

Adventes Vēstis

2025
JANVĀRIS
348

SEPTĪTĀS DIENAS ADVENTISTU
LATVIJAS DRAUDŽU
SAVIENĪBAS IZDEVUMS

5 vēlējumi
Jaunajā gadā

**Sabats.
Laiks un
rituāls**

**Dzīvības
asinis**

Bērniem un pusaudžiem:

Vīvi

Jauniešiem:

Konference

“Augstāk. Dzīlāk. Plašāk.”

Saturs:

- 04** ZINĀS
“Tava misija – mamma” aktualitātes
- 04** INTERVIJA
Draudzības kalpošana
- 04** AKTUĀLAIS JAUTĀJUMS
Sabats. Laiks un rituāls
- 08** ATSKATS
ADRA Latvija gada tikšanās
- 10** EVANĢELIZĀCIJA/ KRISTUS
EIROPĀI
Cerība Gulbenei
- 12** VĀRDS MĀCĪTĀJAM
Pieci vēlējumi Jaunajā gadā
- 14** TĒMA – VESELĪBA
Dzīvības asinis
- 18** TĒMA – VESELĪBA
Lēcu un rīsu sautējums
- 19** PA BĪBELES LAPPUSĒM
Ellišķīgā izmeklēšana
- 22** GLIKA BĪBELES TULKOJUMU
ATCEROTIES
Glika tulkojums un jaunais tulkojums
- 24** PA ELENAS VAITAS DARBU
LAPPUSĒM
**Doto spēju papildināšana un
izlietošana**
- 26** JAUNIEŠIEM
**Jauniešu konference
“Augstāk. Dziļāk. Plašāk.”**
- 29** BĒRNIEM UN PUSAUDŽIEM
Vīvi

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

Reģistrācijas apliecības Nr. 1918.

Iznāk reizi mēnesī. Tirāža: 600 eks.

Galvenā redaktore: Anitra ROZE

Redakcija: Agris BĒRZIŅŠ, Elvīra GRAKOVIČA, Imants ĢIPLSIS,
Vineta KRAULIŅA, Māriņa 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 jaunajā gadā, mīlie “Adventes Vēstu” draugi! Paldies, ka pagājušajā gadā bijāt kopā ar mums un ka turpināt būt kopā ar mums arī šogad! Lai jums Debesu prieka pilns, Dieva mīlestības sasildīts un Viņa žēlastības spārnēm segts jaunais gads! Lai jums daudz ticību stiprinošu piedzīvojumu ar Dievu, lai prieks kalpošanā un ikdienas darbos, lai jums un jūsu mīļajiem laba veselība un lai jūsu mīļie ir Debestēva mīlestības apņemti un Viņa Gara vadīti!

Mēs “Adventes Vēstu” redakcijā nolēmām iesākt šo gadu ar vēsti par veselību, tieši tāpēc Tēmas raksts šoreiz stāsta par to, cik daudz interesanta varam uzzināt, aplūkojot jautājumu par asinīm, cik svarīgi ir rūpēties par atbilstošu uzturu un cik smalku un labi pārdomātu sistēmu Debesu Tēvs ir ielicis ikkatra cilvēka organismā, lai tas funkcionētu pilnvērtīgi un veselīgi. Protams, mēs zinām, ka pasaule ap mums ir piesārņota un pārtika nelīdzinās Ēdenes tīrajām vēlmēm. Tomēr arī visā tajā mums ir iespēja izdarīt Dieva ieteiktas, labas izvēles. Tāpat mēs zinām, ka, neskatoties uz labajām izvēlēm, cilvēki nereti slimo un piedzīvo ciešanas. Tā tas ir, jo vēl aizvien dzīvojam uz grēka skartas zemes. Tomēr mēs nekļūsimies, jebkurā gadījumā izvēloties paklausīt Lielā Ārsta dotajiem ieteikumiem un no savas puses darot labāko, ko spējam. Lai arī jums tas izdodas!

Jaunais gads vienmēr nāk ar daudziem laba vēlējumiem, arī šajā ievadrakstā to sarodas aizvien vairāk, bet man no tiesas ir liela sirds vēlēšanās, lai jūsu dzīvē īstenojas gan šie, gan vēl daudzi citi svētīgi vēlējumi. Tieši par šādiem svētīgiem vēlējumiem šoreiz ir domāts rubrikā Vārds mācītājam, kur atradīsiet mācītāja Tāļivalža Viļņa rakstu “Pieci vēlējumi jaunajā gadā”.

Aktuālais jautājums šoreiz atbild uz to, ko Kolosiešiem 2:16 saka par sabatu, bet rubrika Pa Bībeles lappusēm turpina ellīšķīgo izmeklēšanu, šoreiz akcentējot uzmanību uz to, kāds gals sagaida ļaunumu, ko nozīmē “raudāšana un zobu trīcēšana” un vai tiešām Dievs beigu beigās nedos netaisnajiem vēl vienu atgriešanās iespēju.

Vēl esam jums sagatavojuši aicinājumu iesaistīties māmiņu mazajās grupās un ADRA kalpošanā, kā arī atskatu uz evaņģelizāciju Gulbenē un ADRA Latvija gada nogales pasākumu.

Lappusīte jauniešiem jūs ievedīs svētīgajā jauniešu konferences gaisotnē, bet bērniem un pusaudžiem sagatavotais stāsta “Uguns kalnos” noslēgums sagādās patiesu prieku par Dieva apbrīnojamo darbu pie dusunu ļaudīm.

Par to, kā papildināt un izlietot Dieva dotās spējas, uzzināsi rubrikas Pa Elenas Vaitas darbu lappusēm rakstā, kurš ņemts no “Liecībām draudzei” 4. sējuma. Noslēgumā vēlos uzdāvināt jums brīnišķīgu citātu tieši no šī raksta: “Dieva paredzētais standarts cilvēkam ir pacelšanās līdz šī vārda visaugstākajai izpratnei, un, sevi paceļot līdz Dieva dotajam cilvēcības jēdzienam, viņš jau šinī dzīvē vairo laimi, kas to vadīs uz godību un mūžīgu atalgojumu nākošajā dzīvē. Cilvēces ģimenes locekļiem ir tiesības saukties par cilvēkiem tikai tad, ja viņi katrā iespējamā veidā izlieto savas spējas par labu citiem. Kristus dzīve mums dota kā paraugs, un vienīgi kalpošana citu vajadzībām, līdzīgi žēlastības eņģeļu kalpošanai, cilvēku savieno ar Dievu.”

Lai kopā ar Dievu tas izdodas!

Anitra Roze,
AV galvenā redaktore





Janvāra sākums mūs ne tikai aicina kalendārā pāršķirt jaunu lapu un pierast pie jaunā, 2025. gada, skaitļa, bet tas ved mūs ticībā sastapties ar dažādām svētībām, izaicinājumiem, iespējām, situācijām, apstākļiem un cilvēkiem, kas mūs, kristiešus, vienmēr aicina un izaicina jebkuros apstākļos atstarot Jēzus raksturu.

Šajā ceļā mūs pavada lūgšana, kas ir kā saruna ar Dievu: "Tavs Vārds ir manu kāju spīdeklis un gaišums uz maniem ceļiem." (Psalmi 119:105) Regulāra lūgšana, kas dzimst pazemīgā sirdī, ir kā tilts starp Debesīm un zemi, savienojot mūsu dzīvi ar Dieva plānu. Svēto Rakstu lasīšana ne tikai palīdz izprast Dieva gribu, bet arī atjauno mūsu prātu un sniedz mieru, kas pārsniedz sapratni. Jaunais gads ir ideāls brīdis, lai ieviestu ieradumu katru dienu veltīt laiku sarunai ar Dievu un Dieva Vārda izpētei. Šis laiks ir neaizvietoājams un dod spēku pārvarēt ikdienas izaicinājumus, kas noteikti nāks.

Savukārt mūsu līdzdalība draudzē ir kā liecība par to, ka Dievs darbojas caur Savu tautu. Tāpēc piedalīšanās draudzes dzīvē nav tikai pienākums, bet arī īpaša svētība, kas bagātina mūsu dzīvi. Dzīves izaicinājumi bieži vien ir kā vētras, kas pārbauda mūsu garīgās saknes. Bībele aicina: "[...] pamācait nekārtīgos, iedrošinait bailīgos, palīdziet vājajiem, esiet pacietīgi pret visiem!" (1. Tesaloniķiešiem 5:14) Šie vārdi mums atgādina par draudzes nozīmi, kur katrs tās loceklis ir kā patiess balsts otram.

Tāpat no šī mēneša žurnāla numura veselības tēmas par asinīm daudz ko varam mācīties. Kā tīras asinis mūsu ķermenī nodrošina dzīvību un veselību, tāpat tīras un dievbijīgas domas mūsu prātā veido ceļu uz garīgo piepildījumu. Tīras domas, līdzīgi kā asinis, kas attīra un uztur ķermeni, ļauj mums dzīvot harmonijā ar Dievu un apkārtējiem. Kad apzināties, ka katra diena ir Viņa dāvana, mēs varam iemācīties redzēt svētības pilnīgi visā, kas notiek. Jesajas grāmatas vārdi atgādina – ja arī

šobrīd tavas domas nav tīras un dievbijīgas, tad Dievam ir risinājums – risinājums ne tikai domām, bet lielākajai problēmai – grēkam: "Ja jūsu grēki ir kā asinis, tie kļūs balti kā sniegs; ja tie ir sarkani kā purpurs, tie kļūs kā vilna." (Jesajas 1:18) Šie vārdi atgādina mums par pestīšanas brīnumu, ko saņemam caur Kristu. Šī apziņa iedrošina mūs iesākt jauno gadu ar pateicīgu sirdi par glābšanu un apņēmību dzīvot ticībā Dievam par godu un apkārtējiem par svētību.

Lai Dievs jūs visus vada un stiprina!

*Imants Ģipslis,
SDA Latvijas
draudžu savienības
prezidents/ bīskaps*



Ģipslis

“TAVA MISIJA – MAMMA” AKTUALITĀTES

SVĒTBRIŽI, LŪGŠANU IDEJAS, PĀRDOMAS, JAUNAIS PODKĀSTS MAMMĀM

Sveiciens māmiņām!

Vēlamies informēt par iespēju gūt stiprinājumu un iedvesmu Tavā mammas darbā:

- izmanto dažādus RESURSUS “Tava misija – mamma” Facebook un Instagram profilā!

- KLAUSIES 25 svētbrižus mammai, kuri sastāv no 1) E. Vaitas citāta, 2) Bībeles panta, 3) kādas mammas pārdomām par šo citātu!

- RAKSTI “25 iedvesmas pērles” YouTube vai Spotify, un Tu atradīsi atskaņošanas sarakstu ar visiem šiem ierakstiem! Aicinām tos izmantot kā papildinājumu ikdienas svētbrižiem!

- Priecājamies iepazīstināt ar jauno PODKĀSTU “Mamma Kristū”,

kur Tevi sagaida saruna ar kādu mammu, viņas pieredze, kā arī padomi no Dieva caur Praviešu Garu par dažādiem bērnu audzināšanas jautājumiem! Pirmajā sezonā apkopoti citāti no grāmatas “Bērna vadonis” pirmajām 30 nodaļām. Epizodes iznāk 2x mēnesī. Podkāstu ar nosaukumu “Mamma Kristū” meklē Spotify vai YouTube kontā “Tava misija – mamma”.

Mūsu lūgšana ir par Tevi, mammu, lai Kungs stiprina un dod gudrību, neatlaidību šajā vissvarīgākajā misijas laukā – Tavā ģimenē, jo īpaši šajā nopietnajā un pēdējā zemes vēstures laikā, kurā dzīvojam! Pateicamies, ka lūdz par šo kalpošanas darbu un ka esi kopā ar mums!

Māmiņu komanda

TAVA MISIJA:
mamma



DRAUDZĪBAS KALPOŠANA

Pagājušā gada nogalē, 14. decembrī, konferences “Brīvprātīgi par drošāku sabiedrību – dari un atbalsti” ietvaros tika pasniegti Tieslietu ministrijas apbalvojumi “Cilvēks – cilvēkam” brīvprātīgā darba veicējiem ieslodzījumu vietās un Probācijas dienestā. Šogad Tieslietu ministrijas Pateicības rakstu saņēma arī Ilgonis Kangīzers no SDA Liepājas draudzes.

I. Kangīzers jau 12 gadus veic brīvprātīgo darbu Liepājas cietumā, ieslodzītajām personām cietuma kapelā vadot dievkalpojumus, Bībeles stundas, lūgšanas un dziedāšanas nodarbības. Vairumā gadījumu tieši brīvprātīgais darbs ar ieslodzīto ir bijusi veiksmes atslēga uz labāku dzīvi brīvībā – bez likumpārkāpumiem un vielu atkarībām, bet ar iekļaušanos drošā sabiedrībā, savā ģimenē un darba tirgū. Par savu kalpošanu plašāk lūdzām pastāstīt Ilgonim pašam.

Ilgoni, kā Tev radās ideja un aicinājums sākt kalpot cietumā par brīvprātīgo?

Tas bija pirms 13 gadiem. Mani iepazīstināja ar Liepājas mācītāju Agri Iesalnieku, kurš kalpoja cietumā. Viņš mūs ar sievu Solvitu uzaicināja, vai arī mēs vēlētos piedalīties dievkalpojumā cietumā. Tā tas arī sākās. Agris bija ar lielu pieredzi cietumu kalpošanā, viņš agrāk bija bijis kapelāns Latvijas bruņotajos spēkos. Vēlāk uz cietumu mēs ar Solvitu devāmies atsevišķi – toreiz ar Latvijas adventistu draudžu savienības bīskapa Viļņa Latgaļa, bet tagad ar bīskapa Imanta Ģipšļa rekomendāciju. Liela nozīme bija arī Liepājas cietuma kapelānam, ļoti sirsnīgajam brālim Dmitrijam Kopilecam, kurš mūs vienmēr atbalstīja un iedrošināja, uzsākot šo kalpošanu. Tagad liels paldies,

ka varu apmeklēt cietumu, sakāms kapelānam Atim Grīnbergam, protams, arī visai Liepājas cietuma vadībai ar priekšnieci Gitu Rozentāli priekšgalā.

Vai atceries savu pirmo tikšanos ar ieslodzītajiem un to, kāda bija sajūta?

Ļoti labi atceros. Es biju uzaicinājis arī vienu savu draugu – pazīstamo Liepājas mūziķi Aināru Virgu. Mēs – es, mana sieva Solvita, Ainārs un mācītājs Agris – kopā gājām un spēlējām, un dziedājām kristīgās slavēšanas dziesmas, un dalījāmies ar Dieva Vārdu. Bija tāda jocīga sajūta, kad 13 durvis aiz muguras aizcērtas, jo gājām cietuma dziļumā, kur parastos apmeklētājus neielaiž. Kādi būs šie cilvēki, nevarējām saprast. Bija tādas diezgan dīvainas sajūtas tad, kad iegājām telpā un kad sākās dievkalpojums. Mēs pirms tam

bijām lūguši Dievu, un es pamazām sāku nomierināties. Sapratu, ka tik traki jau nav. Nevienš virsū nebruka. Apsargi arī bija netālu.

Kas Tevi iedvesmo turpināt kalpošanas darbu visus šos gadus?

Tie ir Jēzus vārdi: “Ko jūs esat darījuši vienam no šiem Maniem vismazākajiem brāļiem, to jūs esat Man darījuši.” (Mt. 25:40) Jēzus piemin arī cietumu. Tur gan nav teikts, par ko kurš sēž cietumā – vai taisnīgi, vai netaisnīgi, bet vienkārši cietums. Atceros kādu reizi, esot cietuma kapelā, kad skatījos pa logu uz ārpusi un gaidīju, kad apsargi atvedīs manas Bībeles grupas puīšus, un es sajutu tādu prieku! Sākumā domāju, tas ir tāpēc, ka es pēc divām stundām atkal būšu brīvībā, bet nē. Es sapratu, ka esmu istajā vietā, un, ja reiz esi pareizajā kalpošanā, tad tas dod tādu īpašu prieku un gandarījumu. To dod Dievs. Citreiz gadās, ka esmu noguris no dienas darbiem, bet, kad dodos kalpot uz cietumu, rezultātā atgriežos ar gandarījumu.

Kā Tava ticība un piederība adventistu draudzei ietekmē šo kalpošanu?

Es nevienam neko neuzspiežu. Neeju ar tādu mērķi: es esmu adventistu draudzes pārstāvis, un tagad es jūs visus “pārtaisīšu” par adventistiem. Mēs mācāmies par vispārīgi kristīgām vērtībām, protams, neaizmirstot arī adventistu draudzes doktrīnas. Jābūt atvērtam, jābūt pazemīgam, jāpieņem cilvēks

tāds, kāds viņš ir, jāuzklausā, nevis jāuzspiež savs viedoklis. Ar cilvēkiem ir jādraudzējas.

Kādas ir Tavas galvenās aktivitātes un uzdevumi, strādājot ar šiem cilvēkiem?

Man ir vairākas grupiņas, kuras pēc kārtas nāk pie manis ik pēc 40 minūtēm. Sākumā ir sarunas – kā gājis, kas ir noticis, lūdzam Dievu, slavējam ar dziesmām, tad arī kādas īpašas vajadzības, par ko aizlūdzam. Es lūdzu par viņiem, viņi – par mani arī. Kopā pētām Dieva Vārdu. Diezgan daudzi jau ir izmācījušies Marka Finlija sagatavotās Bībeles stundas un saņēmuši sertifikātus no draudzes, kas viņiem ir ļoti svarīgi resocializācijas procesā. Sadarbība ar draudžu pārstāvjiem ir ļoti svarīga, īpaši, gatavojoties atgriezties brīvībā.

Ar kādiem izaicinājumiem jāastopas šajā kalpošanā?

Šobrīd es uz Liepājas cietumu dodos divreiz mēnesī. Covid-19 laikā tas notika caur *Skype* katru nedēļu. Tādu īpašu grūtību nav. Jāplāno nedēļas darbi. Ja to varētu uzskatīt par grūtību, tad pēc pamatdarba, kurā strādāju, jāatrod brīvais laiks cietuma apmeklējumiem.

Ir vairāki gadījumi, ko atceros. Reiz bija kāds pārliecināts budists, kurš gribēja runāt tikai par filozofiskām tēmām. Mans laiks ir pārāk dārgs, lai runātu tikai par to. Vēl bija kāds musulmanis, kurš interesējās par kristietību, bet te pēkšņi vienu reizi, kad mums bija nozīmēta tikšanās, viņš paziņoja,

ka neiešot, jo uzskatīja, ka gan cietuma kapelāns Atis Grīnbergs, gan es esam fanātiķi. Ko tur lai saka, katram cilvēkam ir brīvas izvēles iespējas! Ieslodzījumā mēdz būt gan inteligenti, gan arī “vienkārši” cilvēki. Pēdējais aprakstītais, šķiet, pieder pie tiem “vienkāršajiem”. Jēzus jau arī par mācekļiem aicināja tos, kuri bija gatavi sekot, bija gatavi mācīties un izprast. Bet arī tā nav nekāda grūtība.

Kāda, Tavuprāt, ir vislielākā vajadzība cilvēkiem cietumā?

Vislielākā vajadzība ir cerība. Viņiem ir jāsagatavojas iznākt brīvībā. Viņiem ir vajadzīgs kāds, pie kā atgriezties, kas viņus sagaidīs. Mēs kādreiz ar viņiem parunājamies. Es saku: “Kas jums kāis – siltums ir, paēduši esat, izgulējušies esat, esat aprūpēti.” Taču viņu reakcija ir nepārprotama – labāk meža būdīnā, bet brīvībā, nekā labos apstākļos nebrīvē. Kad tuvojas atbrīvošanas brīdis, viņi sāk vairāk par to domāt, satraukties. Bet es saku: “Lūgsim Dievu par šo jautājumu – kā tu iziesi brīvībā, kur tu dzīvoši, kādu darbu atradīsi!” To visu stāstu un mācu viņiem palauties uz Dievu. Pēc atbrīvošanas es turpinu ar viņiem kontaktēties un iespēju robežās palīdzu, lai viņiem sakārtojas dzīve. Ļoti svarīgs ir atbalsts brīvībā, kā viņi uzsāk šo brīvības dzīvi. Cilvēkiem reāli ir bail, kas būs tālāk. Cik labi, ja kristīgās draudzes viņus neatgrūž.

Vai ir bijuši kādi īpaši aizkustinoši vai atmiņā paliekoši brīži Tavā kalpošanas laikā?





Jā, es atceros pagājušā gada Ziemsvētku laiku. Ziniet, ir tādas skriešanas un darīšanas, bet vakarā vēl bija jākalpo baznīcā, jāpiedalās koncertā, dievkalpojumā. Jutos noguris. Pēkšņi piezvanīja viens brālis no cietuma, no manas Bībeles grupiņas un teica: “Ilgoni, paldies, ka tu esi, ka tu nāc pie mums, ka tu velti savu laiku! Cik tas ir svētīgi! Lai Dievs tevi svētī, tavu draudzi un ģimeni, bērnus un mazbērnus!” Labs vārds mani garīgi pacēla. Viņš piezvanīja īstajā brīdī, kad man tas visvairāk bija vajadzīgs. Bija sajūta, ka darbs nav velti darīts. Uzlabojās garastāvoklis, un es priecīgs devos uz Ziemsvētku dievkalpojumu. Arī šogad viņš piezvanīja 24. decembrī un pateicās par kalpošanu. Tas bija patīkami.

