijas plūsmā, sēdošā režīmā un hroniskā stresā. Tas atstāj tiešu iespaidu ne tikai uz mūsu ķermeni, bet arī uz mentālo un garīgo veselību.

Draudzes vidē mēs pamatoti daudz runājam par garīgo veselību – par lūgšanu, Dieva Vārdu, paļāvību, ticības stiprināšanu un dažādām kalpošanām. Taču nereti mentālā veselība paliek ēnā, it kā tā būtu otršķirīga vai pat tikai ticības trūkuma pazīme. Šāds skatījums nav ne biblisks, ne dziedinošs. Cilvēks nav vienkārši tehniski sadalāms komponentēs. Gars, prāts un ķermenis veido vienotu veselumu – dzīvu dvēseli jeb cilvēku.

Apustulis Pāvils atgādina: **“Pats miera Dievs lai jūs svētī visā pilnībā, un viss jūsu gars, dvēsele un miesa nevainojami tiek saglabāta mūsu Kunga Jēzus Kristus atnākšanai!”** (1. Tes. 5:23)

Dievs cilvēku ir radījis kustībām. Jau pašā sākumā Bībelē redzam, ka cilvēks tika aicināts radoši darboties, pieskatīt un kopt dārzu, kustēties un dzīvot aktīvu dzīvi. Kustības nav tikai sporta vai fiziskās sagatavotības jautājums, tā ir daļa no Dieva radītās kārtības. Mūsdienu pētījumi arvien skaidrāk apstiprina to, ko adventistu veselības vēsts māca jau gadu desmitiem – regulāras fiziskas aktivitātes būtiski samazina stresa līmeni, palīdz cīņā ar trauksmi un depresiju, uzlabo miegu un stiprina emocionālo noturību.

Mentālā veselība sākas ar ikdienas izvēlēm. Ar to, kā mēs plānojam savu laiku, cik ilgi uzturamies pie ekrāniem, vai regulāri sniedzam sev kustību prieku, svaigu gaisu un atrašanos dabā. Dažkārt vienkārša pastaiga, fizisks darbs vai apzinātas kustības kļūst par laiku, kurā prāts nomierinās un sirds atkal kļūst atvērta Dieva balsij. Pastaiga dabā var kļūt par lūgšanu kustībā – bez skaļi izteiktiem vārdiem, bet ar dziļu iekšēju dialogu ar Radītāju un domu sakārtošanu. **Rūpes par mentālo veselību nav pretrunā ar ticību, tās ir atbildīgas kristīgas dzīves sastāvdaļa.**

Jaunais gads ir piemērots laiks nevis perfektiem solījumiem, bet nelieliem regulāriem soļiem līdzsvarotas un veselīgas dzīves virzienā. Varbūt tieši šis janvāris ir laiks iemācīties sabalansēt garīgo dedzību ar rūpēm par prātu un ķermeni. Kustībā mēs ne tikai stiprinām veselību, bet arī mācāmies dzīvot apzinātāk, mierpilnāk un tuvāk Dievam.

Lai šis gads mums visiem kļūst par ceļu uz veselāku un skaidrāku prātu, stiprāku ķermeni un spēcīgāku paļāvību uz Dievu, kurš rūpējas par cilvēku kā vienotu veselumu!



Vēlot Dieva svētības,
Imants Ģipslis,
Latvijas draudžu savienības prezidents-bīskaps









Lai visas sirdis gavilē

Pēc daudziem mēģinājumiem un sirsnīgām lūgšanām, lai gripas dēļ netiktu noteikta karantīna, 20. decembrī Tukuma draudzes koris un mūziķi devās uz pansionātu "Rauda". Bijām šeit koncertējuši pirms *covida* pandēmijas. Tagad korim pievienojies plašs instrumentālistu loks: klavieres, pavadot kora dziesmas, – Dina, instrumentālistus – Tatjana, kontrabass, alta vijole un ģitāra – Daumands, saksofons – Reinis, ģitāra – Jolanta un Andrejs, flauta – Silga, blokflauta – Dina, šeikeris un trijstūris – Lana.

Koncerta programmu vadīja Ojārs. Piesakot pirmo dziesmu "Mirgo sudrabots sniegs", viņš pieminēja, ka sniega gan nav, bet svētku sajūta var būt par to, ka Jēzus ir piedzimis, izaudzis, kalpojis, un mēs varam Viņu ar dziesmām pagodināt. Pierasts, ka koris dzied klavieru pavadījumā, bet šai dziesmai īpašu noskaņu deva arī kontrabasa un saksofona skaņas.

Dziesma "Ņem zvaigznes līdz" skanēja kā instrumentāls skaņdarbs – klavieres, flauta, divas ģitāras, kontrabass. Trio – Lana, Līga un Dina – dziedāja divas dziesmas: "Kungs, Tu mīlestībā nāc" un "Pār visiem spēkiem". Viņas pavadīja visi instrumentālisti. Skanēja iespaidīgi.

Pēc Andreja ģitāras solo īsā uzrunā mūsu mācītājs Daumands Sokolovskis norādīja uz svarīgāko notikumu zemes vēsturē – Jēzus Kristus kalpošanu mūsu glābšanai no grēka un dzīvei mūžībā.

Aizkustinoši izskanēja Ziemassvētku popūrijs, pazīstamās melodijas dzirdējām flautas, blokflautas, kontrabasa un šeikera skaņās. Koris dziedāja "Ak, svētā nakts", to kopā ar klavierēm pavadīja alta vijole.

Klausītāji saņēma skaisti noformētus dziesmas "Klusa nakts, svēta nakts" vārdus, un visi kopā to dziedājām. Pēc draugu lūguma ar dziesmām "Ņem zvaigznes līdz" un "Kas ir šis bērns?" dziedātāji iepriecināja kādu gulošu kundzi viņas istabiņā.

No pansionāta iemītniekiem saņēmām aicinājumu atbraukt vēl, un atvadījāmies ar kopīgu lūgšanu – mūsu Pestītāja mācīto "Mūsu Tēvs Debesīs".

Daina Sproģe no Tukuma draudzes

Foto A. Bičolis





Taisnais no ticības dzīvos

Tarass Afanasjevs no Valkas draudzes

Cik īss teikums, un cik neizmērojami daudz tajā pateikts! Tāds ir mūsu Radītājs, tikai Viņš var tā izteikties. Viņš nokāpa no Debesīm uz zemes pie mums, dzīvoja ar mums, apklāja mūs ar Savu žēlastību un izdarīja visu, lai mēs nepazustu tajā bezdibenī, kurā nokļuvām.

Ticība... Cik daudz par to ir runāts, cik daudz par to ir rakstīts, un tomēr – cik maz mēs šo dāvanu saprotam un vēl mazāk to lietojam! Taču no tās taisnais cilvēks dzīvos, ne no kā cita. Cik tas mums visiem ir nepieciešams – vairāk saprast, kas ir ticība.

Ir pierakstītas vairākas liecības par to, kā cilvēkus ir izglābusi viņu ticība. Sieviete, kura ticībā slepeni pieskārās Jēzum un tika dziedināta, saņēma liecību, ka tieši ticība viņu ir izglābusi. Aklais cilvēks ticībā sauca uz Jēzu, lai Tas apžēlojas par viņu, un arī saņēma liecību, ka ticība viņu ir glābusi. Arī viens no spitālīgajiem tapa šķīsts ticības dēļ. Citi ticībā izglābās no plūdiem, citi no uguns, citi no lauvu rīklēm, citi no nespēka, citi no cietuma. Bet bija arī citi, kuri visu to izcieta un, nesaņemot apsolīto, tomēr ticībā gulās kapā, lai sasniegtu kaut ko labāku, ko Dievs ir paredzējis. Ticība ir tā, kas uzvar, tā, kas pasargā, tā, kas ceļ kājās, tā, kas mierina, tā, kas dziedina, tā, kas pārvar šaubas, tā, kas glābj. Tā var visu – pāršķelt jūru, pārcelt kalnus, izaugt par lielu koku un dot mājvietu citiem radījumiem. Ticība uzvar pasauli, šķīsta mūsu sirdi, attaisno mūs Dieva priekšā. Ticība ir drošs vadonis.

Ja kāds mums lūgtu vienā teikumā izstāstīt, kas ir ticība, ko mēs atbildētu? Ticība ir stipra paļaušanās uz to, kas cerams? Ticība ir pārliecība par neredzamām lietām? Ticība ir uzticēšanās Dievam? Ko tu teiktu? Kāda būtu tava atbilde? Vai atbildei ir jābūt vienkārši iemācītam pantam no Bībeles, vai arī tai ir jānāk no tā, ko pats esi piedzīvojis, saņēmis, lietojis, sapratis? Dievs mūs māca būt atklātiem Viņa priekšā – ja mēs kaut ko nesaprotam, tad tā arī sakām. Tomēr Bībelē mēs atrodam izpratni par ticību.

Aplūkosim Rakstu vietas, iedziļinā-simies, un lai Dievs mūs vada!

Ticības pieskāriens (Lūkas 8:42b–48). Jēzum apkārt bija daudz cilvēku, tie grūstījās un stūmās Kristum virsū no visām pusēm, bet Viņš sajuta tieši to pieskārienu, kas bija izdarīts ticībā, jo līdz ar šo pieskārienu no Viņa izgāja spēks – tūlītēja atbilde bez vārdiem uz ticības pieskārienu.

Jēzus apstājās, lai pievērstu ļaužu uzmanību šim notikumam. Viņam bija mācība apkārtējiem, kuri grūdās Viņam virsū un nesaņēma neko. Šeit Jēzus izceļ ticību – personīgu ticību, kas ir ļoti svarīga: "[..] tava ticība tev ir palīdzējusi [..]" Mani glābj ne manu vecāku ticība, ne manu brāļu ticība, bet mana personīga ticība uz Jēzu Kristu.

Kas notika ar šo sievieti? No kurienes viņai parādījās tāda ticība, kuras dēļ viņa kļuva vesela? Pēc divpadsmit ilgiem gadiem cīņā ar slimību sieviete sadzirdēja, ka pie Lielā Ārsta viņa var saņemt dziedināšanu. Viņa neatgrūda šo vēsti, bet pieņēma to, un ticība, kas nāk līdz ar Dieva Vārdu, piepildīja viņas sirdi. Dievs viņai teica, ka ir jāsastop Jēzus, un sieviete pieņēma Vārdu – ticība pieņēmās spēkā. Nāca nākamā doma: "Tikai pieskaries, un tu tiksi dziedināta!" Sieviete pieņēma arī šos vārdus, un ticība vairojās, līdz kamēr viņa nokļuva uz ceļa, pa kuru drīz ies garām Tas, par kuru viņa bija dzirdējusi. Tā izskatās ticības ceļš. Pieņemot Dieva Vārdu, mēs katru reizi saņemam arī ticības dāvanu, kas nāk līdzi šim Vārdam. Bet sirds apcietināšana ved uz neticību. Dievs runā uz mums visu laiku, un mums visu laiku ir iespēja vairot ticību.

Kad tas notiek? Brīdi pa brīdim mūsu ikdienas dzīvē. "Izdari šo lietu līdz galam!", "Pārtaisi, jo neiznāca, kā vajadzētu!", "Tagad ir laiks iet gulēt!", "Ēd tik, cik tev vajag, nevis tik, cik tev gribas!", "Esi uzmanīgs, šeit var savainoties!" Katru reizi, kad mēs atbildam uz Dieva aicinājumu ar piekrišanu un pieņemšanu, Viņam ir iespēja vairot mūsu ticību. Jo vairāk mēs pieņemam, jo vairāk spēka saņemam, lai pārvarētu nākamos šķēršļus. Tā mēs pieaugam ticībā.

Apskatīsim vēl vienu darbīgas ticības piemēru!

Ābrahāms un Dieva pavēle upurēt dēlu. Kas notika Ābrahāma sirdī? Tur gribēja iezagties šaubas, nāca domas, kas apstrīdēja Dieva pavēli. Bet Ābrahāms ir nosaukts par visu ticīgo tēvu, ar savu piemēru rādīdams, kā uzvar ticība. Kad sirdī nāk neticīgas domas, šaubas, kas aizēno Dievu, ticība nāk klāt ar pretargumentiem, kas ir balstīti Dieva Vārdā, Viņa apsolījumos. Jo cilvēks ir lielāks ticībā, jo pārliecinošāk nāk argumenti, lai mēs uzticamies Dieva Vārdam. Ābrahāmam tajā brīdi ticība sniedza pārliecinošus pierādījumus, ka pavēle nāk no Dieva un ka viņš visu ir sadzirdējis pareizi. Viņš pieņēma ticības sniegtos pierādījumus un argumentus un, kā mēs zinām, bija uzvarētājs.

Katrs no mums var būt uzvarētājs. Ja mēs ļaujam Kristum katru dienu, katru stundu vairot mūsu ticību, Viņš uzvarēs, un līdz ar Viņu arī mēs būsim uzvarētāji. Ja paskatīsimies, kā pats Kristus dzīvoja ticībā un kādu piemēru Viņš mums atstāja, tad šaubas pazudīs. Ne vienu vien reizi Jēzus Kristus liecināja, ka dara visu, ko vēlas Viņa Tēvs, un neko nedara no Sevis: "[..] kā Es dzirdu, tā Es spriežu [..]" Viņš Savā dzīvē par visiem simts procentiem ir atbildējis ar piekrišanu Savam Tēvam, pieņemot visu, ko Tēvs Viņam teica un deva. Un cik pilnīga ticība izauga! To pašu Dievs grib darīt arī mūsos, un Viņš ir spēcīgs to izdarīt. *(Turpinājums 11. lpp.)*



Maize

Dagnija Lapa – Salacgrīvas draudzes un Mazsalacas draudzes mācītāja



"Jēzus sacīja viņiem: "ES ESMU dzīvības maize. Kas pie Manis nāk, tam nesalks, un, kas Man tic, tam neslāps nemūžam." (Jāņa 6:35)

Druvas jau ir nopļautas, un graudi nolikti apcirkņos. Laiks ķerties pie maizes cepšanas! Ļoti labi atceros mūsu ģimenes lielo virtuvi manā bērnībā, kur piektdienās tika iekurināta lielā maizes krāsns, un pēc kādām stundām no tās ar lielas koka lizes palīdzību tika izvilkti smaržīgi rudzu maizes kukuļi. Ak, cik tie bija garšīgi! Vēl jo vairāk – kad maizes riku apzieda ar tikko kā izsviestu medu un klāt piedzēra lauku pienu! Laikam nekad neaizmirsīšu šo patīkamo maizes garšu un smaržu.

Maize ir pamatēdiens gandrīz visā pasaulē. Maize tiek likta galdā gan karaļu pilīs, gan bagāto namos, bet trūkumcietēji ir pateicīgi par katru maizes kumosu.

Jāņa evaņģēlija 6. nodaļa iesākas ar aprakstu par Jēzus paveikto brīnumdarbu. Jēzus bija ļoti iejūtīgs pret cilvēku fiziskajām vajadzībām. Viņa sirds iežēlojās par ļaužu izsalkumu. Jēzus pavairoja piecas miežu maizes un divas zivis un ar tām pabaroja 5000 vīrus, neskaitot vēl sievas un bērnus. Ļaudis bija pārsteigti. Tāds ķēniņš viņiem noteikti noderētu! Bet Jēzus vēlējās dot viņiem ne tikai maizi, kas apmierina fizisko izsalkumu, bet arī sniegt dziļākas garīgas atziņas. Piedzīvojot šo lielo brīnumu, pat mācekļi tā īsti nebija sapratuši, kas ir Jēzus.

Tad seko notikums, kur Jēzus vētrā staigā pa viļņiem. Mācekļi bija izbijušies, cīnoties ar vētru. Evaņģēlists Marks, stāstot šo notikumu, vidū ieraksta it kā notikumam neatbilstošu teikumu: "Un Viņš iekāpa pie tiem laivā, un vējš nostājās, bet tie bija pavisam iztrūkušies. Jo viņi notikumu ar maizēm nebija sapratuši, bet viņu sirds bija apcietināta." (Mk. 6:51, 52) Mācekļi nesaredzēja, ka Jēzus ir Dieva Dēls.

Otrā dienā ļaudis izmisīgi meklēja Jēzu. Viņi bija atnākuši tajā pašā vietā, "kur bija ēduši maizi" (Jņ. 6:23). Viņi atkal meklēja maizi. Neatraduši ne Jēzu, ne Viņa mācekļus, ļaudis devās uz Kapernaumu, lai atkal varētu satikt Jēzu. Tā vietā, lai domātu par fizisko barību, Jēzus viņu domas virzīja uz garīgo – uz Dzīvības Maizi: "Uzņemiet sevī nevis iznīkstošo barību, bet barību, kas paliek mūžīgai dzīvībai, kuru jums dos Cilvēka Dēls, jo Dievs Tēvs Viņu ir apzīmogojis." (Jņ. 6:27)

Ja ir runa par mūžīgo dzīvību, tas kļūst saistoši, un tālāk izskan jautājums: "Ko lai mēs darām, lai mums būtu daļa pie Dieva darbiem?" "Jēzus viņiem atbildēja: "**Tas ir Dieva darbs, ka jūs ticat Tam, ko Viņš ir sūtījis**."" (Jņ. 6:29)

Kā ļaudis reaģēja uz tik skaidru atbildi? Mums nepieciešams pierādījums – zīme, lai spētu ticēt! Mums Mozus tādu deva tuksnesī, pabarodams mūs ar mannu! Līdzīgi kā notikumā ar 5000 ļaužu pabarošanu, Israēla tauta no piedzīvojuma tuksnesī neko nebija sapratusi. Viņi bija pieķērušies lietām, zīmēm, bet ne pašam Dievam.

Tad Jēzus klausītājiem atklāja: nē, tas nebija Mozus, tas nebija viņa darbs, bet gan Dieva darbs (skat. Jņ. 6:32, 33). Tālāk Jēzus klausītājiem dod norādes, no kurienes nāk īstā Maize: ""Jo Dieva maize ir tā, kas nāk no Debesīm un pasaulei dod dzīvību." Tie Viņam sacīja: "Kungs, dod mums vienmēr šo maizi!" Jēzus sacīja viņiem: "ES ESMU dzīvības maize. Kas pie Manis nāk, tam nesalks, un, kas Man tic, tam neslāps nemūžam. Bet Es jums to esmu sacījis: jūs to esat redzējuši, **bet neticat**."" (Jņ. 6:33–36)

Lielākā problēma ir – jūs neticat! Jēzus sniedza atbildi uz jautājumu, ko lai darām. Tas ir Dieva darbs – ka jūs ticat. Kā to saprast? Ko jūs darāt ar maizi? Jūs vienkārši to apēdat, uzņemot sevī. Tādā veidā jūs iegūstat spēku, enerģiju, un organisms var normāli funkcionēt. Arī šodien Jēzus piedāvā cilvēkiem Dzīvības Maizi – pats Sevi –, kas pasaulei dod Dzīvību. Taču tā vietā cilvēki skrien apkārt izsalkuši, prasīdami, lai Dievs kaut ko dara. Ļaudis meklē zīmes un brīnumus. Tajā pašā laikā mēs aizmirstam, ka Dievs jau tos dara. Jēzus sacīja: "Es pats Esmu Dzīvības Maize." Es esmu Dzīvības Maize, kas tev nepieciešama, lai dzīvotu.

Līdzdalīšu jums kādu reiz lasītu līdzību par maizi.

Mazpilsētas maizes veikalā ienāca pircējs.

"Es vēlos maizi. Vai varu to šeit iegādāties?" jautāja pircējs.

"Cik jūs esat gudrs cilvēks!" atbildēja veikala īpašnieks. "Maize ir tieši tas, kas jums vajadzīgs! Un, cik interesanti, jūs esat atnācis uz pareizo veikalu, lai to saņemtu!"

"Jēzus sacīja viņiem: "ES ESMU dzīvības maize. Kas pie Manis nāk, tam nesalks, un, kas Man tic, tam neslāps nemūžam." (Jāņa 6:35)

Tad veikala īpašnieks paņēma no plaukta maizes cepšanas rokasgrāmatu, nolika to uz galda, atvēra un sāka lasīt: “Jums būs nepieciešami milti, lai varētu tikt pie maizes. Protams, vispirms būs vajadzīgi graudi, tie jāsamaļ, tad vajadzīgs arī ūdens…”

Īpašnieks priecīgs pasmaidīja par tik gudru padomu, bet, palūkojies uz pircēju, bija pārsteigts, ka tas nebūt nesmaida.

“Es vienkārši vēlos maizi,” pircējs teica.

“Cik jūs esat gudrs! Es priecājos par jūsu izvēli!” atkal sacīja īpašnieks. “Sekojiet man, un es jums parādīšu mūsu maizes ceptuvi!”

Īpašnieks izveda pircēju cauri vairākām telpām, vēlēdamies parādīt maizes cepšanas procesu.

“Šeit ir ierauga sagatavošanas telpa, šeit – maizes raudzēšanas telpa, tad šeit ir ceptuve ar krāsnīm. Mums ir tādas iekārtas, kādu nav nekur citur, un mēs varam izcept maizi visām vajadzībām.”

Tad īpašnieks atvēra kādas īpašas telpas durvis. “Šī ir pati labākā vieta mūsu maizes ceptuves teritorijā. Tā ir iedvesmas telpa jaunām idejām,” sacīja īpašnieks.

Pircējs nesacīja ne vārda, tikai uzmanīgi visu vēroja.

“Es saprotu, kāpēc jūs klusējat,” aplicis roku pircējam ap pleciem, sacīja īpašnieks. “Šī telpa iedvesmo arī mani! Ļaudis dodas šurp no vairākus kilometrus attālām vietām, lai dzirdētu mani. Vienreiz nedēļā mani strādnieki sapulcējās šeit un es viņiem lasu dažādas dzīves receptes no recepšu grāmatas.”

Pircējs arī apsēdās telpas pirmajā rindā.

“Vai arī jūs vēlētos kaut ko dzirdēt?” jautāja ceptuves īpašnieks.

“Nē, bet es vēlos kaut nedaudz maizes!”

“Cik jūs esat gudrs!” atkal sacīja veikala īpašnieks un izveda pircēju ārā, pie veikala durvīm.

“Tagad es jums pateikšu kaut ko ļoti svarīgu. Vai redzat? Šajā ielā ir vairākas maizes ceptuves. Atcerieties, viņi nepiedāvā īsto maizi! Es zinu, ka vienā no šīm ceptuvēm pievieno divas tējkarotes sāls tur, kur ir nepieciešama tikai viena tējkarote. Cita ceptuve cepšanas krāsnis uzkarsē trīs grādus vairāk, nekā tas būtu nepieciešams. Un viņi to sauc par maizi?! Tā nav cepta pēc recepšu grāmatas!”

Pircējs visu to noklausījās un pagriezās, lai ietu prom.

