

Marts 2014 1 78

Marija un Marta



*Dievs ir kopā ar mums - gan dziļā priekā,
gan sāpēs, ciešanās un izmisumā*

Interviju ar
“Pestīšanas Tempļa” draudzes
Sieviešu lūgšanu pulciņa vadītāju
Mētru Celmiņu
lasiet 5. lpp.



Saturs

4. Sveicam! Info
5. Intervija ar Mētru Celmiņu
10. Dzejniecei M. Mellumai 110
12. Notikumi draudzēs
15. A. Vērpējai aizejot
16. Ceļā uz Pelčiem
23. L. Lapiņa un dzīves garša
26. M. Mardoka un bērni
29. G. Rožkalne par uzticību
32. E. Roze par draudzes svētību
34. Āboliņa jaunā perspektīva
36. Rūgtais cukurs
38. Diedzēsīm graudus!



Marta numura tēma žurnālā ir:
CIEŠANAS. VAJĀŠANAS. BRĪVĪBA
KRISTŪ - arī fiziskā nebrīvībā.

Bēdas un ciešanas ir mūsu dzīves neatņemama sastāvdaļa. Tās mijas ar gaišajiem brīžiem mums katram atšķirīgos laikos un stiprumos. Reizēm savā labklājībā mēs izvairāmies runāt par sāpīgo. Bet mēs nevaram izlikties visu laiku laimīgi un priedīgi savā kristietībā, mums ir atklāti jārūnā par ciešanām un pārbaudījumiem gan savās dzīvēs, gan apkārtne.

Mums te ir viegluma kults. Gandrīz vai sākam vērtēt dzīvi pēc principa - ja esi kristietis, tev visam jāveicas labi, viegli un bez problēmām. Būtu maldinoši teikt, ka kristiešiem nav ciešanu, un ka Dievs atrisina it visu uzreiz. Tad pilnīgi pamatoti kādam var sākt likties: ja man ir grūtības, pat neveiksmes, laikam kaut kas ar mani nav kārtībā...

Mums atklāti jāatzīst: jā, esmu satriekts, un es nezinu, kāpēc tas notiek. Nesteigsimies ar saviem izskaidrojumiem. Kristus ir teicis, ka šajā pasaulē mums būs jācieš, un vienīgais, ko mēs varam darīt – mēģināt palīdzēt tiem, kas cieš.

Dievs ir kopā ar mums ciešanās, jo Viņš pats ir cietis par visiem visvairāk.

Redaktore

Izdevējs:

LBDS (Latvijas Baptistu draudžu savienības)
SKA (Sieviešu kalpošanas apvienība)
E-pasts: tabita.mm@inbox.lv

Redkolēģija:

Solvita Zivere, Līvija Godiņa, Lidija Saulīte,
Sarmīte Biķe, Tabita Runce (redaktore)
Maketētājs: Raitis Lasmanis
Vāka foto: Tabita Runce

SIRSNĪGI SVEICAM JUBILEJĀS!

Sieviešu kalpošanas vadītājas:

Liliju Grigu 15. martā – 50 (Viesītes draudzē)

Modru Rači 24. martā – 55 (Sakas draudzē)

Ināru Anševicu 16. aprīlī – 60 (Pitraga draudzē)

Rasmu Dakteri 27. maijā – 70 (Ezeres draudzē)

Tamāru Aleksējevu – 29. maijā - 45 (Rīgas Jaunā Ev. draudzē)

Un SKA padomes māsas:

Zandu Lūsi 29. martā – 55 (Jēkabpils draudzē)

Zentu Svaru 18. maijā – 55 (Priekules draudzē)



PASĀKUMI:

Labo darbu diena 24. maijā, Ventspilī

Labdarības pasākums īpašo bērnu vasaras nometnes atbalstam. Savus rokdarbus un citus ziedojumus sūtiet uz SKA biroju Rīgā, Lāčplēša ielā 37 vai uz Ventspili (informācija: Laura 26380772)

Nometne Cerību planēta 2014. 25. - 30. jūnijā, Pelčos

Ar īpašajiem bērniem un jauniešiem

SKA Vasaras nometne 25. - 27. jūlijā, Siguldas „Laureņčos”

Pieteikties pa SKA telefonu vai e-pastu (skatīt zemāk)

SKA birojs Rīgā
Lāčplēša ielā 37, Rīga, LV-1011
Atvērts trešdienās 10:00 – 17:00
Tel.: 67227195
E-pasts: marta.kalpo@lbds.lv

SKA vadītāja Solvita Zivere
Mob.: 27757340
E-pasts: solvita_ska@inbox.lv
Lai personīgi tiktos ar SKA vadītāju,
lūdzam iepriekš sazināties!