Kā, Tavuprāt, brīvprātīgo darbs ietekmē ieslodzīto dzīvi un domāšanu?

Ieslodzītie, iznākot brīvībā, kontaktējās ar probācijas dienestu. Šis dienests atzīst, ka brīvprātīgie labi iespaido ieslodzītos cietumā. Viņi ir informēti, ar kuriem cilvēkiem es tiekos, un redz labus rezultātus. Kāds puisis tika atbrīvots, pusgadu nodzīvoja brīvībā, bet tad atkal izdarīja noziegumu un atgriezās ieslodzījumā. Cietuma vadība teica, ka viņš ir ļoti izmainījies. Jā, viņiem ir vecie ieradumi, kā risināt finansiālas problēmas, bet tomēr ir izmaiņas. Es viņam teicu, ka gribētu, lai viņš te vairs neatgrieztos, jo viņš nav tāpēc piedzimis, lai nodzīvotu lielāko savas dzīves daļu cietumā.

Esmu kristīgais brīvprātīgais Liepājas cietumā, bet, izrādās, ir arī citi brīvprātīgie, kas māca teātri, viņi lasa kopā grāmatas vai spēlē spēles cietumā ar ieslodzītajiem, lai viņi atkal pilnvērtīgi varētu atgriezties sabiedrībā, lai viņi justos vajadzīgi sabiedrībā. Socializējas.

Kā Tevis paša dzīve ir mainījusies, pateicoties šim kalpošanas darbam?

Kaut kādā ziņā tā ir sevis aizliegšana. Ir jāgatavojas satikties ar šiem cietuma draugiem. Es pat gribētu teikt – ģimenes grupiņu. Sākumā mēs darbojamies kopā ar sievu, gājām kā adventistu pārstāvji. Tagad vairāk esju viens. Tas disciplinē, jo tas ir jādara regulāri. Es to uztveru kā Jēzus aicinājumu: ejiet, dariet pār mācekļiem, mācīdami un kristīdami Jēzus Kristus vārdā. Jābūt atbildīgiem par tiem, kurus esam pieradinājuši. Kad neatnācu pagājušajā nedēļā, kā bija paredzēts, viens ieslodzītais domāja, ka vairs neatnāks. Viņš cer uz atbrīvošanu februārī, un gribēja vēl satikties. Mēs kopā esam slavējuši Dievu, lūguši, un viņš redz tajā vērtību. Viņi mainās, un es mainos līdz ar viņiem.

Kāda Tev bija sajūta, saņemot pateicības rakstu no Tieslietu ministrijas?

Vēlos pateikties Dievam, ka mūsu valstī Latvijā ir ticības brīvība un ka kristīgo ticību varam brīvi izplatīt ieslodzījumu vietās! Es šāda veida pasākumā biju pirmo reizi, bet izrādījās, ka šādas tikšanās notiek jau piekto gadu. Bija daudzi, kas paši darbojas par brīvprātīgajiem, bija iedvesmotāji, bija lekcijas un atskaite. Tieslietu ministre, Ieslodzījumu pārvaldes vadība pasniedza apbalvojumus un goda rakstus. Tas bija ļoti labi noorganizēts, un moderators Ansis Bogustovs bija lielisks. Ja mani aicinās vēl uz tādu pasākumu, es labprāt ieradišos. Saņemot Tieslietu ministrijas Goda rakstu, biju priecīgs un gandarīts, ka valsts novērtē brīvprātīgo darbu.

Vai šo atzinību uztver arī kā iedrošinājumu citiem uzsākt brīvprātīgo darbu?

Atkarībā par kādu brīvprātīgo darbu ir runa – draudzē vai sabiedrībā. Arī daudzi nekrīstīgi cilvēki sabiedrībā dara brīvprātīgo darbu. Visi to nevar, jo ir jābūt aicinājumam un ir vajadzīga arī pastāvība. Lai to darītu, ir jābūt apņēmībai, jo tā ir atbildība. Tur nevar vienkārši tā: te gribu, te negribu. Katrā ziņā tas ir interesanti – iepazīt cilvēkus un saprast, kādi viņi ir, bet ir jāsaprot, vai tas ir tavs aicinājums vai nē.

Ko Tu novēlētu cilvēkiem, kas šaubās par iespēju kļūt par brīvprātīgo?

Kad mani pirmoreiz uzaicināja, es sākumā nezināju, kā tas būs. Bija neskaidrība, jo pirmoreiz gāju, neko nezinot par dzīvi cietumā. Tur aiz 13 durvīm, kas aiz muguras aizcērtas, es varu būt par svētību. Jāiet patiesam, tur nevar iet un stāstīt kaut kādus pekstiņus, jo viņi divās sekundēs sapratīs, vai tu runā patiesību vai nē. Ja iet ar savu liecību par piedzīvojumiem ar Dievu, viņi to saprot, uzdod konkrētus jautājumus, pēc kā viņi secina, vai tu runā patiesību. Šie cilvēki gadiem ilgi ir ieslodzījumā un ir iemācījušies psiholoģiski analizēt, tādēļ jābūt godīgam, atklātam. Ja viņš stāsta par savām problēmām, tad varu pateikt: “Klau, man arī ir tādas un tādas problēmas, lūgšim kopā par tavām un manām problēmām!” Nevajag izlikties, ka esi svēts un tagad visus pamācīsi. Tad bieži vien var rasties komunikācijas grūtības un cilvēki atturēties kontaktēties. Krieviem ir tāds teiciens: “Esi vienkāršāks, un cilvēki pie tevis tieksies!”

Es jums novēlu savā dzīvē izdzīvot Kristus vienkāršību un mīlestību! Lai Dieva svētīts Jaunais 2025. gads!

Intervēja Liene Logina-Kurpniece

SABATS LAIKS UN RITUĀLS



Anhels Manuels
Rodrigess
(Ángel Manuel
Rodríguez)



Tulkaja Andris Pešelis

Vai Kolosiešiem 2:16 māca, ka kristiešiem sabats septītajā dienā vairs nav jāievēro?

Lielākā daļa kristiešu kopienu lieto Kolosiešiem 2:16, lai apgalvotu, ka bauslis par sabatu ir atcelts. Tomēr, rūpīgi izlasot minēto rakstvietu, šāds secinājums nav atbalstāms.

Interpretācijas piedāvājumi

Lasot šo tekstu, būtu jāpatur prātā vairākas lietas. Pirmkārt, Bībele nemāca, ka sabata bauslis ir ticis atcelts. Tieši pretēji – gan Jesaja, gan Jēzus norāda, ka to ievēros arī nākotnē (Jes. 66:23; Mt. 24:20). Otrkārt, Jēzus un Viņa mācekļi ievēroja sabata bausli (Mk. 1:21; Lk. 4:16; Ap. d. 13:14; 16:13). Treškārt, saskaņā ar Kolosiešiem 2:17 Pāvils diskutē par lietām, kuras varētu būt ēna Kristus darbam, ko Viņš ir veicis mums par labu. Bībelē sabats nav aprakstīts kā Kristus darba veids. Patiesība, ka tas tika iedibināts cilvēces labā, pirms pasaulē bija ienācis grēks (1. Moz. 2:2, 3), izslēdz šādu iespēju.

Iespējami lasījumi

Teologi piedāvā dažādus Kolosiešiem 2:16 skaidrojumus, kuri neapdraud Dekaloga ceturto bausli. Īss dažu šādu atšķirīgo viedokļu saraksts ilustrē mūsu uzskatu.

Viena no visvienkāršākajām interpretācijām ir tāda, ka šeit minētais sabats attiecināms uz rituālajiem sabatiem, kas bijuši saistīti ar dažādiem svētkiem un atšķirti no iknedēļas sabata (3. Moz.

23:33–44). Citi savukārt raksta, ka vārds “sabats” šeit būtu jātulko kā “nedēļa”, kas būtu lingvistiski pareizi, jo tas attiecināms uz nedēļu svētkiem. Tiek diskutēts, ka sabats Kolosiešiem 2:16 apzīmē nepareizu vai maldīgu sabata ievērošanu pagānisma vai jūdu mutvārdu tradīciju ietekmē, kuras noteica, kā sabats būtu jāievēro.

Daži no šiem piedāvājumiem ir labāki nekā citi, tomēr te ir norādes, ka Kolosiešiem 2:16 nemaz nav sabata bausļa nolieguma.

Rituālās norises svētajā laikā

Teologi norāda uz secību “svētki, jaunie mēneši vai sabats”, ko var atrast arī Vecajā Derībā un kas apzīmē šajos svētajos laikos pienestos upurus (2. Laiku 2:4; 8:12, 13; Jes. 1:13, 14). It sevišķi to var novērot 4. Moz. 28. un 29. nodaļā, kur kalendāra upuri tiek uzskaitīti saskaņā ar laiku, kad tie bijuši upurējami: sabata upuri (4. Moz. 28:9, 10); jaunā mēness upuri (28:11–15) un upuri svētku laikā (4. Moz. 28:16–29:40). “Ēšana un dzeršana” Kolosiešiem 2:16 varētu būt attiecināma uz rituālajām

norisēm, kad upurētājam bija jāapēd daļa no paša upura (3. Moz. 7:15). Šo skaidrojumu atbalsta sengrieķu frāze “ne merel”, kas lietota Kolosiešiem 2:16 un ko parasti tulko kā “attiecībā uz”, “sakarā ar”, kaut gan tā būtu jātulko “kā daļu no” vai “kas pieder pie”, norādot, ka šis pants apraksta kaut ko, kas notiek svētku laikos, nevis pašus šos laikus.

Balstoties uz minētajiem novērojumiem, Kolosiešiem 2:16, 17 varētu tulkot šādi: “Tādēļ lai nevienš jūs netiesā par ēšanu vai dzeršanu, vai kādu citu svētku daļu, jauno mēnesi vai sabatu, kas ir nākamo lietu ēna, bet miesa pieder Kristum.” Šī interpretācija ļoti labi iekļaujas Kolosiešiem 2:16, 17, sniedzot skaidrību, ka minētais pants attiecas uz rituālajām norisēm, kuras tika veiktas svētajos laikos, un ka tās nebija svētie laiki paši par sevi. Līdz ar to frāze daudzskaitlī 17. pantā “šīs lietas” norāda uz rituālajām norisēm, kuras bija Kristus darba ēna.

(No “Adventist World”
2024. decembra numura.)



Piemini sabata dienu, ka tu to svētī. Sešas dienas tev būs strādāt un padarīt visus savus darbus. Bet septītā diena ir sabats Tam Kungam, tavam Dievam [...] septītajā dienā Tas Kungs atdusējās; tāpēc Tas Kungs svētīja sabata dienu, lai tā būtu svēta.

2. Mozus 20:8–11

ADRA LATVIJA GADA TIKŠANĀS



2024. gada 5. decembrī, dienā, kad visā pasaulē tiek atzīmēta Starptautiskā brīvprātīgo diena, Rīgā, Nevalstisko organizāciju namā norisinājās *ADRA Latvija* gada tikšanās.

ADRA ir adventistu attīstības un palīdzības aģentūra, un tās mērķis visā pasaulē ir vienāds – kalpot cilvēcei, lai ikviens dzīvotu tā, kā Dievs to ir iecerējis.

Pasākuma galvenie viesi bija tie, bez kuriem ADRA darbs nebūtu iespējams, – šī gada ADRA ziedotāji un brīvprātīgie. Piedalījās arī ADRA projektu koordinatori, ADRA padome un LDS Administratīvā komiteja. Kopā visi bijām vairāk nekā 70.

Uzreiz jāpiemin, ka, kaut arī vēlējamies aicināt pilnīgi visus ADRA ziedotājus, daudzus no viņiem neizdevās identificēt, jo ziedojumi tiek veikti anonīmi caur draudzes kolektēm. Dažiem neizdevās atrast

kontakta informāciju. Ja vēlaties, lai ADRA var regulāri informēt jūs par savu darbību un aicināt uz pasākumiem, lūdzu, aizpildiet ADRA aptaujas vai piesakieties jaunumiem mājaslapā *adra.lv*!

Pasākuma laikā ziedotāji varēja satikties ar ADRA projektu koordinatoriem un dalībniekiem, redzēt šī gada darba rezultātus, dzirdēt aizkustinošus stāstus no projektiem Ukrainā, Indijā un tepat Latvijā.

Īsumā par pieciem aktīviem 2024. gada ADRA projektiem

“Indijas bērnu izglītības projekts” sniedz dzīvībai būtisku atbalstu trūcīgām ģimenēm, dodot 8 bērniem iespēju izglītoties un veidot gaišāku nākotni. Vidēji projekta izmaksas 8 bērniem ir 5520 EUR gadā, bet ar katru šīs izmaksas aug.

Atbalsts Ukrainai un Ukrainas bēgļiem Latvijā palīdz krīzes situācijās, piegādājot generatorus, pārtiku un citas nepieciešamās preces, kā arī sniedzot palīdzību integrācijai Latvijā. Piemēram, 2023. gadā palīdzību saņēma vismaz 3550 ukraiņi Ukrainā un Latvijā, tam izlietoti 20 612 EUR.

Projekts **“Skolas soma 2024”** ļāva 27 bērniem iegādāties skolas preces, veicinot vienlīdzību un sociālo iekļaušanu. Katrs bērns varēja iegādāties nepieciešamas preces 70 EUR vērtībā, projekta budžets – 1890 EUR.

Darba iemaņu attīstības projektā bezdarbniekiem nodrošinājām iespēju 11 dalībniekiem darboties sabiedrības labā draudzēs, Ceļa meklētāju klubos, Latvijas draudžu savienības Bērnu kalpošanas nodaļā un labdarībā, saņemot stipendiju sešu mēnešu garumā.



Projekta budžets ir 28 350 EUR.

Atbalsts plūdos cietušajiem

Indijā nodrošināja pirmās nepieciešamības preces 251 ģimenei jeb 1250 personām 3000 EUR vērtībā.

Pasākuma otrajā daļā visi ADRA šī gada atbalstītāji varēja piedalīties izlozē un laimēt kādu no sponsoru sarūpētajām dāvanām.

Ieskatam piedāvājam dažu pasākuma dalībnieku iespaidus:

- “ADRA man ir droša vieta ziedojumiem – kur varu būt droša, ka nauda aizies tam, kam zieduju, nevis kādām administratīvām izmaksām. ADRA vēl ir kopības spēks, palīdzot neapskaužamās situācijās labāk nekā katrs var viens pats. Pasākumā man bija vērtīgi dzirdēt projektu prezentācijas, iedvesmojos būt aktīvāks ADRAS ziedotājs. Lai Dievs svētī turpmākā kalpošanā!”

- “Četri burti ADRA pēdējos gados priekš manis ir kļuvuši ļoti nozīmīgi. Šī organizācija, tāpat kā redzam vispasaules misijas ziņās, ir ieguvusi praktisku ietvaru arī Latvijā. Es ar lielāko prieku piedalos komandā, kura dara, kura kalpo. Tā ir priekštiesība no sevis atdot to, kas citiem cilvēkiem var dot palīdzību un svētību īstajā brīdī.

Pasākumā biju patīkami pārsteigts par ADRAS ģimenes lielumu. Es priecājos un esmu pateicīgs par tiem, kuri vada šo organizāciju. Lai Debesu Tēva svētība un gudrība pavada turpmākajā darbā! Aicinu ikvienu iesaistīties šīs organizācijas aktīvajā darbībā.”

- “Prieks, ka tik daudz cilvēku visā pasaulē jūt tādu kopības sajūtu! Bez labdarības nemaz nevaru savu dzīvi vairs iedomāties. Ilgus gadus esmu arī starptautiskajā Soroptimistu klubā – labās māsas, pasaules sieviešu organizācija, kas palīdz tiem, kuriem tas ir nepieciešams.”

- “Mani iespaidoja projektu koordinators ieinteresētība darboties projektos.”

- “Ar maniem nelielajiem ziedojumiem ADRA kopā ar Dievu izdara lielas lietas gan ārpus Latvijas, gan Latvijā!”

- “ADRA gada tikšanās bija sirsnīgs pasākums, kurā spilgti izcēlās cilvēku vēlme darīt labu un palīdzēt citiem. Man īpaši palika atmiņā stāsti par konkrētiem projektiem, kas mainījuši cilvēku dzīvi gan Latvijā, gan ārpus tās. Sapratu, cik liela nozīme ir pat mazākajam ziedojumam un iesaistei, jo kopā mēs varam sasniegt daudz vairāk.

Labdarība man atklājās kā tilts, kas savieno gan cilvēkus savā starpā, gan mūs ar mūsu Debesu Tēvu. Pasākums atgādināja, ka katrs no mums var kļūt par cerības avotu citiem.”

- “Ļoti sirsnīgs pasākums. Bija padomāts arī par bērniem. Brīnišķīga mūzika, gardas uzkoduņas, loterija bija nu vispār ļoti negaidīts pārsteigums!”

Paldies Dievam par vadību ADRA darbā šogad! Lai Kungs vada šo darbu nākamajā gadā vēl plašāk!

Ja vēlies atbalstīt ADRA ar ziedojumiem, te vari veikt vienreizēju (ar karti vai internetbanku) vai regulāru (ar karti) ziedojumu:

<https://adra.lv/veic-ziedojumu/>

Vietnē adra.lv vari pieteikties ADRA ziņām (lapas apakšā)!

Anna Šlakota –
ADRA Latvija direktore



CERĪBA GULBENEI

Miks Možeiko – Alūksnes
un Kārsavas draudzes
mācītājs



Par to tika domāts ilgi. Par to sarunas raisījās arvien vairāk un vairāk. Par to tika lūgts daudz. Līdz beidzot tas notika. Pirms diviem mēnešiem, 2024. gada novembrī, Gulbenē pēc daudzu gadu pārtraukuma atkal norisinājās Alūksnes adventistu draudzes mērķtiecīgas un organizētas misijas aktivitātes – veselības izstāde un evaņģelizācijas seminārs “Cerība IR – Bībeles atbildes šim gadsimtam”.

Vairākiem Alūksnes draudzes locekļiem ar Gulbeni saistās mīlas un siltas atmiņas, jo iepriekšējie Alūksnes draudzes mācītāji ir kalpojuši arī Gulbenē, tādējādi aicinot Alūksnes draudzes locekļus būt aktīviem abās vietās. Dažādu iemeslu dēļ jau ļoti krietnu laiku Gulbenes adventistu draudzes darbība ir apstājusies, līdz ar to aktīvie draudzes locekļi, kuri dzīvo Gulbenes pilsētā un novadā, šobrīd pieder pie Alūksnes draudzes un iesaistās šīs draudzes aktivitātēs.

Mēs pēdējā laikā izjutām

pastiprinātākas rūpes un atbildību pret šo pilsētu, lai dievkalpošana tur pilnībā netiktu atstāta novārtā. Viss uzsākās ar mazās grupiņas izveidošanu, kurā apmēram divreiz mēnesī pulcējās Gulbenes pilsētā un novadā dzīvojošie Alūksnes draudzes locekļi, lai kopīgi lasītu stiprinošus stāstus un vienotos lūgšanās. Ap to laiku tika saņemta arī apstiprinoša atbilde par piešķirtiem finansiālajiem līdzekļiem misijas aktivitāšu rīkošanai Gulbenē. Varētu teikt, ka noslēdzošā “zīme” jeb grūdiens kaut ko reāli uzsākt bija mana neplānotā iesaiste “ACTS” jaunu draudžu dibināšanas apmācības semināros, caur kuriem mēs iegūstam praktiskas zināšanas un pieredzi no citiem Vispasaules adventistu draudzes darbiniekiem par to, kā iedibināt jaunu draudzi.

Pateicoties jau iepriekšējai pozitīvai iegūtai pieredzei veselības izstādes un evaņģelizācijas semināru rīkošanā Alūksnē,

draudzes padome izlēma par provizoriskajiem datumiem, kad šāda veida aktivitātes varētu īstenot arī Gulbenē. Arī draudzes locekļi bija atsaucīgi un saprotoši par šādu misijas aktivitāšu nepieciešamību kaimiņpilsētā. Aktīvs sagatavošanās un organizēšanas process sākās no 2024. gada septembra vidus. Dievs visu neplānoti vadīja tā, ka veselības izstādes īstenošanai savu palīdzīgo roku un lielu devumu sniedza misijas skolas “Sūti mani” studenti/ kalpotāji. Arī Latvijas draudžu savienības Veselības nodaļa uzņēmās būtisku lomu, koordinējot, atbalstot, palīdzot organizēt un piesaistot daudzus citus kalpotājus no blakus novadu draudzēm. Bez viņiem visiem Alūksnes draudze ar pašu spēkiem nespētu šādu veselības izstādi īstenot.

Katra nianse ar dažādām atbildētām lūgšanām nostājās istajā vietā, un kopā izveidojās aptuveni 40 cilvēku liela kalpotāju komanda, kura 2024. gada 17. novembrī



Gulbenes kultūras centrā deva iespēju apmēram 50 cilvēkiem iepazīt veselīga dzīvesveida principus. Bija prieks redzēt daudz priecīgu cilvēku, dzirdēt daudz pozitīvu atsauksmju. Misijas skolas studentiem tā bija lieliska iespēja saņemt gaidīto un nepieciešamo kalpošanas praksi veselības jomā. Sirdi pildīja pateicība, ka tik daudzi cilvēki ir gatavi vienoties un atbalstīt citu draudžu misijas centienus.