Īpašnieks pārsteigts jautāja: “Vai tad jūs negribējāt maizi?”

Pircējs atbildēja: “Man šķiet, ka jau esmu zaudējis apetīti.”

“Kāda neticama pārmaiņa! Pasaule šodien vairs nav izsalkusi pēc īstās maizes!” izsaucās īpašnieks.

Reliģija ir attiecības ar personu – ar Dievu. **Lai Tu dzīvotu un iegūtu Mūžīgo Dzīvību, tev ir nepieciešama Maize – pats Jēzus!** Viss pārējais ir tikai palīglīdzekļi, lai mēs uzzinātu par Dievu un labāk atklātu Dieva raksturu, lai mēs dzīvotu laimīgāku dzīvi un sāktu mācīties, gatavojoties dzīvei Debesu valstībā.

Jēzus piedzima Betlēmē, kas tulkojumā nozīmē ‘maizes klēts’, lai, dzīvojot uz šīs zemes, atklātu, kas Viņš patiesībā ir. Jēzus klātbūtnē viss izmainījās – vētra norima, slimie tika dziedināti, grēcinieki un atstumtie saņēma piedošanu un mieru.

Jēzus zemes dzīvi noslēdza ar krustu Golgātā, atdodot Sevi kā dzīvības Maizi, lai Tev un man būtu mūžīgā dzīvība – “Es esmu dzīvā maize, kas nākusi no Debesīm. Kas ēdīs no šīs maizes, tas dzīvos mūžīgi. Un maize, ko Es došu, ir Mana miesa, kas dota par pasaules dzīvību.” (Jņ. 6:51) Uzņemt Dzīvības Maizi nozīmē pieņemt Golgātas krusta nopelnu, satvert Jēzus roku ticībā, to cieši turēt un būt mierīgam ticībā. Pārsteidzoša atbilde! Kas man un tev ir Jēzus?

“[..] Tas Kungs tanī naktī, kad tas tapa nodots, ņēma maizi, pateicās, pārlauza un sacīja: ņemiet, ēdiet. Tā ir Mana miesa, kas par jums top dota; to dariet, Mani pieminēdami [..]” (1. Kor. 11:23, 24) Tā ir tik cieša savienošanās ar Jēzu! Tas ir līdzīgi kā baudīt maizi un uzņemt to ik dienas. “Kas Manu miesu bauda un Manas asinis dzer, paliek Manī, un Es viņā. Itin kā Mani sūtījis dzīvais Tēvs, un Es esmu dzīvs Tēvā, tāpat arī tas, kas Mani bauda, būs dzīvs Manī. **Tāda ir tā maize, kas nākusi no Debesīm**, ne tāda, kādu ēduši mūsu tēvi, jo tie ir miruši. **Kas šo maizi bauda, tas dzīvos mūžīgi.**” (Jņ. 6:56–58; izcēlums pievienots)

“Tad daudzi no Viņa mācekļiem sacīja: “Šie vārdi ir smagi, kas viņos var klausīties?”” (Jņ. 6:60) Arī šodien šie vienkāršie vārdi daudziem ir smagi un neizprotami. Mēs neesam pieraduši saņemt dāvanas un, vēl jo vairāk, ticībā iegūt mūžīgo dzīvību par velti! Jāņa evaņģēlijs ziņo, ka jūdi un pat Jēzus mācekļi sāka kurnēt par Jēzus vārdiem (Jņ. 6:41; 61). Par ko kurnēt? Jēzus jautāja viņiem: “Vai tas jums ir par piedauzību?” (61. p.) Ļaudīm toreiz, un līdzīgi arī mums šodien, bija grūti izmainīt līdzšinējo izpratni un domāšanu, un rezultāts bija neticība. Nevis, ka mēs nespējam kaut ko izdarīt, bet ka neticam. Tālāk seko skumīgs teikums, kas man nav īsti izprotams: “No šī brīža daudzi Viņa mācekļi atkāpās un vairs nestaigāja Viņam līdzi.” (Jņ. 6:66) Nestaigāt kopā ar Jēzu pēc tik brīnišķīga, es pat teiktu – tik izdevīga, piedāvājuma, kāda nekad iepriekš šajā pasaulē nav bijis?! Kāpēc?

Jēzus katram no mums piedāvā Maizi – Sevi pašu – un mūžīgo dzīvību. Tad Viņš jautāja mācekļiem, un Viņš to jautā arī katram no mums: “Vai arī jūs gribat aiziet, to nesaņēmuši?”

“Sīmanis Pēteris Viņam atbildēja: “Kungs, pie kā mēs iesim? Tev ir mūžīgās dzīvības vārdi, un mēs esam ticējuši un atzinuši, ka Tu esi Dieva Svētais.”” (Jņ. 6:68, 69)

Jēzus ir tas, kurš apmierina visas mūsu vajadzības, pat vēl vairāk – Jēzus mums dāvā mūžīgo dzīvību – “Dzīvības Maizi” – par velti. Vai mēs gribam aiziet?

Tad, kad saliekam rokas lūgšanā, lai pateiktos par dienišķo maizi, Jēzus mūs svētī un pavairo mūsu mazumiņu, bet tieši tajā brīdī Viņš arī tev un man saka: “Atceries un pieņem Mani kā Dzīvības Maizi bez maksas!”

“Tāpēc jums būs tā lūgt: mūsu Tēvs Debesīs! Svētīts lai top Tavs Vārds. [..] Mūsu dienišķo maizi dodi mums šodien.” (Mt. 6:9; 11)

Pateicamies Tev, Jēzu, par to, ka Tu esi mūsu Dzīvības Maize!

Mācītājs *Ojārs Incenbergs*



> “Lasiet Bībeli! Pētiet Bībeli!
> Tajā ir viss, kas cilvēkam nepieciešams
> dzīvei šeit un mūžībā.

Aizvadītā gada nogalē, 10. decembra rītā, ar cerību uz augšāmcelšanos dusēt devās uzticīgais Dieva kalps, mācītājs Ojārs Incenbergs.

Ojārs piedzima 1941. gada 26. augustā. Adventistu draudzē viņš bija kopš bērnības. Kristīts Alūksnē 1959. gadā. Tur bija arī viņa pirmais darba lauks – 1983. gadā Alūksnes draudzē, kalpojot par sludinātāju.

Pēc aroda Ojārs bija celtniecības speciālists, šo amatu viņš mācījās un šai jomā arī strādāja. Šīs iemaņas palīdzēja viņam tapt par vairāku adventistu dievnamu remontētāju un būvētāju Alūksnē, Liepājā, Ventspilī, arī ceļot dievnamu Rīgas 7. draudzei.

Kopš 1993. gada Ojārs Incenbergs tika ievēlēts Latvijas Bībeles biedrības valdē un aktīvi piedalījās Latvijas Bībeles biedrības darbā – Bībeles izdošanā, izplatīšanā un jaunu tulkojumu sagatavošanā.

Kalpojis par mācītāju Alūksnes, Gulbenes, Cēsu, Liepājas, Priekules, Mazsalacas, Ventspils un Rīgas 7. draudzē. Ar svētrunām ir kalpojis arī daudzās citās draudzēs. Aktīvi veicinājis draudzkopību un namturību adventistu draudzēs un vadījis Bībeles izpētes seminārus vairākās Latvijas pilsētās. Ojārs bija draudzes locekļu iemīļots, jo viņa svētrunas vienmēr bija saturīgas un pamācošas. Ojāra stāja, noteiktība un prasme saskatīt lietu būtību, garīgais briedums un liecības par dzīves pieredzi ir bijušas par stiprinājumu daudziem, ar kuriem viņš ir bijis saskarē.

Mācītājs Ojārs Incenbergs bija cienīts ne tikai adventistu kopienā, bet arī tālu ārpus tās, tieši darbojoties Bībeles biedrībā. Ojārs ir kalpojis ar Vārdu daudzās Latvijas baznīcās un vadījis Bībeles dienas kopā ar citu konfesiju mācītājiem un bīskapiem.

Viņš vienmēr atgādināja: “Lasiet Bībeli! Pētiet Bībeli! Tajā ir viss, kas cilvēkam nepieciešams dzīvei šeit un mūžībā.”

Atceroties mācītāju Ojāru Incenbergu, ieskatīsimies viņa atmiņās par kalpošanas laiku Alūksnē un Gulbenē!

“Saņēmis atļauju, kalpošanu uzsāku 1983. gada septembrī. Darba lauks bija ļoti plašs. Draudzes locekļi dzīvoja trīs rajonu teritorijās – Alūksnes, Gulbenes un Balvu. Tādēļ bija svarīgi satikt visus draudzes locekļus, apmeklējot tos viņus dzīvesvietā. Šādas tikšanās garīgi stiprināja, deva iespēju uzzināt viņu problēmas, bija iespēja kopīgi lūgt. Māsa L. dzīvoja gandrīz 100 km attālumā no draudzes un varēja atbraukt tikai dažas reizes gadā. Viņa dzīvoja senā lielsaimnieku mājā ar daudzām istabām kopā ar vīru, kurš nebija draudzes loceklis. Šajā mājā viena istaba bija iekārtota kā dievnams, kur viņa noturēja ik sabata dievkalpojumus, sabatskolas stundā noliekot īpašā aploksnē ziedojumus misijai un svētrunas laikā lasot nodaļu no kādas garīgās grāmatas, citā aploksnē noliekot ziedojumus draudzei. Apmeklējuma laikā viņa šīs aploksnes līdz ar desmitā aploksni lūdza nodot draudzes kasierim. Šī viņas uzticība un mīlestība mani aizkustināja līdz sirds dziļumiem.

Nereti notika uzbrukumi dievkalpojumu telpai. Īpaši nepatika pieliktie uzraksti par dievkalpojumu laikiem. Bieži vajadzēja tos atjaunot, jo tie tika norauti vai sabojāti. Dievkalpojumi notika piektdienu vakaros, sabatā un svētdienās, bet svētdienās tikai ziemas periodā, jo vasarās brīvajā dienā cilvēki strādāja savos dārzos. Arī draudzes locekļi izmantoja šo brīvdienu saviem pienākumiem. Pēc tam, kad kārtējo reizi tika sabojāts uzraksts, draudzes padomē ierosināju pasūtīt Rīgā zināmam meistaram kvalitatīvu uzrakstu uz sarkankoka ar metāla burtiem, kas ielieti īpaši cietā lakā, to tad varētu pieskrūvēt cauri mūra sienai. Bet tad mums jāpieņem lēmums, ka arī vasaras laikā svētdienās noteiktā laikā mūsu dievnamam jābūt atvērtam un kādam jāsagaida apmeklētāji. Lēmums tika pieņemts, un uzraksts – pielikts. Labu laiku to centās novākt, dažādi instrumenti pat tika turpat pamesti (iespējams, kāds iztraucēja), bet neko izdarīt neizdevās, tad uzbrukumi norima.

Tiešām – svētdienās atvērtajā dievnamā vienmēr bija kāds apmeklētājs. Cilvēki nāca, lai risinātu savas dzīves sarežģījumus, meklētu atbildes uz jautājumiem no Bībeles, kurus viņi nespēja izprast. Bet bija arī kristieši no citām pilsētām, kuri, apmeklējot Alūksni, svētdienā gribēja pielūgt Dievu kādā baznīcā. Dažkārt

luterāņu un pareizticīgo baznīcas bija slēgtas, jo mācītāji kalpoja arī citās vietās, bet mūsu dievnams, kurš atradās pilsētas centrā, bija atvērts. Bija pat tikšanās ar kristiešiem no Ļeņingradas. Kādā svētdienā dievnamā ienāca divi kristieši, kas bija ieradušies, lai iepazītos ar Alūksni. Toreiz vēl nebija bukletu par pilsētas interesantākajām vietām, tādēļ turpinājām apskatīt pilsētu kopā. Uznāca lietus, patvērāmies atkal dievnamā. B. spēlēja, kopā dziedājām. Pēc gandrīz desmit gadiem satikāmies Bībeles biedrībā un Liepājā, Pestīšanas armijas telpās, tiku uzaicināts kalpot ar Vārdu. B. vadīja Pestīšanas armijas darbu Liepājā.

Tas bija laiks, kad vēl nevarēja brīvi visur sludināt vai rīkot dažādus pasākumus. Bijām ierobežoti tikai ar savām telpām, kur varējām izpausties. Galvenais virziens bija evaņģelizācijas dievkalpojumi svētdienās, tādēļ izvēlējamies laiku, kad citu konfesiju baznīcās tie nenotika. Evaņģelizācijas dievkalpojumus sākām vēlā rudenī ar dziesmu dievkalpojumu. Jāpiebilst, ka draudzē darbojās koris, kas kalpoja katrā sabata dievkalpojumā un, protams, arī katrā svētdienas dievkalpojumā. Šajos dziesmu dievkalpojumos gandrīz vienmēr draudzes locekļi atradās blakus





telpās, lai pietiktu vietas klausītājiem. Šādi dziesmu dievkalpojumi notika vēl ziemas vidū un pavasarī, noslēdzot dievkalpojumus svētdienās. Protams, uz šiem svētku brīžiem ieradās palīgi no citām draudzēm – gan radinieki, gan draugi.

Lai piesaistītu klausītāju uzmanību, centos izmantot kristiešu svētkus – Ziemassvētkus, bet klausītāju domas vairāk bija pie lielo baznīcu krāšņuma, ne pie Bībeles vēsts. Konstatēju faktu, ka pirms Lieldienām, Klusajā nedēļā, baznīcās dievkalpojumi nenotiek, tā izmantoju šo laiku un Klusajā nedēļā katru vakaru sludināju par Kristus



dzīves pēdējās nedēļas bagātajiem notikumiem. Tā šo laiku izmantoju vairākus gadus, un klausītāju netrūka. Vienā gadā pat uzaicināju mācītāju K., kurš vairākus vakarus vadīja klausītājus dziļāk izprast Pashas – Lieldienu dziļāko nozīmi mūsu dzīves gājumā. [..]

1989. gada sākumā sāku risināt jautājumu par dievkalpojumu noturēšanu Gulbenē, jo tur bija draudzes locekļi. Beidzot aprīļa beigās saņēmu atļauju no Draudžu savienības vadības, vienojāmies par noteiktu telpu atklāšanas un iesvētīšanas datumu. Lai tas nebūtu tikai kluss notikums, bet arī zināms visā pilsētā, vienojāmies par garīgās mūzikas koncertu. Toreiz šādos pasākumos aktīvi kalpoja republikas apvienotais vīru koris. Tikos ar Gulbenes mēru, dabūju atļauju atvērt telpas, un, runājot par koncerta vietu, viņš ieteica sarunāt Gulbenes luterāņu baznīcu, piebilstot – ja gadās problēmas, viņš palīdzēs.

Alūksnes draudzē sabatā paziņoju par iespēju atvērt telpas Gulbenē un arī to, ka šim nolūkam vajadzīgi līdzekļi. Jau pēc svētdienas dievkalpojuma draudzes locekļi pasniedza aploksnes ar naudu, ar to pietika gan telpu remontam, gan iekārtošanai (krēsliem, lustrām...). Jau pirmdienā Gulbenes mēbeļu veikalā atradām tieši tādus krēslus, kādus gribējām, turklāt tieši vajadzīgajā daudzumā. Jāpiebilst, ka telpas iekārtojām privātā mājā, kurai bija divas ieejas, viena caur verandu palielā istabā, pietiekošā mūsu sākuma vajadzībām.



Aktīvi darbojoties, jau nedēļu pirms noliktā datuma viss bija iekārtots. Telpas koncertam baznīcā bija sarunātas, uzaicināju arī pilsētas mēru koncerta sākumā uzrunāt klātesošos. Koncerts bija labi apmeklēts, un mērs uzrunā pastāstīja, kas ir adventisti, cik plaši norit viņu darbība pasaules mērogā gan izglītības jomā, gan veselības nozarē, piebilstot, ka šī organizācija tagad uzsāk aktīvu kalpošanu Gulbenē. Man pēc tam jautāja, vai esmu viņam uzrakstījis runu. Varēju atbildēt, ka pats biju pārsteigts par viņa uzrunu. Tātad viņš bija zinošs cilvēks. Žēl, vairāk ar viņu neizdevās satikties, rudenī man jau bija jauni kalpošanas pienākumi Cēsīs.

Jāpiebilst, ka luterāņi par telpu izmantošanu atteicās no atlīdzības. Kā jau parasts šādos pasākumos, cilvēki vēlas ziedot, tādēļ palūdzu luterāņu cilvēkiem atļaut izmantot viņu ziedojumu kastes. Tās man pasniedza aizslēgtas, iedeva arī atslēgas. Pēc koncerta atdevu viņu draudzes kasierim tāpat aizslēgtas, sakot, ka pateicamies par palīdzību un lai saziedotos līdzekļus izlieto savām vajadzībām. Pēc kāda laika Gulbenes laikrakstā parādījās raksts par Latvijas atbrīvotāju pieminekļa atjaunošanu, kuru padomju vara bija iznīcinājusi. Rakstam klāt bija ziedotāju saraksts, visvairāk bija ziedojusi Gulbenes adventistu draudze. Paldies ļoti godīgajiem luterāņu draudzes vadītājiem, kuri, mums nezinot, šos līdzekļus bija ziedojuši mūsu vārdā! Tā Dievs parūpējās par mūsu draudzes reklāmu Gulbenē."

Materiāla tapšanā izmantotas Ojāra Incenberga atmiņas "Kalpošana draudzēs"

Sagatavoja Andris Pešelis un Anitra Roze

JAUNIEŠU IESAISTES KOMANDA KALPO TUKUMĀ

2025. gada 6. decembrī Tukuma draudzē ciemojās Jauniešu iesaistes komanda, kas kopā ar Tukuma jauniešiem noorganizēja jauniešu dievkalpojumu.

Dievkalpojuma laikā varēja dzirdēt vairākas skaistas dziesmas, Justa jokus un draudzes smieklus, un, protams, Dieva Vārdu, kas lika pārdomāt Jēzus nozīmi un nepieciešamību pēc Viņa mūsu dzīvē.

Sabatskolas laikā jaunieši aktīvi dalījās pārdomās par tematu "Patiesais Jozua" un Israēla tautas vēsturi. Pēc dievkalpojuma Jauniešu iesaistes komanda bija sagatavojusi vairākas aktivitātes, kas lika gardi pasmieties, pārdomāt un vienkārši pabūt kopā.

Paldies Gustavam M., Ievai M. G., Patrikam G., Justam J. un Konrādam R. par šo kopā pavadīto sabatu! Tukuma jaunieši jūs gaida atkal ciemos! :)

Lana Eglīte no Tukuma draudzes
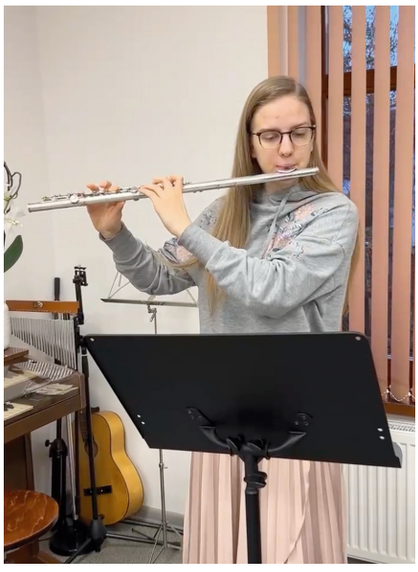






Foto: G. Melngalvis, A. Bičolis

DIEVKALPOJUMS UN SEMINĀRS TUKUMA DRAUDZĒ

29. novembra sabatā Tukuma draudzē viesojās kristīgā psiholoģe un ģimeņu konsultante Lidija Neikure. Viņa uzrunāja draudzi par ļoti aktuālu tēmu "Kā atklāt savu potenciālu".

Padomāsim, kādu potenciālu Dievs ir devis katram cilvēkam un cik no tā mēs realizējam!

Psalmi 139:14 "Es Tev pateicos, ka es esmu tik brīnišķi radīts, brīnišķi ir Tavi darbi, mana dvēsele to labi zina."

Cilvēka smadzenes ir sarežģītākais instruments Visumā. Cilvēkā ir apslēpti talanti un neatklāts potenciāls. Diemžēl no šī potenciāla vidēji tiek realizēti tikai 10 procenti. Kāpēc tā? Vai pamatā ir bailes, ka neizdosies? Uzticības trūkums, vai Dievs pašķirs ceļus? Bailes no nezināmā? Arī Mozum bija bailes, bet Dievs lika iet un darīt. Mums ir jāpieņem ticībā – ja Dievs uzticēja, tad Viņš arī dos spējas izpildīt.

Filipiešiem 4:13 "Es visu spēju Tā spēkā, kas mani dara stipru."

Bieži vien panākumu atslēga nav tālu jāmeklē. Tā ir tikai viena soļa attālumā. Vissvarīgāk ir izdarīt pirmo soli. Tad sekos nākamie. Bieži vien pirmais solis ir jāizdara ticībā, ka Dievs pašķirs ceļus, tāpat kā Jordānas upe tika pašķirta tikai tad, kad priesteri, kuri nesa Derības šķirstu, jau bija spēruši savas kājas Jordānā.

Pēc dievkalpojuma sekoja Lidijas Neikures vadīts seminārs par tēmu "Konfliktu risināšana". Steidzīgajā dzīves ritmā – gan darba vietā, gan ikdienas gaitās – nereti rodas dažādi konflikti. Diemžēl tā ir realitāte, dzīvojot grēcīgā pasaulē, un varbūt mēs pie tā esam pat pieraduši. Tomēr paliek jautājums: "Kā tos risināt?"

Kā rodas konflikti, un kas notiek mūsu smadzenēs, kad saskaramies ar tiem? Konflikti mēdz būt dažādi, tomēr ir zināmas līdzības, kas tos vieno. Kā piemēru var minēt faktu, ka, runājot dusmās, otrs cilvēks nedzird teiktā saturu, bet uztver tikai balss toni. Kāds gudrs cilvēks reiz teica: "Vienīgā atšķirība starp klupšanas akmeņiem un pakāpieniem ir veids, kā mēs tos izmantojam." Dievs mūs ir brīnišķi radījis – gan emocijas, gan balsi. Tas viss bija ļoti labs. Bet mūsu atbildība ir, kā mēs to lietojam. Mēs varam lietot savas emocijas dusmās, bet varam arī tās savaldīt un lietot, lai otru iepriecinātu. Mēs varam pacelt



balsi dusmās uz savu brāli, bet varam arī lietot balsi, lai par brāli lūgtu Dievu. Vārdam ir spēks gan celt, gan nokaut. Gluži kā savā laikā teica ASV prezidents Ronalds Reigans: "Es vienmēr esmu ticējis, ka daudzas pasaules problēmas izzustu, ja mēs runātu viens ar otru, nevis viens par otru."