Ziedojumus
Sieviešu kalpošanas apvienībai
varat pārskaitīt uz bankas kontu:
Latvijas Baptistu draudžu savienība
Banka: A/S SWEDBANK
Reģistrācijas nr.: 90000085765
Konts: LV78HABA0551025781989
Ar norādi:
Sieviešu kalpošanas apvienībai

ARĪ DIEVS TUR BIJA

Mazajai Mētrai toreiz bija tikai 8 gadiņi, bet atmiņu par šo laiku tik daudz sakrājies. Šodien viņa mums mazliet paver aizkaru uz pagātņi un saka: „Sibīrija – zeme, kuru apguvušas jau daudzas izsūtīto paaudzes pirms mums. Nu bija pienākusi arī mūsu kārtā. Mūsu ģimene kopā ar daudziem simtiem citu cilvēku tika deportēta uz Sibīriju.” Tas notika pirms 65 gadiem.

Lūdzu, pastāsti tuvāk par savu ģimeni.

Bijām parasta latviešu ģimene: tēvs - Celmiņš Jānis, māte - Paulīne, bērni: Jānis (14 g.), Laimonis (12 g.), es - Mētra (8 g.) un tēva māte Helēna (67 g.). Dzīvojām Balvu pagasta Ozolsalā. Mūsu māju kara laikā nodedzināja. Zem mājas bija tēva darbnīca, kura nebija uguns skarta, tajā dzīvojām. Februārī arestēja manu tēvu un notiesāja uz 10 gadiem un vēl uz 5 gadiem bez tiesībām atgriezties Latvijā. Viņš izcieta sodu Taišetās lēģerī Irkutskas apgabalā un mira tur 1960. gadā.

Kā 1949. gada 25. marts izmainīja jūsu dzīvi?

25. martā agri no rīta mūsu mājas pagalmā iebrauca vairāki zirgu pajūgi. Dažu stundu laikā mums bija jābūt gataviem doties prom ar visām mantām. Pēcpusdienā jau piebraucām pie gara ešelona Balvu stacijā. Vagonā gar sienām bija divstāvu lāvas, vidū



Mētra Celmiņa Rīgas Pestīšanas Tempļa draudzē vada Sieviešu Lūgšanu pulciņu

čuguna krāsniņa, divi aizrestoti lodziņi un pie sienas, pretim durvīm, spainis (tualetes). Pagāja kādas dienas, līdz vagoni tika piepildīti, platās durvis aizvērtas un no ārpuses aizbultētas. Kad ešelons ar šo neparasto kravu sāka braukt, vagonā atskanēja kāda balss, un pēc mirkļa jau viss vagonš dziedāja. Ar dziesmām cilvēki atvadījās no Dzimtenes. Daži raudāja. Vecmāmiņa lūdza. Neviens nezināja, kur būs galapunkts šim briesmīgajam ceļojumam.

Vai sastopoties ar tik neizsakāmi lielām un nepārvarāmām grūtībām, nepacēlās jautājums: Kur tad bija Dievs?

Kad Latvija atkal kļuva brīva, un es piedzīvoju jaunpiedzimšanu Kristū, man gribējās jautāt Dievam: Kur Tu biji, kad mums atņēma tēvu un mūs veda prom no Dzimtenes? Bet es nejautāju. Gribēju Viņu vairāk iepazīt un saprast. Pēc vairākiem gadiem, pāršķirstot savas atmiņas,

patiesi sapratu, ka Dievs bija tur ar mums piesmakušajā vagonā, pie manas slimības gultas un visās mūsu sāpēs. To izpratusi, no sirds Viņam pateicos. Visiem, kurus uzskatīju par vainīgiem, piedevu un atmiņas dziļi noglabāju. Bet šodien vēlreiz nedaudz pieskaršos tām, jo no ģimenes esmu palikusi vienīgā, kas var kaut nedaudz atklāt arī mūsu ģimenes traģēdiju.

Kur un kāda bija jūsu ceļojuma galastacija – jaunā mītnes vieta?