Jā, mēs gatavojāmies uz krietni lielāku apmeklētāju skaitu, tomēr teju katrs apmeklētājs pienāca arī pie uzticības stenda un uzklusēja uzaicinājumu ierasties uz evaņģelizācijas semināra sešiem vakariem, kuri notika no 23. līdz 30. novembrim Gulbenes Jauniešu centra telpās.

Evaņģelizācijas semināra vakaros mēs centāmies radīt mājīgu, nepiespiestu, muzikālu, sadraudzīgu atmosfēru ar izglītojošiem, interesantiem, uzrunājošiem semināra materiāliem un kopīgu uzskodu galdu. Klātesošajiem izlozes veidā devām iespēju tikt pie jaukām, praktiskām dāvanām, kuras publiku patiesi iepriecināja.

Vēlējāmies sniegt atbildes uz mūsdienās aktuāliem jautājumiem: Kāpēc Bībele ir īpaša? Vai Bībele pravieto kaut ko par nākotni? Vai būs pasaules gals? Kāpēc Dievs pieļauj? Kāda ir patiesā dzīves jēga? Pateicamies Dievam par vidēji 32 apmeklētājiem katru vakaru, no kuriem vidēji 11 bija interesenti ticības lietās! Ļoti priecājamies par kaimiņos esošās Madonas draudzes līdzdalību un iesaisti, lai kuplinātu

pasākumu daudzējādā ziņā!

Cilvēki ņēma uz mājām lasīt papildu literatūru, savā starpā iepazīnās. Gados vecāki cilvēki mainīja savu dienas režīmu un veltīja vakara stundas, lai būtu uz vietas ar savu klātbūtni. Aizkustinoši bija redzēt, kā šāds pasākums maina un pamudina uz ko labu tieši apmeklētājus – interesentus ticības lietās. Viņi sāka nest pašu gatavotas uzkodas. Vēl kāds cits interesents, paņēmis uz mājām kādu grāmatu un sācis jau to lasīt, nākamajos vakaros ieteica kādam citam interesentam darīt to pašu. Cilvēks, kurš mums sniedza muzikālus priekšnesumus, par brīvu saņēma Bībeli un atsāka patstāvīgi to lasīt. Atsevišķiem cilvēkiem vēlamies uzsākt Bībeles stundas. Bet pati lielākā svētība ir vismaz 5 cilvēki, kuri sākuši iesaistīties iknedēļas mazajā grupā, caur kuru mēs labāk iepazīstam, kāds ir Dievs.

Vēl kāds cilvēks, kurš 17. novembrī tika uzrunāts uz ielas, ienāca piedalīties veselības izstādē. Pēc nedēļas gandrīz katru vakaru mēs viņu sastapām evaņģelizācijas seminārā. Jau divas reizes šim cilvēkam ir sanācis arī ieraksties Alūksnes draudzes rīkotajos dievkalpojumos. Vien 2 minūtes ātrāk vai vēlāk 17. novembra svētdienā, un mēs tā arī, visticamāk, nekad nebūtu sastapušies!

Alūksnes draudzes vārdā vēlamies izteikt daudzas pateicības.

Misijas skolas "Sūti mani" vadībai un studentiem, kā arī katram kalpotājam no apkārtnējo novadu draudzēm par būšanu

uz vietas veselības izstādē, lai tā varētu funkcionēt! Īpašs paldies tiem, kuri brauca, lai kalpotu no attālākām vietām. Paldies no sirds Agrim un Baibai Bērziņiem, kuri izdarīja tik daudz, lai veselības izstāde tiktu noorganizēta pareizā veidā, un veda draudzes locekļus un interesentus no Madonas novada! Pateicamies Dāvim Trubeckojam par aizraujošiem semināru materiāliem! Pateicamies Mārtiņam Subatovičam par ierašanos uz semināru pēdējo vakaru, lai mudinātu klausītāju sirdis uz ko vairāk! Paldies par muzikālo priekšnesumu sniegšanu Melngalvju ģimenei no Siguldas, Andrejam un Valteram Jaunzemiem, Normundam Ģipslim un Paulai Groševai, kā arī Agrim un Baibai Bērziņiem par klātesošo iesaistišanu kopīgos sadziedāšanās brīžos! Paldies Aijai Ašmanei un Inetai Možeiko par semināru programmas vadīšanu un mirkļu iemūžināšanu! Paldies Annai Jaunzemei par kalpošanu pie grāmatu stenda, Evai Groševai, Maritai Zelčai un Inai Baroniņai par uzskodu galda klāšanu! Paldies Leonīdam Groševam par turpmāko misijas aktivitāšu koordinēšanu Gulbenē un īpašu uzmanības veltīšanu interesentiem! Paldies Robertam Vanuškam par kalpošanu ar cilvēku atvešanu un aizvešanu! Paldies visiem pārējiem, tiešām ikkatram draudzes loceklim par iesaisti daudzos procesos un palīdzīgas rokas sniegšanu! Paldies, ka ticat un lūdzat! Novērtējam iespēju izlietot Latvijas draudžu savienības piešķirto finansiālo atbalstu, lai pietuvotos soli tuvāk Gulbenes draudzes atkaldibināšanai!



Tālvadītājs Vilnis –
Valmieras draudzes un
Valkas draudzes mācītājs,
LDS Mācītāju nodaļas
vadītājs



5 VĒLĒJUMI JAUNAJĀ GADĀ

Parasti jaunajā gadā mēs citam sakām dažādus iepriecinošus vēlējumus. Tā ir jauka tradīcija, jo katram cilvēkam ir patīkami dzirdēt laba vēlējumus. It sevišķi šajā laikā, kad pasaulē ir nemierīgi, jo ir kara darbības, tāpat ekonomikas nestabilitāte, kā rezultātā cilvēki ir izbijušies un arī emocionāli saguruši. Daži cilvēki šajā laikā ir apjukuši. Taču mums, kristiešiem, ir prieks apzināties, ka Dievs nekad neapjūk un ka Viņam vienmēr ir risinājums mūsu izaicinājumos. Tāpēc arī šoreiz, pētot Bībeli, gribēju jums vēltīt dažus laba vēlējumus jaunajā gadā.

1. NOVĒLU CENSTIES CITAM CITU IEDROŠINĀT, JO TAS IR SVARĪGS ATBALSTS!

“Mēs jums liekam pie sirds, brāļi, pamācait nekārtīgos, iedrošinait bailīgos, palīdziet vājajiem, esiet pacietīgi pret visiem!” (1. Tes. 5:14) Tātad vispirms jāsaprot, ka bailes ir reāla lieta. Arī Bībeles varoņi ir piedzīvojuši dažādus bailu pārdzīvojumus. Arī Jēzus piedzīvoja bailu pārdzīvojumus, it sevišķi Ģetsemanes dārzā. Mums vajag citam citu iedrošināt! Bībelē ir rakstīts, ka tas ir jādara, bet arī ir jāpārbauda pašiem sevi: “Pārbaudait paši sevi, vai stāvat ticībā, izmeklējiet paši sevi [...]” (2. Kor. 13:5)

Kādreiz dažiem kristiešiem ir

tendence ļoti centīgi iedrošināt sevi un nopietni kontrolēt, pārbaudīt citus. Bībele tomēr māca, ka vispirms jāiedrošina citi un tad jāpārbauda sevi, un nevajadzētu sajaukt šīs divas lietas.

Viena no vietām, kur varam citu iedrošināt, ir dievkalpojumu laiks dievnāmā, kad sanākam kopā, jo nedēļas ritumā esam katrs savās ikdienas gaitās. Te mani ļoti uzrunāja E. Vaitas citāts: “Bieži nāksies savaldīt izjūtas un atturēties runāt kaut ko tādu, kas atņemtu drosmi tiem, kuri cīnās ar kārdināšanām [...] Mūsu Dievu pagodinotajām sapulcēm vajadzētu būt svētām, dārgām stundām. Lūgšanu sapulce nav vieta, kurā brāļi drīkstētu citu citu kritizēt un tiesāt, kur drīkstētu parādīties nelaipna izturēšanās un atskanēt skarbi vārdi. No sapulcēm, kurās atklājas šāds gars, Kristus tiek aizdzīts, un ienāk sātans, lai uzņemtos vadību.” (“Liecības draudzei”, 5. sēj., 493. lpp.) Te pamācīts, ka nedrīkstam teikt lietas, kuras varētu atņemt drosmi citiem, tāpat nedrīkst atskanēt skarbi vārdi, kā arī nevar būt nelaipna izturēšanās. Ja tādas lietas notiek, tad Kristus tiek padzīts un ienāk cits gars. Tāpēc ir svarīgi, sanākot kopā uz dievkalpojumiem vai kopīgām sapulcēm, domāt par to, kā iedrošināt citam citu. E. Vaita zināja, ka nedēļas laikā cilvēks jau tā saņem regulāras prasības un nopēlumus darbā, ikdienā, citi pat savā ģimenē utt. Cik ģimenēs bērni saņem uzslavas par

labām atzīmēm un cik nopēlumus par to, kas nav izdevies? Visur kaut kas tiek prasīts, un cilvēks tiek mērīts, vērtēts gan pēc profesionālām prasībām, gan pēc izskata, zināšanām, spējām, gērbšanās, performances utt. Tāpēc ir normāli, ka cilvēki cer atnākt uz dievnamu un justies mierīgi, kā Dieva ģimenē, kur viņus pieņems tāds, kādi viņi ir. Tas ir it sevišķi svarīgi laikmetā, kad gan darbā, gan sabiedrībā prasības aug ne vairs no gada gadā, bet jau no dienas dienā. Dievkalpojums un dievnams nav vieta strīdiem, kur izsvērt vājākos un stiprākos, kur citam citu mērīt un pārtaisīt.

Kāpēc tas ir svarīgi? Psihologijā to sauc par negatīviem asociāciju enkuriem. Piemēram, es pazīstu cilvēkus, kurus bērnībā skolā kāds ir pazemojis, iespējams, kāds skolas biedrs vai skolotājs, un, kad es šos cilvēkus aicinu uz salidojumu kaut pēc divdesmit gadiem, viņi joprojām ļoti spilgti atceras šos smagos gadījumus un nevēlas nonākt saskarē ar šo vietu un cilvēkiem pat pēc tik ilga laika. Es arī pazīstu cilvēkus, kuri vairs neapmeklē dievnamu, jo ir piedzīvojuši uzbrukumus, pārmetumus, kristīgās performances pieprasīšanu utt.

Jūs teiksiet, ka tas ir jāpārvar? Cilvēki ir dažādi. Kā teica E. Vaita, citi cīnās ar kārdināšanām, un mēs nedrīkstam viņu ticību atņemt jeb sagraut. Jēzus ielūzušu niedri nesalauza un kvēlojošu dakti neizdzēsa (skat. Mt. 12:20). Tāpēc

arī man, dodoties uz dievkalpojumu vai tīkotos ar ticīgajiem, ir svarīgi padomāt, kā es varu cilvēkus iedrošināt, kā es varu “citu celt ticībā” (skat. Rom. 14:19). Lai es celtu citu ticībā, man ir jāiepazīst otrs cilvēks un jāuzzina, kas viņu paceļ. Tas no manis atkal prasa aktīvu rīcību – lai es iemācītos mīlēt cilvēkus, jo tieši no tā jau pazīst Kristus sekotājus.

2. NOVĒLU VISIEM MĀCĪTIES BŪT PATEICĪGIEM!

“Par visu esiet pateicīgi! Jo tāda ir Dieva griba Kristū Jēzū attiecībā uz jums.” (1. Tes. 5:18) Mums ir jāmacās izteikt pateicību par visām Dieva svētībām. Lai uzturētu optimismu, ir jāiemācās uz dažādiem notikumiem, pat ne sevišķi patīkamiem, paskatīties no pozitīvās puses un pārdomāt, ko es no tiem esmu iemācījies vai kādu pieredzi guvis. Es iesaku cilvēkiem pavadīt vismaz piecpadsmit minūtes (sākumā kaut vai 5 minūtes), rakstot pateicību sarakstu, kādas Dieva svētības esi šodien saņēmis. Piemēram, šodien es esmu paēdis brokastis, šodien man ir drēbēs, ko vilkt mugurā, es varu redzēt, es varu dzirdēt, varu kustēties utt. Varat turpināt tālāk, un, ja to darīsiet regulāri, pēc kāda laika jūs jau automātiski ap sevi redzēsiet daudzās Dieva svētības, nevis sūdzēsieties par to, kā jums nav vai kā trūkst. Tā nu iznāk, ka pateicība trenē mūsu optimismu! Ēdināsim savu prātu ar pozitīvu informāciju, kura mūs paceļ.

3. NOVĒLU SAREDZĒT KATRĀ PĀRBAUDĪJUMĀ UN PIEREDZĒ KĀDU MĀCĪBU, KAS VED UZ GARĪGO IZAUGSMI!

“Bet katra pārmācība tai acumirkli neliekas mums par prieku, bet par bēdām, tomēr vēlāk, tanī vingrinātiem, dod taisnības miera augli.” (Ebr. 12:11) Šis teksts māca mums par realitāti – ka pat ticīgu cilvēku dzīvē būs grūti dzīves posmi vai reālas problēmas un ka tajā



Katra diena ir īpaša Dieva dāvana, un, kaut arī dzīve ne vienmēr var būt taisnīga, nekad nedrīkst pieļaut, ka šī brīža sāpes, šķēršļi un traucējumi saindē jūsu attieksmi un plānus jūsu dzīvei un nākotnei. Pat katrā šķietamā sakāvē, katrā sirdspukstā un katrā zaudējumā ir sava sēkla, sava mācība par to, kā nākamreiz uzlabot savu sniegumu.

brīdī mēs nejutisimies labi. Taču katra šāda problēma paies, un ir svarīgi, ko tu no tās iemācīsies. Tas ir normāli, ka cilvēkam, lai viņš augtu un pilnveidotos, ir regulāri jāiziet no savas komforta zonas, un tas nav vienkārši. Taču katrs pārbaudījums, katra, pat ļoti smaga, pieredze, ja paskatāmies atpakaļ, palīdz mums augt. Tā kā dzīvē ir arī sava vieta satraukumam, pārbaudījumiem un grūtībām, bet mums uz to visu jāskatās pozitīvi.

To māca arī personības izaugsmes speciālists Ogs Mandino: “Katra diena ir īpaša Dieva dāvana, un, kaut arī dzīve ne vienmēr var būt taisnīga, nekad nedrīkst pieļaut, ka šī brīža sāpes, šķēršļi un traucējumi saindē jūsu attieksmi un plānus jūsu dzīvei un nākotnei. Pat katrā šķietamā sakāvē, katrā sirdspukstā un katrā zaudējumā ir sava sēkla, sava mācība par to, kā nākamreiz uzlabot savu sniegumu.” Katra pieredze mums dod jaunu izaugsmi.

4. NOVĒLU VIENMĒR UZTURĒT TICĪBU, KA DIEVS DOD PIETIEKAMU SPĒKU, LAI MĒS ATRISINĀTU VISUS IZAICINĀJUMUS!

“Jūs piemeklējīs vēl tikai cilvēcisgs pārbaudījums; Dievs ir uzticīgs, Viņš neļaus jūs pārbaudīt pāri par jūsu spējam, bet darīs pārbaudījumam tādu galu, ka varat panest.” (1. Kor. 10:13) Šī Rakstu vieta atgādina, ka Dievs mums dos spēku iziet cauri visām dzīvēs

vētrām. Tieši šis Bībeles teksts dod iedrošinājumu, ka Viņš ir ielicis manī visu – gan fiziskos spēkus, gan zināšanas, būtībā visu nepieciešamo, kas būs vajadzīgs –, lai es sekmīgi atrisinātu visas problēmas. Tātad būtībā es tās vairs nevaru pat saukt par problēmām, bet gan par uzdevumiem, kuri man ir jāatrisina savā izaugsmes ceļā, jo Dievs jau zina, kas man ir vajadzīgs. Problēmas ir tavas un manas kalpones izaugsmes ceļā!

5. NOVĒLU VELTĪT REGULĀRU LAIKU LŪGŠANĀM JAUNAJĀ GADĀ!

“Nezūdaities nemaz, bet jūsu lūgumi lai nāk zināmi Dieva priekšā ar pateicību ikvienā pielūgšanā un lūgšanā.” (Fil. 4:6) Cilvēkiem optimismu palīdz uzturēt lūgšanas. Mēs visas savas grūtības un izaicinājumus uzticam Dievam. Tā ir kolosāla apziņa, ka tu nekad neesi viens. Ka vienmēr ir Radītājs, kurš tevi pazīst daudz labāk, nekā tu pats sevi, ka Viņš katrai problēmai jau redz risinājumu. Tā tu kopā ar Dievu vari iet cauri visiem šiem izaicinājumiem. Tā kā lūdz un uzticies Dieva vadībai!

Šajā rakstā centos apkopot vēlējumus jaunajā gadā, lai tie mums ir kā stiprinājums un iedrošinājums. Lai, pārkāpjot jaunā gada sliekšni, mūs stiprina šie vārdi: “Es nezinu, kas tieši mani sagaida nākotnē, bet es pazīstu To, kurš tur Savās rokās manu nākotni!” (*Christian Counseling* 89. lpp.)

Lai šī atziņa mūs stiprina visā 2025. gadā!

DZĪVĪBAS ASINIS



Ananda-Marija Rudzīte



Ieva Briča

Dzīvības asinis ir simbolisks un daudznozīmīgs jēdziens, kas tiek lietots dažādos kontekstos. Bioloģiskā nozīmē asinis tiek uzskatītas par dzīvības nesēju, jo tās transportē skābekli un barības vielas uz ķermeņa šūnām, aizvāc atkritumvielas un piedalās neskaitāmi daudzos dažādos dzīvību nodrošinošos procesos. Veicot asins pārliešanu, donoru asinis tiek uzskatītas par fizisko dzīvību glābjošu darbību. Šajā kontekstā donoru asinis bieži tiek dēvētas par “dzīvības asinīm”, jo tās var glābt dzīvību kritiskos apstākļos. Garīgajā nozīmē asinis tiek saistītas ar Jēzus Kristus upuri. Kristus asinis simbolizē pestīšanu un mūžīgo dzīvi, grēku piedošanu un attiecību atjaunošanu ar Dievu.

Šoreiz uzdosim jautājumus un meklēsim atbildes par dažādiem ar asinīm saistītiem procesiem cilvēka organismā.

Kāpēc asinis ir sarkanā krāsā?

Asinis sastāv no divām daļām – šķidrās daļas, ko sauc par plazmu, un šūnām, kuras brīvi peld plazmā. Šūnas iedala trīs grupās – sarkanās šūnas jeb eritrocīti, baltās šūnas, kuras ietver limfocītus un leukocītus, un vismazākās šūniņas – trombocīti. Atdalot šūnas no plazmas, plazma iegūst dzidru, dzeltenīgu nokrāsu. Tad kādēļ asinis ir sarkanas, ja šķidrums,

kurā peld šūnas, ir dzeltenīgs? Sarkano krāsu asinīm piešķir tajās esošie eritrocīti. To asinīs ir tik daudz, ka plazmas krāsa ar aci vairs nav pamanāma. Jautāsim, kāpēc eritrocīti ir sarkani? Sarkano krāsu tiem piešķir tajos esošais proteīns hemoglobīns.

Kur rodas asinis?

Kad bērniņš attīstās mammas vēderā, viņā plūst mammas asinis, taču, bērniņam piedzimstot, nabas saite vairs nenodrošina asins piegādi un mazajam organismam jāsāk ražot pašam savas asinis. Asins šķidrā daļa veidojas no uzņemtā ūdens un olbaltumvielām. Izdzeltais šķidrums zarnās uzsūcās, un nepieciešamais daudzums nonāk asinīs, tāpēc ir tik svarīgi uzņemt pietiekamu ūdens daudzumu diennaktī, lai asinis nekļūtu pārlietu biezās. Asinsšūnas ražo kaulu smadzenes. Tās atrodas kaulos, precīzāk, kaula centrālajā daļā – ribās, gūžā, krūšu kaulā u. c. Dienā tur tiek saražoti vidēji 500 miljardi šūnu, kuras nonāk asinsritē.

Ceļojums asinsritē...

Pētnieki ir aprēķinājuši, ka viena asins šūna diennaktī veic aptuveni 19 000 km garu ceļojumu asinsvados. No brīža, kad šūna tiek izpumpēta no sirds, līdz brīdim, kad tā atgriežas sirdī, paiet mazāk nekā viena minūte. Šī nepārtrauktā asins šūnu kustība nodrošina visa organisma dzīvību. Ja smadzenēm asinis nepieplūst ilgāk kā 5 minūtes, var veidoties neatgriezenisks smadzeņu bojājums vai pat iestāties nāve.

Ko tad isti dara asinis? Katrai šūnai ir savs uzdevums.

Eritrocīti nodrošina gāzu

transportu. Eritrocītos esošais hemoglobīns plaušās saista skābekli un nogādā to visos orgānos, līdz pat pirkstu galiņiem. Atbrīvojot skābekli, tie spēj saistīt oglekļa dioksīdu gāzi un nogādāt to plaušās, kur izelpas laikā tā tiek izvadīta no organisma.