Vai var būt, ka konfliktiem ir risinājums? Pavisam noteikti! Tas reizēm nav viegli, bet tāpēc jau Dieva spēkā mēs topam pārvērsti no spožuma uz spožumu. To dara Tā Kunga Gars. Dievs mūs ir aicinājis būt par zemes sāli, nevis par eļļu ugunī. Un Dievs arī ir devis padomu: "[..] lai ikviens cilvēks ir čakls klausīties, kūtrs runāt, kūtrs dusmoties, jo cilvēka dusmas nesagādā Dieva taisnību." (Jēkaba 1:19, 20)

Kaspars Giberts
no Tukuma draudzes

Foto A. Bičolis

SLUDINĀJUMS

Septītās dienas adventistu ticības māsa Ilga (65 gadi, ir 2. invaliditātes grupa) ļoti **meklē dzīvesvietu** (istabiņu vai gultas vietu) pie sirsnīgas septītās dienas adventistu ģimenītes laukos vai mazpilsētā, vēlams tuvāk Rīgai, lai varētu kopā apmeklēt dievkalpojumus un pavadīt vecumdienas. Pašreizējā dzīvesvietā palikt nav iespējams, jo nav līdzekļu, lai izpirktu esošo dzīvokli.

Ilga būs ļoti pateicīga, ja zvanīsiet, rakstīsiet vai aizbrauksiet ciemos.

Tālrunis: **22034739**

Adrese: **Ilgai Burkai, m. "Ezīši", dz. 1, c. Krapa, Daukstu pagasts, Gulbenes novads, LV-4429**

TAISNAIS NO TICĪBAS DZĪVOS

(Turpinājums rakstam no 5.lpp.)

Ticības ceļš sākas no mazām lietām. Kas vismazākā lietā ir uzticams, tas arī lielās lietās ir uzticams. Vismazākās lietās mums ir iespēja dzirdēt Dieva balsi un pieņemt to, lai ticība vairotos. "Ir jāsaklāj gulta pēc gulēšanās," saka Dieva balss. Mana atbilde: "Jā, tas ir pareizi, ko Tu saki!" Tieši tajā brīdī, kad mēs pieņemam Dieva teikto un piekrītam, ka Viņš runā pareizi, nāk spēks un gribēšana šo lietu izdarīt. Dievam ir iespēja tajā brīdī veidot tavu sirdi pēc Viņa Dēla parauga. Bet, ja mūsu atbilde uz Dieva aicinājumu ir sevis attaisnošana, tad to varam droši pieskaitīt pie sirds apcietināšanas, tad mūsu ticība iet mazumā un kļūst vāja.

Šādu mazu lietu mūsu dzīvē ir daudz – "Vajag sakārtot aiz sevis!", "Vajag nomazgāt savu šķīvi un krūzi!", "Runā tikai patiesību!", "Uzklausi līdz galam!". Protams, kāds teiks, tās ir pavisam mazas un sīkas lietas. Jā, tās ir mazas, bet tieši no tām viss sākas. Tieši te mēs iemācāmies dzirdēt un atpazīt Dieva balsi, mācāmies piekrist Viņam, mācāmies būt paklausīgi. Viss notiek, katru dienu dzīvojot ar Dievu, – mēs pieņemam, ko Viņš mums saka, Viņš vairo mūsos Gara augli. Personīgās attiecības ar Glābēju un līdzdalība sarunā glābj cilvēku.

Uzmanību! Pasaulē plosās epidēmija “Mazkustīgums”!



Mazkustīgums, hronisks nogurums, muskuļu disbalanss un kustību trūkums kļūst par “jauno epidēmiju”. Tā piezogas nemanāmi, bez brīdinājuma, par to neziņo mediji, pret to netiek izgatavotas vakcīnas, tā pielavās caur aizņemtību, un to mēģina novērst ar komfortu. To nevar saklausīt, sasmaržot, un tā saasinās ar pieaugošām prasībām pret dzīvi, ar attieksmi – man vajag vairāk! Zinātnieki runā par enerģijas deficīta sindromu – stāvokli, kad cilvēks nespēj atjaunot resursus, jo ignorē pamatvajadzības: kustības, miegu, uzturu.

Ielūkojoties cilvēces vēsturē līdz pat nesenai pagātnei – aizvadītā gadsimta otrajai pusei –, redzam, ka attīstītajās valstīs fiziskā slodze bija un atsevišķās pasaules vietās joprojām ir dabiska ikdiena. Israēla vēsturē gani veica lielus attālumus (1. Sam. 17), Pāvils runāja par skrējējiem stadionā (1. Kor. 9:24–27), Jēzus un mācekļi vienmēr pārvietojās kājām, Nehemijas grāmatā redzam smagu fizisku darbu, būvējot mūri. Senajā Israēlā mazkustīgums vienkārši nepastāvēja.

Vēl pavisam nesenā pagātnē Latvijā mazkustīgums bija piemeklējis tikai atsevišķus indivīdus. Turpretī mūsu dienās tikai 9 % (pēc SPKC datiem) Latvijas iedzīvotāju regulāri nodarbojas ar sportu jeb ir fiziski aktīvi.

Lietderīgs darbs, fiziskas un radošas aktivitātes ir kā Dieva dots līdzeklis mūsu veselībai un dzīves svētībai. “Tad Dievs sacīja: “Darīsim cilvēku pēc mūsu tēla un pēc mūsu līdzības, tie lai valda pār zivīm jūrā un pār putniem gaisā, un pār lopiem, un pār visu zemi un visiem rāpuļiem, kas rāpo zemes virsū.” (1. Moz. 1:26)

Arī Elena Vaita daudzkārt uzsver lietderīga darba nozīmi gan pieaugušo dzīvē, gan bērnu un jauniešu audzināšanā.

“Dievs iedibināja kustību un darbu kā svētību cilvēkam. Darbs ir līdzeklis, kas attīsta ķermeni, prātu un raksturu.” (“Sentēvi un pravieši”, 50. lpp.)

“Slinkums un mazkustība veicina ļaundabīgu domu stāvokli un grauj veselību.” (“Vēstis jaunatnei”, 215. lpp.)

“Lai uzturētu veselību, nepieciešams strādāt, kustēties, vingrināties. Dīkstāve ir nāvējoša.” (“Kristus dziedinošā kalpošana”, 237. lpp.)

“Regulārs fizisks darbs veicina veselību, uztur prātu skaidru un stiprina morālo izturību.” (“Bērna vadonis”, 339. lpp.)

Mazkustīgums var būt nāvējošs

Ielūkosimies Anderša Hansena un Karla Jūana Sundberja grāmatā “Svarīgākās zāles – kustības”!

Pētījumi liecina, ka ik dienas svarīga ir ne vien aktīva pastaiga, bet arī izvairīšanās no ilgstošas sēdēšanas. Sēdošs darbs palielina risku saslimt ar sirds un asinsvadu slimībām, diabētu un var pat veicināt priekšlaicīgu nāvi. Grāmatas autori uzsver: “Ņemiet vērā – runa nav par fizisko aktivitāšu apjomu vispārīgi, bet mazkustīgs dzīvesveids apdraud veselību arī tad, ja cilvēks vismaz stundu dienā nodarbojas ar sportu. Tas galvenokārt izskaidrojams ar to, ka pēc tādas fiziski aktīvi pavadītas stundas cilvēks parasti atgriežas mājās, ērti iekārtojas dīvānā un paliek tur visu atlikušo vakaru.

Mazkustīguma radītie riski ir sen zināmi, taču tikai pēdējos gados zinātnieki ir nopietni sākuši runāt par tā īpaši nelabvēlīgo ietekmi.

Vairāku gadu garumā tika veikts

pētījums, kurā piedalījās 220 tūkstoši cilvēku vecumā no 45 gadiem. 87 % dalībnieku norādīja, ka viņu veselības stāvoklis ir labs vai ļoti labs. Tika secināts, ka lielāks nāves risks ir tiem, kuri lielāko diennakts daļu pavada sēžot. Jo vairāk laika cilvēks pavada sēžot, jo lielāks risks nomirt. Tiem, kuri vismaz 11 h dienā sēž, par 40 % palielinās priekšlaicīgas nāves risks salīdzinājumā ar tiem, kuri sēž mazāk nekā 4 h dienā. Turklāt nevarētu teikt, ka viņi sportotu mazāk vai smēķētu vairāk."

Kāpēc dīvāns ir tik bīstams?

Mazkustīgs dzīvesveids palielina lieko svaru un risku saslimt ar diabētu. Mazkustīguma nelabvēlīgo ietekmi pastiprina enzīms loipopreteīnlipāze, kurš uzsūc taukus no asinīm un tādējādi regulē holesterīnu un citu tauku līmeni asinīs. Ja tauku līmenis asinīs ir augsts, tas palielina sirds un asinsvadu slimību un infarkta risku.

Laiku pa laikam vien dažas minūtes izkustoties, var ievērojami samazināt apdraudējumus veselībai, ko izraisa mazkustīgs dzīvesveids. Tāpēc lifta vietā vajadzētu izvēlēties kāpnes, ar draugiem vajadzētu doties kopīgās pastaigās, nevis dīki sēdēt kafejnīcā. Ja nu pavisam negribas doties pastaigā, tad vismaz piecelieties no krēsla un kādu laiku strādājiet pie datora stāvus.

Ja kādam vaicātu, kas apdraud cilvēku, kurš daudz laika pavada sēžot, droši vien visbiežāk tiktu nosaukts diabēts un korpulence. Tikai retais iedomājas, ka mazkustīgums palielina risku saslimt ar dažādām vēža formām. ASV mazkustīga dzīvesveida izraisītām slimībām ir pat īpašs nosaukums – "fiziskās pasivitātes izraisītas saslimšanas". Tās ir ne tikai diabēts vai sirds un asinsvadu slimības, bet arī depresija, demence, vairāki audzēju veidi, piemēram, krūts vēzis un resnās zarnas vēzis.

Tātad, tiem, kuri lielāko dienas daļu pavada sēžot, ir daudz lielāks risks saslimt ar nosauktajām slimībām, kaut arī viņi sporto.

Daudzi cilvēki gandrīz katru dienu pavada darbā pie datora, bet vakarā mājās vēl ilgi skatās televizoru vai pavada laiku citos *ekrānos*. Viņi trīs reizes nedēļā iet uz sporta zāli, un tiem šķiet, ka tādējādi viņi kompensē pārējā laika mazkustīgumu.

Mazkustīgs dzīvesveids izraisa katru piekto sirds un asinsvadu slimību gadījumu, katru desmito infarkta gadījumu, katru septīto vecuma diabēta gadījumu, katru septīto resnās zarnās vēža gadījumu, katru desmito krūts vēža gadījumu. Grāmatas autori uzsver, ka ar gadiem šie cipari kļūst aizvien draudīgāki. Bet labā ziņa ir tāda, ka katrs pats var pieņemt lēmumu un rīkoties tā, lai neiekļūtu šajā drūmajā statistikā.

Ārsts Anderšs Hansens un profesors Karls Jūans Sundberjs jautā: "Kādēļ bija nepieciešams tik ilgs laiks, lai beidzot sāktu runāt par mazkustīguma kaitīgumu? Pirmkārt, tāpēc, ka, veicot medicīniskos pētījumus, galvenā vērība tika pievērsta medikamentu, nevis dzīvesveida ietekmei. Otrkārt, ievērojamu daļu pētījumu finansē farmācijas uzņēmumi, kuri gūst peļņu, pārdodot zāles."

Par veselīgu dzīvesveidu kopumā un aktivitāšu nozīmi mēs katrs zinām patiešām daudz, bet ir svarīgi pašiem darīt, analizēt, testēt un pieaugt panākumos, rūpējoties par savu veselību. Diemžēl starp zināšanu un darīšanu pārāk bieži ir milzīga aiza.

Medicīnas doktors Neils Nedlijs, godalgots praktizējošs ārsts, kurš ir arī Veimāras Universitātes prezidents, situāciju par zināšanu un darīšanu raksturo ar statistiku: "Tikai aptuveni 5 % dzīvē izmanto lieliskās zināšanas un informāciju par veselīgu dzīvesveidu."

"Tieši fiziskajiem vingrinājumiem vairāk nekā jebkurai citai jomai ir vislielākā ietekme uz to, kā nodzīvosim atlikušo dzīvi," raksta Dr. Pīters Atia, medicīnas centra *Early Medical* dibinātājs savā grāmatā "Outlive. Ilgmūžības zinātne un māksla".

Ielūkosimies šai grāmatā!

• Ir daudz datu, kas apliecina, ka pat samērā maza fiziskā slodze var paildzināt mūžu par vairākiem gadiem. Tā aizkavē gandrīz visu hronisko slimību rašanos, turklāt apbrīnojami efektīvi uzlabo veselības stāvokli un palielina veselīgi nodzīvoto gadu skaitu.

• Sports ne tikai novērš organisma fizisko spēju pasliktināšanos, bet arī var palēnināt kognitīvo spēju pasliktināšanos vai pat tās uzlabot.

• Fiziskie vingrinājumi labvēlīgi ietekmē arī emocionālo veselību, lai gan to grūti pamatot ar skaitļiem.

• Pat viena neliela aktivitāte katru dienu ir daudz labāka par neko.

• Pētījumos atklāts, ka cilvēki, kuri regulāri nodarbojas ar sportu, dzīvo par desmit gadiem ilgāk nekā cilvēki ar mazkustīgu dzīvesveidu.

• Fizisko aktivitāšu vadlīnijas ASV iesaka 5x nedēļa vismaz 30 min. nodarboties ar vidējas intensitātes aerobām aktivitātēm un 2x nedēļā ar spēka vingrojumiem galvenajām muskuļu grupām. Kardiorespiratorā vai aerobā sagatavotība rāda, cik efektīvi organisms spēj piegādāt skābekli muskuļiem un cik efektīvi muskuļi izmanto skābekli, lai varētu skriet, staigāt, braukt ar velosipēdu utt. Aerobā sagatavotība izpaužas kā fiziskā sagatvotība. Jo labāka ir fiziskā sagatvotība, jo vairāk enerģijas paliek ikdienas iecienītajām nodarbēm, pat ja tā ir tikai iepirkšanās.

• Nav neviena medikamenta, kas spētu sacensties ar fizisko vingrinājumu sniegto efektu.

Gatavojot šo rakstu, sākotnēji iekļāvu daudzkārt garāku veselības ieguvumu sarakstu, tos pievienoju un atkal dzēsu ārā, bet pats svarīgākais – lai ko arī ir atklājusi zinātne, lai ko arī ieteiktu jūsu ģimenes ārsts vai es kā treneris, lai ko es uzrakstītu šajā rakstā, nekas nelīdzēs, ja jums nebūs

> "Tieši fiziskajiem vingrinājumiem vairāk nekā jebkurai citai jomai ir vislielākā ietekme uz to, kā nodzīvosim atlikušo dzīvi. /Dr. Pīters Atia/

motivācijas darboties pašiem. Vienā disciplīnā mēs bieži esam olimpiskie čempioni – mums ir ļoti stingri nopamatoti un ticami argumenti, kādēļ pagaidām neiekļaut vairāk fizisko aktivitāšu, mums ir simtiem atrunu un iemeslu...

Pārāk maz uzmanības fiziskajām aktivitātēm pievērš arī ārsti. Kad ārsts pēdējo reizi pārbaudīja jūsu satvēriena spēku vai uzdeva detalizētus jautājumu par jūsu spēka treniņiem? Pīters Atia, izklāstot zinātniskos pētījumus un stratēģijas, grāmatā "Outlive" uzsver spēka vingrojumu (izmantojot hanteles, svaru stieni un citus smagumus) nozīmi un mudina sākt vingrot tagad neatkarīgi no jūsu vecuma. Nekad nav par vēlu! Viņš uzsver, ka ir desmitiem pētījumu, kas pierāda, ka spēka treniņu programmas var ievērojami uzlabot kustīgumu un fiziskās funkcijas cilvēkiem ar aptaukošanos, tiem, kuri atgūstas pēc onkoloģijas, un gados vecākiem cilvēkiem. Ārsts ceļ trauksmi, ka klasiskā medicīnas pieeja ir pagaidīt, līdz briesmas ir klāt, un tikai tad sākt kaut ko darīt. Tikai pēc tam, kad esam guvuši traumu vai kļuvuši tik vāji, ka pastāv risks zaudēt patstāvību, mums ir tiesības uz fizioterapiju un rehabilitāciju. Tāpēc ikviens no mums pats var ieviest savā dzīvē prehabilitāciju – fizioterapiju, ar ko nodarboties, pirms kļuvusi nepieciešama rehabilitācija.

Ārsts saviem pacientiem piedāvā garu sarakstu ar fiziskajām aktivitātēm, kuras varētu veikt cilvēki arī krietni cienājamos gados.

Šeit ir daži ieteikumi no iepriekš minētās grāmatas. Aizpildiet anketu, atzīmējot atbilstošos aplīšus!

Dzīves kvalitāte un mērķi

Kad tev būs 80 gadi, ko tu gribētu spēt izdarīt pats, bez citu palīdzības?

- uzkāpt pa kāpnēm
- pļaut zāli
- doties pastaigā pa mežu
- doties ceļojumā
- pats iecelt savu ceļasomu lidmašīnas augšējā plauktā
- ieraksti vēl citas savas vēlmes

_____

_____

Kas tev sagādātu lielāko prieku šajā vecumā?

- satikt mazbērnus
- spēt pacelt mazbērnus
- strādāt dārzā
- ceļot
- lasīt, kustēties
- piekopt hobijus
- piekopt intīmo dzīvi
- ieraksti vēl citas savas vēlmes

_____

_____

Vai šobrīd tu trenējies tām spējām, kas tev būs vajadzīgas, lai to spētu?

Novērtē skalā no 1 līdz 5!

_____

Cik bieži tu iedomājies, kāds būsi 80 gadu vecumā fiziski, emocionāli, mentāli?

Nedaudz apraksti!

_____

_____

_____

Kā tu šobrīd rūpējies par savu ķermeni un prātu, lai tie kalpotu ilgtermiņā?

Vienkārši uzskaiti!

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Fiziskā sagatavotība

Vai tu šobrīd spēj bez atbalsta piecelties no grīdas (no sēdus pozas)

Atbildi ar "jā" vai "nē"!

_____

Vai tu vari panest iepirkumu somu 20 m bez apstāšanās?

Atbildi ar "jā" vai "nē"!

_____

Cik reizes tu vari nolaisties pietupienā un piecelties, saglabājot līdzsvaru?

Ieraksti pavisam godīgi!

_____

_____

Cik minūtes dienā tu staigā vai kusties vidējas intensitātes režīmā (elpa paātrinās, bet vari sarunāties)?

_____

Kad tu pēdējo reizi trenēji spēku – vismaz 30 minūtes ar svariem vai ķermeņa svaru?

_____

Kognitīvā veselība un mentālā noturība

Vai tu dari ko tādu, kas izaicina tavas smadzenes (piem., mācības, valoda, mūzika, stratēģiskas spēles)?

Ieraksti pavisam godīgi, ko tieši dari!

_____

_____

Vai tev ir regulārs miega režīms (ej gulēt un celies līdzīgā laikā)?

Jā/ nē

_____

Cik bieži tu atsakies no *ekrāniem* un pavadi laiku dabā vai klusumā?

Izvērtē sevi pavisam godīgi!

_____

_____

Vai tu jūti, ka stress tev traucē gulēt vai koncentrēties?

Jā/ nē

_____

Kā tu šobrīd regulē savu stresu – kustības, elpošana, apcere/ lūgšana, sarunas, regulāri apmeklē psihoterapeitu, piedalies lūgšanu grupā...?

Ieraksti, kas tieši Tev palīdz mazināt stresu!

_____

_____

Sociālā un emocionālā ilgmūžība

Vai tev ir vismaz viens cilvēks, ar kuru vari atklāti runāt par dzīvi un emocijām?

Jā/ nē

_____

Vai tu piederi kādai kopienai (draugu, darba, brīvā laika grupai), kas tev dod atbalstu un kustību prieku?

_____

_____

Cik bieži tu jūti pateicību par cilvēkiem, ķermeni, dienu?

_____

_____

Vai tu šobrīd plāno savu dzīvi, domājot par ilgtspēju (nevis ātru rezultātu)? Kā tu to dari?

_____

_____

Ko tu vēlies, lai simbolizētu tavi 80 gadi – spēku, mieru, kustību, gudrību vai mīlestību?

_____

_____

Kāds cilvēks savos 80 tu vēlētos būt?

_____

_____

Veselība nav tikai fiziska, bet arī garīga disciplīna

Elena Vaita raksta: "Disciplīna un rūpes par ķermeni ir ticības daļa." Pāvils jau minētajā 1. Kor. 9:24–27 salīdzina ticību ar sporta disciplīnu, kurai vajadzīga neatlaidība, izturība un mērķis: "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. Tātad es skrienu ne kā uz ko nezināmu, es cīnos ne kā gaisu sizdams. Bet es norūdu un kalpinu savu miesu, lai, citiem sludinādams, pats nekļūstu atmetams." E. Vaita

> "Prāta, miesas un gara veselībai ir jābūt rūpīgi uzturētai. Visas mūsu spējas ir Dieva dāvanas, kas jāattīsta un jāizmanto Viņa godam. /E. Vaita/

> "Apmierināts prāts un priecīgs gars ir veselība ķermenim un spēks dvēselei. Nekas tik ļoti neveicina slimību kā nomāktība, drūmums un skumjas. /E. Vaita/

nepārtraukti uzsvēra, ka ķermenis ir Dieva dota atbildība, tas ir Dieva templis, un tā kopšana nav tikai veselības jautājums, bet garīga disciplīna. Viņa mācīja, ka ticīgajam ir pienākums saglabāt ķermeni tādā stāvoklī, lai prāts būtu skaidrs un spējīgs sadzirdēt Dieva vadību. Viņa bieži uzsvēra, ka kustības ārā, pastaigas, fizisks darbs, atrašanās dabā ir Dieva veids, kā uzturēt gan ķermeni, gan garu veselu. Viņa mācīja, ka mazkustīgs dzīvesveids noved pie prāta miglainības, grūtākas koncentrēšanās un arī garīga vājuma. Regulāras fiziskās aktivitātes ir Dieva dāvana cilvēkam, lai stiprinātu gan ķermeni, gan raksturu.

Runājot par Jēzu un Viņa dzīvesveidu, jāteic, ka Viņš daudz staigāja, dzīvoja kustībā, bija sociāli aktīvs, kalpoja, bija fiziski izturīgs, bet arī devās vientulībā atjaunot emocionālās un garīgās spējas. Kristus dzīves piemērs parāda perfektu balansu starp kalpošanu un atpūtu.