Mūs aizveda uz ļoti nabadzīgu kolhozu Omskas apgabala dienvidos, Tara-sovkas ciemu, kur nebija ne skolas, ne veikala, arī aka bija tikai viena. Mūs salika kopā vienā mazā istabā četras ģimenes. Istabā bija viena dzelzs gulta, gar sienu plata koka lāva un stūri plīts. Kurinājām ar salmiem.

Tad nāca pirmais trimdas pavasaris, kad nokusa biezā sniega kāрта, sazaļoja stepe, tikai gluda stepe un nekur neviena kociņa. Es vēl nezināju, ka nāks mokoši karsta vasara un nevienas koka ēnas, arī ūdens tikai vienīgajā ciema akā.

Kā sagādājāt sev dienišķo iztiku un kādi bija jūsu ikdienas darbi?

Mamma un brāļi strādāja kolhozā. Zemi apstrādāja ar vēšiem. Pie šī smagā darba bija pielikti abi mani brāļi. Strādāja līdz vēlam vakaram. Vienā rītā pārgurušo jaunāko brāli nekā nevarēja uzmodināt. Pārskaities ieskrēja brigadieris un sāka spārdīt viņu ar kājām (brāļi gulēja uz klona grīdas) un kļiedza: "Nauču vas, fašistov, rabotaķ!" (Iemācīšu jūs,

fašistus, strādāt!) Mamma neizturēja, pieskrēja un izgrūda brigadierī ārā no istabas. Mēs ļoti nobijāmies, domājām, ka izsauks miliciju. Bet neizsauca. Brāļiem un mammai deva pusdienās nedaudz maizes un kādu šķidru viru, ko brālītis nepanesa. Mums ar vecmāmiņu neko nedeava. Mūsu drosmīgā mamma gāja pie kolhoza priekšnieka, lai izcīnītu maizi arī mums. Vienīgais iespaidīgais ierocis bijis – līdzī paņemtā mēslu dakša un dažī vārdi krieviski: *хлеб, мама, дочка* (maize, māte, meitiņa). Kā nu tur bija vai nebija, bet pēc dažām dienām arī mums sāka izsniegt nedaudz maizes. Mēs lasījām kolhoza laukos pagājušā gada iepuvušos kartupeļus un kurināmo ziemei, visu, kas vien varēja degt un dot siltumu. Vasarā karstums bija nepanesams. Pēc sausās un ļoti karstās vasaras nāca bada ziema, jo bez lietus nekas nebija izaudzis.

Pastāsti par savu skolas laiku, valodas apguvi un kādēļ bija jāaizmirst par skolu?

Es sāku iet skolā, tā bija citā ciemā, bet biju apņēmības pilna mācīties, jo valodu vasarā biju apguvusi. Vēlāk izrādījās - vietējo dialektu, tādu ukraiņu + krievu + vietējo žargonu. Ātri ar to tiku galā, bet jau nākamā nelaime klauvēja pie durvīm.

Vienā rudens vakarā vecmāmiņa pagalmā pakrita, es ļoti nobijos. Man sākās panika, nevarēju paelpot un zaudēju samaņu. Ar vecmāmiņu viss bija kārtībā, bet es esot nedēļu nogulējusi bezsamaņā ar augstu

temperatūru. Tuvākais feldšeru punkts 15 km, transporta nekāda. Cilvēki lūguši un gaidījuši, bet ar katru dienu situācija kļuvusi arvien bezcerīgāka. Dievs tā nedomāja, pie Viņa ir cerība. Viņš mani piecēla, gan ļoti vārgu, bet dzīvu. Sākās gausa atveseļošanās. Par skolu bija jāaizmirst.

Mūs visus mocīja bads un utis, pat nezīnu, kas bija ļaunāks. Pēc jaunā gada atveda uz kolhozu makuhu – dzeltenu sausu masu bez smaržas un garšas. Vairākus mēnešus ēdām tikai to. Nepārtraukti gribējās ēst.

Jūs, latvieši, turējāties kopā. Pastāsti, ko darījāt sestdienas vakaros, sanākdami kopā?

Šī bija ļoti smaga ziema. Bet sestdienas vakaros pie mums pulcējās latvieši. Viena sieviete spēlēja vijoli un visi dziedāja. Baznīcas dziesmas mijās ar pašsacerētām un tautas dziesmām. Es neatceros, ka būtu kādreiz tik daudz dziedāts, kā tajā vissmagākajā trimdas ziemā. Varbūt tā vieglāk bija panest badu un pazemojumus. Šajā ziemā klusi mūžībā aizgāja divas māmuļas no mūsu istabas.