Baltajām asinīm šūnām ir liela loma imunitātē. Tās ceļo asinsritē, meklējot “svešos” jeb baktērijas, vīrusus un citus infekciju ierosinātājus. Atrodot “svešo”, baltās šūnas palaiž veselu notikumu kaskādi, kuras rezultātā organisms uzsāk cīņu pret infekciju.

Mazās šūniņas – trombocīti pasargā mūs no smagām asiņošanām. Brīdī, kad esam guvuši traumu, trombocīti traucas uz bojāto vietu un, salīpot cits ar citu, veido tādu kā ielāpu, kas aizlāpa asinsvada bojājumu.

Asins šķidrā daļā – plazmā peld dažādi proteīni, minerālvielas, vitamīni, kuri nepieciešami organisma funkcionēšanai. Asinis tos nogādā, kur nepieciešams. Tāpat asinis transportē arī nevajadzīgos vielmaiņas “atkritumus” un palīdz tos izvadīt no organisma.

Kur paliek vecās asins šūnas?

Eritrocīta vidējais dzīves ilgums ir 120 dienas, trombocīta – 7 dienas, bet dažas baltās asins šūnas dzīvo organismā visu mūžu. Tās nodrošina imunitāti pret infekcijām un tiek sauktas arī par atmiņas šūnām, jo atceras infekcijas, kuras organisms ir pārslimojis, un, kad infekcija atkal uzbrūk, nodrošina aizsardzību. Kad šūnas mūžs ir beidzies, tā ar asinsrites palīdzību nonāk aknās, kur tiek sadalīta. Aknas ir asins šūnu kapsēta.

Man ir mazasinība. Kāpēc?

Mazasinība jeb anēmija ir stāvoklis, kad organisms kāda iemesla dēļ nespēj saražot pietiekami daudz eritrocītu un/ vai eritrocītos esošo hemoglobīnu. Visbiežāk pacienti ar anēmiju sūdzas par nespēku, elpas trūkumu pie fiziskām aktivitātēm, sirdsklauvēm, galvas reiboņiem, traušiem matiem un nagiem, lūpu kaktiņu plaisāšanu, kā arī ādas tonis var būt kļuvis bālāks nekā parasti. Ja izjūti līdzīgus simptomus, tad dodies pie ģimenes ārsta un nodod asins analīzes! Katram Latvijas iedzīvotājam ir iespēja nodot bezmaksas asins analīzes vienu reizi gadā ar ģimenes ārsta nosūtījumu. Izmeklējums, kas nepieciešams anēmijas diagnostikai, ir pilna asins aina. Tajā ārsts ne tikai varēs diagnosticēt anēmiju, bet arī noteikt iespējamo anēmijas cēloni. Biežākie mazasinības cēloņi ir dzelzs trūkums, B12 vitamīna vai folskābes deficīts, asiņošana, piemēram, spēcīga menstruālā asiņošana sievietēm, hroniski iekaisumi un dažādas onkoloģiskas saslimšanas. Pilnā asins ainā iespējams redzēt ne tikai eritrocītu skaitu un hemoglobīna daudzumu, bet arī vairākus parametrus, kuri palīdz izšķirt anēmijas cēloni – vai tā ir dzelzs deficīta anēmija vai B12 vitamīna deficīta anēmija, vai varbūt attīstījusies asiņošanas dēļ. MCV jeb vidējais eritrocīta tilpums pie dzelzs deficīta anēmijas būs samazināts, savukārt palielināts pie B12 vai folskābes deficīta anēmijas. Arī MCHC jeb vidējā hemoglobīna koncentrācija eritrocītos būs samazināta pie dzelzs deficīta, bet palielināta pie B12, folskābes deficīta. Izvērtējot šos rādītājus, ārsts var nozīmēt papildu analīzes, kā piemēram ferritīnu, kas ir organisma dzelzs rezervju rādītājs, vai noteikt B12 vitamīnu un folskābi asinīs. Dzelzs, B12 vitamīns un folskābe ir nepieciešami eritrocītu ražošanā. Līdzīgi kā gatavošanā – ja trūkst kādas no sastāvdaļām, torte neizdosies. Ja organismam trūkst resursu, tas ražo eritrocītus, kuri līdz galam nespēj pildīt savu funkciju.

Diagnosticējot anēmiju, ir svarīgi saprast, kādēļ tā izveidojusies. Jāņem vērā, ka ne vienmēr anēmijas cēloni

būs tik viegli noskaidrot. Mazasinība, kas attīstījusies uz deficītu fona, ir salīdzinoši viegli diagnosticējama un ārstējama, taču anēmijas, kas attīstījušās kādas hroniskas saslimšanas vai iekaisuma dēļ, bieži vien ir grūti ārstējamas, un reizēm arī diagnostika var būt apgrūtināta.

Man ir mazasinība. Ko tālāk?

Šeit runāšu par biežākajiem scenārijiem, dziļi neiztirzājot sarežģītus un komplikētus gadījumus, kad nepieciešama sertificētu ārstu uzraudzība. Papildus asins analīzēm jānosaka ferritīns un B12 vitamīns.

Pirmais scenārijs – anēmija un samazināts ferritīns jeb dzelzs deficīta anēmija. Visbiežāk dzelzs deficīts attīstās veģetāriešiem, vegāniem, sievietēm, grūtniecēm, kā arī pacientiem ar kuņģa un zarnu trakta saslimšanām. Dzelzi organisms neražo, vienīgais veids, kā to uzņemt, ir ar uzturu. Izšķir hēma un nehēma dzelzi jeb divvērtīgo un trīsvērtīgo dzelzi. Ar ko tās atšķiras? Ar organisma spēju tās absorbēt. Divvērtīgās dzelzs uzsūkšanās spējas ir daudz augstākas, no visas uzņemtās hēma dzelzs uzsūcas aptuveni 25–30%. Divvērtīgā dzelzs atrodama sarkanajā gaļā, olās, vistu aknās, tuncī un citur. Savukārt, lai organisms varētu uzsūkt nehēmu dzelzi, tā vispirms jāsašķel ar sarežģītu enzīmu palīdzību par divvērtīgo dzelzi. No visas uzņemtās nehēma dzelzs uzsūcas tikai 5–10%. Lai gan veģetārieši un vegāni uzņem dzelzi ar tādiem produktiem kā pākšaugi, spināti, bietes, ķirbju sēklas, lēcas, rieksti u. c., tomēr tajos esošā dzelzs ir nehēma dzelzs, un tās uzsūkšanās ir ierobežota.

Grūtniecēm dzelzs deficīta anēmija attīstās tāpēc, ka organismam jānodrošina ne tikai savas vajadzības, bet arī augļa attīstība, proti, ir daudz lielāks dzelzs patēriņš, kuru nav iespējams kompensēt ar uzturu. Pie dažādām kuņģa un zarnu trakta saslimšanām, piemēram, Krona slimības, celiakijas, ir bojāta zarnu gļotāda, un tā nespēj uzsūkt dzelzi pietiekamā daudzumā.

Kā ārstēt dzelzs deficīta anēmiju? Svarīgākais, kas jāatceras, – ja dzelzs deficīta rezultātā ir attīstījusies

anēmija, to vairs nevar izārstēt tikai ar uzturu, lietojot uzturā vairāk gaļas vai pākšaugu. Ir nepieciešams uzsākt lietot perorālos dzelzs preparātus, jo tie satur daudz lielāku dzelzs koncentrāciju un lielākā daļa no tiem satur divvērtīgo dzelzi, tātad nodrošina labāku uzsūkšanos.

Dzelzs līmenis asinīs var paaugstināties arī ar uztura izmaiņām, taču tas notiks krietni lēnāk. Kad attīstījusies anēmija, organisms dzīvo skābekļa badā, jo eritrocīti nespēj pienācīgi transportēt skābekli. Šāds stāvoklis pēc iespējas ātrāk jānovērš. Jāatceras, ka perorālie dzelzs preparāti jālieto kopā ar C vitamīnu, piemēram, skābu sulu. Divas stundas pēc dzelzs lietošanas nav ieteicams lietot piena produktus, jo tie pasliktina dzelzs uzsūkšanos.

Gadījumos, kad perorālie dzelzs preparāti nedod efektu, piemēram, pie dzelzs uzsūkšanās traucējumiem, ārsts var nozīmēt intravenozas dzelzs preparātu sistēmas. Taču tā nebūt nav pirmā izvēle, jo šiem preparātiem var būt ļoti smagas blaknes. Tāpēc, ja vien iespējams, dzelzs rezerves labāk atjaunot ar perorālo dzelzi.

Smagu anēmiju gadījumā, kad hemoglobīns ir zem 6 g/dl vai pacientam paredzēta neatliekama operācija un nav laika gaidīt, līdz eritrocīti atjaunosies, veicama eritrocītu masas transfūzija. Citiem vārdiem, tā ir eritrocītu transplantācija, kad kāda cita cilvēka ziedotās sarkanās asins šūnas tiek pārlietas pacientam, kuram ir anēmija. Šāda procedūra nodrošina ātru un efektīvu hemoglobīna pacēlumu, taču jāņem vērā, ka, nerisīnot anēmijas cēloni, pēc laika pārlietas asins šūnas aizies bojā un hemoglobīns atkal kritīsies. Turklāt asins pārlišanai, tāpat kā transplantācijai, ir ļoti augsti riski.

Otrais scenārijs – anēmija un samazināts B12 vitamīna līmenis. B12 vitamīna deficīts arī visbiežāk attīstās veģetāriešiem vai vegāniem, kā arī pacientiem ar kuņģa un zarnu trakta uzsūkšanās traucējumiem. Simptomi, kas varētu liecināt par B12 deficīta anēmiju, ir elpas trūkums, galvassāpes, galvas reiboņi, līdzsvara traucējumi, nespēks, tirpšanas sajūta rokās un kājās, muskuļu vājums, apetītes zudums, atmiņas traucējumi, depresija, trauksme u. c.

B12 vitamīns, līdzīgi kā dzelzs, organismā netiek ražots, mēs to uzņemam ar uzturu. Visvairāk B12 vitamīna atrodams gaļā, zivīs, olās, piena produktos. Augu izcelsmes produkti, kas satur B12 vitamīnu, ir rauga pārslas, graudaugi, sēnes u. c. Taču, ņemot vērā, ka ar augu izcelsmes produktiem uzņemt pietiekamu B12 vitamīna daudzumu ir sarežģīti, vegāniem rekomendē lietot B12 vitamīna tabletes. Mūsdienās smagas B12 deficīta anēmijas ārsti redz salīdzinoši reti, kas, iespējams, skaidrojams ar to, ka daudziem pārtikas produktiem tiek papildus pievienoti B grupas vitamīni, piemēram, jogurtiem, brokastu pārslām u. c.

Ja B12 vitamīna deficīta dēļ attīstījusies anēmija, ārsts pielāgos īpaši pacientam izveidotu shēmu, pēc kuras vitamīna līmenis tiks atjaunots. Lai panāktu ātrāku rezervju atjaunošanu, sākumā tiek rekomendētas B12 injekcijas, kuras pēc tam var aizstāt ar perorālām formām. Savukārt pacientiem, kuriem ir B12 uzsūkšanās traucējumi, vitamīna injekcijas jāsaņem visu mūžu.

*Autore: Ārste-rezidente
hematoloģijas specialitātē
Amanda Marija Rudzīte*

Kāpēc asins pH ir svarīgs?

Organisma pH ir dažādu ķermeņa šķidrumu un audu skābuma vai sārmainuma mērs, ko nosaka ūdeņraža jonu (H^+) koncentrācija. pH skala svārstās no 0 līdz 14, kur: pH < 7 nozīmē skābu vidi, pH = 7 ir neitrāla vide, pH > 7 ir sārmaina vide. Katrai ķermeņa daļai vai sistēmai ir raksturīgs specifisks pH diapazons, kas nepieciešams optimālai darbībai.

Asins pH ir mērs, kas norāda asiņu skābuma vai sārmainuma līmeni. Vesela cilvēka asins pH normāli svārstās ļoti stingrās robežās starp 7,35 un 7,45, kas nozīmē, ka asinis ir nedaudz sārmainas šķidrums.

Asins pH var izmainīties uz vienu vai otru pusi. Acidoze (zem 7,35): asinis kļūst skābākas, kas var izraisīt apjukumu, nogurumu vai elpošanas problēmas. Alkalozs (virs 7,45): asinis kļūst sārmainākas, kas var izraisīt

muskuļu krampjus, nervozitāti un citas problēmas.

Abos gadījumos izmaiņas pH līmenī var būt dzīvībai bīstamas, tāpēc organisms pastāvīgi cenšas uzturēt līdzsvaru. Ķermenis nepārtraukti pielāgo pH līmeni, izmantojot buferšķīdumus, plaušu funkcijas (oglekļa dioksīda izvadīšanu) un nieres, izveda liekās skābes vai bāzes, uzturot stabilu pH. Asins pH uztur bikarbonāta buferu sistēma (HCO_3^-/H_2CO_3). Organisms pastāvīgi uztur asins pH ļoti šaurā diapazonā, jo izmaiņas var ietekmēt enzīmu aktivitāti un šūnu darbību, traucēt elpošanu, asinsriti, vielmaiņu un citas organisma funkcijas. Interesanti, ka pH līdzsvaram asinīs ir tik liela nozīme, ka dzīvībai bīstamas izmaiņas notiek, ja pH novirzās pat par 0,4 no normas!

Vai minerālvielām ir izšķiroši svarīga ietekme uz asiņu pH?

Asiņu pH stabilitātē ir iesaistītas svarīgas minerālvielas. Nātrijs (Na^+) un kālijs (K^+) palīdz regulēt šķidruma un elektrolītu līdzsvaru asinīs. Kalcijš (Ca^{2+}) un magnijs (Mg^{2+}) darbojas kā buferi, kas neitralizē skābes un uztur sārmaino vidi asinīs. Ja ķermenim pietrūkst svarīgu minerālvielu, piemēram, kalcija vai magnija, tas var izjaukt pH līdzsvaru, veicinot acidozi vai alkalozu. Piemēram, zems kalcija līmenis var palielināt skābumu asinīs, un organisms sāk izmantot kalciju no kauliem, lai kompensētu skābes ietekmi. Zems kālija līmenis var veicināt metabolisko alkalozu, kur asinis kļūst pārāk sārmainas.

Uzturs ietekmē organisma vielmaiņu un var radīt svārstības organisma skābju-sārmu līdzsvarā. Lai gan uzturs tiešā veidā neizmaina asins pH, tas var ietekmēt ķermeņa skābju un sārmu līdzsvaru, kas savukārt ietekmē citu fizioloģisko procesu norisi, kuri izsauks svārstības asiņu pH. Uzturs, kas bagāts ar minerālvielām, palīdz uzturēt pH līdzsvaru.

Sārmaini pārtikas produkti palīdz organismam uzturēt līdzsvaru un mazina skābju slodzi. Sārmainie produkti ir: augļi un dārzeņi (īpaši zaļie lapu dārzeņi, citrusaugļi, banāni), rieksti un sēklas, pākšaugi,

minerālūdens ar augstu bikarbonātu saturu. Tie nodrošina kalciju un magniju, kas palīdz neitralizēt skābes.

Savukārt šie produkti var palielināt skābes veidošanos organismā: cukurs un saldumi, dzīvnieku izcelsmes olbaltumvielas (gaļa, zivis, olas), piena produkti, rafinēti graudaugi (baltie rīsi, kvieši). Šāda diēta var radīt lielāku slodzi nierēm un kaulu sistēmai, jo organisms izmanto minerālvielas (piemēram, kalciju no kauliem un zobiem), lai neitralizētu lieko skābumu. Tas var veicināt osteoporozi, kariesa attīstību un citus minerālvielu trūkuma stāvokļus.

Asins pH izmaiņas var netieši ietekmēt zobu un mutes veselību, jo asins pH ir stingri regulēts ļoti šaurā diapazonā. Mainoties asins pH, var rasties kalcija un fosfāta līdzsvara traucējumi. Tā kā zobi satur hidroksiapatītu, kas ir kalcija un fosfāta kombinācija, šīs izmaiņas var veicināt zobu demineralizāciju vai citus strukturālus bojājumus. Asins pH izmaiņas var ietekmēt siekalu sastāvu un pH līmeni, kas ir svarīgi zobu aizsardzībai. Ilglusi acidoze (pārāk skābs asins pH) var veicināt infekcijas un iekaisumus mutes dobumā, stimulēt kaulu rezorbciju (bioloģisks process, kurā kaulu audi tiek noārdīti), kas ietekmē alveolāro kaulu, kurā atrodas zobu saknes. Tas var veicināt zobu kustīgumu un periodonta slimības.

Mērenība un līdzsvars uzturā var palīdzēt mazināt skābju pārslogu un līdz ar to uzlabot vispārējo veselību un mutes dobuma stāvokli.

Kādi veselības ieguvumi ir saistīti ar dzīvnieku asiņu nelietošanu uzturā?

Dzīvnieku asiņu nelietošana uzturā var būt saistīta ar vairākiem veselības ieguvumiem. Lai gan dzīvnieku asinis tradicionāli tiek izmantotas dažās kultūrās un satur uzturvielas, izvairīšanās no tām var palīdzēt:

- samazināt toksīnu un vielmaiņas atkritumu uzņemšanu, jo dzīvnieku asinis var saturēt smagos metālus vai citus piesārņotājus, kas uzkrājas dzīvnieku ķermenī (īpaši, ja dzīvnieks ir audzēts piesārņotā vidē);

- izvairīties no dažādiem patogēniem (baktērijām, vīrusiem, parazītiem), jo nepietiekami apstrādātas asinis var pārnēsāt slimības, piemēram, E. coli, salmonellu vai parazītus;
- holesterīna un tauku līmeņa kontrolē. Lai gan asinis pašas par sevi satur zemu tauku daudzumu, tās bieži tiek kombinētas ar citām dzīvnieku izcelsmes sastāvdaļām ēdienos, kas var palielināt piesātināto tauku un holesterīna uzņemšanu;
- samazināt dzelzs pārslogdes risku. Asinis satur lielu daudzumu dzelzs (hemoglobīnā). Liels dzelzs daudzums organismā var izraisīt hemohromatozi – stāvokli, kurā pārmērīgs dzelzs daudzums bojā aknas, sirdi un citus orgānus;
- izvairīties no oksidatīvā stresa, kas saistīts ar hroniskām slimībām, piemēram, vēzi un sirds slimībām;
- samazināt autoimūno reakciju risku. Daži pētījumi norāda, ka dzīvnieku izcelsmes pārtika, tai skaitā asinis, var veicināt zarnu gļotādas caurlaidības palielināšanos (tā sauktais “caurlaidīgās zarnas sindroms”), kas dažkārt saistīts ar autoimūnām slimībām.
- Nelietojot uzturā dzīvnieku asinis, cilvēki bieži vairāk izvēlas augu izcelsmes uztura alternatīvas, kas var samazināt sirds slimību risku, jo uzturā vairāk tiek iekļauts šķiedrvielām, antioksidantiem un veselīgiem taukiem bagāts uzturs.
- Regulāra asiņu lietošana uzturā var radīt toksisku efektu. Hemoglobīns un citi asiņu komponenti ir grūti sagremojami. Tas var izraisīt sliktu dūšu, caureju vai vemšanu, jo kuņģa un zarnu traktam ir sarežģīti pārstrādāt asinis.
- Daudzi cilvēki izvairās no asiņu lietošanas uzturā, pamatojoties uz ētiskiem apsvērumiem vai reliģisko pārliecību. Tas var radīt emocionālu labklājību un saskaņu ar personīgajiem vai garīgajiem uzskatiem.

Asiņu lietošana nav droša un nav nepieciešama no uztura viedokļa. Uzsvārs ir uz vienkāršu, tīru augu valsts uzturu, kas var uzlabot fizisko veselību.

Bībeles atsaucē uz asiņu aizliegumu ir 1. Mozus 9:4: “Tikai neēdiet miesu, kurā ir dzīvība, – asinis jūs neēdiet!” Šis aizliegums tika

dots Noam un viņa pēcnācējiem pēc plūdiem kā daļa no Dieva norādēm visai cilvēcei.

Asinis Bībelē simbolizē dzīvību, un dzīvība pieder vienīgi Dievam. “Jo miesas dzīvība ir asinīs, un tās Es jums esmu devis altārim, ka veicat izlīgumu par saviem grēkiem [...]” (3. Mozus 17:11)

Jēzus Kristus nāve pie krusta un Viņa asins izliešana kļuva par Jaunās Derības pamatu (Mateja 26:28): “Jo šis ir Manas derības asinis, kas par daudziem tiek izlietas grēku piedošanai.”

Dievs uzsvēra asiņu nozīmi, lai mācītu cilvēkiem cieņu pret dzīvību un Dieva suverenitāti pār visu dzīvību, atgādinot par Viņa doto atbildību cilvēkiem rūpēties par dzīvību. Cilvēkiem vajadzēja saprast, ka dzīvība ir dārga un svēta un to nedrīkst vieglprātīgi izmantot vai izšķērdēt. Dzīvība ir Dieva dota dāvana, un asinis simbolizē Viņa tiesības noteikt, kā dzīvība tiek izmantota.

Interesanti fakti par cilvēka asinīm

Vidēji cilvēka ķermenī ir apmēram 5 litri asiņu, kas veido apmēram 7–8% no ķermeņa masas.

Jūsu asinīs ir pietiekami daudz dzelzs, lai no tās izgatavotu aptuveni 3 cm garu nagliņu.