Tāpat Elena Vaita bieži rakstīja par to, ka neveselīgi paradumi, slinkums, mazkustīga dzīve, bada sajūta, noguruma ignorēšana un stresā balstīts dzīvesveids ietekmē emocionālo un garīgo stabilitāti, kas savukārt ietekmē cilvēka spēju lūgt, uzticēties Dievam un dzīvot saskaņā ar Viņa gribu. Ir svarīgi zināt, ka veselība nav tikai ķermeņa jautājums, tā ir prāta un gara labklājība, kas ļauj cilvēkam dzīvot Dieva godam.

Ielūkosimies viņas rakstītajā!

"Prāta, miesas un gara veselībai ir jābūt rūpīgi uzturētai. Visas mūsu spējas ir Dieva dāvanas, kas jāattīsta un jāizmanto Viņa godam." ("Kristus dziedinošā kalpošana", 130. lpp.)

"Dzīves likumu nezināšana vai ignorēšana ir grēks. Tā kā Dievs ir devis šos likumus, tad katram cilvēkam ir pienākums tos ievērot." ("Counsels on Health", 37. lpp.)

"Tiem, kas no Dieva gaida spēku, ir jārūpējas par ķermeni, kas ir Svētā Gara templis." ("Kristus dziedinošā kalpošana", 374. lpp.)

E. Vaita bieži apraksta mieru, pateicību, cerību, līdzjūtību, klusu sirds uzticēšanos Dievam kā emocionālās veselības pamatus. Viņa skaidro, ka stress, nemiers, pārslodze un dzīve hroniskā nogurumā neļauj cilvēkam dzirdēt Dieva balsi un izjauc attiecību kvalitāti ar cilvēkiem.

Viņai ir daudz skaidru praktisku padomu šajā jautājumā.

"Priekam un cerībai ir liela ietekme uz veselību. Pateicīga, paļāvīga sirds dara dvēseli un ķermeni stipru." ("Kristus dziedinošā kalpošana", 281. lpp.)

"Apmierināts prāts un priecīgs gars ir veselība ķermenim un spēks dvēselei. Nekas tik ļoti neveicina slimību kā nomāktība, drūmums un skumjas." ("Liecības draudzei", 1. sēj, 702. lpp.)

"Garīgs miers ir visefektīvākās zāles pret slimībām." ("Kristus dziedinošā kalpošana", 241. lpp.)

"Dieva mīlestības apziņa, kas mājo dvēselē, ir veselības un dzīvības avots." ("Laikmetu ilgas", 113. lpp.)

"Daudzas slimības varētu tikt novērstas, ja cilvēki iemācītos laipnību, piedošanu un pašsavaldīšanos." ("Kristus dziedinošā kalpošana", 250. lpp.)

Bībelē ir vairāk mācību par emocionālo, nevis fizisko veselību

Tas nav tāpēc, ka ķermenis būtu mazsvarīgs, bet gan tāpēc, ka emocijas un gars nosaka cilvēka dzīves virzienu, arī veselību.

Par fizisko veselību tieši vai netieši runāts aptuveni 30 līdz 40 pantos, turpretī par emocionālo un garīgo veselību runā simtiem pantu. Bībele emocionālo veselību redz kā garīga brieduma daļu. Taču abas lietas nav nodalītas – veselība ir vienots veselums.

> “Emocionālā veselība ir svētīts stāvoklis, kas rodas, kad cilvēks dzīvo saskaņā ar Debesu principiem. “Pāri visam, kas jāsarga, sargi savu sirdi, jo no turienes rosās dzīvība!”
> (Sal. pam. 4:23)

Esot stresā, cilvēki kustas mazāk, arī depresijas gadījumā kustība samazinās, kustīgumu bloķē trauksme, ko izjūtam, savukārt sēdošs dzīvesveids pats rada emocionālu nestabilitāti. Tas jāaplūko holistiski, kā to māca gan zinātne, gan Bībele.

Bībele ļoti daudz runā par veselību, īpaši par emocionālo labbūtību. Emocionālā pasaule Bībelē ir viena no centrālajām tēmām – sirds, miers, bailes, prieks, mierinājums, cerība, nogurums, raizes, drosme, piedošana, dziedināšana, iekšējā atjaunošanās. Miera pilna, sakārtota sirds ir vieta, kur Dievs var runāt. Emocionālā veselība ir svētīts stāvoklis, kas rodas, kad cilvēks dzīvo saskaņā ar Debesu principiem.

“Pāri visam, kas jāsarga, sargi savu sirdi, jo no turienes rosās dzīvība!” (Sal. pam. 4:23) Sirds Bībelē ir emociju, domu un gribas centrs.

“Visu savu zūdīšanos metiet uz Viņu, jo Viņš gādā par jums.” (1. Pēt. 5:7) Dievs aicina atdot Viņam savas bailes un trauksmi.

“Nezūdieties!” (skat. Mt. 6:25–34) Tie ir emocionālās veselības panti – trauksmes regulācija, uzticēšanās, drošība.

“Mieru Es jums atstāju, Savu mieru Es jums dodu; ne kā pasaule dod, Es jums dodu. Jūsu sirdis lai neiztrūkstas un neizbīstas.” (Jņ. 14:27) Dievs dod mieru stresa un satraukuma vietā.

“Un Dieva miers [..] pasargās jūsu sirdis un jūsu domas Kristū Jēzū.” (Fil. 4:7) Miers ir viens no Bībeles biežākajiem emocionālajiem jēdzieniem.

“Nāciet šurp pie Manis visi, kas esat bēdīgi un grūtsirdīgi, Es jūs gribu atvieglināt.” (Mt. 11:28) Bībele runā par izdegšanu un dvēseles nogurumu.

“Viņš dziedē salauztas sirdis un remdē ļaužu sāpes.” (Ps. 147:3) Par psiholoģisku izaugsmi un emocionālu izturību.

“Esiet priecīgi vienumēr [..]” (1. Tes. 5:16) Emocionālās veselības pantu ir desmitiem. Dievs aicina kultivēt prieku un pateicību, tie ir emocionālās veselības pamatprincipi.

“Dariet visu bez kurnēšanas un šaubīšanās.” (Fil. 2:14)

“Izbaiļu brīžos es paļaujos uz Tevi!” (Ps. 56:4) Par trauksmi un tās pārvarēšanu.

“Nesiet cits cita nastas [..]” (Gal. 6:2) Par attiecību un kopienas nozīmi emocionālajā veselībā.

“Diviem ir labāk nekā vienam būt [..]” (Skat. Sal. māc. 4:9–12). Par sociālā atbalsta nozīmi, kas ir viens no zinātniski spēcīgākajiem emocionālās veselības faktoriem.

“[..] pārvērtieties, atjaunodamies savā garā [..]” (Rom. 12:2) Par psiholoģisko disciplīnu un prāta pārvaldību.

“[..] septītajā dienā Viņš atdusējies un atspirdzinājies.” (2. Mozus 31:17) Bībele aicina atpūsties un atjaunoties, kas arī ir nozīmīgs emocionālās veselības pamats. Dieva ieceltais ritms paredz emocionālu atjaunošanos.

Kustības, spēks, miegs, veselīgas izvēles un regulāras pārbaudes spēj burtiski pievienot 10–20 kvalitatīvus dzīves gadus. Kas pats svarīgākais, sākt var šodien – ar 10 minūšu pastaigu, vienu pietupienu sēriju, vienu vakaru, kad aizejat gulēt savlaicīgi.

Kā senatnē, tā arī mūsu dienās fiziskais spēks ir uzlūkojams par Dieva svētību – “Dievs apjož mani ar spēku un dara līdzenus manus ceļus, Viņš man devis stirnu kājas un pacēlis mani augstā vietā.” (Ps. 18:33, 34), “Viņš nogurušajiem dod spēku un vairo stiprumu nespēcīgajiem. Jaunekļi piekūst un pagurst, un jauni vīri sabrūk, bet, kas paļaujas uz To Kungu, tie dabū jaunu spēku, tā ka viņiem aug jaunas spārnu vēdas kā ērgļiem, ka viņi skrien un nepiekūst, ka viņi iet un nenogurst.” (Jes. 40:29–31)

Vai būsim darītāji? Ceru, ka pēc šī raksta izlasīšanas būsiet to pulkā, kuri sajutīs neatliekamu vajadzību iekļaut savā ikdienā fiziskās aktivitātes.

Lai ikvienam no jums ir nebeidzama vēlme pieaugt, darot un esot aktīviem!

Māsa Kristū Veselības kalpošanas nodaļā, vingrošanas trenere Rudīte Truce

> “Kustības, spēks, miegs, veselīgas izvēles un regulāras veselības pārbaudes spēj burtiski pievienot 10–20 kvalitatīvus dzīves gadus.



KAD SĀKAS JAUNAIS GADS PĒC BĪBELES?

Andris Pešelis

“Šis mēnesis lai jums ir pirmais mēnešu vidū, ar šo mēnesi lai jums iesākas gads.” (2. Moz. 12:2)

Mozus dienās Jaunais gads iesākās līdz ar Pashas svētkiem. Tad vēl ir arī Rošhašanā svētki septembra otrajā pusē, kas noslēdzas ar Tiesas dienu (jeb Salīdzināšanas dienu), kad tika šķīstīta svētnīca. “Šinī dienā nestrādājiet nekādu darbu, jo tā ir salīdzināšanas diena, kad jūs tiekat salīdzināti Tā Kunga, sava Dieva, priekšā. Un ikviena dvēsele, kas tanī dienā nenožēlo grēkus, lai tiek izdeldēta no savas tautas vidus.” (3. Moz. 23:28, 29) Šajos svētkos piemin radīšanas nedēļas ciklu un ikgadēju Dieva radības atjaunošanu, pateicas par aizejošā gada svētībām un novēl citiem labu Jauno gadu. Šogad Rošhašanā svētkus ebreji svinēja no 22. līdz 24. septembrim.

Vadoties no šiem svētkiem, adventistu celmlauži pieņēma Kristus otrās atnākšanas dienu 1844. gada 22. oktobrī, uzskatot, ka ebreji par veselu mēnesi ir kļūdījušies ar precīzu datumu, kad šie svētki būtu svinami.

Tātad israēliešiem pastāvēja divi Jaunie gadi – Pashas svētki un Rošhašanā svētki. Atsevišķos iedalījumos tiek minēts, ka jūdiem pastāv laicīgais un reliģiskais Jaunais gads. Tikai grūti izšķirt, kurš no šiem abiem būtu tas “laicīgais”.

Senajiem romiešiem Jaunais gads iesākās 1. martā vai 1. maijā. Ja kāds sajauca datumus un svinēja tos 1. aprīlī, tad par to smējās. Tā izcēlās 1. aprīļa “joku” diena.

Katoļu un pareizticīgo liturģijā tāda Jaunā gada nebija, jo tajā atzīmēja reliģiskos svētkus un pieminēja svēto dienas. Tā kā viduslaikos tika lietots Jūlija kalendārs, Jauno gadu dažādās zemēs iesāka atšķirīgos datumos: 1. martā, 25. martā, Lieldienās, 1. septembrī vai Ziemassvētkos.

Jauno gadu iesākt ar 1. janvāri pasāka līdz ar Gregora kalendāra ieviešanu 1582. gadā, lai gan bija vairākas protestantu zemes, kuras atteicās šo kalendāru ieviest, dēvējot to par “katoļu” kalendāru. Rīgā no 1584. līdz 1589. gadam notika pat tā sauktie “kalendāra nemieri” kā protests pret Rīgas rātes lēmumu ieviest Gregora kalendāru un grozīt baznīcas liturģisko gadu. Nemieri izcēlās dēļ jaunā Ziemassvētku datuma. Pilsētnieki laupīja un demolēja katoļu īpašumus un baznīcas. Lai gan Rīga tobrīd bija zem Polijas karaļa varas, tomēr ilgu laiku nebija iespējams šos nemierus apspiest. To spēja vien jaunais Polijas karalis, kurš panāca noteiktus kompromisus ar rīdziniekiem, bet dumpja vadītāji tika sodīti ar nāvi. Rīga turpināja ievērot Jūlija kalendāru līdz pat 1918. gadam, kad notika pāreja uz Gregora kalendāru.

Krievijā pāreja no vecā uz jauno stilu notika 1918. gada 31. janvārī, kuram sekoja 14. februāris. Šo pārmaiņu dēļ Oktobra revolūcijas dienu atzīmēja nevis oktobrī, bet gan 7. novembrī.

Pareizticīgo baznīca turpina ievērot savu liturģisko gadu pēc Jūlija kalendāra un nepieņem Gregora kalendāru, tādēļ pareizticīgie svin Ziemassvētkus janvārī.

Gregora kalendārs ir pieņemts visā pasaulē, lai gan vairākas tautas ievēro pašas savus kalendārus, piemēram, ķīniešu Jaunais gads var iesākties periodā starp 21. janvāri un 21. februāri atkarībā no Mēness kalendāra.

Senajiem babiloniešiem Jaunais gads iesākās pēc pavasara saulgriežiem līdz ar jaunā Mēness fāzi. Daudzām austrumu tautām Jaunais gads iesākas pavasarī, bet ir arī tautas, kurām tas iesākas vasarā. Koptu baznīcā Ēģiptē Jaunais gads iesākas 11. vai 12. septembrī, kā tas tiem bijis kopš senās Ēģiptes laikiem, kad sākās Nīlas upes pali.

Lai gan Bībelē ir noteikti vismaz divi laiki, kad iesākt Jauno gadu, tomēr neviena kristīgā baznīca tos kā atsevišķus svētkus nesvin. Visas kristīgās baznīcas atzīst 1. janvāri kā Jaunā gada iesākumu. Tas ir labi – 31. decembrī sapulcēties ģimenē vai ar draugiem, lai kopā pateiktos Dievam par pagājušā gada svētībām un novēlētu cits citam veselību, svētības un labu Jauno gadu.



Marģera Vestermaņa 100 gadu jubilejas svinības un grāmatas "Cilvēcība tomēr nebija mirusi" atklāšana



Saruna ar SDA Latvijas draudžu savienības prezidentu-bīskapu Imantu Ģipsli

Lūdzu, pastāsti vairāk par pasākumu, uz kuru tik negaidīti saņēmi ielūgumu! Kas tas bija par pasākumu, kur tas notika un cik plaši bija pārstāvēts?

Ielūgums no Rīgas Ebreju kopienas uz Marģera Vestermaņa 100 gadu jubileju patiešām bija negaidīts, taču vienlaikus ļoti pagodinošs.

Pasākums notika 2025. gada 18. septembrī Rīgas Ebreju kopienas namā Skolas ielā 6. Tas bija ebreju izcelsmes latviešu vēsturnieka, Latvijas Zinātņu akadēmijas goda doktora, Latvijas Vēsturnieku komisijas locekļa, muzeja "Ebreji Latvijā" dibinātāja, Triju Zvaigžņu ordeņa kavaliera Marģera Vestermaņa 100 gadu jubilejas pasākums. Pasākuma laikā varēja iepazīties ar M. Vestermanim veltītu izstādi, savukārt pasākuma centrālais notikums bija jubilāra grāmatas "Cilvēcība tomēr nebija mirusi" prezentācija. Grāmatā stāstīts par ebreju glābējiem nacistu okupētajā Latvijā, materiālus tai M. Vestermanis bija apkopojis pēdējos divdesmit gadus.

Jubilejas svinības pulcēja plašu sabiedrības loku – esošos un iepriekšējos valsts vadītājus, vēstniekus, ministrus un ministriju darbiniekus, dažādu ārvalstu pilsētu mērus, vēsturniekus, akadēmiskās jomas pārstāvjus, izglītības, kultūras un sabiedriskos darbiniekus, dažādu konfesiju garīdzniekus, ebreju kopienas pārstāvjus un, protams, M. Vestermaņa radiniekus, kā arī cilvēkus, kuru likteņi tiešā vai netiešā veidā ir saistīti ar jubilāru. Tas apliecina viņa lomu ne tikai vēstures liecību jomā, bet arī latviešu sabiedrības vēsturiskās atmiņas veidošanā un attiecību stiprināšanā starp ebreju kopienu un Latvijas sabiedrību.

Svinīgajā notikumā piedalījās vairāk nekā 150 viesu, un ceremonija notika Rīgas Ebreju kopienas Lielajā zālē. Jubilārs sēdēja uz skatuves un pieņēma apsveikumus. Pasākums notika celsmīgā un dziļi saturīgā gaisotnē, kurā tika uzsvērtas ne tikai ļoti unikālas vēsturiskās atmiņas, bet arī cilvēciskās drosmes, līdzcietības un ticības nozīme totalitāru režīmu apstākļos.

Svinības iesāka pats jubilārs Marģers Vestermanis, uzrunājot klātesošos no skatuves ar spēcīgu un elpu aizraujošu liecību par savas dzīves skarbo pieredzi, par veiksmi, izdzīvojot holokaustā, un satverto misiju – pierakstīt un nodot vēstures liecības nākamajām paaudzēm. Vestermaņa uzrunas laikā zālē bija pilnīgs klusums un visi klātesošie ar bijību klausījās jubilāra teiktajā.

Daudzi "Adventes Vēstu" lasītāji Marģera Vestermaņa vārdu, iespējams, dzird pirmo reizi. Ko Tu šajā jubilejas reizē uzzināji par viņu un viņa veikumu?







Šajā reizē man pirmo reiz atklājās M. Vestermaņa personības mērogs. Iepazīstot viņu, sapratu, ka viņš ir cilvēks ar lielo burtu. Latvija var ar viņu lepoties. Ne velti viņš ir saņēmis daudzas atzinības, goda rakstus un arī Triju Zvaigžņu ordeni.

M. Vestermanis ir dzimis 1925. gadā Rīgā un ir Latvijas ebrejs, holokausta liecinieks un vēstures pētnieks, vienīgais no savas ģimenes, kurš izdzīvoja nacistu okupācijas laikā. Viņa personīgā pieredze, zaudējot visu ģimeni un tuviniekus un pārvarot šausmas, ir bijusi galvenais motivētājspēks dzīvē un vēstures pētniecībā. M. Vestermanis ir Latvijas ebreju holokaustā izdzīvojušais, kurš ne tikai pārvarēja traģēdiju, bet veltīja savu dzīvi tās izpētei un piemiņas saglabāšanai. Viņš ir Latvijas Zinātņu akadēmijas goda doktors un Latvijas vēstures pētnieks. Publicējis rakstus par holokaustu jau padomju laikā, kad par to runāt bija grūti un neatbilstoši politiskās varas interesēm. Viņa darbs – raksti, publikācijas, grāmata un muzeja darbība – ietver gan rūpīgu dokumentāciju, gan cilvēcīgas liecības par drosmi un humānismu. Īpaši tika uzsvērts tas, ka viņa aktīvais mūža darbs nebija balstīts politiskos aprēķinos vai pašlabuma meklējumos, bet iekšējā pārliecībā par cilvēka dzīvības vērtību. Tas, kas tiek augstu vērtēts, ir viņa personīgā drosme un dzīves pieredze kā vēstures lieciniekam, arī akadēmiskais un dokumentālais ieguldījums pētījumos par holokausta vēsturi Latvijā, viņa loma sabiedrības izglītošanā un atmiņas saglabāšanā nākamajām paaudzēm.

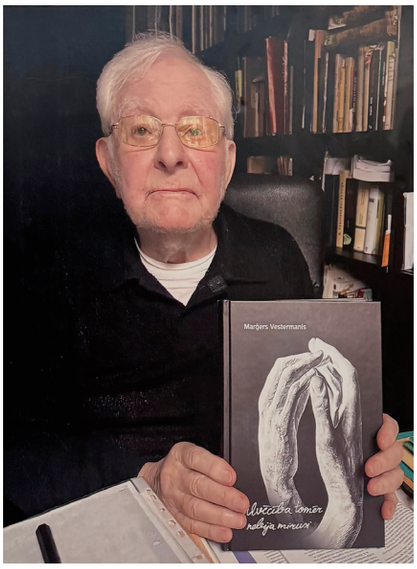
Tāpat Vestermaņa kungs ir veltījis gandrīz visu savu dzīvi Otrā pasaules kara ebreju traģēdijas un latviešu glābēju pētniecībai. Viņš ir muzeja "Ebreji Latvijā" dibinātājs un pirmais tā vadītājs. Tas ir muzejs, kur tiek saglabātas liecības par ebreju kopienu Latvijā un holokausta notikumiem.

Grāmata "Cilvēcība tomēr nebija mirusi. Ebreju glābšana nacistu okupētajā Latvijā 1941–1945" ir apjomīga cienījamā kunga pētījuma darba rezultāts. Grāmata dokumentē ebreju glābšanas notikumus Latvijas teritorijā nacistu okupācijas laikā. Tā ietver gan vēstures liecības un stāstus par glābējiem un ebreju atbalstītājiem, gan arī par glābtajām personām. Šī apkopojuma uzsvars ir, ka cilvēcība un drosme pastāvēja pat vissmagākajos dzīves apstākļos un ka daudzi latvieši riskēja ar savu dzīvību, lai palīdzētu nacistu genocīda upuriem. Autors ir personīgi apkopojis zināmos datus par ebreju glābējiem. Pētījumā ir uzskaitīti vairāk nekā 644 zināmi glābēji un 84 atbalstītāji, bet šie skaitļi noteikti ir lielāki, jo liecības un dokumenti ir saglabājušies tikai daļēji vai ir grūti pārbaudāmi.