Apmeklējot tēvu Sibīrijā kopā ar brāli

Kā Tu piedzīvoji Dieva palīdzību?

Lai cik smaga nebūtu bijusi ziema, atkal nāca pavasaris un zaļoja stepe, bet es jau zināju, ka pēc mēneša viss mainīsies, ja nebūs lietus. Cilvēki lūdza pēc lietus. Krievu sievietes ar svētbildēm gāja stepē lūgt. Bet mani gaidīja jauns pārbaudījums. Mums pagalmā bija dziļa bedre, kur bēra atkritumus un pelnus. Dažreiz tur gruzdēja, bet tai dienā nekas tur nenotika. Vakarpusē mēs spēlējām pagalmā bumbu un tā iekrita bedrē. Bumba bija mūsu dārgums, paštaisīta, savelta no govju spalvām. Es metos bedrē to glābt un līdz potītēm iegrimu karstajos pelnos, pakustoties grimu dziļāk. Es kliecēju, bērni no bailēm aizmuka, tikai viens zēns centās padot man koku. Dievs bija pakārtojies, ka tai brīdī no darba nāca mans vecākais brālis un izvilka mani. Nekad viņš nebija nācis tik agri no darba. Man bija sarkanās kājas un no potītēm nokarājas āda. Paspērusi dažus soļus, saļimu no sāpēm. Tik ļoti sāpīga un garlaicīga bija šī karstā vasara, nekur nekādas ēnas. Ilgi un lēni dzija apdegumi. Vecmāmiņa vēlāk teica, ka es vispār tur varēju sadegt, ja mani nebūtu sargājis Dievs. Viņa bija ar mani manās ciešanās, es ļoti mīlēju viņu. Mēs saucām viņu par Miļomammu.

Pastāsti par izlūgtā lietus svētību un Ziemassvētkiem Sibīrijā!

Pagāja vasara un uzlija arī izlūgtais lietus. Rudenī uzelpojām jau nedaudz vieglāk. Par nostrādātām darba dienām mamma un brāļi saņēma

graudus, miltus, saulespuķu sēkliņas un pat nedaudz cukura. Tas jau bija kaut kas! Es atsāku skolas gaitas. Ziemassvētkus skolā nepieminēja. Sanāca latvieši mūsu istabiņā un klusi nosvinējām tos ar dziesmām, lūgšanām, un pat gardi plācenīši bija. Skolā Jaungadā gaidījām eglīti, bet bija bērzs, izrotāts ar krāsotiem papīrišiem, vienalga priecājāmies.

Bet priekšā mūs atkal gaidīja lielas skumjas.

Skolas gads tuvojas beigām. Man labi padevās mācības. Gāju no skolas priecīga. Atkal zaļoja stepe, un nebija vēl iestājies lielais karstums. Nenojautu, ka drīz mans prieks pārvērtīsies skumjās. Iegājusi istabā, ieraudzīju savu Miļomammu guļam gultā, smagi elpojam, un blakām uz šņores uzmetu viņas „mirstamo kārtu” – tā bija melna vilnas kleita un zīda lakatiņš. Kad visas no Latvijas lidzi paņemtās drēbes apmainījām pret produktiem, Miļāmamma nolika šo apģērbu un neaiztika. Ieraugot viņu dienas laikā gultā, es sapratu, ka nav labi, bet negribēju ticēt un lūdzu, lai nemirst. Nākamajā dienā steidzos mājās ar lielu cerību, ka viss būs labi, bet atradu Miļomammu jau ietērptu „mirstamā kārtā” priekšnamā uz platā sola. Tur es gulšņāju iepriekšējā vasarā, auklējot savas apdegušās kājas, un viņa tik bieži sēdēja pie manis, tur mēs runājām par Latviju, par baznīcu, kur kalpoja vectēvs. Tagad es apsēdos pie Miļāsmammās, glāstīju viņas aukstos vaigus, stāstīju par skolu, par to, ka man bez viņas būs ļoti bēdīgi, solījos darīt visus tos

darbiņus, ko darījām kopā. Nolasīju utis no viņas pieres, sakārtoju matus. Es sajutos tik pieaugusi un atbildīga par Miļomammu, negribēju viņu priekšnamā atstāt vienu. Otrā dienā piebrauca kāds vīrs ar vērsi, iejūgtu ragavās, ielika Miļomammu kastē, kas nedaudz atgādināja zārku un aizveda uz kapsētu. Man nebija asaru, bet tikai lielas skumjas, kas mani smacēja nost. Vēlāk priekšnamā ļāvu asarām vaļu. Tur beidzās mana bērnība. Tomēr arī šajās skumjās ar mani bija Dievs, izveda tām cauri un deva mieru, lai spētu dzīvot tālāk.