Vienā mililitrā asiņu ir aptuveni 5 miljoni eritrocītu, 10 000 leukocītu un 250 000 trombocītu. Kopā cilvēka organismā ir apmēram 25 triljoni eritrocīti!

Sarkanās asins šūnas (eritrocīti) cilvēka organismā apceļo visu ķermeni apmēram 250 000 reižu savas 120 dienu ilgās dzīves laikā.

Katrs eritrocīts satur aptuveni 270 miljonus hemoglobīna molekulu, kas palīdz pārnest skābekli uz ķermeņa audiem.

Lielākā daļa asins šūnu (eritrocīti, leukocīti un trombocīti) veidojas kaulu smadzenēs. Katru dienu kaulu smadzenes saražo vairāk nekā 200 miljardus jaunu eritrocītu.

Pasaulē eksistē vismaz 38 atzītas asins grupas sistēmas, taču visizplatītākā ir AB0 sistēma, kuru nosaka A, B, AB vai 0 grupa. Visretākā asins grupa ir AB negatīvā, ko sastop tikai 1 % pasaules iedzīvotāju.

Pastāv ļoti reta asins grupa, ko sauc par Rēzus nulli (Rh null). Šāda veida asinis pasaulē ir reģistrētas mazāk kā 50 cilvēkiem.

Asinis no sirds tiek izsūkņētas ar ātrumu aptuveni 1,6 km/h. Caur ķermeni tās cirkulē pilnā lokā apmēram 1 minūtes laikā.

Asinsvadi paplašinās, lai atdzesētu ķermeni, un sašaurinās, lai saglabātu siltumu, tāpēc asinis spēlē nozīmīgu lomu ķermeņa temperatūras regulēšanā.

Ja visus cilvēka ķermeņa asinsvadus saliktu vienā līnijā, tie būtu apmēram 100 000 kilometru garumā – pietiekami, lai vairāk nekā divarpus reizes aptvertu Zemi!

Asinis ir apmēram trīs reizes viskozākas nekā ūdens, kas ļauj tām efektīvi pārvietoties pa ķermeņa asinsvadiem, vienlaikus spējot pārvietot barības vielas.

Cilvēka asinis izskatās spilgti sarkanas, tas ir saistīts ar hemoglobīna dzelzi. Dažu dzīvnieku (piemēram, zirnekļvēžu) asinis ir zilas, jo tās satur varu, nevis dzelzi.

Cilvēks var izdzīvot, zaudējot līdz 40 % no kopējā asins tilpuma, ja tiek veikti tūlītēji medicīniskie pasākumi, piemēram, asins pārliešana.

Zinātnieki strādā pie mākslīgo asiņu izveides, kas varētu kalpot kā īslaicīgs aizvietošanās istajām asinīm, īpaši ārkārtas situācijās. Šis “asinis” pamatā ir skābekļa nesēji, piemēram, hemoglobīna atvasinājumi.

Sintētiskās asinis, ko veido laboratorijās, maksā līdz pat 400 000 eur par litru, kas padara to par vienu no dārgākajiem šķidrumiem pasaulē.

Mazākie asinsvadi, kapilāri, ir tik šauri, ka sarkanās asins šūnas burtiski deformējas, lai spētu izspiesties tiem cauri.

Amerikānis Džeimss Harisons tika saukts par “zelta roku”, jo viņš ziedoja asinis 1173 reizes, izglābjot vairāk nekā 2,4 miljonus bērnu dzīvību, pateicoties viņa reto antivielu klātbūtnei asinīs.

Autore: zobārste Ieva Briča

LĒCU UN RĪSU SAUTĒJUMS

Sagatavošanas laiks – 10 min.
Vārīšanas laiks – 45 min.

Sastāvdaļas (4 personām)

200 g lēcu
100 g pilngraudu rīsu
2 sīpoli
1 tomāts
1 zaļā paprika
1 burkāns
50 g zaļo olīvu
1 tējķ. kaltētu raudēnu
2 ēd. k. olīveļļas
jūras sāls

Pagatavošana

1.

- Iemērk uz nakti labi nomazgātas lēcas un rīsus.
- Nomizot sīpolus un burkānu, tad visu smalki sagriezt.
- Sakapāt olīvas.

2.

- Rīsus un lēcas vārīt pietiekamā ūdens daudzumā (apm. 750 ml).
- Vārīšanas vidū pievienot dārzeņus, raudēni, eļļu un sāli.
- Vārīt, līdz ēdiens kļūst biezs un ūdens gandrīz ir izvārījies.

3.

- Salikt sautējumu šķīvjos un dekorēt ar sasmalcinātām olīvām.

Ieguvumi veselībai

Lēcas pieder pie augu valsts produktiem ar vislielāko dzelzs saturu un labi noder ikdienas dzelzs vajadzību nodrošināšanai.

Lai lēcās un augu izcelsmes produktos sastopamā dzelzs varētu tikt uzņemta vieglāk, maltītes laikā ieteicams uzņemt C vitamīnu saturošus produktus.

Lēcu sautējums ir sevišķi ieteicams cilvēkiem ar mazasinību jeb anēmiju. Lēcas nodrošina ne tikai dzelzi, bet arī citas asinsrades procesam nepieciešamās vielas, piemēram, folskābi un varu.



ELLIŠKĪGĀ IZMEKLĒŠANA

Oļegs Bokovs – Kijivas
(Ukraina) draudzes
“Upstream Church”
mācītājs, blogeris



Originālais
video krievu
valodā:



Kā jums šķiet, cik no kapsētās apglabātajiem ir bijuši labi cilvēki, bet cik ļauni un bezdievīgi? Pēc vairuma ticīgo domām, pēdējie no minētajiem ir nonākuši baisā vietā, ko dēvē par elli, tur viņi šai pašā brīdī cieš mokas, dēmonu ielenkti, un tur viņiem jāpavada visa mūžība. Jā, dzirdot par verdošiem katliem, ciešanām uguns liesmās un nebeidzamām mokām, ļaudis reaģē dažādi. Vieni izbailes metas izsūdzēt grēkus, citi sāk ienīst Dievu par Viņa cietsirdību, bet trešie gluži vienkārši smejas, jo uzskata šos stāstus par viduslaiku fantāzijām. Bet kas gan notiek patiesībā? Vai tiešām Dievs ir tik nežēlīgs, ka veselu mūžību mocīs grēciniekus ugunī? Vai varbūt Viņa taisnīgums patiesām pieprasa tik skarbu atmaksu? Un kā tas viss samērojams ar Viņa pašuzpurīgo mīlestību, kura pasaulei tika atklāta pie Golgātas krusta?

Jautājums par grēcinieku likteni ir ārkārtīgi svarīgs, jo uz spēles ir paša Dieva reputācija. Kas tad ir mūsu Radītājs – mīlošs Tēvs, taisnīgs tiesnesis vai cietsirdīgs despots? Lūkosim tik skaidrībā!

(5. turpinājums. Sākums AV 2024. gada aprīļa, jūnija, jūlija/ augusta un novembra numurā.)

“Labi,” jūs varbūt jautāsi, “bet kā ar sātānu? Vai viņš cietīs mūžīgas mokas par saviem noziegumiem? Vai arī visa ļaunuma ierosinātājs un vadonis pārvērtīsies pīšļos līdzīgi mirstīgam cilvēkam?” Palūkosimies, ko par to saka Svētie Raksti!

“Velnu, kas viņus pievīla, iemeta uguns un sēra jūrā, tur bija arī zvērs un viltus pravietis; tie tiks mocīti dienām un naktīm **mūžīgi mūžam**.” (Atkl. 20:10; izcēlums pievienots) Uguns un sēra jūra ir vēl viens apzīmējums *gehennai* [par ko tika runāts iepriekš]. Lasot šos Atklāsmes grāmatas vārdus atrauti no mācības par *gehennu*, var nonākt pie secinājuma, ka velns, zvērs un viltus pravietis cietīs mūžīgas mokas ugunī. Tomēr Svētajos Rakstos ir teksti, kuri skaidri runā par to, kāds liktenis sagaida kritušo ķerubu, kurš kļuva par velnu un sātānu. Lūk, kas tur teikts: “Tava sirds bija palikusi lepna tava skaistuma dēļ, tu savu gudrību pazaudēji aiz ārējā spožuma. Tādēļ Es nogāzu tevi pie zemes ķēniņu acu priekšā, lai tie priecājas par to, kā tev klājies. Ar saviem daudzajiem noziegumiem un ar negodīgo tirgošanos tu esi līcis negodā savus svētumus; tādēļ Es liku izšauties ugunij no tevis paša, kas tevi aprija, un daru tevi par pelniem uz zemes visu to acu priekšā, kas tevi redzējušas. Visi, kas tautu starpā tevi pazina, ir šausmu pārņemti par tevi! Tev pienācis briesmu un izbāļu pilns gals, tu esi pagalam uz visiem laikiem.” (Ecēh. 28:17–19)

Caur pravieti Dievs vērsas pie sātana, kurš tiek ainots Tiras ķēniņa

personā, un rāda viņam nākotni, kāda viņu sagaida – viņu aprīs uguns, viņš pārvērtīsies pelnos un izzudīs uz visiem laikiem. Tāds liktenis sagaida visus, kuri noraida Dievu – mūsu dzīvības avotu.

Lielākai skaidrībai minēsim vēl vienu piemēru, kurā lietota vārdkopa “mūžīgi mūžam”: “Un vēl cits, trešais, eņģelis sekoja tiem un sauca stiprā balsī: “Ja kas pielūdz zvēru vai viņa tēlu un pieņem zīmi uz savas pieres vai savas rokas, tam būs arī jādzer Dieva dusmu vīns neatšķaidīts, kas ieliets Viņa bardzības kausā, un tam būs jācieš mokas ugunī un sērā svēto eņģeļu un Jēra priekšā. Un viņu mocību dūmi celsies augšup **mūžu mūžos**; un nebūs miera ne dienu, ne nakti tiem, kas pielūdz zvēru un viņa tēlu un pieņem viņa vārda zīmi.”” (Atkl. 14:9–11; izcēlums pievienots) Šajos pantos runāts par mokām sērā un ugunī, kuru dūmi celsies augšup mūžu mūžos. Ir teikts, ka tiem, kas tiks šādi piemeklēti, nebūs miera ne dienu, ne nakti. Vai tad tas nav mūžīgu elles mocību apraksts? Vai ne tieši to savā nakts parādībā redzēja Bills Vize¹?

Bībele mums sniedz skaidru atbildi. Lieta tāda, ka šis teksts ir tieša atsauce uz pantiem pravieša Jesajas grāmatā, kur teikts: “Tad Edomas upes pārvērtīsies par darvu un viņu zeme par sēru, tā ka viņu zeme būs degoša darva. Ne dienu, ne nakti tā neizdzīsīs, mūžīgi kūpēs tās dūmi, tā paliks tukša uz radu radiem, neviens

¹ Par to varat lasīt šīs izpētes 1. daļā, kas publicēta žurnāla “Adventes Vēstis” 2024. gada aprīļa numurā.

tur nestaigās nemūžam.” (Jes. 34:9, 10) Runa ir par Ēdomas ķēniņvalsti – Israēla dienvidu kaimiņu, kas bija sagādājis Israēlam ne mazums bēdu un bija priecājies par Israēla krišanu. Kungs brīdina ēdomiešus, ka tie ir izraisījuši Dieva dusmas un ka Viņš pārvērtīs to zemi sēra un uguns jūrā. Šai fragmentā sastopamies ar mums jau pazīstamo jēdzienu par degošo sēru, kas neizdziest ne dienu, ne nakti, kā arī ar dūmiem, kuri kāps augšup mūžu mūžos. Kā to visu saprast, ja pavisam noteikti zinām, ka mūsdienās Ēdoma zeme – tagadējā Jordānijas teritorija – nedeg un pat nedūmo? Lai atbildētu uz šo jautājumu, aicinu lasīt, kas tālāk teikts nule lasītajā Bībeles fragmentā: “Tur apmetīsies pelikāni un eži, tur mājās pūces un kraukļi; Viņš, Tas Kungs, izstieps pār to Savu mērījamo auklu tās pārvēršanai neauglīgā kailatnē un pakārs pār to tukšuma mērītāju – svīna svērtēni. [...] Tās pilis augs ērkšķi, un tās staltajos namos nātres un dadži, tie būs mājokļi šakāļiem un strausiem.” (Jes. 34:11, 13)

Ūpi, eži, pelikāni, šakāļi, strausi, no kurienes mūžīgi degošajā ugunī radies viss šis zvērudārzs? Kā tas var būt, ka šie dzīvnieki staigā pa zemi, par kuru bija teikts, ka “neviens tur nestaigās nemūžam”? Atbilde var būt tikai viena – šeit ir runa par simboliem, kuri nav jāsaprot burtiski, jo tie apzīmē nevis mūžīgi degošu elli, bet pilnīgu izlauņšanu un iztukšošanu, kas sagaida Israēla dienvidu kaimiņus. Tādējādi kļūst skaidrs, ka vārdi “mūžu mūžos” vai “mūžīgi mūžam” nozīmē to, ka no uguns jūras nav iespējams izkļūt un ka tie, kuri tajā būs nonākuši, cietīs, līdz būs pilnīgi iznīcināti un pārvērtīsies pelnos.

Bībele atklāj Dievu kā žēlsirdīgu, žēlastības pilnu, mīlošu Tēvu, nevis kā nežēlīgu despotu ar sadistiskām nosliecēm, kurš gūst baudu, redzot Savu radījumu nebeidzamās mokas, kaut arī šie cilvēki ir nomaldījušies no īstā ceļa. Mācība par mūžīgajām mokām ir pilnīgā pretrunā mūsu Radītāja iecerei, par ko lasām Bībelē: “Es redzēju jaunas debesis un jaunu zemi, jo pirmā debess un pirmā zeme bija zudusi, un jūras vairs nav. Un es redzēju svēto pilsētu, jauno Jeruzalemi, nokāpijam no debesīm, no Dieva, sagatavotu kā

savam vīram greznotu līgavu. Un es dzirdēju stipru balsi no troņa sakām: “Redzi, Dieva mājoklis pie cilvēkiem, Viņš mājās viņu vidū, un tie būs Viņa ļaudis, un Dievs pats būs ar viņiem. Viņš nožāvēs visas asaras no viņu acīm, nāves vairs nebūs, nedz bēdu, nedz vaidu, nedz sāpju vairs nebūs, jo, kas bija, ir pagājis.”” (Atkl. 21:1–4) Pievērsiet uzmanību tam, ka Dievs vēlas pielikt punktu nāvei, sāpēm un ciešanām, Viņa mērķis ir iznīcināt grēku ar visām tā sekām, nevis iemūžināt to visu kādā tumšā jaunradītās pasaules nostūrī. Tieši tāds Dievs ir gatavs dumpīgajiem ļaudīm ļaut pazemot un samīdīt Sevi, zinot, ka tas kalpos viņu glābšanai. Tieši tāds Dievs ir mūsu mīlestības, apbrīnas un pielūgsmes cienīgs. Tieši tāds Dievs pilnīgi noteikti parūpēsies par to, lai nekas neapēnotu cilvēka dzīvi nākamajā – jaunradītajā – pasaulē. Tāpēc, pirms tiks radītas jaunas debesis un jauna zeme, pasaule tiks pilnībā šķīstīta no visa ļauna un visiem ļauna darītājiem, kā arī no visiem ļaunajiem spēkiem, kuri kropļoja un postīja Dieva radību. Lūk, kā tas ir aprakstīts: “Jūra atdeva savus mirušos, nāve un viņas valstība atdeva savus mirušos; un tie tika tiesāti, ikviens pēc viņa darbiem. Arī nāvi un nāves valstību iemeta uguns jūrā. Šī ir otrā nāve – uguns jūra. Ja, kas nebija rakstīts dzīvības grāmatā, to iemeta uguns jūrā.” (Atkl. 20:13–15) Visi netaisnie, lai arī kur neatrastos viņu mirstīgās atliekas, tiks augšāmcelti pēdējai tiesai, bet pēc tam iemesti uguns jūrā, kas ir nosaukta par otro nāvi, un neviens netaisnais nevarēs izbēgt no šī soda. Turpat tiks iemesta arī nāve un elle, kas apliecina pilnīgu nāves izbeigšanos – līdz ar grēcinieku bojāeju vairs nebūs neviena, kam jāmirst. Tāpēc arī *hadesa* (gr. val. “hades” (ᾍδης)) – vieta, kur kādu laiku atdusējās mirušie, – kļūs nevajadzīga.

Tā nu esam noskaidrojuši, ka grēcinieki tiks augšāmcelti un iznīcināti ugunī. Bet vai tas ir taisnīgi? Kāpēc lai Dievs nedotu viņiem vēl vienu iespēju nožēlot un atgriezties?

Tas ir labs jautājums, un, lai uz to atbildētu, mums uz mirkli jāielūkojas vēl kādā Rakstu vietā, kura nereti tiek minēta saistībā ar mūžīgajām elles mokām: “Bet Es jums saku, ka daudzi nāks no rīta un vakara puses

un sēdēs ar Ābrahāmu, Īzāku un Jēkabu Debesu valstībā. Bet Valstības bērni būs izstumti galējā tumsībā: tur būs kaukšana un zobu trīcēšana.” (Mt. 8:11, 12) Vārdu savienojumu “kaukšana (citos tulk. – raudāšana) un zobu trīcēšana” ir lietojis pats Jēzus, un tas ir sastopams tikai evaņģēlijos: sešas reizes Mateja evaņģēlijā (Mt. 8:12; 13:42; 13:50; 22:13; 24:51; 25:30) un vienu reizi Lūkas evaņģēlijā (Lk. 13:28).

Dažkārt, lietojot šo frāzi, Glābējs runā par ugunīgo cepli, atsaucot atmiņā Nebukadnēcara cepli, kurā Babilonijas ķēniņš vēlējās sodīt ar nāvi trīs ebreju jaunekļus. Bet biežāk Jēzus runāja par galējo tumsību, uz kuru tiks izraidīti netaisnie un kur būs šī kaukšana un zobu trīcēšana. Bet vai šo kaukšanu/raudāšanu un zobu trīcēšanu izraisa mokas ugunī?

Bībelē vārds “raudāšana” lietots gan kontekstā ar prieku, gan ar bēdām (skat. 1. Moz. 45:2; 46:29; Ps. 6:8; Soģu 21:2; 2. Sam. 13:36; Ezras 3:13). Ir skaidri redzams, ka Kunga teiktajiem vārdiem atbilst otra vārda “raudāt”, “raudāšana” nozīme.

Savukārt vārdu savienojums “zobu trīcēšana” (citos tulk. – zobu griešana) Rakstos nav saistīts ar ciešanām, bet gan ar dūsmām (skat. Sal. pam. 19:12; Ījaba 16:9; Ps. 35:16; 37:12; 112:10; Ap. d. 7:54¹), piem., Psalmos teikts, ka netaisnie griež zobus aiz skaudības, redzot bagātās svētības, kuras Dievs izlej pār taisnajiem, bet kuras viņiem pašiem ir liegtas: “Alelujā! Svētīgs tas cilvēks, kas bīstas To Kungu, kam ir sirsnīgs prieks par Viņa baušļiem! Viņa dzimums būs varens virs zemes, tas būs svētīts kā taisno cilts. Turība un bagātība būs viņa namā, viņa taisnība paliek mūžīgi. [...] Bezdievis to redz ar nepatiku un dūsmām, bet viņš tomēr, kaut **zobus grieždams**, iznīks. Tas nenotiks, ko bezdievji vēlas.” (Ps. 112:1–3, 10; izcēlums autora pievienots)

Uz mirkli noliksim malā “zobu trīcēšanu” un aplūkosim jēdzienu “galējā tumsība”. Tie, kuri ir lasījuši Bībeli, noteikti ir pamanījuši, ka nereti Dieva valstību Jēzus ir ainojis kā svētku mielastu, kur pie galda

¹ 1965. gada revidētajā Bībeles tulkojumā latviešu valodā dažos gadījumos lietoti citi vārdi, kuri tomēr apraksta līdzīgu darbību ar to pašu nozīmi. (Tulk. piez.)

pulcējas daudz lūgtu viesu, ieskaitot senatnes sentēvus un praviešus, un nonākt šajā mielastā var tikai pa šaurajiem vārtiem. “Cīnieties ieiet pa šaurajiem vārtiem, jo Es jums saku: daudzi vēlēšies ieiet, bet nevarēs. Jo, ja jūs tikai pēc tam, kad nama Kungs būs cēlies un durvis aizslēdzis, nostāsities ārā un klauvēsit pie durvīm, sacīdami: Kungs, atver mums, – Viņš atbildēs jums: Es nezinu, no kurienes jūs esat! [...] Tad Viņš jums atteiks: Es nezinu, no kurienes jūs esat, atkāpieties no Manis, visi jūs netaisnības darītāji! Tur būs raudāšana un zobu trīcēšana, kad jūs redzēsīt Ābrahāmu, Īzāku un Jēkabu un visus praviešus Dieva valstībā, bet paši sevi izmestus ārā.” (Lk. 13:24, 25, 27, 28)

Svētku mielasti parasti notika diennakts tumšajā laikā. Svinību telpu spoži izgaismoja degošie lukturi, savukārt ārā valdīja piķa melna tumsa. Tāpēc vārdi “galējā tumsība” norāda nevis uz mocību vietu, bet

uz stāvokli, kādā attopas ļaudis, kas ir izraidīti no Jēzus ķēnišķīgajām viesībām vai nemaz nav tikuši tajās ielaisti. Atšķirībā no viesiem, kuri sēž gaismā, šie ļaudis attopas tumsā, šķirti no valstības svētībām. Tas liecina, ka frāze “raudāšana (kaukšana) un zobu trīcēšana” neapzīmē ne nožēlu, nedz arī mūžīgās netaisno mokas, bet gan izmisumu un dusmas, kuras izjūt netaisnie, redzot, ka uz mūžīgiem laikiem ir zaudējuši valstības svētības. Ir nepārprotami skaidrs, ka viņi griež zobus tieši pret Dievu – svinību namatēvu –, kaut gan arī taisnie izraisa viņos skaudību. Tas viss apliecina, ka, pat uzceļoties no mirušajiem un savām acīm ieraugot Dievu un Viņa valstības realitāti, netaisnie nenožēlos grēkus, bet iedegsies vēl lielākā naidā pret Radītāju un Viņa tautu. Tas kārtējo reizi apliecina Dieva tiesas taisnīgumu attiecībā uz šiem ļaudīm, jo viņu sirds ir pilna ar ļaunumu un diemžēl vienmēr paliks ļauna.