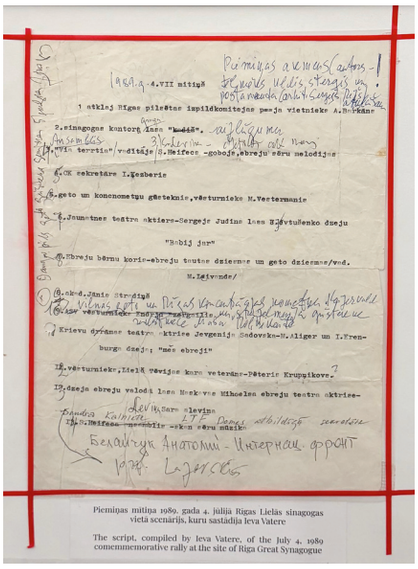
Tevi uzaicināja kā adventistu draudzes pārstāvi, un Tavam apsveikumam tika atvēlēta











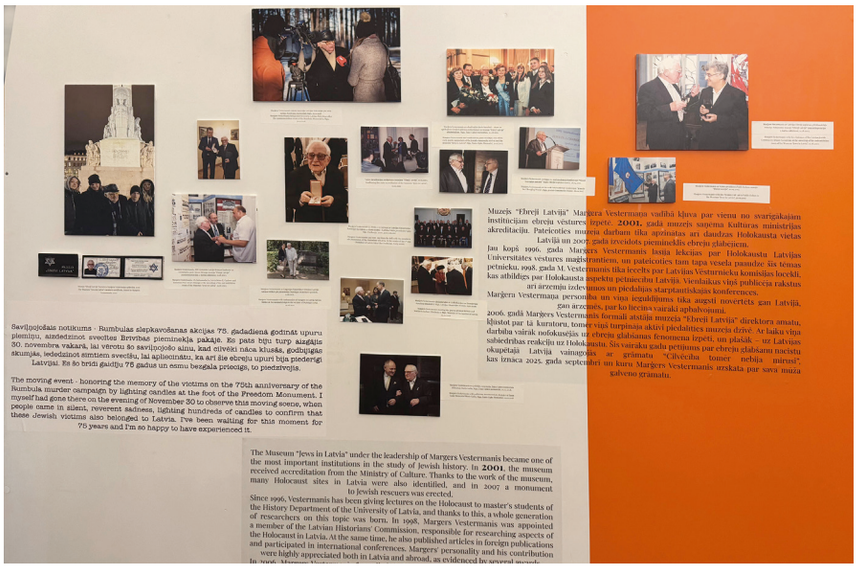
Piemiņas mītiņa 1989. gada 4. jūlijā Rīgas Lielās sinagogas vietā scenārijs, kuru sastādīja Ieva Vatere

The script, compiled by Ieva Vatere, of the July 4, 1989 comemmemorative rally at the site of Riga Great Synagogue









Savijņojošais notikums - Rumbulas slepkavošanas akcijas 75. gadadienā gādināt upuru piemiņu, aizdedzinot svecītes Brīvības pieminekļa pakājē. Es pats biju turp aizgājis 30. novembra vakarā, lai vērotu šo savijņojošo aizu, kad mīvēki rakos klusā, godbijīgās skumjās, iedegdinot simtiem svecīšu, lai apliecinātu, ka arī šie ebreju upuri bija piederīgi Latvijai. Es to brīdi gaidīju 75 gadus un esmu bezgala priecīgs, to piedzīvojis.

The moving event - honoring the memory of the victims on the 75th anniversary of the Rumbula murder campaign by lighting candles at the foot of the Freedom Monument. I myself had gone there on the evening of November 30 to observe this moving scene, when people came in silent, reverent sadness, lighting hundreds of candles to confirm that these Jewish victims also belonged to Latvia. I've been waiting for this moment for 75 years and I'm so happy to have experienced it.

Muzejs "Ebreji Latvijā" Margera Vestermaņa vadībā kļuva par vienu no svarīgākajām institūcijām ebreju vēstures izpētē. **2001.** gadā muzejs saņēma kultūras ministrijas akreditāciju. Pateicoties muzeja darbam tika apzinātas arī daudzas Holokausta vietas Latvijā un 2007. gadā izveidots piemineklis ebreju glābējiem.

Jau kopš 1996. gada Margers Vestermanis lasīja lekcijas par Holokaustu Latvijas Universitātes vēstures maģistrantiem, un pateicoties tam tapa vesela pamudze šīs tēmas kas atbildīgas par Holokausta apstāju pētniecību Latvijā. Vienlaikus viņš publicēja rakstus arī arzemju izdevumos un piedalījās starptautiskajās konferencēs.

Margera Vestermaņa personības un viņa ieguldījuma tika augstā novērtēts gan Latvijā, gan arzemēs, par ko liecina vairākī apbalvojumi.

2006. gadā Margers Vestermanis formali atstāja muzeja "Ebreji Latvijā" direktora amatu, kļūstot par tā kuratoru, tomēr viņš turpināsa aktīvi piedalīties muzeja dzīvē. Ar laiku viņa darbība vairāk nofokusējās uz ebreju glābšanas fenomena izpeti, un pļašāk – uz Latvijas sabiedrības reakciju uz Holokaustu. Šīs vairāku gadu pētījuma par ebreju glābšanu rucīstu kas iznāca 2025. gada septembrī un kuru Margers Vestermanis uzskata par savu muzeja galveno grāmatu.

The Museum "Jews in Latvia" under the leadership of Margers Vestermanis became one of the most important institutions in the study of Jewish history. In **2001**, the museum received accreditation from the Ministry of Culture. Thanks to the work of the museum, many Holocaust sites in Latvia were also identified, and in 2007 a monument to Jewish rescuers was erected.

Since 1996, Vestermanis has been giving lectures on the Holocaust to master's students of the History Department of the University of Latvia, and thanks to this, a whole generation of researchers on this topic was born. In 1998, Margers Vestermanis was appointed a member of the Latvian Historians' Commission, responsible for researching aspects of the Holocaust in Latvia. At the same time, he also published articles in foreign publications and participated in international conferences. Margers' personality and his contribution were highly appreciated both in Latvia and abroad, as evidenced by several awards.



nozīmīga vieta. Kāpēc tā? Kāpēc uz šo pasākumu bija lūgts arī adventistu draudzes pārstāvis?

Saņemot ielūgumu un izlasot, ka arī es esmu lūgts teikt apsveikuma runu pasākumā, kurā jau būs daudz runātāju un sveicēju, es kopējā laika ekonomijas nolūkos atteicos teikt runu no skatuves. Biju apņēmies jubilāru apsveikt kopā ar visiem sveicējiem, pēc publiskajiem apsveikumiem. Bet nebiju gaidījis, ka pēc sava atteikuma saņemšu atbildi, kurā pasākuma organizatori rakstīja, ka nekādi nevar pieņemt manu atteikumu uzrunāt jubilāru no skatuves. Jubilārs būšot ļoti apmierināts un laimīgs, saņemot manu apsveikumu no skatuves, jo savā grāmatā viņš raksta arī par vairākiem adventistiem – ebreju glābējiem, tāpēc uzskata adventistu dalību par sava darba novērtējumu. Pēc šādas atbildes, kurā acīmredzami augstu tika vērtēta adventistu draudzes pārstāvja dalība, nevarēju atteikt apsveikumu no skatuves. Sagatavoju īsu apsveikuma runu par Dieva žēlastību, iesaiņojām dāvanu – Andra Pešeļa Bībeles psalmu komentārus "Dievs ir labs", kā arī ziedus. Un biju gatavs doties. Sajutu lielu bijību, cieņu un atbildību būt par adventistu draudzes pārstāvi to adventistu vārdā, kuri savu ticību bija pierādījuši ne tikai baznīcas solos, bet arī glābjot vajātos ebrejus un riskējot ar savu un savu tuvinieku dzīvību. Tāpēc mans apsveikums nebija tikai formāla uzruna, bet sirsnīgs adventistu draudzes kolektīvs apsveikums.

Manuprāt, uz to, kāpēc saņēmu šādu uzaicinājumu, atbilde meklējama adventistu draudzes vēsturiskajā liecībā. Adventisti Latvijā konkrētā vēstures posmā bija pazīstami kā cilvēki, kuri ne tikai sludināja Bībeles mācības un kristīgās vērtības, bet arī dzīvoja saskaņā ar tām, bieži vien ļoti uzupurējoties un riskējot, un lielākoties paliekot bez publiskas atzinības. Šajā pasākumā skaidri izskanēja atziņa, ka kristiešu atbalsts un rīcība tik ļoti sarežģītajos un grūtajos laikos ir atstājusi paliekošas pēdas cilvēku dzīvē, turklāt nevis deklaratīvi, bet reāli, praktiski. Tas bija apliecinājums, ka joprojām adventistus, kas kalpoja sabiedrībai Otrā pasaules kara laikā un pēckara periodā, vēl atceras un ciena arī ārpus mūsu konfesijas robežām.

Kādu liecību ar savu rīcību mēs kā draudze varam nest šodienas miera un labklājības laikā Latvijā, lai tā netiktu aizmirsta?

Šodien mums vairs nav jāpierāda drosme kara vai represiju apstākļos. Kaut gan karš un represijas nav nekas svešs arī šobrīd tepat, mūsu kaimiņu valstīs. Tas, ka šobrīd dzīvojam brīvā Latvijā miera un labklājības laikā, nenozīmē, ka kristieša personīgā liecība ir kļuvusi mazāk svarīga. Mūsu uzdevums ir būt draudzei, kas redz līdzcilvēkus, sabiedrību un laicīgi pamana tās vajadzības. Spēj rīkoties, iziet no komforta zonas, lai palīdzētu, kalpotu un, kur nepieciešams, glābtu. Mums ir jābūt draudzei, kas sev apkārt redz ne tikai problēmas, bet spēj kā atbildi sniegt risinājumu un mierinājumu. Ļoti svarīga ir spēja iestāties par taisnīgumu – arī tad, kad tas nav populāri, negaidot pateicību vai atzinību. Ir praktiski jāpalīdz vientuļajiem, atstumtajiem, bēgļiem, bāreņiem, atraitnēm, sirmgalvjiem un tām sabiedrības grupām, kuras ir vismazāk aizsargātas. "Tīra un neapgānīta kalpošana Dieva Tēva priekšā ir šī: pieskatīt bāriņus un atraitnes viņu bēdās, sevi no pasaules pasargāt neapgānītu." (Jēkaba 1:27)

Patiesi svarīga Dieva acīs ir tāda kalpošana, kad Kristus sekotāji ir gatavi upurēties, no kaut kā atteikties, riskēt un nosmērēt rokas, veicot palīdzības darbu. Šādas liecības ne vienmēr nonāks virsrakstos, taču tās paliks cilvēku atmiņās. Ja mūsu ticība arī šodien būs redzama darbos, ne tikai vārdos, tad nākamās paaudzes reiz varēs teikt – šie kristieši savā laikā bija klātesoši, uzticami un patiesi. Tā ir draudze, kuras loma Latvijā ir ļoti nozīmīga. Lai Debesu Tēvs mums palīdz tādiem būt!

Ar Imantu Ģipsli sarunājās
Anitra Roze

Foto: Marat Studio un
Imants Ģipslis



Adventistu dalība ebreju glābšanā holokausta laikā





Andris Pešelis

Ir zināmi vismaz trīs izglābti ebreji – Īzaks Kleimanis, Frīda Mihelsone un Jozefs Ābramsons –, kuru glābšanā ir piedalījušies adventisti.

Īzaks Kleimanis kopā ar savu draugu Benno Bērmani bēga no Rumpmuižas palīgsaimniecības (Purvciema rajonā) 1943. gada vasarā. Pats Īzaks man stāstīja, ka vācieši viņus meklēja ar suņiem, cerībā, ka atradīs viņus mežos, bet viņi bēga uz Rīgu, lai tādējādi sajauktu vajātājiem pēdas.

Īzaks devās pie savas bērnības aukles Kristīnes Vīksnas Ģertrūdes ielā 57–3, bet Benno devās uz Pārdaugavu. Vīksnas kundze Īzaku laipni uzņēma, taču vilcinājās ar patvēruma došanu, jo dzīvoja koka nama otrajā stāvā, vienistabas dzīvoklī ar kopējo tualeti kāpņu telpā. Visapkārt kaimiņi. Pēc brīža ieradās arī Benno. Viņam nebija paveicies atrast patvērumu. Vīksnas kundze nolēma šīs bēdas uzticēt savām kaimiņienēm Jevgēnijai (Eižēnijai) un Katrīnei Apogām, kuras bija Septītās dienas adventistu Rīgas 4. draudzes locekles. Māsām jau bija savs noslēpums, jo viņas slēpa trīsgadīgu ebreju puisīti Jozefu Ābramsonu. Bēgļi nakti pārgulēja viņu dzīvoklī, bet no rīta jaunekļiem bija jādodas staigāt pa Rīgas ielām. Tas bija neprāts, zinot, ka viņus visur meklē un ka policija tvarsta vīriešus dienesta vecumā. Šo bezmērķīgo klejojumu trešajā dienā tika notverts Benno, kuru kāda vāciete atpazina un izsauca policiju. No šī brīža māsas Īzaku vairs nelaida staigāt pa pilsētu. Līdz šim māsas Apogas šaubījās, vai viņām jāuzņemas šis bīstamais uzdevums. Viņas lūdza Dievu un pēc lūgšanas atšķīra Bībelē rakstu vietu Sal. pam. 24:11: “Glāb tos, kurus nevainīgus taisās nonāvēt, un neatraujies no tiem, kurus paredz nomākt un nožņaugt.” Šos vārdus viņas saprata kā Dieva norādi un nolēma atbilstoši rīkoties. Māsām palīdzēja arī citi – policists Jānis Stebers (arī adventists) Mārupē, adventistu Ivaņenko ģimene no Abrenes, kas arī piedalījās mazā ebreju zēna slēpšanā. Pēc kara māsas varēja nodot bērnu viņa mātei, kas arī bija izdzīvojusi holokaustā.



Jevgēnija Apoga bija viena no tiem, kas slēpa Īzaku Kleimani.



Tā mūsdienās izskatās pagalma nams Rīgā, Ģertrūdes ielā 57, kur kara laikā slēpa Īzaku. Otrajā stāvā, kreisajā pusē atradās abi minētie dzīvokļi – tuvākais bija Vīksnas dzīvoklis, tālākais – Apogu dzīvoklis. (Foto: Andris Pešelis)



Īzaka Kleimaņa tikšanās Okupācijas muzejā ar Lielbritānijas karalieni Elizabeti II un Latvijas Republikas prezidenti Vairu Vīķi-Freibergu 2006. gadā.

Bija vairākas reizes, kad Īzaks tikai par mata tiesu izglābās no notveršanas. Reiz policisti ieradās Apogu dzīvoklī, pārbaudīja dokumentus un vaicāja: "Vai dzīvoklī vēl kāds ir?" Melot kristietim neklājas, tāpēc viņas sacīja: "Nāciet iekšā un skatieties." Šī atvērtība un miers policistos neradīja aizdomas, un viņi devās prom.

Slēpjoties pie māsām Apogām, Īzaks vēroja viņu bērnišķīgo uzticību neredzamajam Dievam, dzirdēja viņu lūgšanu vārdus un pats piedzīvoja, kā Dievs viņus sargāja šos garos 42 mēnešus. Īzakam bija izdevība lasīt Bībeli. Viņš pazina Veco Derību, taču Jaunā Derība viņam sniedza jaunas atziņas. Kristus Kalna svētruna viņam šķita kā Debesu mūzika, bet viņš nespēja šos principus sasaistīt ar reālo dzīvi. Vēl viņš lasīja Ļeva Tolstoja darbus. Krievu klasiķa darbi un krāšņā valoda sagādāja lasītājam baudu un pārliecināja par evaņģēlija ētikas aktualitāti. Lai gan Tolstoja darbos bija jaušami autora aizspriedumi pret personisku Dievu, tomēr Īzaks sāka saprast Jēzus Kristus upura nozīmi. Pamazām viņš izprata ebreju tautas traģēdiju – sava Mesijas noraidīšanu.

Pirmo reizi adventistu sapulcē Īzaks piedalījās vēl laikā, kad slēpās pie māsām Apogām. Viņu patīkami pārsteidza dzirdētās svētrunas skaidrā garīgā valoda. Māsas Apogas nesteidzās draudzes locekļiem atklāt Īzaka noslēpumu.

Neviens no Īzaka ģimenes locekļiem un radiniekiem kara laikā neizdzīvoja. Pēc kara Īzaks uzzināja, kur Rumbulā apglabāti viņa tuvinieki. Savu tagadni un nākotni Īzaks sāka saistīt ar draudzi, kurai viņš jutās piederīgs. Vēlāk viņš tika aicināts kalpot par adventistu sludinātāju, un ir kalpojis Rīgas 7., Siguldas, Jelgavas, Liepājas, Daugavpils, Dobeles draudzē un ar svētrunām vēl vairākās citās adventistu draudzēs.

Īzaks Kleimanis personiski pazina Marģeru Vestermani, kurš, neskatoties uz to, ka Īzaks bija mainījis savu reliģisko piederību, vienmēr viņu aicināja uz ebreju biedrības pasākumiem. Īzaka unikālā izglābšanās pieredze kalpoja par uzskatāmu sava laikmeta liecību.

Atmiņas par izglābšanos Rumbulas mežā Frīda Mihelsone ir aprakstījusi savā grāmatā "Es izdzīvoju Rumbulā". Rīgas geto viņa nokļuva no Varakļāniem.

1941. gada novembrī ap 4000 ebreju vīriešu tika nodalīti atsevišķi tā sauktajā "mazajā geto", starp viņiem bija arī Īzaks Kleimanis, bet pārējie palika lielajā geto, lai pēc dažām dienām – decembrī – tiktu iznīcināti.

Frīdu kopā ar citiem geto iemītniekiem bruņoti vīri aizveda uz Rumbulas mežu nošaušanai. Tajās dienās Rīgas piepilsētas mežos tika



Īzaks un Lidija Kleimaņi. Dobele. 2001. gads.



Holokausta upuru piemiņas zīme Rumbulā.



Frīda Mihelsone Rumbulā pēc kara. (Att. no grāmatas "Es izdzīvoju Rumbulā")

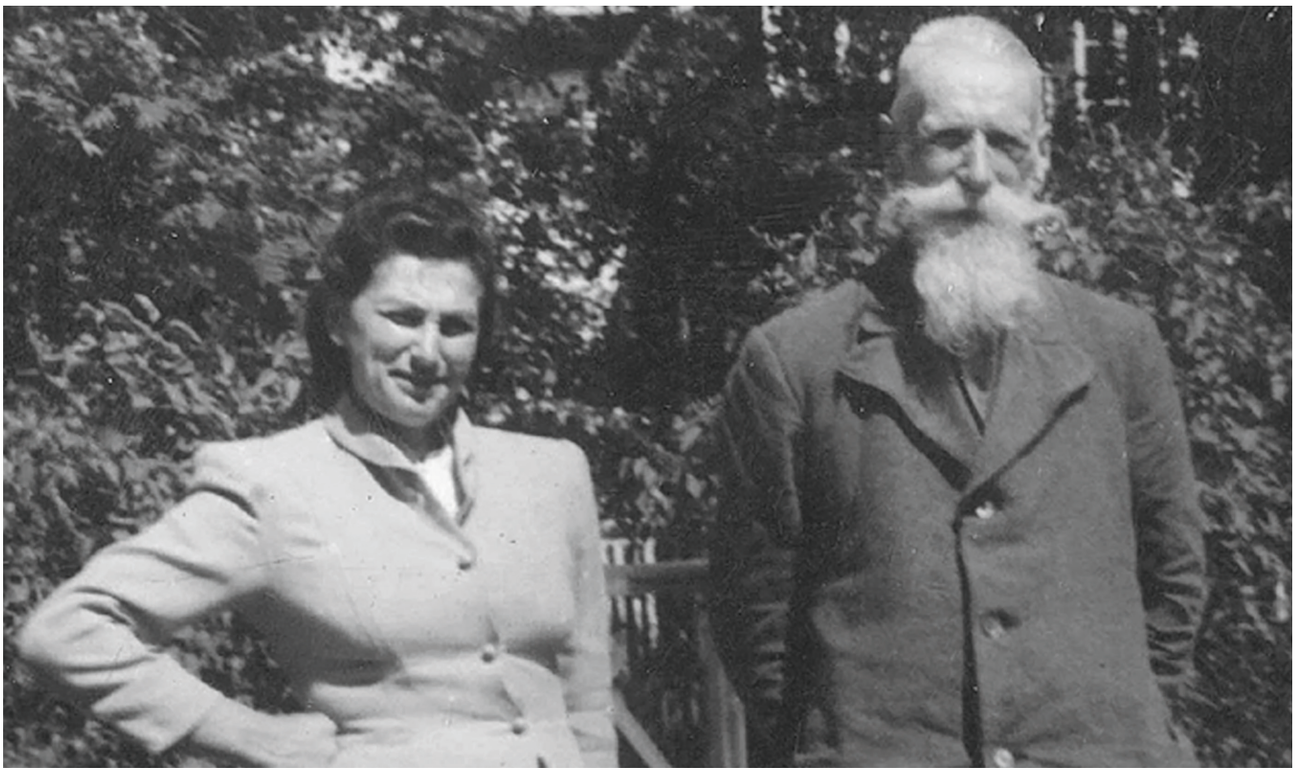




Māsas Aleksandra (pa kr.) un Margarita (pa labi) Klebais 1925. g. fotogrāfijās. (Att. no grāmatas "Es izdzīvoju Rumbulā")

nogalināti ap 25–28 tūkstoši ebreju. Bruņotie karavīri visiem sadzītajiem lika izģērbties. Vīrieši, sievietes un bērni vilka nost drēbes, lai kaili nostātos pie milzīgas bedres malas un tiktu nošauti. Vācu virsnieks stāvēja pie kastes un pavēlēja mest tur iekšā zeltu un vērtslietas. Apkārt skanēja kliedzieni, vaimanas, raudas un šāvieni. Izmantojot apjukuma brīdi pie apavu kaudzes, Frīda nometās ar seju sniegā un izlikās mirusi. Apsargi nepievērsa viņai uzmanību, un garām dzītie ebreji viņai virsū sameta savus apavus. Tā zem apavu kaudzes viņa nogulēja līdz tumsai. Nogaidījusi, kamēr apklusa balsis un vairs nebija dzirdami soļi, Frīda izrāpās no kaudzes un sameklēja apģērbu kaudzē drēbes. Tumsā nebija iespējams neko saredzēt, viņa sataustīja kleitas un šalles, kaut ko uzģērba un lavījās no meža projām.

Pirmo nakti viņai izdevās pārnakšņot kūtī pie divām sirmgalvēm. Taču nākamajā dienā sieviņas viņu palūdza doties prom. Tā Frīda klejoja no vienām mājām pie otrām, bet neviens neuzņēmās sniegt viņai patvērumu, līdz viņa nonāca pie Bērziņiem, kas sniedza atbalstu pirmajā mēnesī. Frīda meklēja iespēju patverties Rīgā pie saviem agrākajiem



Frīda Mihelsone ar Ferdinandu Viļumsonu 1949. gadā (Att. no grāmatas "Es izdzīvoju Rumbulā")

paziņām un draugiem. Lai gan neviens no viņiem Frīdu nenodeva policijai, tomēr pastāvīgu patvērumu viņai neizdevās atrast. Tikai kāds bijušais virsnieks viņai ierādīja neapdzīvotu dzīvokli ar izsistiem logiem, taču ziemas laikā tajā nebija iespējams palikt. Ziema 1941. gada beigās bija barga. Aukstumā un badā Frīda saslima.