Kāds bija Tavs nākamais dzīves posms?

Sākās jauns posms mūsu ģimenes dzīvē, tagad jau bez vecmāmiņas. Priekšā man bija vēl 12 gadi Sibīrijā. Brauciens tēva meklējumos uz Irkutskas apgabalu 15 gadu vecumā. Tur arī man lidzi Dievs sūtīja savus eņģeļus, lai es nepazustu Sibīrijas plašumos, kaut es vēl Viņu nepazinu personīgi. Bet nevaru savādāk izskaidrot tos atgadījumus, kuros tiku pasargāta. Dievs deva iespēju satikties ar tēvu Sibīrijā pirms viņa aiziešanas Mūžībā, 53 gadu vecumā, tieši tajā laikā, kad jau drikstēja atgriezties Latvijā.

Mani nākamie gadi, kad pabeidzu vidusskolu prom no mājām, pirmie neklātienes studiju gadi un darbs skolā, kad varēju nopirkt savu pirmo ziemas mēteli, un atgriešanās Dzimtenē, kad mana ģimene vēl palika Sibīrijā – tas jau ir cits stāsts.

**Dievs savus eņģeļus nepārprotami
sūtīja tavā Sibīrijas raibajā ikdienā.
Latvijā atgriežoties, Tu iepazīnie ar
Viņu pašu.**

Esmu pateicīga Debesu Tēvam, ka pēc daudziem gadiem Viņš mani atrada, piedeva to laiku, kad staigāju pasaulīgos ceļus. Pateicos par šo privilēģiju kalpot Viņam, kalpojot cilvēkiem. Pateicos Dievam, ka Viņš mani želoja un deva ģimeni, kad vēl nepazinu Viņu, bet tagad arī mani bērni un mazbērni pazīst To Kungu un kalpo Viņam.

*Sieviešu lūgšanu pulciņu Pestīšanas
Templi dibināja mācītāja Jāņa Šmita
dzīvesbiedre Ruta 1999. gada februārī.*

Viņa vēlējās lūgšanu grupu, kas būtu atvērta ne tikai draudzes māsām, bet plašākam cilvēku lokam. Un tā arī notika: nāca sievietes no dažādām baptistu un luterāņu draudzēm, kā arī sievietes, kas nepiederēja vēl nevienai draudzei. Viņas šeit mācījās par Kristu un Viņa misiju ikviena cilvēka dzīvei. Reizi mēnesī tiek svinēta sadraudzība, kad sveic jubilāres. Tad ir iespēja vairāk pastāstīt par savu dzīvi.

Ruta Šmite bija vadītāja 7 gadus un, kopš viņa ar ģimeni pārcēlās uz dzīvi Kanādā, Mētra uzticīgi un ar lielu mīlestību turpina vadīt lūgšanu grupu nu jau 8 gadus. MM

Interviju sagatavoja Gunta Rožkalne



**Templa draudzes Sieviešu lūgšanu pulciņš. Ruta Šmite un Elaine
Brazil-Bērziņa (no labās); Gunta Rožkalne un Mētra Celmiņa (no kreisās)**

Margrieta Melluma

1904 – 1992

Šī gada janvārī atceramies latviešu baptistu dzejnieces Margrietas Mellumas 110 gadu jubileju

Dzejniece dzimusi Rucavas pusē, bet bērnībā un jaunībā kopā ar vecākiem apmeklējusi Ciānas draudzi Liepājā. Pēc 2. pasaules kara dzīvoja Jelgavā un savas garīgās mājas atrada Jelgavas baptistu draudzē, kur bija iemīļota uzticības persona jauniešiem, kas viņu mīļi saukuši par „Mammīti”.