Galū galā viss Universs tiks pilnībā šķīstīts no ļaunuma. Kriušajiem eņģeļiem, viņu atbalstītājiem, grēkam un nāvei – visiem šiem dzīvības ienaidniekiem pienāks gals otrajā nāvē. Tādējādi tiks aizšķirta pēdējā lappuse vēstījumam par Lucifera sacelšanos un šīs sacelšanās sekām. Pēc tam tiks rakstīta jauna pasaules vēsture.

Uz šīs skaistās nots mēs varētu beigt savu pētījumu. Tomēr Rakstos ir vairāki fragmenti, kuri, kā varētu šķist, runā pretī visam, ko esam šeit pauduši. Tāpēc ievelciet elpu, vēlreiz pārdomājiet visu un sagatavojieties – mums priekšā ir saruna par vairākiem jautājumiem, kuri ir izraisījuši viskarstākās diskusijas un šķietami runā par aizkapa dzīvi un pēcnāves algu.

(Tulkoja Anitra Roze. Turpinājums
AV februāra numurā.

VISPASAULES ADVENTISTU 10 LŪGŠANU DIENAS

No 8. līdz 18. janvārim Dievs vēlas satikties ar Savu tautu 10 lūgšanu dienās visā pasaulē, lai to uzklausu, lai tai atbildētu, lai tai dotu!

Latvijas draudžu savienības Lūgšanu kalpošanas un Bērnu kalpošanas nodaļa šogad visām draudzēm piedāvā 3 iespējas:

1) Pievienojies Vislatvijas lūgšanu telefonkonferences organizētajām 10 lūgšanu dienām kādā no sev ērtākajiem laikiem – 6.00 vai 21.00!

2) Pievienojies bērnu programmai 10 lūgšanu dienām Zoom katru vakaru no plkst. 20.00 līdz 20.30!

3) Pievienojies pieaugušo programmas translācijai 10 lūgšanu dienām no Rīgas 1. draudzes Zoom katru vakaru no plkst. 18.30 līdz 19.30!



10 LŪGŠANU DIENAS

8.-18.janvāris, 2025

Pāvela Goļas
sagatavoti lasījumi

*Bet,
kad
tu lūdz...*

— “ —
Cik aptveroša ir parauglūgšana!
Tā skar visu cilvēku patiesās
vajadzības.

/E.VAITA, LIECĪBAS DR.2., 581./

MATERIĀLI BĒRNIEM UN PIEAUGUŠAJIEM
WWW.ADVENTISTI.LV





Andris Pešelis –
Sabatskolas nodaļas
vadītājs, Elenas Vaitas
mantojuma un adventistu
vēstures nodaļas vadītājs



GLIKA TULKOJUMS UN JAUNĀIS TULKOJUMS

(1965)

Jā, bija laiks, kad par “Jauno tulkojumu” dēvēja 1965. gadā Londonā iespiesto latviešu tulkojumu! Lai gan šo tulkojumu dažkārt dēvē par Bleses tulkojumu, tomēr pirms viņa pie šī teksta bija darbojušies vairāki darbinieki. Šī Jaunā tulkojuma pamatā ir prof. E. Nestles pirmteksts no sengrieķu valodas (atšķirībā no Glikā līdzšinējā tulkojuma, kas bāzējās uz vācu un latīņu Vulgatas tekstiem)¹. To izdeva 25 000 eksemplāros. Jaunās Derības tulkojums tam tika publicēts jau iepriekš – 1937. gadā.

Baznīcas virsvalde uzticēja prof. T. Grinbergam sastādīt tulkotāju komiteju. Mateja evaņģēliju pārtulkoja A. Mačulāns, Marka evaņģēliju – J. Ērmanis, Lūkas evaņģēliju – T. Grinbergs, Jāņa evaņģēliju – K. Kundziņš, Apustuļu darbu grāmatu – A. Mītulis, Vēstuli romiešiem – K. Kundziņš, 1. un 2. vēstuli korintiešiem – A. Mačulāns, Vēstuli galatiešiem – J. Rezevskis, Vēstuli efeziešiem – K. Kundziņš, Vēstuli filipiešiem – E. Rumba, Vēstuli kolosiešiem un abas Vēstules tesalonīkiešiem – K. Kundziņš, 1. un 2. vēstuli Timotejam un Vēstuli Titam – L. Adamovičs, Vēstuli Filemonam – E. Rumba, Vēstuli ebrejiem – A. Jaunzemis, Jēkaba vēstuli – L. Bērziņš, abas Pētera vēstules, 3 Jāņa vēstules un Jūdā vēstuli – J. Rezevskis, Jāņa atklāsmes grāmatu – A. Mačulāns un V. Maldonis.²

¹ “Latviešu Bībele latīņu burtiem”, “Rīts”, Nr. 319., 1936. g. 18. novembris.

² Kundziņš, Kārlis. “Latviešu Bībeles tulkojuma darbi”, “Londonas Avīze”, Nr. 1000, 1965. g. 08.10.

Darbu pie Vecās Derības tulkojuma trimdā pēc kara vadīja arhibīskaps T. Grinbergs un vēstnieks Kārlis Zariņš. Psalmus 1951. gadā iztulkoja profesors E. Zicāns. Profesors K. Kundziņš, prāvests A. Mītulis un mācītājs E. Lange sagatavoja Psalmus izdošanai. Doktors F. Treus tulkoja Mozus grāmatas, vēstures grāmatas, Jesajas, Jeremijas, Ecehiēla un Daniēla grāmatu. Doktors A. Mačs tulkoja Salamana grāmatas un mazos praviešus. Doktors V. Bernhards tulkoja Rutes, Ezras, Nehemijas un Esteres grāmatu. Tehniskās korektūras izdevumam veica prāvests B. Feders (Fedders) un prāvests R. Mužiks. Valodas korektūru veica profesors Ernests Blese.³ Tā kā viņa rokas bija pēdējās, kas pieskārs šim izdevumam, tas ieguva “Bleses tulkojuma” nosaukumu. Ne Grinbergs, ne Zariņš, ne arī Blese nepiedzīvoja šī Bībeles izdevuma iznākšanu, jo vecuma dēļ bija devušies pie miera.

Šī tulkojuma atšķirību ir daudz. Pirmkārt, teksta gotu drukas aizvietošana ar mūsdienu latīņu druku. Otrkārt, personas vietniekvārdu “Viņš”, “Es” un “Tu” lietojums ar lielo burtu, ja tas attiecas uz Dievu. Glikā Bībelē šo īpatnību nebija. 1965. g. tulkojumā lietvārdi tiek lietoti bez ģermāniskā artikula “tas”, izņēmums ir vienīgi “Tas Kungs”. Vēl šajā tulkojumā nav “ch”, bet ir “h”. Te redzams mīkstinātā “t” lietojums, ko lasītājs var arī

nepamanīt. Lieldienu tekstā ir “Pasā svētīki”.

Šis “jaunais tulkojums” uzreiz sastapās ar lasītāju kritiku. Valodnieks Ludis Bērziņš raksta: “Pat pats jaunākais tulkojums (Jaunā Derība), ja arī saskaņā ar teoloģiskās zinātnes un latviešu valodas attīstību var būt precīzāks, nereti iespaidīgas izteiksmes ziņā ar Gliku nevar mēroties”.⁴

Edvarts Virza bijis satriekts par Jaunā tulkojuma tekstu, kas iznāca 1937. gadā. “Brīvajā Zemē” viņš rakstīja: “Ir liela izšķirība starp gramatiski pareizu valodu un to, kuru pārvalda ritms. Tāpēc vislielākais noziegums pret mūsu valodu ir Jaunās Derības latviskojums, kurā Glikā ģeniālais darbs ir galīgi sakropļots un viņa valoda padarīta par bezpersonīgo un nenožīmīgo avižu fejletonu valodu. Visi uzbudinātos par barbarismu, ja mēs apdrupušo un skaisto Rundāles pili mēģinātu izlabot, tai piebūvējot daļas mūsu dienu abstraktās un tukšās arhitektūras stilā”.⁵

Andrups rakstīja: “Jaunais latviešu tulkojums šai ziņā ir līdzīgs jaunajam angļu tulkojumam – valodu modernizējot, bieži vien zudis dzejiskums un izteiksmes spēks, kas Bībelei ir tik ļoti raksturīgas un nepieciešamas iezīmes. Pret jauno latviešu tulkojumu var vērst visu to pašu kritiku, ko šai ziņā vērsa pret

⁴ Bērziņš, Ludis. “Ernests Glikis tulkotāja darbā”, “Izglītības ministrijas mēnešraksts”, Nr. 2., 1939. februāris, 161.

⁵ Virza, Edvarts. “Kultūras fonda neatliekams uzdevums”, “Brīvā Zemē”, Nr. 223, 1938, 1. oktobris.

jauno angļu tulkojumu: šis tulkojums ir veidots ar aci, ne ar ausi, un pirmā vietā ir likti gramatiskās pareizības, ne dzejiskā skanīguma principi. Teikuma ritms un retorikas spēks ir zudis [...]”⁶

Profesors Edgars Ķiploks piezīmēja: “Ko pārmet tulkotājiem? Citēšu šeit no kādas vēstules: “cildenas izteiksmes aizstāšanu ar kancelejas valodu”. Kā jau iepriekš teicu, šāda kritika nav nekas jauns. Tā ir raksturīgs pirmais iespaids, kas rodas tam, kas kādu tekstu labi pazīst un kam tas ir vairāk kā kāda literāra glezna, ko viņš pēkšņi redz citā versijā. Bet šāds pārdzīvojums ir psiholoģiska reakcija un ne objektīvs spriedums [...], iepazīstoties ar jauno Bībeli, ieteicams vairāk un vairāk tajā ielasīties. Tad viņš redzēs, kāds liels ieguvums ir šis jaunais Bībeles tulkojums, kas nācis klajā tik zīmīgos apstākļos.”⁷

Kā redzam, “jaunais tulkojums” 1965. gadā bija saņēmis daudz kritikas. Šai rakstā minēta tikai neliela daļiņa no tās. Tomēr nu ir pagājuši gadi un šis tulkojums, kurš tika tik daudz kritizēts, kļuvis par visvairāk izplatīto latviešu Bībeles tekstu. Jau vairākas kristiešu paaudzes ir pieradušas pie frāzes “Tas Kungs” un vietniekvārdiem ar lielajiem burtiem. Pat vairāk – ietekmējoties no šī tulkojuma, daži jau uzlūko Bībeles teikumus bez vietniekvārdiem ar lielo burtu (piem., “Viņš”) kā necieņu pret Dievu.

Neraugoties uz kritiku, tieši šis tulkojums ienāca Latvijā līdz ar Latvijas atmodu, un to uztvēra kā paša Dieva sūtīto Vārdu Saviem ļaudīm par iepriecinājumu. Pēc tik daudz gadiem, kad Bībeles aprīte bija ierobežota, tā nu kļuva pieejama, un šo Bībeles tulkojumu tauta iemīlēja. Lasītāji no šī teksta sev bija guvuši iedrošinājumu un stiprinājumu. To lasīja un vēlreiz pārlasīja. Tomēr lasītāji tekstā samanija vairākas nepilnības, ar kurām pat samierinājās.

Gāja laiks, un aizvien skaļāk atskanēja lūgumi pēc jauna tulkojuma.

GLIKA TULKOJUMS UN JAUNAIS TULKOJUMS (2012)

1997. gadā Latvijas Bībeles biedrībā tika pieteikts, ka līdz 2001. gadam Bībeles tulkotāju darba grupa iecerējusi pabeigt pilnīgu Jaunās Derības, bet vēlāk – arī Vecās Derības tulkojumu. Padarītajam darbam sekoja pārtulkoto tekstu pirmiespiedumi, kas nonāca lasītāju vērtējumā. Tulkošanas komisijas darbu koordinēja Juris Čālītis. Vecās Derības tulkošanā piedalījās Uldis Bērziņš, Ilmārs Zvirgzds, Enoks Neilands, Laila Čakare. Jaunās Derības tekstus latviskoja Dainis Zeps un Aleksandrs Bite. Grieķu valodas konsultante bija Ināra Ķemere, latviešu valodas konsultante – Maija Baltiņa.⁸ Vecā Derība tika tulkota no *Biblia Hebraica Stuttgartensia*, bet Jaunā Derība – no *Novum Testamentum Graece* 5. izdevuma.

Tā kā šis tulkojums tapa atjaunotajā Latvijā, par tā valodu izvērtās ievērojamas valodnieku cīņas. Jānis Kušķis rakstīja: “Gluži tāpat, kā tagad noraidām padomju laikā nodarīto jaunumu baznīcai un ticīgajiem, noraidām arī padomju laika bojājumus valodā un rakstībā. Vairāki izdevumi un apgādi atteikušies no padomju laika kropļojumiem. Jaunajam Bībeles tulkojumam valodas un rakstības ziņā jābūt paraugam, kas atlabo valodu un rakstību, lai neiznāktu tāda valoda un rakstība kā komunistu partijas īsajā kursā.”⁹ Satraukums par Jauno tulkojumu skanēja arī Maijas Baltiņas balsī: “Vai tulkojums tiks pasargāts no primitīvu sociolingvistu iejaukšanās? Kādā pareizrakstībā tiks publicēts teksts – vai pēc loģikas likumiem izveidotā priekšpadomju un brīvajā Latvijā pārbaudītā vai padomju valodnieku radītajā? Kāda būs jaunā tulkojuma valoda – bagāta vai noplīcināta, tīra vai sovjetizēta?”¹⁰ Tieši tā – pēc vairāku

⁸ Gailīte, Dina. “Bībele, grāmatu Grāmata, latviski – vēlreiz, pēc trīs simt gadiem”, “*Latvijas Vēstnesis*”, Nr. 184/ 185., 1997. g. 18. jūlijs.

⁹ Kušķis, Jānis. “Par valodu un rakstību jaunajā Bībeles tulkojumā”, “*Latvija Amerikā*”, Nr. 28, 2000. g. 8. jūlijs.

¹⁰ Baltiņa, Maija. “Jaunais Bībeles tulkojums. Vai labāks un latviskāks?”, “*Latvijas Vēstnesis*”, 1997. 12.12.

latviešu valodnieku uzskata Latvijas latviešu valoda esot “sovjetizēta” un šķita Bībeles tulkojumam nederīga. Tādēļ vispirms valodniekiem bija nepieciešamība noorientēties, kurp tie virzīsies – atpakaļ pagātnē, atdzīvinot arhaisko – Ulmaņa Latvijā lietoto – valodu, vai tomēr uz nākotni. Pirmais, ko tulkotāji tādēļ veica, bija attālināšanās no Glikas tulkojuma un pilnīgi jauna tulkojuma veidošana ar skatu uz nākotni. Tulkotāji savā darbā necerēja sacensties ar Gliku Bībeli, bet gan meklēja, kā tiešāk mūsdienu latviešu valodā izteikt to, kas ir saredzams oriģināltekstos.¹¹

Juris Čālītis intervijā paskaidroja: “Jaunais tulkojums ievērojami attālinājies no Glikas vācu valodas ietekmes, piemēram, pieņemts lēmums atteikties no vāciskās formas “tas Kungs”, turpmāk būs vienkārši “Kungs”. Mums par to bija lielas diskusijas, jo radās jautājums: vai 300 gadu laikā forma “Tas Kungs” nav kļuvusi par latviešu valodas sastāvdaļu? Tomēr nolēmām, ka jānonāk pie normālākas latviešu valodas.” Čālītis gan atzina, ka “daļa kristiešu šīs izmaiņas varētu uztvert kā necieņas izrādīšanu Dievam. Jaunais tulkojums vai nu pārliecina cilvēkus, vai arī nepārliecina. Domāju, ka ikviens, kurš ielasīsies šajā tekstā, saskatīs jaunā tulkojuma pārākumu. Laika gaitā šis teksts neapšaubāmi ieņems galveno vietu mūsu izpratnē par Bībeli.” Viņš turpina: “Bībeles lasītāji daudzas vietas jau sen iemācījušies no galvas, un to nevar ar vieglu roku nomainīt. Protams, būs cilvēki, kas neatzīs jauno Bībeles tulkojumu. [...] daudz ko izšķirs mācītāju attieksme, jo draudze parasti palaujas uz sava mācītāja vērtējumu: ja viņš pieņems jauno Bībeles tekstu, to pieņems arī draudze.”¹²

Enoks Neilands piebilst: “Tulkojot vadījāmies pēc dinamiskās ekvivalences principa, proti, seno tekstu atspoguļot ekvivalenti tulkojamā valodā. Piemēram, ja senais teksts ir raupjš, tādā tam jābūt arī valodā, kurā tulko. Tekstā jāparādās emocijām. Dažreiz cilvēki

⁶ Andrups, Jānis. “Jaunais Bībeles tulkojums”, “*Londonas Avīze*”, Nr. 959., 1964. g. 11. decembris.

⁷ Ķiploks E. “Jaunā Grāmatu grāmata”, “*Universitas*”, Nr.17, 1966, pavasaris.

¹¹ Gailīte Dina, “Bībele, grāmatu Grāmata, latviski – vēlreiz pēc trīs simt gadiem”, “*Latvijas Vēstnesis*”, 1997.12.07.

¹² Kasparāns Ģirts, “Bībele 2012: ardievas Glikam”, “*Sestdiena*”, 2012.12.10.

domā, ka citas valodas ir labāk piemērotas teksta tulkošanai nekā latviešu, taču tā nav. Latviešu valoda ir sena un bagāta valoda, laba, pietiekama un parocīga tulkošanai. Tā, piemēram, ebreju dzeju bija viegli tulkot. Sinonīmus meklējām paši un, kad izmantojām vārdnīcu, secinājām, ka tur nemaz nav vairāk vārdu, kā paši bijām izdomājuši apspriedēs.”¹

Jānis Priede, atbildot uz jautājumu: “Kāpēc būtu nepieciešams jaunais tulkojums?”, sacīja: “Katram gadsimtam vai, varbūt, pat gadu desmitam ir nepieciešams savs tulkojums, lai sakrālajā tekstā lasītājam atvieglotu iespēju tikties ar dievišķo, proti, lai novērstu visus šķēršļus, kas šo tikšanos varētu traucēt, aizkavēt vai darīt neiespējamu.”²

Arturs Hansons no savas puses piebilst: “[...] neviens tulkojums nav

pilnīgs, katram ir savas stiprās un vājās puses, tāpēc katrs nākamais papildina iepriekšējos un ļauj piekļūt tuvāk oriģinālam. Salīdzinot vienu tulkojumu ar citiem, var pamanīt gan mainīgo un nemainīgo teksta izpratnē, gan pārmaiņas valodā un uzrunātajos lasītājos.”³

Jaunā tulkojuma atvēršanas svētki notika 2012. gada 13. oktobrī ar svinīgo dievkalpojumu Doma katedrālē un vakarā 18.00 kinoteātra *Splendid Palace* zālē (Elizabetes ielā 61). Līdzko tas nonāca tirdzniecībā, visa tirāža tika izpirkta divu nedēļu laikā. Pirmo prieku drīz vien nomainīja vilšanās. Pirmkārt, tādēļ, ka Jaunais tulkojums nelīdzinājās 1965. gada tulkojuma lasījumam. Tajā bija vairāki jauninājumi, un vietām pazīstamie panti skanēja citādi. Kādi pat nesuši nopirktās Bībeles atpakaļ uz veikalu un vēlējušies saņemt atpakaļ izdoto naudu, jo nevēlējās savā īpašumā paturēt Bībeli, kurā ir vārds “mauka”

un nav vietniekvārdu ar lielajiem burtiem. Savādi, bet šie lasītāji nebija pamanījuši, ka arī Glikā tulkojumos ir šis pats vārds un ka arī tur šie vietniekvārdi rakstīti ar mazajiem sākumburtiem. Tik un tā tiem šķita, ka tas Jaunajam tulkojumam esot “nepiedodams grēks”.

Bija pat dažu konfesiju vadību lēmumi atturēties no Jaunā tulkojuma lietošanas liturģijā vai savā literatūrā un publikācijās. Latvijas Bībeles biedrībā ienāca daudz sūdzību un ieteikumu, kas Jaunā tulkojuma tekstā būtu jālabo.