Kad viņa atgriezās atpakaļ laukos pie Bērziņiem, tie ieteica Frīdai doties uz Čiekurkalna 1. līniju 19-32 pie kādas sirmgalves vārdā Olga Pēsle – septītās dienas adventistu Rīgas 1. draudzes locekles. Pēslei bija 62 gadi un mentālas dīvainības ar realitātes uztveri. Bērziņi Frīdai ieteica: "Kad viņa tev jautās, saki, ka tevi pie viņas atsūtīja Debesu eņģeļi. Viņa tev ticēs un palīdzēs. Kad jums izbeigsies produkti, tad atnāc pie mums, un mēs piepildīsim tavu grozu." Frīda tā arī izdarīja. Pēsle viņu pieņēma un uzskatīja par savu meitu, kuru Dievs viņai atsūtījis uz vecumdienām. Frīda aprūpēja Olgu Pēsli, tīrīja viņas dzīvokli, kur valdīja liela nekārtība, mitinājās kaķu bars un bija netīrība. Kādu dienu ieradās policija un savāca Frīdu uz policijas iecirkni, jo viņai nebija dokumentu. Pēsle lūdza Dievu. Policijas iecirknī Frīda izlikās par muļķīti un nosauca sevi par latvieti Annu Šulci, no bada un slimošanas viņa izskatījās atbaidoši. Policijā viņai prasīja dokumentus, bet viņa sacīja, ka tie ir pazuduši. Tad policisti ieteica viņai doties uz prefektūru un atlaida. Nu pie Pēsles palikt vairs nebija droši.

Tad Frīda caur citu draudzes locekli Šeinku un Olīviju nokļuva pie adventistēm, māsām Margaritas un Aleksandras Klebais Artilērijas ielā 17-9. Margarita strādāja hospitālī par medmāsu, bet Aleksandra par pavāri tuberkulozes slimnīcā. Vēl Frīda slēpās pie adventistu Rīgas 2. draudzes locekļiem Ferdinanda un Antonijas Viļumsoniem Katlakalna "Lejas Pavāros". Viļumsoni šaubījās par palīdzības sniegšanu, jo pašiem nebija viegli ar iztikšanu, taču viņu jaunākais dēls Heinrihs pieteicās palīdzēt. Viņš sacīja: "Tā taču ir Dieva griba, lai viņa dzīvotu. Ja mēs viņu neizglābsim, tad visa mūsu ģimene izdarīs lielu grēku."

Pie Viļumsoniem Frīda šuva apģērbus, jo pēc profesijas bija šuvēja, mācījās art zemi, laistīja dārzu, pļāva sienu un palīdzēja novākt ražu. Pa ziemu Frīdu slēpa Heinrihs Viļumsons savā dzīvoklī Ķekavā, Bērzmindes dzirnavās.

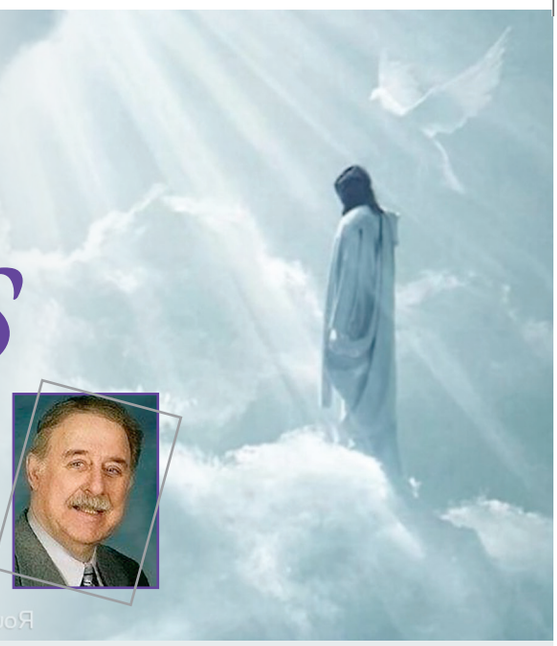
1943. gada ziemā Frīdai atkal bija patvērums pie māsām Klebais. No Klebais Frīda tika pārvesta pie Šeinkiem. Jāpiebilst, ka pārvešanu no vienas adreses uz otru organizēja draudzes locekle Olīvija (uzvārdu noskaidrot man nav izdevies). Šeinki bija turīgi un dzīvoja greznā dzīvoklī. Frīda tika nodarbināta kā bezmaksas mājkalpotāja un šuvēja. Dzīvošanu pie Šeinkiem aptumšoja Šeinka kundzes greizsirdība uz Frīdu un aizdomas par viņas attiecībām ar tās vīru. Frīdai bija jānododas prom.

1943. gada vasaru Frīda pavadīja pie Viļumsoniem. 1944. gadā tika mobilizēts Heinrihs. Viņam kā adventistam atļāva dienēt virtuvē, taču tajā pašā gadā viņš gāja bojā. Tuvojās fronte, un 1944. gada oktobrī sarkanā armija ieņēma Rīgu.

Pēc kara Frīda Latvijā apprecējās ar Mihelsonu, un viņai piedzima divi dēli. 1971. gadā viņi emigrēja uz Izraēlu. 1979. gadā ASV Frīda sniedza liecību tiesā pret Detlavu – latviešu komandieri, kurš vadīja ebreju nošaušanu Rumbulā tajā dienā, kad Frīda izglābās. Frīda Mihelsone nomira Izraēlā 1986. gadā. Frīda nebija pārāk reliģioza un par adventisti nekļuva, tomēr ticēja, ka Dievs viņu bija glābis visus šos smagos kara gadus, lai viņa pēc kara varētu liecināt par notikušo.



Īzaka Kleimaņa piedalīšanās ebreju holokausta upuru piemiņas pasākumā Rumbulā.



VAIRĀK *Jēzus*

2. lekcija
Kas ir kristietis?

Moriss Vendens

Pirms vairākiem gadiem grupa žurnālistu izgāja Čikāgas ielās. Sastaptajiem cilvēkiem viņi uzdeva vienu jautājumu: “Kas ir kristietis?” Viņiem bija jāfiksē sniegtās atbildes un jānodod tās kāda žurnāla redakcijai. Žurnālisti ievāca atbildes, un tās visas bija balstītas uz uzvedību. Jēzus vārds netika pat pieminēts. *Kristietis ir tas, kurš rīkojas pareizi. Kristietis ir tas, kurš ir jauks pret saviem kaimiņiem. Kristietis ir tas, kurš dzīvo saskaņā ar zelta principu – dari citiem to, ko tu gribētu, lai citi dara tev*. Tas bija šokējošs atklājums, jo šie cilvēki nāca no dažādām konfesijām un ticībām, bet doma tiem visiem bija līdzīga: kristietība ir uzvedības jautājums.

Es izlasīju to un devos pie savas jaunās draudzes, kurā nesen biju norīkots kalpot. Es apmeklēju visus savas draudzes locekļus – apciemoju tos viņu mājās. Pēc tam, kad mēs bijām parunājuši par dēlu, par meitu, par fotogrāfijām plauktā, par kanārijputniņu, suni un kaķi, es uzdevu viņiem šo pašu jautājumu: “Kas ir kristietis?” Man par pārsteigumu, deviņi no desmit draudzes locekļiem definēja kristietību kā uzvedību. Manā paša draudzē! Tā bija šokējoša atklāsme. Ja šāda ir mana izpratne par kristietību, tai neizbēgami būs liela ietekme uz manu kristieša dzīvi. Un viena no lielākajām problēma, kas nāk šai izpratnei līdzi, ir nenoteiktība.

Mans dēls to pašu izdarīja skolā, uzdodot vidusskolas klasei šo pašu jautājumu: “Kas ir kristietis?” Un skolēni sniedza tās pašas atbildes, kas bija balstītas uz uzvedību. Tad viņš pajautāja vēl kaut ko: “Ja Jēzus atnāktu jau šonakt, vai tu būtu gatavs? Vai tu būtu glābts?” Skolēni atbildēja: “Nekādā ziņā!” Kāpēc? *Jo esmu izgāzies, man neveicas*. Tātad šāda domāšana ietekmē noteiktību, un kristiešu dzīvē tās nav.

Kur radās jēdziens “kristietis”? Par to varam lasīt Apustuļu darbos 11:26, kur teikts, ka mācekļi vispirms tika saukti par kristiešiem Antiohijā. Kāpēc viņus sauca par kristiešiem? Vai jūs varat uzminēt? Jo tas bija viss, par ko viņi runāja: “Kristus darīja to, Kristus gāja tur, Kristus bija tāds...” Visu laiku tie pieminēja Kristu, un ļaudis nosprieda – kāpēc gan mums nesaukt viņus par kristiešiem? Tā pirmā draudze ieguva savu nosaukumu.

Saskaņā ar kādu nelielu grāmatiņu, kuru es lasīju un kuras nosaukums ir “Ceļš pie Kristus”, ir divi veidi, kā pārliecināties, vai es esmu patiess Kristus sekotājs. Pirmais veids – par ko es labprāt domāju, otrs veids – par ko es labprāt runāju.

Es esmu runājis ar vecākiem, kuri bija kļuvušu mazdūšīgi, jo tie veda savus bērnus uz draudzi vai bērnu sabatskolu, bet vēlāk bērni pameta ticību. Šie vecāki teica: “Es to nesaprotu! Bērni visu zina, viņi ir mācījušies par to draudzē, mācījušies par to sabatskolā, mācījušies par to vēl kaut kur, viņi to zina!” Te redzam problēmas iemeslu. Jo kristietībai nav nekāda sakara ar “to”, bet gan ar Personu. Par kuru tu labprāt domā? Par kuru tu labprāt runā? Lielais jautājums ir: vai šie jaunie ļaudis dzirdēja savus vecākus runājam par Jēzu? Vai arī tikai par “to”? Šie ir divi lielie pārbaudes jautājumi, kurus varam sev uzdot šodien un šeit. Par kuru tu labprāt domā? Par kuru tu labprāt runā?

Es gribētu jums atgādināt, ka kristietis ir tas, kurš ir pieņēmis Jāņa 3:16. Atceros, ka tad, kad iznāca jauna Bībeles tulkojuma versija, kāds ietekmīgs radio sludinātājs, kuru jūs, iespējams, zināt, bija ļoti neapmierināts un sašutis par jauno versiju. Revidēto standarta versiju viņš nosauca par “Revidēto standarta perversiju”. Viņam tā nepatika. Bet tad viņš teica: “No otras puses, vienīgais, kas cilvēkam ir vajadzīgs, lai viņš būtu glābts, ir Jāņa 3:16. Ar to pietiek.”

“Jo tik ļoti Dievs pasauli mīlējis, ka Viņš devis Savu vienpiedzimušo Dēlu, lai neviens, kas Viņam tic, nepazustu, bet dabūtu mūžīgo dzīvību [..]” Vēl labāks vārds par “tic” ir vārds “uzticas”. Tātad kristietis ir tas, kurš tic un uzticas Jēzum – kas norāda uz attiecībām –, kā arī plāno dzīvot mūžīgi. Ja reiz kristietis plāno dzīvot mūžīgi, kā viņš var pie tā nonākt? Par to mums sniegts nozīmīgs pavediens Jāņa evaņģēlija 17. nodaļas 3. pantā, kur teikts: “Bet šī ir mūžīgā dzīvība, ka viņi atzīst Tevi, vienīgo patieso Dievu, un to, ko Tu esi sūtījis, Jēzu Kristu.” Atzīt Kristu ir veids, kā nonākt Debesīs un iegūt mūžīgo dzīvību.

Ir svarīgi, ko tu pazīsti. Varbūt esat dzirdējuši stāstu par kādu sievieti, kuru apturēja ceļu policists. Ieskatoties sievietes autovadītāja apliecībā, policists jautāja: “Kur ir jūsu brilles?” Viņa atbildēja: “Man ir kontakti!” Policists attrauca: “Man vienalga, ko jūs pazīstat, es gribu zināt, kur ir jūsu brilles!” Viņš nesaprata, ka sieviete runā par kontaktlēcām. Bet šis ir ļoti nozīmīgs jautājums, ko uzdot attiecībā uz ticību un mūžīgo dzīvību.

Reiz es devos uz koledžu, un man bija izvēle starp trim nākotnes profesijām – es gribēju būt kovbojs, džeza bundzinieks vai mācītājs. Tikai vienu no tām var apgūt Lavsjeras koledžā. Tā nu es pieteicos teoloģijas mācībām, lai kļūtu par mācītāju. Pirmajā reģistrācijas nedēļā vecāko klašu audzēkņiem bija uz mums liela ietekme. Viens no šiem audzēkņiem man teica: "Varbūt nākamreiz ievieto bārdas dzenamajā žileti." Kāds cits teica: "Tu varētu stāvēt mazliet tuvāk bārdas dzenamajam, kad skujies." Tā nu es sāku skūties biežāk nekā reizi nedēļā. Tad viņi teica: "Ir nodarbība par Kristus dzīvi, kura tev šeit jāapmeklē." Es atbildēju: "Esmu apguvis šo tēmu jau iepriekš, esmu iegaumējis visus Viņa ceļojumus, paveiktos brīnumus, stāstītās līdzības, es to visu esmu jau apguvis." Viņi teica: "Nē, piesakies šai konkrētajai nodarbībai pie šī konkrētā pasniedzēja!" Es vaicāju: "Kāpēc?" Viņi uzstāja: "Vienkārši izdari to!" Es iebildu: "Bet man ir jāzina, kāpēc man tas jādara!" Viņi uzstāja: "Dari to!" Citiem vārdiem sakot: "Aizver muti un izēd savu šķīvi!" Viņu iespaids bija pietiekami liels, lai es pieteiktos uz šo nodarbību.

Kad devos uz šo nodarbību, es paņēmu rakstāmo un papīru, lai varētu veikt pierakstus, ko ceturkšņa beigās uzrādīt pasniedzējam. Tomēr atklāju, ka šajā nodarbībā mēs neveicam pierakstus. Neviens to nedarīja. Pasniedzējs nekad nelika mums iegaumēt kādus tekstus, brīnumus, līdzības vai ceļojumus. Viņš vienkārši nostājās klases priekšā un stāstīja par Jēzu. Viņam patika stāstīt par Jēzu. Acīmredzot viņš bija daudz domājis par Jēzu. Es nemaz nezināju, ka ir iespējams tik daudz pateikt par Jēzu. Tomēr viņš turpināja vēl un vēl katru dienu. Mūsu sirds tika neparasti sasildīta. Viņam patika stāstīt par to, kā Jēzus izturējās pret cilvēkiem. Mēs nonācām pie secinājuma, ka tad, ja Jēzus tā izturējās pret cilvēkiem, arī mums ir cerība. Pēc viņa nodarbībām ēšanas vai sportošanas vietā mēs staigājām pa skolas teritoriju vai apsēdāmies uz sola un domājām par Jēzu. Tā bija fenomenāla pieredze. Es to nekad neesmu aizmirsis.

Tomēr drīz šīs nodarbības beidzās, un mēs pārgājām pie citām, svarīgākām tēmām, piemēram, grieķu valodas. Vai ASV valdības. Es labprātāk lasītu telefonu grāmatu. Es aptvēru, ka pieredze, kas bija gūta šī pasniedzēja nodarbībās, pamazām sāk izzust.

Vēlāk es absolvēju skolu un uzsāku kalpošanas darbu. Joprojām atceros savu pirmo draudzi, tā bija neliela draudze Sakramento dienvidu pusē. Šai draudzē bija kāda dievbijīga sieviete, kura uzmanīgi klausījās manā sludināšanā. Tolaik es sludināju svētrunas, ko biju aizņēmies no citiem cilvēkiem. Es aizņēmos no sava tēva, no onkuļa, no Mūdija, Spērdžena un citiem labiem sludinātājiem. Man pašam nebija nekā daudz, ko teikt. Tas bija līdzīgi kā homilētikas pasniedzēja stāstītajā piemērā par to, kā reiz kāds sludinātājs sludināja, bet labi informēta draudzes sieviete pēc katra viņa citāta piebilda: "Tas bija Mūdijs!" vai "Tas bija Sperdžens!" Protams, sludinātājam tas ļoti nepatika. Tad kādā brīdī viņš neizturēja un uzkliedza sievietei: "Apklusti!" Uz to viņa atbildēja: "Tas bija no tevis paša." Tā bija pirmā oriģināla frāze no viņa paša.

Es biju nonācis tādā pašā slazdā. Šī sieviete manā jaunajā draudzē to saprata. Kādu dienu pēc dievkalpojuma viņa sagaidīja mani pie dievnama durvīm, pateicās par manu svētrunu, jo viņa bija ļoti jauka. Bet tad viņa teica: "Tā būs brīnišķīga diena, kad tu iepazīsi Jēzu." Es nezināju, vai man viņu par to vajadzēja mīlēt vai ienīst. Bet nepatīkamā daļa ir tā, ka viņai bija taisnība. Es devos atpakaļ un mēģināju vēl, bet pēc dažām nedēļām viņa atkal sagaidīja mani pie dievnama durvīm, kā vienmēr laipna un smaidīga, paspieda man roku un teica: "Tā būs brīnišķīga diena, kad tu iepazīsi Jēzu." Tas man bija noderīgi. Dažkārt draudzes neaptver, cik daudz laba tās var dot mācītājam. Tas ir divpusējs process. Ne tikai mācītājs palīdz draudzei, bet arī draudze mācītājam.

Ap to pašu laiku notika Ģenerālkonferences sesija Sanfrancisko. Es devos uz to. Zālē bija ap 10 000 delegātu, bet vēl tikpat ārpusē, gaiteņos. Staigājot šo ļaužu vidū, es pēkšņi satiku savu seno Bībeles skolotāju. Mēs iesākām sarunu, un nebija pagājušas pat 30 sekundes, kad viņš jau atkal runāja par Jēzu. Manā prātā atgriezās vesels pulks atmiņu par to, kā mūsu sirds tika sasildīta viņa nodarbībās. Man nācās atrast kādu klusu vietu, kurā es varētu paraudāt. Jo es atcerējos, ko šīs nodarbības man tolaik bija nozīmējušas.

Tad es spriedu pie sevis: "Kur viņš to ņem? Vai daži cilvēki piedzimst ar smadzenēm pareizajā vietā? Vai daži cilvēki piedzimst garīgi? Kur viņš to ņem?" Patiesībā es jau zināju, kur viņš to ņem – viņš pavadīja laiku vienatnē katru dienu, personīgi meklējot sadraudzību ar Jēzu. Viņš pavadīja laiku evaņģēlijos, viņš pavadīja laiku grāmatā "Laikmetu ilgas", šajā hrestomātiskajā grāmatā par Kristus dzīvi. Tad es pie sevis nospriedu: "Laikam tas pats ir pieejams arī man." Un es sāku meklēt Jēzu caur Viņa Vārdu un lūgšanu. Tad es atklāju, ka man vairs nav jābalstās uz nodarbībām koledžā, jo tā varēja būt manis paša dzīvā pieredze dienu no dienas.

Tomēr, sākot šo visu, es piedzīvoju kādu vilšanos, ko biju piedzīvojis ne reizi vien jau kopš savas jaunības, kopš savas bērnības. Tā ir šāda: cilvēki kristīgajā vidē vienmēr izmanto grūti saprotamus terminus. Netveramus un abstraktus terminus. Piemēram, "Nodod sirdi!". Kā lai es to izdaru? "Uzlūko Jēru!" Bet kur ir Jērs? "Krīti uz klints!" Bet kā to izdarīt? "Atgriezies!" Atceros, ka savā pirmajā kalpošanas gadā biju kādā telts sanāksmē. Pirms sanāksmes sākuma man bija iespēja parunāt ar dažiem klātesošiem mācītājiem. Es izvēlējos kādus dievbijīgus sludinātājus un sāku tos izjautāt. "Ja kāds man prasa, kā es varu tikt glābts, ko lai es viņam atbildu?" Viņi teica: "Saki, ka vajag atgriezties." Tad es jautāju atkal: "Labi, atgriezties! Bet kā tas ir izdarāms?" Viņi teica: "Nu, lai atgrieztos, vienkārši vajag atgriezies!" Es teicu: "Vai tu gribi teikt – lai atgrieztos, vajag atgriezties?" – "Jā, tieši tā." Liels paldies! Viņi nespēja man to saprotami paskaidrot.

Kādu dienu savā vilšanās brīdī es gribēju atrast atbildes, kuras ir skaidri saprotamas un taustāmas. Tā nu es apsēdos un paņēmu grāmatu "Ceļš pie Kristus" – klasisku grāmatu par pestīšanas tēmu. Es to lasīju cauri un pasvītroju visu, kas tajā bija teikts

par tēmu "Kas man jādara". Tā nu es pasvītroju gandrīz visu grāmatu. Tā bija pilna ar frāzēm, kuras šie kristieši parasti lietoja. Netaustāmām frāzēm. Es biju zaudējis dūšu un jau devos uz kamīnu, lai iemestu grāmatu ugunī. Bet tad es aptvēru, ka meklēšanas procesā, lai arī nespēju visu aptvert, kaut kas manā dzīvē bija mainījies, un es to nevarēju noliegt. Tad es nolēmu lasīt to cauri vēlreiz, bet šoreiz pasvītrot tikai to, ko es sapratu, kas bija taustāms un īsts. Man par pārsteigumu, tur bija tikai trīs lietas: 1) lasi Bībeli (to es varu, vismaz zināju, kā sākt), 2) lūdz (to es biju mācījies jau kopš mātes klēpja, vismaz zināju, kā sākt), 3) pastāsti kādam citam, ko esi guvis no pirmajiem diviem. Lasi Bībeli, lūdz un liecini vai kalpo! Tam bija jābūt diezgan vienkārši.

Tad es nodomāju: "Tas ir diezgan vienkārši, bet cik daudz no tā tu tiešām dari?" Tad es sāku pielikt pūles, lai to darītu. Sāku atkal lasīt Bībeli. Es to biju darījis nezinu, cik daudzus gadus, biju jau kļuvis par 1. Mozus grāmatas ekspertu. Nevarēju iedomāties, kā tikšu vismaz līdz 1. Laiku grāmatai. Tad kādu dienu, lasot Jozuas grāmatu vai 1. Laiku grāmatu, man prātā ieskanējās kāda doma: "Ja tu vēlies atrast Jēzu, tad meklē Viņu tur, kur Viņš ir atklāts vislabāk!" Tā nu es sāku lasīt evaņģēlijus jaunā tulkojuma versijā – jaunajā angļu tulkojumā. Tas man nāca par labu. Tā lasot, es sāku atrast jēgu personīgajos svētbrīžos ar Dievu. Tas radīja pārmaiņu.

Sākumā tas bija grūts darbs. Sākumā to darīju diezgan nelabprāt. Man bija sevi jāpiespiež lasīt Bībeli. Labprātāk es būtu lasījis ko citu. Bet vēlāk, turpinot meklēt Viņu, es atklāju, ka mana interese par citām lietām sāk samazināties, līdz kamēr es vairs nelasīju nekādu citu literatūru. Es kļuvu ieinteresēts tajā, ko lasīju. Es gaidīju brīžus, kad varēšu lasīt Bībeli.