Sākot ar 2017. gadu, iesākās darbs pie Jaunā tulkojuma revidētās versijas izstrādes. Tika izveidota starpkonfesionālā komisija, kas izvērtēja ienākušos priekšlikumus. Bet par to vairāk jau nākamajā numurā.

¹ Neilands Enoks, “Kultūrvēsturisks notikums”, Bībeles biedrības speciālizdevums “Jaunais”, 2012. g. jūnijs-oktobris, 5.

² “Durvis ceļā uz gudrību”, Bībeles biedrības speciālizdevums “Jaunais”, 2012. g. jūnijs-oktobris, 7.

³ Hansons Arturs, “Mainīgais un nemainīgais”, Bībeles biedrības speciālizdevums “Jaunais”, 2012. g. jūnijs-oktobris, 8.

DOTO SPĒJU PAPILDINĀŠANA UN IZLIETOŠANA



Elena Vaita

Dievs grib, lai doto spēju attīstīšana būtu visu Viņa sekotāju dzīves darbs. Šis darbs jāveic, vadoties no pareizas pieredzes. Īsts vīrs ir tas, kurš ir gatavs upurēt savas intereses par labu citiem un kurš strādā, lai iepriecinātu un dziedinātu tos, kam salauzta sirds.

Daudzi tik tikko sāk izprast dzīves patieso mērķi; un dzīvē esošo patieso un vērtīgo viņi upurē dažādu maldu piekropšanai. Pasaule Neronu un Cēzaru atzina par lieliem vīriem, bet vai arī Dievs tā uz viņiem skatījās? Nē. Ar lielo Cilvēces Sirdi viņus nesaistīja dzīva ticība. Viņi dzīvoja pasaulē, ēda, dzēra un gulēja kā pasaules cilvēki, tomēr savā nežēlībā viņi bija sātaniski. Kur tik šie cilvēces briesmoņi gāja, tur asinis un

postījumi rādīja viņu pēdas. Pasaule viņus cildināja, kamēr viņi dzīvoja, tomēr priecājās, kad viņu vairs nebija.

Pretstatā šo vīru dzīvei ir Lutera dzīve. Viņš nepiedzima kā princis. Viņš nenesa ķēniņa kroni. No klostera celles bija sadzirdama viņa balss un sajūtams viņa iespaids. Viņam bija cilvēcīga sirds, kas pukstēja par labu cilvēkiem. Viņš drosmīgi stāvēja par patiesību un taisnību un grieza savas krūtis pret pasaules pretestību, lai tikai palīdzētu saviem līdzcilvēkiem.

Prāts vien cilvēku nepaceļ dievišķā līmeņa augstumā. Saprātā ir spēks, ja to svēti un vada Dieva Gars. Tas ir vērtējams augstāk par bagātību un fizisko spēku. Tomēr šis spēks ir jāattīsta, lai cilvēks attīstītos par īstu

cilvēku. Cilvēka tiesības saukties par cilvēku nosaka viņa garīgo spēju izlietošana. Baironam bija plašs prāts un dziļas domas, tomēr viņš nebija vīrs, kas atbilstu Dieva standartam. Viņš bija sātana darbinieks. Viņa kaislības bija mežonīgas un nesavaldītas. Savā dzīves laikā viņš sēja sēklu, kas uzziedēja morālas pagrimšanas plaujā. Viņa dzīves darbs pazemināja tikumības līmeni. Šis vīrs bija viens no pasaules godātajiem cilvēkiem, tomēr Kungs viņu neatzina par cilvēku, bet gan tikai kā tādu, kas nepareizi izlietojis Dieva dāvētās spējas. Skeptiķis Gibons un daudzi citi, kurus Dievs apdāvināja ar milzīgu prātu un kurus pasaule sauca par lieliem vīriem, pulcējās zem sātana karoga un Dieva

dotās dāvanas izlietoja patiesības sagrozīšanai un cilvēku dvēseles iznīcināšanai. Liels saprāts, darīts par kalpu netikumībai, ir lāsts tā īpašniekam un visiem tiem, kas nāk viņu iespaida robežās.

Garīga dzīve ir tā, kas nāk par svētību cilvēcei. Ja cilvēks atrodas saskaņā ar Dievu, tad viņš pastāvīgi paļausies uz Viņu un prasīs spēku no Viņa. “Tāpēc esiet pilnīgi, kā jūsu Tēvs Debesīs ir pilnīgs.” Tiekšanās pēc Kristus rakstura pilnības, pastāvīga cenšanās pēc saskaņas ar Dieva prātu ir mūsu dzīves darbs. Šeit, virs zemes, sāks, tas turpināsies visā mūžībā.

Dieva paredzētais standarts cilvēkam ir pacelšanās līdz šī vārda visaugstākajai izpratnei, un, sevi paceļot līdz Dieva dotajam cilvēcības jēdzienam, viņš jau šinī dzīvē vairoš laimi, kas to vadīs uz godību un mūžīgu atalgojumu nākošajā dzīvē. Cilvēces ģimenes locekļiem ir tiesības saukties par cilvēkiem tikai tad, ja viņi katrā iespējamā veidā izlieto savas spējas par labu citiem. Kristus dzīve mums dota kā paraugs, un vienīgi kalpošana citu vajadzībām, līdzīgi žēlastības eņģeļu kalpošanai, cilvēku savieno ar Dievu. patiesa kristietība dara laimīgas ģimenes un sabiedrību. Ikviens vīrs un sieva, kuru sirdī mājā īsts Kristus Gars, noliks pie malas nesaskaņas, savtīgumu un strīdus.

Kristus mīlestības līdzstrādniekiem nav tiesību domāt, ka, cenšoties palīdzēt cilvēcei, viņu iespaidam un darbībai noliktas kādas robežas. Vai Kristus pagura, cenšoties glābt kritušo cilvēku? Mūsu darbam jābūt nepārtrauktam un neatlaidīgam. Mēs vienmēr atradīsim darbu, kas jādara, līdz mūsu Kungs pavēlēs nolikt ieročus pie Viņa kājām. Dievs ir garīgs Valdnieks, un mums padevīgi jāgaida uz Viņa gribas atklāšanos. Vienmēr jābūt gataviem labprāt izpildīt katru pienākumu, kur vien tas būtu darāms.

Eņģeļi dienām un naktīm strādā, kalpojot Dievam, lai saskaņā ar pestīšanas plānu paaugstinātu cilvēkus. Ir vajadzīgi cilvēki, kas Dievu mīl pāri par visu – tas ir, ar visām savām spējām, ar visu savu prātu un spēku – un savu tuvāko kā sevi pašus. To cilvēks nespēj, neaizliedzot pats sevi. Kristus sacīja: “Ja kas Man grib sekot, tas lai aizliedz pats sevi, ņem savu krustu

un seko Man.” Aizliegt sevi nozīmē savaldīt sevi, kad dusmas un kaislības cīnās pēc virskundzības; pretoties kārdināšanai nosodīt citus un runāt par viņu kļūdām; būt pacietīgam ar negudru bērnu, kura izturēšanās ir apbēdinoša un pārbaudoša; stāvēt sava pienākuma vietā, kad citi varbūt aiziet; uzņemties atbildības, kur un kad tas iespējams, ne piekrišanu meklējot, ne kādu citu savtīgu tālredzīgu mērķu dēļ, bet sava Meistara dēļ, kurš jums devis darbu, kas jāpadara nesvārstīgā uzticībā; sevi aizliegt nozīmē palikt klusu, kad varētu sevi slavēt, un ļaut, lai citu lūpas slavē. Sevis aizliegšana nozīmē darīt labu citiem, kad jums gribētos kalpot un izpatikt pašiem sev. Lai arī līdzcilvēki nekad nenovērtē jūsu pūles vai arī netic tām, tomēr jums darbs jāturpina.

Rūpīgi pārbaudiet un vērojiet, vai pieņemtā patiesība jums ir kļuvusi par stipru pamatlikumu. Vai jūsu reliģija ir pielikusi sargu pie jūsu lūpām? Vai jūsu sirds ilgojas līdzjūtībā un mīlestībā pēc citiem, kas atrodas ārpus jūsu ģimenes? Vai jūs čakli meklējat skaidrāku izpratni par rakstīto patiesību, lai jūsu gaismā varētu spīdēt uz citiem? Šos jautājumus atbildiet paši sev. Lai jūsu valoda ir žēlastības caurausta un jūsu izturēšanās lai rāda kristietības augstumu!

Ir sācies jauns gads. Kas rakstīts par jūsu kristīgo dzīvi pagājušajā gadā? Kādas atzīmes Debesīs ir par jums? Es jūs lūdzu, nododieties Dievam bez atlikuma! Vai jūsu sirds ir bijusi dalīta? Tagad atdodiet to pilnīgi Kungam! Lai pilnīgi cits raksturs ir jūsu dzīvei nākošajā gadā!

Pazemojieties Dieva priekšā! “Svētīgs ir tas vīrs, kas kārdināšanā pastāv, jo pārbaudīts viņš dabūs dzīvības kroni, ko Kungs solījis tiem, kas Viņu mīl.” Nolieciet visas aizbildināšanās un visu izlikšanos! Izturieties vienkārši un nepiespiesti! Esiet patiesi un godīgi katrā savā

domā, vārdā un darbā, “pazemīgā garā cits citu vērtējot augstāk par sevi”! Ikviens lai atceras, ka tikumiskam raksturam (morālai dabai) ir vajadzīgs stiprinājums pastāvīgā modrībā un lūgšanās. Kamēr jūs raugāties uz Kristu, jūs esat droši, bet tanī brīdī, kad jūsu domas apstājas pie jūsu upuriem un grūtībām un jūs sākat sev līdzī just, žēlot un lutināt sevi, jūs pazaudējat palāvību Dievā un atrodaties lielās briesmās.

Daudzi ierobežo Dievišķo Aizgādību, atņemdami Dieva raksturam žēlastību un mīlestību. Viņi ir pārliecināti, ka Dieva lielums un majestātiskums neļaus Viņam interesēties par Saviem vājadiem radījumiem. “Vai divi zvirbuļi netiek pirkti par vienu artavu, un neviens no tiem nekrīt zemē bez jūsu Tēva ziņas. Bet arī jūsu galvas mati visi ir skaitīti. Tāpēc nebīstieties, jūs esat labāki nekā daudz zvirbuļu.” Cilvēcīgai būtnei ir grūti piegriezt vērību dzīves sīkākām lietām, kad prāts nodarbināts svarīgos un lielos pienākumos. Bet vai šo lietu apvienošana nav nepieciešama? Cilvēkam, kurš veidots pēc sava Radītāja līdzības, vajadzētu savienot lielās atbildības ar mazākajām. Jo citādi viņš var aizrauties ar sevišķi svarīgiem jautājumiem un nepiegriezt vērību savu bērnu pamācīšanai. Uz šiem pienākumiem var skatīties kā uz mazsvarīgiem, kamēr patiesībā tie skar sabiedrības pašus pamatus. Ģimenes un draudzes laime ir atkarīga no mājas iespaidiem. Mūžības intereses atkarīgas no pareizas šīs dzīves pienākumu pildīšanas. Pasaulei ne tik daudz ir vajadzīgi ļoti gudri cilvēki, kā labi cilvēki, kuri būtu par svētību paši savās mājās.

(*“Liecības draudzei”,
4. sēj., 519.–522. lpp.*)



Ja kas Man grib sekot, tas lai aizliedz pats sevi, ņem savu krustu un seko Man.

JAUNIEŠIEM | JAUNIEŠU KONFERENCE

“AUGSTĀK. DZIĻĀK. PLAŠĀK.”



Nedēļas nogalē no 29. novembra līdz 1. decembrim norisinājās ilgi gaidītā jauniešu konference. Konference notika ļoti jaukā vietā – Jaunmoku pilī, kas atrodas netālu no Tukuma. Dzīvoties šajās pils ēkās likās ļoti īpaši, jo citos pasākumos ierasts nakšņot lielās kopīgās telpās, gulot uz saviem līdzpaņemtajiem matracīšiem. Taču šoreiz visi dalībnieki tika sadalīti pa numuriņiem ar lielām gultām. Telpas bija skaistas un gaišas. Pēdējā kopīgajā vakarā, kad notika sadraudzības aktivitātes, mums bija iespēja doties uz galveno pils ēku, apskatīt to un tās izstādes, spēlēt dažādas spēles un baudīt sadraudzības mirkļus ar gardumiem.

Iepriekšējā konference norisinājās 2019. gadā, tas bija pirms veseliem pieciem gadiem! Jaunieši bija tik noilgojušies pēc kopīgas konferences, ka pieteicās vairāk nekā 100 dalībnieki. Bija liels prieks redzēt tik daudz līdzīgi domājošu jauniešu vienuviet. Īpašs prieks bija ieraudzīt tik daudz jauniešu, kuri iepriekš nebija redzēti citos pasākumos un bija saņēmušies atbraukt uz šo konferenci. Bija iespēja satikt ļoti sen neredzētus draugus un iepazīties ar daudziem jauniem draugiem, kuriem šis bija pirmais lielais jauniešu pasākums.

Konferences tēma bija “Augstāk. Dziļāk. Plašāk.”, atsaucoties uz Pāvila vēstuli Efeziešiem 3:18. Vakara un rīta

sanāksmēs varējām klausīties Ītana Mpozembizi (*Ethan Mpozembizi*) uzrunās, kurās daudz tika stāstīts par mīlestību, lai arī mēs – gluži kā to Pāvils raksta efeziešiem – varētu izprast Kristus mīlestību, iesakņoties un stipri stāvēt mīlestībā.

Ļoti nozīmīga programmas daļa bija mazās grupas. Visi dalībnieki tika sadalīti vairākās mazajās grupās un katru rītu kopīgi lasīja lūgšanu nedēļas materiālu, pārsprieda dažādus jautājumus, dalījās ar savu pieredzi un vienkārši pavadīja laiku sarunās par garīgiem tematiem. Tas bija ļoti labs veids, kā citam citu iepazīt tuvāk, sadraudzēties ar cilvēkiem, kuriem nebūtu piegājuši klāt konferences laikā, un iemācīties



ieraudzīt Bībeles gudrības no dažādiem skatpunktiem un pieredzes.

Mana mīļākā daļa programmā pilnīgi noteikti bija slavēšanai atvēlētais laiks. Sajūta ir tik īpaša, kad visi jaunieši sanāk vienuviet, lai kopīgi dziedātu slavas dziesmas mūsu Kungam! Domāju, ikviena sirdi tad piepilda īpašs prieks un miers.

Bija iespēja arī dalīties ar liecībām, un tas ir tik jauki – paklausīties citu jauniešu piedzīvojumos un attiecībās ar Dievu! Liecības vienmēr ir ļoti spēcinošas un pamudinošas.

Viens interesants fakts par konferenci ir tāds, ka lielākajai daļai jauniešu šī bija pirmā jauniešu konference. Līdz ar to daudzi (un es tajā skaitā) nezināja, ko sagaidīt no programmas.

Ceļā uz konferenci atnāca ziņa, ka jāizvēlas evaņģelizācijas aktivitāte, kurā vēlēties piedalīties. Liels prieks, ka šī konference bija ne tikai mūsu pašu labumam, bet deva arī iespēju evaņģelizēt un dot citiem. Evaņģelizācijas iespējas bija: doties apciemojumā uz Raudas pansionātu, dalīt dāvanīņas, dziedāt un sarunāties ar iemītniekiem; *Instagram Reels* filmēšana sociālajiem tīkliem un reklāmai, lai aizsniegtu sabiedrību, un došanās uz pilsētu, lai veidotu sarunas ar cilvēkiem par Ziemassvētkiem un dalītu ielūgumus uz Ziemassvētku dievkalpojumu Tukuma draudzē.

Kamēr visi devās savā izvēlētajā

evaņģelizācijā, paralēli aktīvi darbojās lūgšanu istabiņa, kur palika daļa jauniešu, lai kopīgi lūgtu par šiem evaņģelizācijas pasākumiem, jauniešu konferenci, savām un citu vajadzībām un to, lai mums izdotos uzrunāt cilvēkus.

Ļoti interesants un jauks likās sabata dievkalpojums, kur arī sabatskolas laikā, kā ierasts, dalījāmies savās mazajās grupiņās. Ar svētrunu turpināja kalpot mūsu runātājs Ītans, un ar dziesmām viscaur konferences gaitā kalpoja muzikālā grupiņa, kurā kopā bija sanākuši ļoti talantīgi jaunieši, kur katrs spēlēja dažādus mūzikas instrumentus.

Bija arī informatīvā/ misijas sadaļa, kurā mūsu Jauniešu nodaļas vadītāja Jana Jansone iepazīstināja visus jauniešus ar aktuālo informāciju, plānotajiem pasākumiem un dažādām kalpošanas iespējām. Dzirdējām arī citus jauniešus, kuri aktīvi darbojas un organizē uz misiju un citu jauniešu aizsniegšanu vērstus pasākumus. Viņi dalījās ar savu vīziju un plāniem nākamajam gadam.

Kā jau sākumā minēju, mēs ļoti jauki aizvadījām sabata dienu ar sadraudzības aktivitātēm, mēmo teātri un citām spēlēm pašā Jaunmoku pilī. Bija ļoti jauki vērot, kā jaunieši sanāk kopā un aizvada dienu ar smiekliem, smaidiem un jaukām sarunām.

Zinu, ka šī konference bija ļoti jauka un nebijusi pieredze daudziem jauniešiem. Arī mājupceļā turpinājās sarunas par notikumiem, kas notikuši šajā konferencē, un par to, kādas atziņas tika iegūtas. Ticu, ka kādam šī pieredze bija par svētību un palīdzēja nostiprināt attiecības ar Dievu vēl vairāk, vēl kādam citam palīdzēja ieraudzīt, cik Dievs ir mīlošs, un deva vēlmi sākt Viņam vairāk tuvojies. Jebkurā gadījumā šādas jauniešu konferences ir liela svētība ne tikai jauniešiem, bet arī apkārtējiem. Tādēļ es aicinu ikvienu, kas šogad kautrējās, nobijās, jo nezināja, ko sagaidīt, vai vienkārši nevarēja ierasties, mēģināt atbraukt uz citām konferencēm, jo mājās no tām var aizbraukt tikai kā ieguvējs.

*

“Jauniešu konference bija neaizmirstams piedzīvojums. Šī bija mana pirmā jauniešu konference, un es nebiju vīlies. Man visvairāk patika Dieva dotā iespēja vadīt mazo grupiņu. Tā bija lieliska pieredze, kuru es varēju izmantot arī turpmāk savā kalpošanā. Vadot šo grupiņu, es iemācījos daudz un dažādas lietas par diskusiju vadīšanu, piemēram, kā likt cilvēkiem justies ērti un piedalīties sarunās.

Sabata dievkalpojums bija ļoti īpašs un mājīgs. Man bija liels prieks redzēt, kā visi jaunieši kopā dzied un piedalās sabatskolas diskusijās.



Mani ļoti priecē, ka bija ieplānots personīgais laiks ar Dievu. Ītana uzrunas bija ļoti iedvesmojošas. Tās lika apdomāt savas personīgās attiecības ar Dievu un ieraudzīt to, ko varētu uzlabot. Ēdiens bija ļoti garšīgs, un gultas bija ērtas. Kad būs iespēja vēlreiz piedalīties šāda veida pasākumā, es noteikti izmantošu izdevību, kā arī silti aicinu piedalīties visus, kuri šoreiz nevarēja ierasties!” (Patriks Gredzens)

*

“Šī bija mana pirmā Latvijas konference, bet tā vispārīgi – otrā. Es ieguvu tur jaunus paziņas, kā arī nostiprināju attiecības ar jau esošajiem paziņām. Konferencē bija ļoti garšīgs ēdiens, un pie galdiem radās interesantas sarunas, kas palīdzēja iepazīt citus jauniešus.

Man ļoti patika arī sadraudzības brīži. Šī bija ļoti vērtīga pieredze, kas palīdzēja vairāk saprast Dieva raksturu un Viņu iepazīt, nostiprināt attiecības ar Viņu gan caur uzrunām, gan mazajām diskusiju grupiņām, gan dziesmām, kā arī evaņģelizācijas aktivitāti. Kad konference beidzās, likās, ka tā ir bijusi ļoti īsa, un gribējās tur palikt un braukt jau uz nākošo.” (Marta Ķieģele)

*

“Beidzot notika Latvijas jauniešu konference, par ko liels prieks! Jauki bija programmā redzēt iekļautu evaņģelizāciju, līdz ar to ieguvēji bija ne tikai paši dalībnieki, bet arī citi. Konferences tēma lika pārdomāt, vai tiešām es izpildu Jēzus doto pavēli – mīlēt savu tuvāko – un vai daru to pietiekami labi.

Konference bija pārāk īsa! Likās, tikko atbraucām, iekārtojāmies, un jau jābrauc prom. Bija tik jauki ziemas skrējienā izrauties un nedēļas nogali pavadīt ar mīļiem draugiem!” (Ieva Marta Goba)

*

“Šī bija mana pirmā tāda konference. Kopumā viss ļoti patika. Patika darboties grupiņās. Man bija iespēja vadīt grupiņu, tā bija ļoti lieliska pirmā pieredze. Man arī patika aktivitātes, īpaši sabata vakarā, kur bija mēmais šovs par Bībeles stāstiem.

Dažas uzrunas mani ļoti uzrunāja. Evaņģelizācija bija svētīgs laiks sabata pēcpusdienā, taču skumdināja tas, ka pēcpusdienā uz ielām bija maz cilvēku, tādējādi nesanāca izdalīt daudz ielūgumu.