Tad es atklāju vēl kaut ko. Dažkārt man bija grūtības piecelties, lai pavadītu laiku ar Jēzu. Es lasīju par to, kā Jēzu Viņa Tēvs uzmodināja katru rītu (skat. Jes. 50:4). Es spriedu: "Ja Jēzu modināja Viņa Tēvs, kāpēc gan es nevarētu tikt uzmodināts? Varbūt ir pieejams kāds modinātāja zvans?" Tā nu es sāku lūgt Dievu, lai Viņš mani pamodina no rīta noteiktā laikā. Man par pārsteigumu, Viņš mani pamodināja tieši tajā laikā, par kuru biju lūdzis. Vēlāk es modināšanas laiku atstāju Viņa ziņā. Dažkārt pamodos nakts vidū un pavadīju stundu kopā ar Viņu, bet vēlāk varēju vēl pagulēt. Arī tas bija jauki. Uzzināju, ka arī citi dievbijīgi cilvēki ir paļāvušies uz Dievu, ka tiks pamodināti, lai varētu pavadīt laiku kopā ar Viņu.

Reiz es par to pastāstīju Klusā okeāna ūnijas koledžā, kur kalpoju par mācītāju. Tā bija nedēļas vidus sanāksme. Kāds profesors teica: "Nu gan tu, Venden, esi aizgājis par tālu! Kāpēc gan Dievs ir izgudrojis modinātājpulksteni?" Es atbildēju: "Varu tev pateikt jaunumus – Dievs neizgudroja modinātājpulksteni. Tas bija velns." Jau koledžas laikā es biju atklājis, ka modinātāja zvans ir kā miega dziesma, kas tev ļauj atkal iesnausties no jauna, un ka tas, ko uzskatīji par svarīgu iepriekšējā vakarā, it nemaz nešķiet svarīgs, pamostoties pēc modinātāja zvana. Dievs ar mums ir ļoti labs, pacietīgs un laipns, ja ļaujam Viņam mūs vadīt kristieša ceļā, ilgojoties Viņu labāk iepazīt.

Es gribētu noslēgt ar šo priekšnoteikumu – kristietis ir kāds, kurš ir piedzimis no jauna. Jāņa evaņģēlija 3. nodaļa to padara skaidru. Atcerieties Jēzus sarunu ar Nikodēmu. Tu nevari pat cerēt redzēt Dieva valstību, ja neesi piedzimis no jauna. Mans dēls par to sludinās nākamajā reizē. Man šķiet, ka man vajadzētu darīt tāpat, kā darīja mans tēvs un onkulis savās evaņģelizācijas sanāksmēs. Viņi piecēlās un reklamēja nākamo sanāksmi, sakot: "Uzklausiet! Ja ir kāda sanāksme, uz kuru jums noteikti vajadzētu atnākt, tad tā ir nākamā!" To viņi teica katrā sanāksmē. Es to teikšu šovakar: "Ja ir kāda sanāksme, kuru jūs nevēlaties palaist garām, tad tā ir nākamā." Tā ir laba!

Tēma par pārveidošanu ir bijusi īsta problēma man pašam, jo tā ir visvairāk noraidītā tēma kristīgajā ticībā. Es to pārrunāju ar dēlu, un viņš to uztvēra nopietni. Viņš izlasīja cauri visu Bībeli, meklēdams pārveidošanas pierādījumus. Pēc tam viņš nāca pie manis un līdzdalīja man savus atklājumus. To viņš darīs nākamajā sanāksmē. Tā ir klasiska vērtība. Es pats nevaru vien sagaidīt, kad atkal to dzirdēšu!

Vai es varu zināt – esmu vai neesmu pārveidots? Jā, es to varu. Es varu to zināt, jo ir pazīmes, kas par to liecina.

Viena no pazīmēm ir tāda, ka mans fokuss tagad ir uz Jēzu. Mans galvenais fokuss dzīvē ir uz Jēzu. Mans dzīves kurss tagad ir pavērsies pavisam citā virzienā.

Otra pazīme ir tā, ka man ir ikdienas pieredze ar Kristu. **Lūkas 9:23** ir teikts: "Un Viņš sacīja uz visiem: "Ja kāds grib Man sekot, tad tāds lai aizliedz sevi, ik dienas ņem uz sevi savu krustu un staigā Man pakaļ.""

Vēl viena pazīme ir tāda, ka nu man ir dziļa interese par Bībeli. **Jāņa 5:39, 40** teikts: "Jūs pētījat rakstus, jo jums šķiet, ka tajos jums ir mūžīgā dzīvība, un tie ir, kas dod liecību par Mani! Bet jūs negribat nākt pie Manis, lai iegūtu dzīvību." Tātad mēs meklējam Rakstus, ja esam piedzimuši no augšienes.

Nākamā pazīme – mums ir jēgpilna lūgšanu dzīve. **Lūkas 18:1** Jēzus teica, ka "tiem aizvien būs lūgt Dievu un nebūs pagurt".

Nākamā pazīme – mums ir ilgas liecināt, un mēs redzam, kāds ir Dieva mērķis kristiešu liecībai. **Marka 8:35** teikts: "Jo, kas savu dzīvību grib glābt, tas to zaudēs; un, kas savu dzīvību zaudē Manis un evaņģēlija dēļ, tas to izglābs." Ja mana galvenā interese, esot kristietim, ir pašam nonākt Debesīs, tad, ļoti iespējams, es tur nemaz nenonākšu. Ja mana galvenā interese, esot kristietim, ir dalīties labajā vēstī ar kādu citu, tad es būšu Debesīs kopā ar šo cilvēku.

Nākamā pazīme – es atzīstu, ka esmu grēcinieks. **1. Jāņa 1:8** teikts: "Ja sakām, ka mums nav grēka, tad maldinām paši sevi, un patiesība nav mūsos." Es atzīstu, ka esmu grēcinieks. Dažkārt es satieku kādus no šiem labajiem cilvēkiem, kuri man saka, ka nav grēkojuši jau trīs gadus. Tieši tas ir viņu lielākais grēks. Nē, es atzīstu to, ka esmu grēcinieks! Apustulis Pāvils to darīja, kad viņš teica, ka ir lielākais no grēciniekiem, lai gan bija kristietis jau 40 gadus. Mums ir vajadzīga Dieva žēlastība katru dienu.

Nākamā pazīme – manī ir mīlestība pret citiem. **1. Jāņa 4:7, 8**

teikts: “Mīļie, mīlēsim cits citu, jo mīlestība ir no Dieva, un katrs, kas mīl, ir no Dieva dzimis un atzīst Dievu. Kas nemīl, nav Dievu atzinis, jo Dievs ir mīlestība.” Tā vietā, lai būtu tādu ļaužu pūlī, kuriem vienīgās labās ziņas ir sliktas ziņas par citiem, nu mūsos ir mīlestība pret citiem cilvēkiem. Reiz es dzirdēju kādu sludinātāju sakām: “Slikti, ka evaņģēlijs ir labā vēsts. Ja tas būtu sliktā vēsts, tas jau sen būtu izplatīts pa visu pasauli.” Nē, mums ir citāda attieksme pret apkārtējiem cilvēkiem! **Romiešiem 5:1** teikts: “Tad nu mums, ticībā taisnotiem, ir miers ar Dievu caur mūsu Kungu Jēzu Kristu.”

Un visbeidzot – mēs vairs negrēkojam. Patiešām? Vai mums vajadzētu apstāties pie šīs atziņas? Līdz semināra beigām jūs sapratīsiet, ka šī ir viena no mūsu svarīgākajām atziņām: grēka problēma nav tajā, ka darām sliktas lietas, grēks nav likuma pārkāpšana. Kāds iebildīs: “Kā, bet tā saka Bībele!” Kad es to pateicu Filipīnās, kāds vīrs priekšējā rindā iesaucās: “Bet tā saka Bībele!” Nē, tas nav tas, ko saka Bībele. Bībele saka, ka likuma pārkāpums ir grēka rezultāts. Sliktu lietu darīšana un nepaklausība ir grēka rezultāts. Grēks ir dzīve šķirti no Dieva. Tas ir grēks. Dzīvošana bez attiecībām ar Dievu ir grēks, un tās rezultāts ir likuma pārkāpums. **1. Jāņa 3:9** teikts: “Ikviens, kas ir no Dieva dzimis, nedara grēku, jo Viņa sēkla paliek viņā, un tas nevar grēkot, jo viņš ir no Dieva dzimis.” Saskaņā ar **1. Pētera 1:23** sēkla ir Dieva Vārds. Ja Dieva Vārds paliek manā dzīvē, ja man ir laiks ar Dievu katru dienu, tad es vairs negrēkoju, lai arī mēdzu paklupt un pieļaut kļūdas. Mācekļi to apguva. Viņi izvēlējās vairs negrēkot (izņemot vienu), jo bija atklājuši, ka vēlas būt kopā ar Jēzu. Jā, viņi joprojām paklupa un kļūdījās. Viņi joprojām sacentās, kurš no tiem būs lielākais. Tomēr viņi vairs negrēkoja, jo tiem bija attiecības ar Jēzu. Arī jūs to varat izvēlēties. Tas ir izdarāms, tā ir iespējamā misija. Mēs visi varam būt kristieši, ja vien to patiešām vēlamies.

Tulkoja Edgars Dūmiņš

Dieva prāts kalpošanā



Tālivaldis Vilnis – mācītājs, Latvijas draudžu savienības Mācītāju nodaļas vadītājs



Elvīra Grakoviča, AV Jauniešu lappusītes veidotāja

Labdien, mācītāj Tālivaldi Vilni!

Pirms kāda laika Jūs iedrošinājāt kalpot un izmēģināt dažādus kalpošanas veidus. Bet diemžēl biežākā reakcija no citiem draudzes locekļiem ir nosodījums, kritika, aprunāšana un vārdi, ka Dievs jau nav vadījis cilvēku, tās ir viņa pašas pūles. Godīgi sakot, tas slāpē drosmi kalpot, jo cilvēks pats jau saprot, ka viņš kā kalpotājs nav pilnīgs.

Rodas arī jautājums: pēc kādiem mēriem cilvēki mēra, kurš kalpotājs darbojas Dieva spēkā, bet kurš pieliek tikai savas pūles? Un – vai pielikt savas pūles Dieva darbā ir grēks? Es personīgi esmu ar to saskārusies, tāpēc vēlos dzirdēt Jūsu kā mācītāja domas.

Ja Dievs Jūs uz to pamudinātu, tad priecātos, ka AV žurnāla Jauniešu lappuses lasītāji arī varētu gūt atbildes uz šiem jautājumiem!

Ar cieņu

Elvīra Grakoviča

Kā saprast un īstenot Dieva prātu kalpošanā

vispirms ir svarīgi apzināties, ka mūsu pasaulē vienmēr ir bijušas un būs pārmaiņas. To skaidri redzam arī Bībelē. Dievs izveda Savu tautu no Ēģiptes – tās bija milzīgas pārmaiņas. Tad sekoja četrdesmit gadi tuksnesī. Atkal pārmaiņas – ieiešana Apsolītajā zemē. Tad Soģu laiks, kad “katrs darīja, kas viņa acīs šķita taisns”. Sākas monarhija, valsts sašķēlās, ziemeļu valsts tika iznīcināta, dienvidu valsts nonāca Bābeles gūstā. Pēc tam atlikums atgriezās no gūsta.

Atkal pārmaiņas – piedzima Kristus. Atkal pārmaiņas – Jēzus tika sists krustā, un šķiet, ka ļaunie spēki triumfē. Bet tad sekoja augšāmcelšanās. Pēc četrdesmit dienām Jēzus tika uzņemts Debesīs. Atkal pārmaiņas – Svētā Gara izliešanās, trīs tūkstošu cilvēku kristības un draudzes dzimšana.

Dieva darbībā vienmēr ir bijušas pārmaiņas. Dieva ļaudīm nepārtraukti nācās tās pieņemt, jo mainījās apstākļi un arī veids, kādā Dievs darbojās.

Redzot šo nepārtraukto dinamiku, mēs kā adventisti stingri turamies pie Bībeles mācībām, bet vienlaikus esam atvērti jaunām metodēm, kā aizsniegt cilvēkus ar evaņģēliju.

Piemēri no mūsu vēstures par to, kas reiz bija "jauns"

19. gadsimta vidū, kad Septītās dienas adventistu draudze tikai veidojās, telšu sanāksmes bija pilnīgi jauna pieeja. Šī metode tika aizgūta no citām protestantu kustībām, taču adventisti to padarīja par galveno evaņģelizācijas instrumentu. Vai bija skeptiķi un kritiķi? Protams! Tomēr kritika neapturēja tos, kuri vēlējās kalpot. Elenas Vaitas laikā telšu sanāksmes daudziem šķita nepieņemams un pārāk radikāls formāts. Taču tieši caur šo metodi tūkstošiem cilvēku iepazina Jēzu Kristu un Bībeles patiesības. Vai šī metode bija perfekta? Nē. Bet Dievs to lietoja.

Arī veselības reformas vēsts savā laikā bija revolucionāra. Tā izaicināja sabiedrības paradumus un medicīnas prakses. Šodien veselības vēsts ir viena no adventistu identitātes pamatvērtībām visā pasaulē.

20. gs. 90. gados Latvijā evaņģelizācijas semināri bija pilnīgi jauna parādība. Pēc PSRS gadiem, kad reliģiskā darbība bija stingri ierobežota, šī "amerikāņu ideja" daudziem šķita sveša un aizdomīga. Tika apšaubīts, vai šāda metode var darboties Latvijas apstākļos un vai tik īsā laikā cilvēki patiešām var pievienoties draudzei. Vai šī metode bija ideāla? Nē. Vai tai bija augļi? Jā! Mēneša laikā cilvēki iepazina Bībeles pamatmācības un pievienojās draudzei. Arī es pats esmu viens no šīs kalpošanas augļiem. Citi kritizēja, bet citi rīkojās, un Dievs deva rezultātus. Tajā pašā laikā – 90. gados – notika strauja jaunu draudžu dibināšana. Piemēram, bijušajā Valkas rajonā tika nodibinātas trīs draudzes – Smiltenē, Valkā un Strenčos.

Līdzīgi bija ar "Ceļa meklētāju" kalpošanu. Arī tā sākotnēji tika kritizēta, pat salīdzināta ar padomju pionieru kustību kaklautu dēļ. Tomēr šī programma kļuva par spēcīgu instrumentu bērnu un jauniešu garīgajā izaugsmē, rakstura veidošanā un piederības sajūtas stiprināšanā draudzē.

Pirms vairāk nekā divdesmit gadiem es pats sāku apgūt un izmantot līderu apmācības metodi, ko sauc par *koučingu* (personiskās izaugsmes treniņu). Toreiz tas bija kaut kas jauns un pretrunīgi vērtēts. Taču ar laiku *koučings* un *mentorings* (darbaudzināšana) kļuva par atzītu un plaši lietotu pieeju līderu veidošanā. Kad pirms desmit gadiem viesojos Endrūsa Universitātē, tur jau tika pasniegti kursi par *koučingu* un *mentoringu*. Arī savu maģistra darbu rakstīju par garīgo līderu *koučingu*. Bībelē šos principus redzam skaidri – Barnaba palīdzēja Pāvilam ieiet kalpošanā un iedrošināja Marku. Dažkārt mūs dara piesardzīgus mūsdienīgie nosaukumi, bet paši principi ir dziļi bibliski.

Kā saprast, kuras metodes ir saskaņā ar Dieva prātu?

Runājot par jaunām metodēm kalpošanā, bieži rodas jautājums: kā zināt, vai konkrētais veids patiešām ir no Dieva, vai arī tas ir tikai cilvēcīgs izgudrojums? Bībele mums dod vairākus skaidrus principus, kas palīdz atšķirt Dieva vadību no vienkāršas vēlmes sekot modei vai pasaules garam.

1. Lūgšana un Svētā Gara vadība.

Pirmais un pats svarīgākais solis ir lūgšana. Kalpošana nav tikai stratēģija vai metode, tā ir garīga sadarbība ar Dievu. Bez Svētā Gara vadības pat labākās idejas var kļūt tukšas un neauglīgas. Jēzus apsolīja: "Kad nāks Viņš, Patiesības Gars, Tas jūs vadīs visā patiesībā." (Jņ. 16:13) Tas nozīmē, ka Svētais Gars vada mūs praktiskos kalpošanas lēmumos. Lūgšanā mēs mācāmies klausīties, ne tikai runāt. Dažkārt Dievs iedrošina rīkoties drosmīgi, citkārt – bremzē un aicina nogaidīt. Metode, kas dzimusi lūgšanā, nes sevī citu garu nekā metode, kas dzimusi tikai cilvēciskā entuziasmā.

2. Dieva Vārda pētīšana – pamats visam.

Neviena metode nevar būt patiesi saskaņā ar Dieva prātu, ja tā ir pretrunā Rakstiem. Dieva Vārds ir kritērijs, pēc kura mēs izvērtējam gan mācību, gan praksi. "Tavs Vārds ir manu kāju spīdeklis un gaišums uz maniem ceļiem." (Ps. 119:105)

Bībele ne vienmēr dod konkrētas instrukcijas par metodēm, bet tā atklāj principus – mīlestību, pazemību, patiesumu, kalpojošu attieksmi, cieņu pret cilvēku brīvību. Ja kāda metode manipulē, pazemo, rada atkarību no cilvēkiem vai aizēno Kristu, tad tā nav saskaņā ar Dieva Vārdu, pat ja ārēji šķiet efektīva.

3. Nepieskaņoties pasaulei, bet kalpot pasaulei.

Apustulis Pāvils raksta: "Un netopiet šai pasaulei līdzīgi, bet pārvērtieties, atjaunodamies savā garā [..]" (Rom. 12:2) Šis pants nenozīmē, ka mums jāatsakās no mūsdienu rīkiem. Tas nozīmē, ka mēs nepārņemam pasaules vērtības – varas, slavas, manipulācijas, egoisma garu. Mēs varam izmantot mūsdienīgas metodes, tehnoloģijas un saziņas formas, bet to saturam un motivācijai ir jāpaliek centrētai Kristū. Dievs mūs aicina būt saprotamiem šai pasaulei, nevis kļūt tai līdzīgiem savā domāšanā un attieksmē.

4. Padoms un pieredze no garīgi nobriedušiem ticības biedriem.

Dievs bieži runā caur citiem cilvēkiem. Tāpēc ir svarīgi aprunāties ar brāļiem un māsām, kuri ir garīgi nobrieduši, atvērti jaunām pieejām un paši aktīvi kalpo. Personīgi esmu piedzīvojis, cik liela svētība ir mentors, kurš nebaidās mācīties, meklēt un izmēģināt jaunas metodes Dieva darbā. Šāda pieredze palīdz izvairīties gan no nepārdomātiem eksperimentiem, gan no bailēm par jebkādām pārmaiņām.

5. Augļu pārbaude – ilgtermiņa skatījums.

Jēzus teica: "No viņu augļiem jūs tos pazīsiet." (Mt. 7:16) Šeit nav runa tikai par skaitļiem vai ātru rezultātu. Garīgie augļi ir redzami laika gaitā: izmainīta dzīve, dziļāka ticība, rakstura izaugsme, mīlestība pret Dievu un cilvēkiem, vēlme kalpot citiem.

Dažkārt metode sākumā šķiet ļoti veiksmīga, bet, ja tā nerada noturīgu garīgo augli, tā ir jāpārskata. Dieva darbs nav sprints, tas ir maratons. Tas, kas patiesi nāk no Dieva, ar laiku nes mieru, pazemību un augļus, kas pagodina Kristu, nevis cilvēkus.

Vai kalpojam Dieva spēkā vai tikai ar savām pūlēm?

Dieva darbā jaunieši nereti uzdod ļoti godīgu un būtisku jautājumu: kā noteikt, vai cilvēks patiešām kalpo Dieva spēkā, vai arī viss balstās tikai viņa paša spējās, talantos un enerģijā? Un ar to saistās vēl viens jautājums: vai vispār ir pareizi Dieva darbā pielikt savas pūles?

No vienas puses, mēs bieži dzirdam, ka viss ir atkarīgs no Dieva, no otras – Bībele aicina būt čakliem, drosmīgiem un uzticīgiem. Šeit ir svarīgi saprast, kā tas darbojas.

Dieva spēks un cilvēka līdzdalība

Bībele skaidri māca, ka kalpošana nav vai nu Dieva darbs, vai cilvēka darbs. Tā ir sadarbība. Apustulis Pāvils raksta: "Jo mēs esam Dieva darba biedri." (1. Kor. 3:9) Tas nozīmē, ka Dievs aicina cilvēku līdzdarboties Viņa darbā. Dievs varētu visu izdarīt viens pats, bet Viņš izvēlas darboties caur cilvēkiem ar to vājībām, talantiem, raksturu un pieredzi. Tāpēc arī mūsu pūles nav pretrunā Dieva spēkam, ja tās ir pakļautas Viņam.

Pāvila piemērs – intensīvs darbs Dieva žēlastībā

Pāvils ir viens no labākajiem šāda līdzsvara piemēriem. Viņš bija ārkārtīgi aktīvs, daudz ceļoja, mācīja, sludināja, cieta vajāšanas un grūtības. Tajā pašā laikā viņš skaidri apzinājās, ka bez Dieva žēlastības nekas no tā nebūtu iespējams. "Bet no Dieva žēlastības es esmu, kas es esmu [..] es esmu vairāk nekā viņi visi strādājis, tomēr ne es, bet Dieva žēlastība, kas ir ar mani." (1. Kor. 15:10) Šeit redzam šķietamu paradoksu: Pāvils saka, ka ir daudz strādājis, bet vienlaikus atzīst, ka patiesais spēks nāk no Dieva. Tas mums māca, ka Dieva spēks neizslēdz cilvēka piepūli, bet to piepilda un virza pareizā virzienā.

> "Mēs esam Dieva darba biedri.
> (1. Kor. 3:9)

Kā atšķirt kalpošanu Dieva spēkā no kalpošanas savā spēkā?

Ir vairākas pazīmes, kuras palīdz to saskatīt.

1. Motīvi. Kalpošana Dieva spēkā meklē Dieva godu, nevis cilvēku atzinību. Ja galvenais dzinulis ir slava, popularitāte vai pašapliecināšanās, tad, visticamāk, kalpošana balstās cilvēciskās pūlēs.

2. Lūgšanas vieta kalpošanā. Ja kalpošana tiek plānota, vadīta un izvērtēta bez lūgšanas, tad tā pamazām kļūst par cilvēciski organizētu aktivitāti. Kalpošana Dieva spēkā sākas un beidzas ar lūgšanu.

3. Augļi ilgtermiņā. Kalpošana savā spēkā var dot ātrus rezultātus, bet bieži vien tie nav noturīgi. Dieva spēkā veikts darbs laika gaitā veido cilvēkos raksturu, ticības dziļumu un vēlmi kalpot citiem.

Vai ir pareizi Dieva darbā pielikt savas pūles?

Atbilde ir skaidra – jā, ir pareizi un pat nepieciešami! Dievs mūs aicina ieguldīt visu, kas mums dots. Talanti, laiks, enerģija, zināšanas – tās visas ir Dieva dāvanas, kuras mums ir jāatdod Viņa rīcībā.

Apustulis Pāvils raksta: "Mēs nevienā lietā neesam par apgrēcību, lai kalpošana netiktu pelta, bet visās lietās parādāmies kā Dieva kalpi [..]" (2. Kor. 6:3, 4) Tālāk viņš uzskaita pacietību, grūtības, bezmiega naktis un smagu darbu. Tas skaidri parāda, ka kalpošana prasa reālu piepūli, upurus un reizēm arī ciešanas.

Divas bīstamas galējības

Kalpošanā pastāv divas galējības, un tās abas ir bīstamas.

Viena galējība – aktīva kalpošana bez garīgas dzīves. Darīt daudz, bet nelūgt, nepārdomāt, nemeklēt Dieva vadību. Tas bieži noved pie sliktiem rezultātiem.

Otra galējība – garīga pasivitāte, kad cilvēks daudz lūdz un studē, bet izvairās no reālas iesaistes cilvēku dzīvē, jo tas prasa drosmi, laiku un emocionālu ieguldījumu.

Patiesā kalpošana notiek starp šīm galējībām – tur, kur lūgšana satiekas ar drosmīgu rīcību.

Noslēguma doma

noslēgumā vēlos atgādināt, ka, runājot par Savu otro atnākšanu, Jēzus stāstīja līdzību par talantiem (Mt. 25:14–30). Šī līdzība nav tikai par spējām vai dāvanām, tā ir par uzticību, atbildību un gatavību rīkoties laikā, kas mums ir dots. Katram cilvēkam Dievs ir uzticējis talantus. Tie nav vienādi, bet tie visi ir vērtīgi. Kādam tie ir redzami un publiski, citam – klusi un nemanāmi. Taču Jēzus uzsver nevis to, *cik daudz* mums ir dots, bet gan – *ko mēs darām* ar to, kas mums ir uzticēts. Dieva acīs svarīgākais nav salīdzināšanās ar citiem, bet uzticība savam aicinājumam.

Līdzībā redzam, ka Kungs slavē tos kalpus, kuri nebaidījās rīkoties, riskēt un ieguldīt. Viņi nebija ideāli, bet bija uzticīgi. Savukārt tas, kurš apraka savu talantu, netika nosodīts par ļaunu nodomu, bet gan par pasivitāti un neuzticēšanos. Šī līdzība atgādina, ka arī nedarīšana ir izvēle, un tai ir sekas.

Šodien, dzīvojot laikā, kad pasaule strauji mainās un cilvēku domās ir tik daudz apjukuma, Dievs aicina Savus ļaudis izmantot visas Viņa dotās iespējas, lai atspoguļotu Kristu. Dievs mūs neaicina kalpot ar ideālām metodēm, bet ar atvērtu sirdi, lūgšanu pilnu dzīvi un gatavību būt Viņa instrumentiem.

Jaunieši, nebaidieties meklēt savu vietu kalpošanā! Ne visi būs sludinātāji, bet ikviens ir aicināts būt Kristus liecinieks savā vidē, savā paaudzē, ar saviem talantiem. Dievs neprasa no mums neiespējamo; Viņš aicina mūs uzticīgi izmantot to, kas mums jau ir dots.

Lai Dievs Savā žēlastībā dod mums gudrību atpazīt Viņa prātu, drosmi spert ticības soļus un pazemību atzīt, ka bez Viņa mēs neko nespējam! Un lai, kad Kungs atgriezīsies, mēs varam dzirdēt šos vārdus: "Labi, tu krietnais un uzticamais kalps." Lai mums visiem Dieva žēlastībā tas arī izdodas!

Tālivaldis Vilnis



ATMIŅAS PANTS

VAI TU ESI VARĒJIS NOIET LĪDZ ATTĀLĀKĀM SNIEGA KRĀTUVĒM, UN VAI TU ESI APSKATĪJIS KRUSAS KRĀJUMUS, KURUS ES ESMU SAVĀCIS PIEMEKLĒJUMU LAIKIEM, CIŅAS UN KARA DIENĀM?

ĪJABA 38:22, 23

CIK INTERESANTI!

Antarktīda ir mūsu zemes **piektais lielākais kontinents.** Tā atrodas zemeslodes pašos dienvidos – ap dienvidpolu. Antarktīda ir augstākā, aukstākā, sausākā un vējainākā vieta uz šīs planētas. Kontinents ir klāts ar biezu ledus kārtu, tas ir kā ledusskapja saldētava, kurā glabājas lielākā daļa (70 %) šīs Zemes saldūdens krājumu.

Antarktīda ir **polārais tuksnesis,** tur nedzīvo kāda noteikta tauta, un tā nepieder nevienai valstij. Tur mitinās zinātnieki un turp brauc drosmīgi tūristi.

Antarktīdā ir **unikāla daba,** tur sastopami augi un dzīvnieki, kas ir pielāgojušies dzīvei tik skarbos apstākļos.

Zemākā reģistrētā temperatūra ir **-89,4°C.** Ak, tas ir tik auksti!!! Lai gan augstākā reģistrētā temperatūra ir **+15°C,** tomēr tāda tā ir reti un tikai piekrastes rajonā vasaras vidū. Antarktīdas vidienē arī vasarās ir zema temperatūra.

Antarktīdas **augstākā virsotne ir Vinsons,** tas 4897 metrus augsts.

Zinātnieki, kuri tāpat kā Tu tic, ka Zemi ir radījis Dievs, uzskata, ka ledus Antarktīdā ir savācies laikā, kad pēc plūdiem tika dalīti kontinenti un savirzīta ass, kas Zemes galējos punktus – Ziemeļpolu un Dienvidpolu – paslēpa no regulāras Saules ietekmes. Kā tas tiešām notika, to mēs uzzināsim no Jēzus, kad Viņš nāks un ņems Savus bērnus uz vislieliskākajām laboratorijām un dabaszinību eksperimentu klasēm!

Materiāls tapis, izmantojot https://education.nationalgeographic.org/, https://spaceplace.nasa.gov/, https://www.britannica.com/, https://www.icr.org/article/, the-bible-best-explains-the-ice-age



Dzīvnieks

Imperatorpingvīns
(APTENODYTES FORSTERI)

Lielākais pingvīnu kārtas pārstāvis, kas pazīstams ar savu majestātisko izturēšanos un melnbalto krāsojumu. Suga pulcējas aptuveni 50 kolonijās, kas apmetas uz ledus virs ūdens un sauszemes ledāja gar Antarktīdas piekrasti. Meklējot barību, imperatorpingvīni spēj ienirt aptuveni 550 metru dziļumā. Tie ir pasaulē visdziļāk nirstošie putni.



Augs

Antarktīdas matu zāle
(DESCHAMPSIA ANTARCTICA)

Antarktīda ir viena no skarbākajām dabiskajām dzīvotnēm pasaulē, īpaši augiem. Šis ziemzaļais augs galvenokārt aug pingvīnu koloniju tuvumā un lielu zīdītāju pulcēšanās vietās, kur tas parasti veido plašus zālājus lielākos vai mazākos puduros. Kas palīdz šim augam izdzīvot tik skarbos apstākļos? Vasaras beigās augā ļoti lielā daudzumā uzkrājas divu veidu cukuri. Tie palīdz augam neizžūt, nenosalt un neiznīkt tad, kad pār to nāk liels aukstums, sāļš gaiss un vēji. Dieva Vārds arī mūsu sirdij ir kā īpašs cukurs – salds un patīkams, un, ja to uzkrāsim, mācoties un lasot, tas palīdzēs mums izturēt dienas, kurās nāksies piedzīvot grūtības, neveiksmes vai skumjas.



BĪBELES KONKURSS BĒRNIEM 2026

Dievs visu Zemi Savās rokās tur

NO JANVĀRA - MAIJAM VARĒSI:

- **Izlasīt** piedzīvojumu stāstu no kāda kontinenta
- **Iemācīties** īpašu atmiņas pantu no Bībeles
- **Uzzināt** kādu interesantu faktu no dabas
- **Papildināt** Zemes karti ar jaunām uzlīmēm
- SPECBALVA - dzīvnieku minifigūriņu komplekts tiem, kas konkursā piedalīsies visus 5 mēnešus



KAS TEV JĀDARA, LAI PIETEIKTOS?

1. Izvēlies tīru A4 papīra lapu baltā vai gaišā krāsā
2. Skaisti un glīti uzraksti norādīto Bībeles pantu (bērniem, kuriem nav rakstītprasmes, pantu raksta un bērnam priekšā lasa atbildīgā persona, kura piesaka bērnu konkursam)
3. Uzzīmē izvēlēto augu, dzīvnieku un/ vai citu dabas objektu no attiecīgās dabas teritorijas (tam jāatšķiras no dabas fakta, kas minēts žurnāla "Adventes Vēstis" Bērnu lappusītē)
4. Uzraksti uzzīmētā auga, dzīvnieka un/ vai cita dabas objekta nosaukumu
5. Uzraksti dabas teritorijas (kontinenta vai pasaules daļas) nosaukumu
6. Uzraksti savu vārdu un uzvārdu
7. Ieskenē darbu un, norādot vārdu, uzvārdu, draudzi/ pilsētu, sūti to uz **berni@adventisti.lv** līdz 20.februārim.





Dienviddžordžijas sala, kas atrodas ledainajos Antarktīdas ūdeņos, ir viena no nomaļākajām vietām uz Zemes. Šeit pastāvīgi nedzīvo neviens cilvēks, jo apstākļi ir pārāk skarbi. Uz šīs salas pirms vairāk nekā 100 gadiem norisinājās viens no visu laiku izcilākajiem izdzīvošanas un glābšanas stāstiem. Šis stāsts joprojām nes cerības vēsti, kas ir aktuāla arī mūsdienās.

Kad Ernests Šekltons bija 10 gadus vecs, viņa ģimene apmetās Londonā. Ernesta tēvs bija ārsts, kurš vēlējās, lai arī Ernests kļūtu par ārstu. Tomēr Ernestu vairāk interesēja piedzīvojumi un izpēte nekā mācības. Ernests ļoti vēlējās doties jūrā, tāpēc viņš, neskatoties uz tēva mudinājumiem studēt medicīnu, 16 gadu vecumā pievienojās tirdzniecības flotei.

Jau 18 gadu vecumā Ernests ieguva pirmā stūrmaņa pakāpi, bet 24 gadu vecumā kļuva par sertificētu kuģu kapteini. Tas nozīmēja, ka viņš varēja komandēt jebkuru britu kuģi.

Ernestu īpaši fascinēja lielais dienvidu kontinents – Antarktīda. Tā bija aukstākā, sausākā un tukšākā vieta uz Zemes, un Šekltonam šis skarbais pasaules gals kļuva par īstu apsēstību.

Šekltons trīs reizes mēģināja sasniegt Dienvidpolu. Pirmajā reizē – 1901. gadā – viņš pievienojās britu jūras virsnieka un pētnieka Roberta Falkona Skota ekspedīcijai. Tas bija smags un bīstams pārgājiens, un viņu grupa pietuvojās Dienvidpolam tuvāk, nekā to bija izdarījis jebkurš cits pirms viņiem. Līdz Dienvidpolam bija palikuši 660 kilometri. Diemžēl Šekltons smagi saslima un bija spiests atgriezties mājās.

Otrajā reizē – 1907. gadā – viņš vadīja pats savu britu Antarktīdas ekspedīciju ar kuģi "Nimrod", kas sasniedza punktu 160 kilometru attālumā no Dienvidpola.



Bet ceļa turpināšanu pārtrauca nežēlīgi laikapstākļi. Atgriežoties mājās, Šekltons tika sagaidīts kā varonis un apbalvots ar bruņinieka titulu, kļūstot par seru Ernestu Šekltonu.

1911. gadā Ernesta sapnis kļūt par pirmo cilvēku, kurš sasniedz Dienvidpolu, sabruka, jo pirmais to izdarīja norvēģu pētnieks Rūāls Amundsens. Tomēr Šekltonam bija palicis vēl kāds izaicinājums – šķērsot visu Antarktīdu, vienu no skarbākajām vietām uz planētas Zeme, no Vedela jūras līdz Rosa jūrai, veicot aptuveni 3000 kilometrus garu ceļu.

Līdzšinējās neveiksmes neatturēja Šekltonu. Viņš plānoja jaunu piedzīvojumu, kuru lepni nosauca par Imperiālo transantarktisko ekspedīciju. Lai to īstenotu, viņam bija nepieciešami īpaši izturīgi biedri. Nostāstos norādīts, ka viņš Londonas avīzēs ievietojis šādu sludinājumu:

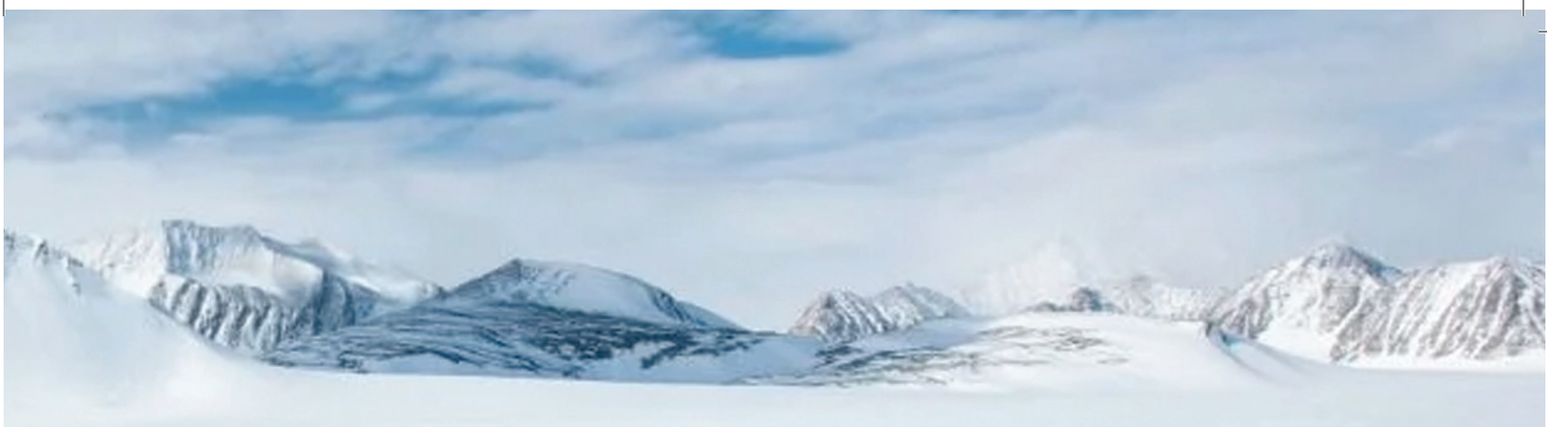
"Tiek meklēti vīrieši bīstamam ceļojumam. Mazs atalgojums, liels aukstums, mēnešiem ilga pilnīga tumsa, pastāvīgas briesmas. Droša atgriešanās maz ticama. Goda un atzinības iespējamība panākumu gadījumā. Ernests Šekltons"

Neatkarīgi no tā, vai šāds sludinājums patiešām eksistēja, tas pamodināja britu sabiedrības iztēli. Šekltons saņēma vairāk nekā 5000 pieteikumu, bet izvēlējās tikai 27 biedrus. Ekspedīcijas kapteinis bija jaunzēlandietis Franks Vorslijs. Fotogrāfs – austrālietis Franks Hērlijs – bija gatavs riskēt ar dzīvību, lai dokumentētu ekspedīciju.

1914. gada augustā, Pirmā pasaules kara sākumā, Šekltons un viņa komanda devās uz Antarktīdu ar kuģi "Endurance" ("Izturība"), kas nosaukts par godu viņa ģimenes devīzei: "Ar izturību mēs uzvaram."

Pēc vairāk nekā trim ceļā pavadītiem mēnešiem kuģis sasniedza Dienviddžordžijas salu – vārtus uz Antarktīdu. Šekltons sākotnēji plānoja palikt tur tikai dažas dienas, taču biezais ledus piespieda viņus uzturēties Dienviddžordžijā veselu mēnesi. Beidzot 1914. gada 5. decembrī "Endurance" devās uz Vedela jūru.

Tomēr ledus kļuva arvien biezāks, un 1915. gada 19. janvārī kuģis tika tajā pilnībā iesprostots. Desmit garus mēnešus kuģis ar Šekltona komandu dreifēja ledus lamatās, līdz beidzot ledus izraisīts spiediens salauza



“Endurance” korpusu. 1915. gada 21. novembrī kuģis nogrima.

Komandai tā bija visdrūmākā diena. Viņi bija zaudējuši mājas, drošību un cerības turpināt ekspedīciju. Tagad viņu vienīgais mērķis bija izdzīvot.

Šekltons apņēmās izglābt visus komandas biedrus. Gandrīz piecus mēnešus viņi dzīvoja uz lielas, dreifējošas ledus plāksnes ar ļoti ierobežotām pārtikas rezervēm, apģērbu un pajumti. Kad ledus sāka



plaisāt un plīst, viņš pavēlēja visiem pārcelties uz trim glābšanas laivām un meklēt tuvāko sauszemi.

Pēc 15 uz ledus pavadītiem mēnešiem viņi beidzot nonāca atklātā ūdenī. Septiņas mokošas dienas komanda nelielās laivās peldēja pa ledaino okeānu, līdz sasniedza nelielo, neapdzīvoto, klinšaino Ziloņa salu aptuveni 500 kilometru attālumā no vietas, kur nogrima “Endurance”.

Tā bija pirmā reize 497 dienu laikā, kad viņi stāvēja uz cietzemes. Taču Ziloņa sala nebija apdzīvota un atradās tālu no jebkādiem kuģošanas ceļiem. Visa komanda bija iesprostota bez jebkādas cerības uz glābšanu.

Bija atlikusi tikai viena iespēja – kādam bija jāpeld pāri pasaules bīstamākajam okeānam un jālūdz palīdzība. Šekltons izvēlējās piecus vīrus, kuri kopā ar viņu septiņus metrus garā laivā “James Caird” dotos 1300 kilometru pārbraucienā līdz Dienviddžordžijai.

Viņš apsolīja pārējiem 22 vīriem: “Es atgriezīšos. Es jūs izglābšu.”

Pārbrauciens bija neiedomājami grūts. Viņi cīnījās ar vētrām, sala, laiva vairākas reizes gandrīz apgāzās. Jūras ūdens, kas saldēja viņu drēbes, arī laivu pārklāja ar ledu. Tomēr šie seši vīri nepadevās.

Pēc divām nedēļām viņi beidzot sasniedza Dienviddžordžijas krastus, bet tā bija salas neapdzīvotā puse. Vienīgais glābiņš bija zvejnieku stacija salas otrā pusē, un, lai to sasniegtu, viņiem bija jākāpj pāri neizpētītiem kalniem un ledājiem. 36 stundu laikā viņi nogāja 50 kilometrus, līdz beidzot ieraudzīja Stromnesas zvejnieku staciju.

Noguruši un izbadējušies viņi bija sasnieguši palīdzību. Tomēr Šekltons nedomāja apstāties, kamēr nebūs atguvis pārējos vīrus, kuri bija palikuši Ziloņa salā.

Šekltons trīs reizes mēģināja sasniegt Ziloņu salā palikušos komandas biedrus, taču ledus aizšķērsoja ceļu. Tikai pēc 130 dienām viņš atrada brīvu pāreju līdz Ziloņu salai. Kad Šekltons beidzot sasniedza salu, viņš saskaitīja visus vīrus un klusi sacīja: “Viņi visi ir šeit. Viņi visi ir dzīvi.”

Neviena dzīvība nebija zaudēta. Visi 22 vīri tika izglābti.

Ernesta Šekltona vadītā ekspedīcija ir viena no lielākajām izturības, drosmes un līderības paraugstundām visā vēsturē. Tā tiek dēvēta par “lielāko glābšanas stāstu visos laikos”.

Tos 22 vīrus Ziloņa salā uzturēja Šekltona vārdi:

“Es atgriezīšos. Es jūs izglābšu.”

Tieši šis apsolījums viņiem deva cerību. Viņi ticēja, ka Šekltons turēs savu solījumu, tāpēc viņi gaidīja un bija gatavi viņa atgriešanās brīdim.

Šis stāsts mums atgādina par citu, vēl lielāku glābšanas stāstu – tādu, kas ietekmē katru no mums. Tas ir stāsts par Jēzus Kristus apsolījumu.

Kad Jēzus gatavojās pamest šo pasauli, Viņš sapulcināja Savus tuvākos draugus un sacīja:

“Jūsu sirdis lai neizbīstas! Ticiet Dievam un ticiet Man! Mana Tēva namā ir daudz mājokļu. Ja tas tā nebūtu, vai Es jums tad būtu teicis, Es noeimu jums vietu sataisīt? Un, kad Es būšu nogājis un jums vietu sataisījis, tad Es nākšu atkal un ņemšu jūs pie Sevis, lai tur, kur Es esmu, būtu arī jūs.” (Jāņa evaņģēlijs 14:1–3)

Tas pats apsolījums, ko Jēzus izteica – “Es nākšu atkal” –, ir devis cerību miljoniem cilvēku jau gadsimtiem ilgi.

Pēc tam, kad Šekltons bija izglābis savus vīrus un visa ekspedīcijas drāma bija aiz muguras, viņš pajautāja vienam no vīriem:

“Kā gadījās, ka jūs visi bijāt gatavi manai atgriešanās dienai? Jūs stāvējāt krastā ar sakrāmētām mantām, it kā būtu zinājuši, ka nākšu šodien.”

Vīrs atbildēja: “Ser, jūs teicāt, ka atgriezīsieties pēc mums. Mēs nekad nezaudējām cerību. Mēs ticējām, ka jūs turēsiet savu vārdu. Katru reizi, kad jūra nedaudz atbrīvojās no ledus, mēs sakārtojām mantas, salocījām guļammaisus un teicām: “Varbūt Šekltons atbrauks šodien.” Mēs vienmēr bijām gatavi.”

Šajā stāstā ir svarīga mācība arī mums – mums vienmēr jābūt gataviem! Jēzus ir apsolījis atgriezties. Neviens nezina dienu vai stundu, bet Viņa vārdi paliek mūžīgi: “Es nākšu atkal.”

Svarīgākais jautājums, kas mums sev jāuzdod, ir šāds: “Vai es esmu gatavs Jēzus atnākšanai?”

MISIJA "LATVIJA"

konference par jaunu draudžu dibināšanu
ar Ati Helminenu

6. – 8. FEBRUĀRIS 2026

RĪGĀ, BAZNĪCAS 12A

Piesakies: www.ej.uz/misijalv