Atziņas varēja gūt daudz un dažādas, piemēram, no uzrunas, kur bērns izkāpa no autobusa, nepaklausot mammai, kā arī par to, ka vajag mīlēt visus cilvēkus, nevis tikai tos, kuri pret mums labi izturas vai kuri mūs mīl. Kopumā bija ļoti, ļoti foršs pasākums, noteikti brauktu vēlreiz uz tādu un ieteiktu arī citiem aizbraukt!” (Elīna Dīce)

*

“Piedalīšanās jauniešu konferencē bija neaizmirstama pieredze. Satiku ilgi neredzētus draugus, kas bija liels prieks un deva īpašu siltumu. Kopā ar citiem jauniešiem mums bija iespēja evaņģelizēt un dalīties ar labo vēsti, kas ļoti iedvesmoja. Konferences runātājs Ītans sniedza dziļas un aizraujošas pārdomas, kas palika atmiņā ilgi pēc pasākuma. Norises

vieta, Jaunmoku pils, bija patiesi skaista, kas piešķīra pasākumam īpašu noskaņu.” (Krists Apinis)

*

“Bija patīkami piedalīties jauniešu konferencē, īpaši gada tumšajā periodā, kad pasākumi kļūst retāki. Šis bija patīkams atsvaidzinājums, īpaši garīgi. Redzēt tik daudz cilvēku, kuri grib veidot ciešākas attiecības ar Dievu, ir iedvesmojoši pašam. Bija jauki kopā dziedāt, apspriest jautājumus mazajās grupās un klausīties liecībās par to, kā Dievs darbojas dalībnieku dzīvē.

Viens no evaņģelizācijas pasākumiem bija pansionāta apmeklējums, kur varējām dziedāt, sarunāties un uzklaut cilvēkus, kuri gājuši cauri dažādām dzīves grūtībām. Kāda sieviete, ar kuru norunāju visu apciemojuma laiku, dalījās ar saviem dzīves sasniegumiem, kas man šķita ļoti iespaidīgi. Tomēr, pārdomājot viņas stāstu, apzinājos, ka ikvienu galā sagaida vienāds liktenis, un tas man lika aizdomāties, cik maza vērtība dzīves beigās ir lieliem sasniegumiem un pūliņiem, ja būtu palaidis garām vienīgo, kas patiešām ir svarīgs, – sevis un citu vadīšanu uz mūžību.” (Ēriks Birziņš)

Raksta autore: Luīze Mūza

Foto: Gustavs Melngalvis un Sofija Gaure





VĪVĪ

12. nodaļa

Vai esat piedzīvojuši, ka iesākumā jums kāda lieta vai notikums nepavisam nepatīk, bet tad kaut kas izmainās un šī šķietami nepatīkamā lieta kļūst par vislielāko ieguvumu jūsu dzīvē? Tā notika arī ar Saksē.

Jēzus ir teicis: “[...] ja jums ticība ir kā sinepju graudiņš, tad jūs sacīsit šim kalnam: pārcelies no šejienes uz turieni, – un tas pārcelsies, un nekas jums nebūs neiespējams.” (Mateja 17:20) Tieši šie vārdi tūlīt, tūlīt izmainīs nevien Saksē, bet daudzu ļaužu dzīvi divos Borneo ciemos. Kā tas notiks, par to uzzināsi, lasot stāsta “Uguns kalnos” noslēdzošo nodaļu.

Tajā naktī onkuļa Sobata ģimene gulēja ļoti maz. Katra sirds bija svinīga prieka pilna, un šis prieks neļāva viņiem iemigt. Viņi priecājās cits par citu, un mazajā istabīnā tik ļoti bija jūtama Dieva klātbūtne, ka onkulis Sobats sarunājās ar Viņu kā ar dārgu draugu. Sobats pateicās Dievam par abām reizēm, kad viņu bija apciemojis eņģelis, un par apsolījumu, kas rīt piepildīsies.

Gulēja tikai Vīvī, jo meitenīte nedzirdēja viņus runājam, pat paši skaļākie trokšņi viņu neiztraucēja. Onkulis Sobats sēdēja līdzās Vīvī paklājiņam un bieži maigu skatienu nolūkojās savā visdārgākajā bērņā – savā apsolījuma meitiņā, iemeslā, kura dēļ viņu bija apciemojis eņģelis.

Visbeidzot pienāca svētās atpūtas dienas rīts, un lēnām pār kalniem uzausa gaisma. Mazajā būdiņā tik tikko bija iespīdējuši pirmie rītausmas stari, kad pie durvīm jau sauca Radžins. Viņš bija ieradies, lai vienotu ģimeni lūgšanā.

“Ši ir jūsu svētību diena,” Radžins teica. “Ir tikai pareizi, ka šodien mēs slavēsim Viņu īpaši un īpaši pateiksimies šai rītā! Mums jālūdz, lai šodien notiekošais būtu Dievam par godu un par liecību cilvēkiem.”

Onkulis Sobats pamāja: “Ši svētība citiem parādīs, cik ļoti Dievs mūs

visus mīl, pat mazus bērņus.”

Pirms vēl godbijīgā lūgšana bija pabeigta, sāka mosties viss ciems. Kad saule iespīdēja ezerā, sāka ierasties ļaužu straumes no Lauztās Gaismas ciema. Šie ļaudis ieradās pa divi vai pa trīs, un viņus pārņēma tāds bīklums, it kā tie būtu ienākuši svarīga karaļa namā. Ciema ļaužu parasti kustīgās mēles bija apklusušas. Ieradies bija viss ciems, Lauztajā Gaismā palika vien suņi, kuru uzdevums bija sargāt mājas. Kūninga atnācēju vidū nebija, un neviens nezināja, kur viņš palicis.

Dziedošā Ūdens iedzīvotāji, dziesmas dziedādami, sanāca pie skolotāja mājas. Kopā ar viņiem nāca arī Lauztās Gaismas ļaudis. Visi sadrūzmējās lielajā istabā. Cilvēku sanāca tik daudz, ka vairs nebija vietas, kur sēdēt. Gar sienām cieši saspīdējušie stāvēja vīri, un kopā ar viņiem stāvēja arī Saksē. Visas acis bija pievērstas skolotājam, un viņš paskaidroja, ko nozīmē kristības, kuras sanākušie grasījās vērot.

Gandrīz pašā priekšā kopā ar pārējiem sēdēja onkulis Sobats un tante Gara. Vīvī bija iekārtojies vidū starp tēvu un māti un vēroja visu ar savu ierasto jautājošo skatienu. Vai viņa juta lielā cilvēku pulka interesi? Vai viņa juta dedzīgos skatienus, kas

visi kā viens viņu uzlūkoja? Meitenīte neizrādīja, ka būtu ko pamanījusi, un ikvienam telpā bija redzams, ka viņa neko nedzird un nespēj parunāt. Viņas klusuma pilnā pasaulīte apņēma meitenīti no visām pusēm, tajā nespēja ielauzties neviena skaņa.

Dievkalpojums noritēja īsi, jo viesu bija daudz un veidojās liela drūzma. Kad tas bija noslēdzies, saule jau atradās zenītā. Cilvēki no Radžina mājas steidzās uz zālaino nogāzi pie ezera un iekārtojās uz akmeņiem, kas stiepās gar ūdens malu.

Tante Gara aizveda mazo Vīvī līdz krastam un tur uzticēja meitiņu Pakū. Viņš turēja mazo meitenīti pie rokas un apsēdās tā, lai kristības viņa varētu vērot netraucēti.

Gaisā virmoja lielas gaidas, tas bija svinīgs brīdis. Tie, kas grasījās kristīties, sastājās divās rindās un gaidīja Radžinu. Viņš iznāca no mājas, tērpies baltās drānās, un lēnām devās uz ezeru. Tad Radžins iekāpa ūdenī un uzsāka dziesmu. Tā bija veca un viņiem zināma dziesma “Es sekošu Tev, mans Glābēj”. Dziesmas vārdi bija dusunu valodā, un visi to saprata. Kad viņi beidza dziedāt, skolotājs nolasīja dažus vārdus no Dieva Grāmatas un tad padeva grāmatu vienam no vīriem, kas stāvēja netālu no viņa. Radžins pats devās dziļāk

ūdenī, pietiekami dziļi, lai varētu veikt svinīgo rituālu.

Ūdenī iekāpa pirmie kristāmie. Kamēr tie gāja pie skolotāja, viņus pavadīja dziesmas. Kristāmie apstājās līdzās skolotājam – viens pie labās, otrs pie kreisās rokas. Tad Radžins viņus vienu pēc otra nokristīja, pagremdējot uz Īsu brīdi zem ūdens.

Džavabs un Saksē atradās rindas galā. Aiz viņiem paši pēdējie stāvēja onkulis Sobats un tante Gara. Saksē juta, ka sirds kļūst miera un prieka pilna, it kā tā būtu nokļuvusi Debesīs, par kurām bija stāstījis Radžins. Viņš paskatījās uz Džavabu, drauga seja mirdzēja priekā. Kad pienāca viņu kārta, Džavabs droši iekāpa ūdenī.

Radžins vispirms kristīja Džavabu. Kad vizuļojošais ezera ūdens sakļāvās pār viņa paša galvu, Saksē zināja, ka šis ir jauns sākums – atdzimšana, jauna dzīve, kas veltīta prieka un spēka pilnai kalpošanai Dievam.

Izkāpjot no ezera, virsaiša dēls vairs neturējās pie Saksē, tā vietā viņš staigāja pats, ar jaunu spēku. Viņi abi devās tieši uz to vietu, kur sēdēja Pakū, turēdams pie rokas mazo Vīvī.

Tad, mirklī, kad viņi pagriezās, sabata pēcpusdienā izskanēja svinīgie vārdi: “Es tevi kristu Dieva Tēva, Dieva Dēla un Svētā Gara vārdā! Āmen!” Nokristīja tanti Garu. Kā pēdējais no visiem divdesmit cilvēkiem ezerā vēl stāvēja Sobats – gatavs tikt pagremdēts skaidrajā ūdenī. Tie, kas vēroja viņa seju, apbrīvoja tur redzamo prieku. Likās, ka viņš ir ekstāzē. Dzīvīgumu, kas viņu pārpildīja, varēja redzēt un sajūst. Visi apkārt esošie zināja, ka tas ir prieks – vissvētākais prieks, kādu vien cilvēks var just. Vienīgā skaņa, kas pārtrauca klusumu, bija maigie ūdens šļaksti brīdī, kad onkuli Sobatu pagremdēja zem ūdens. Kad viņu atkal izcēla no simboliskā ūdens kapa, ezera krastu pāršalca izbrīna pilna ieelpa no visu sanākušo krūtīm. Nu visas acis vērās uz Vīvī.

Mazā meitenīte mierīgi stāvēja ūdens malā, turot Pakū roku. Bet tajā, kā viņa lūkojās uz vecākiem, nu bija manāma jauna modrība. Vīvī tuvojās krastam. Līdzko Sobata pēdas pieskārs smiltīm, viņa atlaida Pakū roku un skrēja tēva atplestajās rokās, saucot: “Tēti, tēti!” Viņas balss bija skāidra un pietiekami skaļa, lai to izdzirdētu visi. Sobats ieskāva savu

bērnu rokās un no lielas laimes sāka raudāt. Ikkatru sirdi piepildīja bijība un izbrīns. Radžins stāvēja viņiem blakus pateicībā paceltām rokām.

Tad Vīvī sāka runāt ar vecākiem brīnišķīgā bērna balsī. Viņas vārdi bija vienkārši un saprotami, tieši tādi, kādus lieto jebkurš cits sešus gadus vecs bērns. Tomēr viņa šos vārdus savā mūžā nebija dzirdējusi ne vienu pašu reizi. Izbrīnītie ļaudis spiedās arvien tuvāk un tuvāk, un meitenīte, pamanījusi daudzās svešās sejas, sakautrējās un paslēpa sejiņu pie tēva kakla.

Nobeiguma dziesma netika dziedāta. Tās vietā cauri godbijīgiem cilvēkiem skanēja Debesu dziesmas. Čukstus sarunājoties, visi sāka ceļu atpakaļ, augšup kalnā.

Tieši tajā brīdī Saksē ieraudzīja Kūningu. Vecais vārdotājs bija otrā ezera krastā un tieši tajā brīdī rāpās lejā pa koka stumbru. Viņš tur noteikti bija paslēpies agri no rīta un vērojis kristības un lielo brīnumu. Veiksmīgi nokāpis zemē, Kūnings savāca savas drānas un pazuda džungļos.

Saksē un Pakū kopā ar pārējiem ciema iedzīvotājiem atgriezās Lauttās Gaismas ciemā. Ejot mājās, Džavabam vairs nebija nepieciešama palīdzība, un daži teica, ka lielais prieks ir viņam devis jaunu spēku. Tomēr no tās dienas Džavabam vairs ne reizes nebija nekādu grūtību staigāt.

Lauttās Gaismas ciemā vairs nekas nebija tā, kā iepriekš. Cilvēki tik ļoti vēlējās uzzināt ko vairāk par Dieva mācību, ka vairākas ģimenes izlēma pārvākties uz Dziedošā Ūdens ciemu un uzbūvēja savas būdas tuvu šim ciemam. Tika uzbūvēta baznīca, kā arī skola, kurā Džavabs un Saksē kopā ar pārējiem abu ciemu jauniešiem katru dienu devās mācīties rakstīt un lasīt, klausījās Dieva Vārdu, kā arī apguva prasmi pašu rokām izgatavot dažādas noderīgas lietas. Jaunākais skolnieks bija mazā Vīvī. Viņa ļoti ātri visu apguva, un onkuļa Sobata lielākais prieks bija katru vakaru klausīties, kā viņa mazā meitiņa lasa no Dieva Grāmatas.

Arī Pakū pārvācās uz Dziedošā Ūdens ciemu, un, kad pienāca nākamā kristību diena, viņš bija gatavs sekot sava dēla paraugam un piedalīties svētajā rituālā.

Pēc daudzām dienām kādā vakarā Radžins sēdēja sava nama lielajā istabā, kur visi pulcējās, pirms tika uzcelta baznīca. Viņš lūkojās uz ieleju, un kopā ar viņu bija Saksē un Džavabs. Viņi nu strādāja kopā, jo abi jaunieši dienās vēlējās kļūt par skolotājiem. Mirklī, kad aiz pamales pazuda pēdējie saules stari, viņi visi ieraudzīja namam tuvojamies kādu vientuļu stāvu. Džavabs pārsteigumā izsaucās: “Tas taču ir Kūnings!”

“Kāpēc gan viņš ir ieradies?” jautāja Saksē.

Radžins devās ārā sagaidīt veco vīru un palīdzēja tam iekārtoties uz paklājina blakus viņiem.

“Es nespēju tam pretoties,” teica vārdotājs, “es nevaru aizbēgt no Dieva. Viņš man visur seko, es dzirdu Viņa balsi un esmu kauna pilns par to, ka esmu Viņam pretojies. Es esmu mēģinājis darīt briesmu lietas tiem, kas Viņam seko.” Vecā vīra balss nožēlā aizlūza. “Saki man, vai tādām ļaundarīm un slepkavām kā man ir cerība?”

Viņi visi mierināja Kūningu sirsnības un laipnības pilniem vārdiem. Radžins apsoliya viņam iemācīt labo mācību no Dieva Vārda, bet zēni piekrita iemācīt viņam lasīt. Grūti pateikt, kura prieks bija lielāks, bet neviens no viņiem nebija juties tik priecīgs kopš dienas, kad mazā Vīvī kļuva tāda pati kā citi bērni.

Ejot prom no skolotāja nama, viņi visi gāja kopā – Kūnings pa vidu, bet Džavabs un Saksē viņam abās pusēs.

“Zini,” teica Saksē, kad viņi pienāca pie onkuļa Sobata nama, “labās ziņas mums vispirms jāpastāsta tieši viņam!”

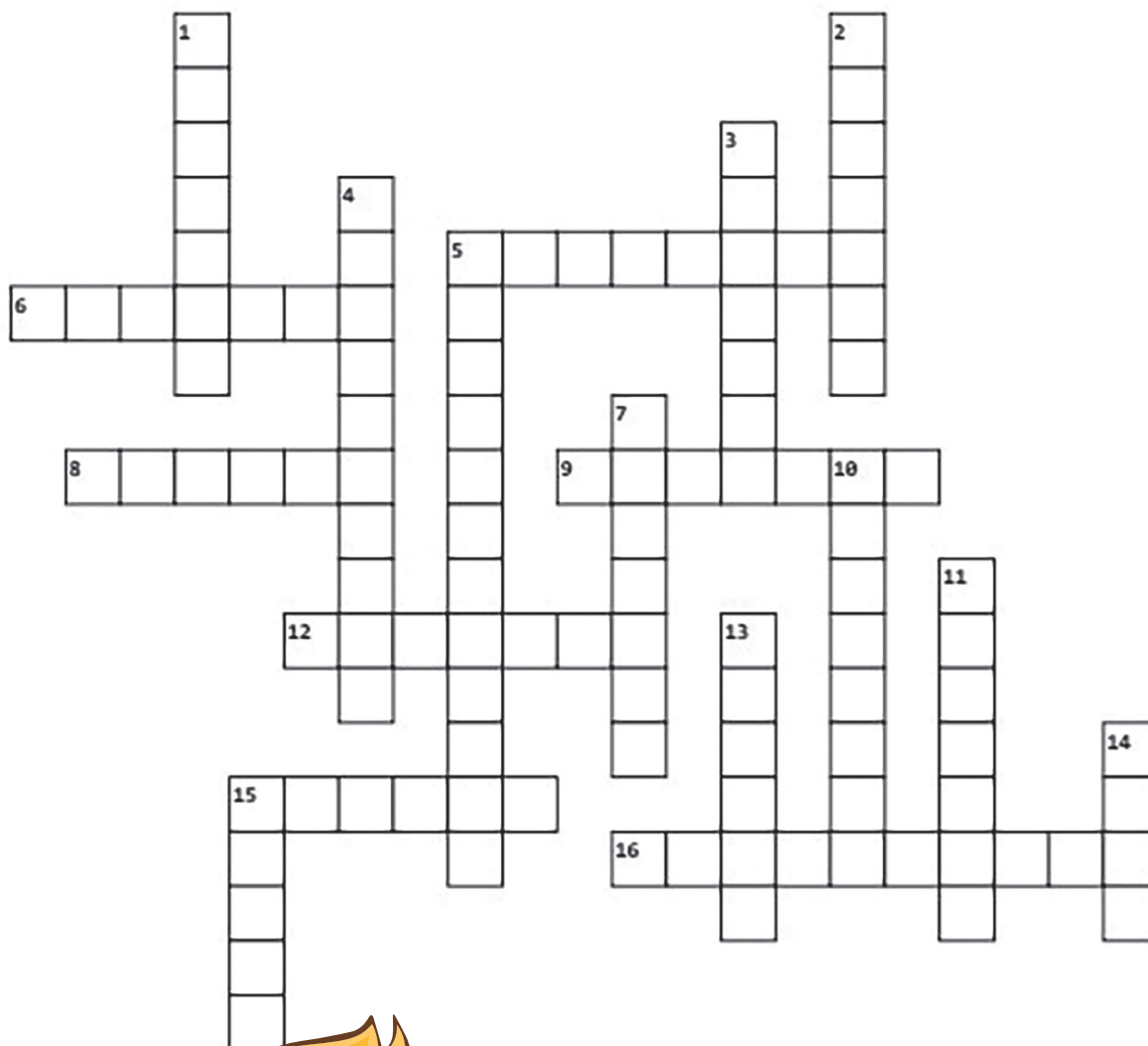
“Kādas ir labās ziņas?” Kūnings izbrīnīts jautāja.

“Ka Dievs var glābt ikvienu no mums jebkurā laikā!” atbildēja Džavabs.

Tad Saksē pagriezās un saņēma plaukstās Kūninga roku un Džavaba roku. “Vislabākā ziņa,” viņš pasmaidīja, “ir tā, ka no Dieva nav iespējams aizbēgt!”

UZDEVUMS

Izpildi krustvārdu mīklu, kur visi atmiņējumi ir saistīti ar stāstiem no grāmatas "Uguns kalnos"!



Horizontāli

5. Palmu lapas, kas sašūtas loksnēs.
6. Biezs, necaurejams mežs vai briķšņi.
8. Kalnu nosaukums.
9. Cita ciema nosaukuma otrais vārds.
12. Ja jums ir ticība kā ... gaudiņš.
15. Saksē onkuļa vārds.
16. Mēness fāze.

Vertikāli

1. Pirmās nodaļas virsraksts.
2. Virsaiša dēls.
3. Ciema vārdotājs, kura sirdi mainīja Dievs.
4. Ciema nosaukuma pirmais vārds.
5. Palmas augļi (dsk.).
7. Tropu augs, kas atgādina koku.
10. Saksē miesa bija pārklāta ar ...
11. Skolotāja vārds.
13. Onkulis Sobats sastapa ...
14. Graudzāļu dzimtas augs.
15. Viens no grāmatas varoņiem.



NO FEBRUĀRA

JAUNS KONKURSS

JĒZUS SATIKA...

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

JA TEV IR 7–15 GADI

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

JA TEV IR 4–7 GADI

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

KATRU MĒNESI
BALVIŅA

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

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

Informācija:
29869979 (Mārīte)