Jau agri Margrietai patika pierakstīt savas domas un atskārsmes dzejas pantos, bet viņa neuzdrošinājās nevienam tos rādīt. Vingrinājās tulkot un izteikt domu pēc iespējas lakoniski, bez liekiem un nevajadzīgiem vārdiem. Tikai dzīves vēlākos gados dzejniece apkopoja savus dzejas darbus vairākos krājumos, kas padomju laikos iznāca pagrīdes versijā – mašīnrakstā, tātad – ļoti nelielā eksemplāru skaitā. Tas varētu būt iemesls, kādēļ M. Mellumas vārds izskanējis kā nemanot, lai gan dziesmas ar viņas tekstiem skan draudzēs, viņas dzejoļi tikuši komponēti, un dažu labu viņas „pērli” dzejas mīļotāji ierakstījuši savās dzeju kladēs.

Svinot dzejnieces 110. jubileju, nopūtīsim aizmirstības puteklišus un liksim atkal iemirdzēties viņas vārdam un dzejas smalkumam!

DZIEDI, SIRDS!

*Dziedi, sirds, tev visas zvaigznes dzied!
Smaidī, sirds, tev visi ziedi zied!
Gavilē – tev saule starus lej!
Kam tu paēnā pa krēslu ej?*

*Puteklis tu esi, bezgalībā mests,
Dzīves straumes straujo viļņu nests,
Tomēr tevī mājā dzīvais gars,
Apmirdz mīlestības spožais stars.*

*Dziedi, sirds, tev dziedot spārni augs,
Smaidot prieka stari dzirkstot plauks,
Spirdzinošā ziedu smaržā tīs –
Sirds, kaut esi tikai -*

mirdzošs puteklis!

PAR SIRDI

*Par dzīvo sirdi, Tēvs, kas visu jūt,
Kas cieš un ilgojas, un skaidra vēlas būt,
Kas sevī svētas debess jausmas jauš,
Kad grēka spēks tai nāves tiklu auž.*

*Par dzīvo sirdi, Tēvs, kas ciešot sāp un skumst,
Kas liksmā cerībā, kaut prieka zvaigznes tumst,
Kas mīlestībā sevi vaļā ver
Un brāļu ciešanas kā savas sver.*

*Par dzīvo sirdi, Tēvs, kas tuva Mūžībai,
Kas sveša pasaulei, un pasaule ir tai –
Tev pateicos un Tevi pielūdzu,
Jo dzīvo sirdi manī radi Tu!*

*Un lūdzos, Tēvs, lai tiek tā šķīstīta
Un Pestītāja pēdās vadīta,
Lai tad, kad izbeidzies būs dzīves laiks,
Tai redzams top Tavš mīlais Tēva vaigs.*

JĀSADEDZINA

*Ne kara troksni – dziļu klusumu
lai gars un dvēsele mums baudītu,
ir jānorimst no steigas, jāapstājas
un jānoauj uz karu autās kājas!*

*Viss jāsadēdzina,
kas karam gatavots,
lai klusums iestājas
un miers tiek dots.*

NOTIKUMI draudzēs:

TĒJA kopā ar Liliju

Tas notika Adventa laikā. Vērojot aizloga – izskatās pēc rudens, bet tomēr jau jūtama ziemas elpa. Tāpēc arī laikā un vietā ir siltas tējas – labsajūtai un veselībai! Lai labāk izprastu un pilnvērtīgi pielietotu – uz tikšanos Ventspils baptistu draudzē aicinājām bioloģisko tēju audzētāju un farmaceiti Liliju Kalniņu.



Aija ar pašgatavotām tējām

Tā nu pirmās Adventes pēcpusdienā pie mums ieradās Lilija, un kopā pavadījām vērtīgu un jauku pēcpusdienu. Ieguvām jaunas zināšanas un izpratni par zāļu tējām, to vākšanu, žāvēšanu un lietošanu kā ikdienā, tā slimības laikā. Bija daudz jautājumu un interesantas diskusijas. Baudījām laiku sadraudzībā,

dzerot tējas, sarunājoties un iepazīstot viena otru tuvāk. Bija lieliska iespēja iegādāties tējas sev vai kā dāvanīņu gaidāmajos svētkos. Sirsnīgs paldies Lilijai un Aijai Kalniņām par iespēju būt mūsu vidū!

Silta tēja un sarunas... Arī tas ir veids, kā Dievs mūs var lietot un varam kalpot apkārtējiem. Varbūt varam uzaicināt uz tikšanos kādu sen nesatiktu draugu, kaimiņu vai kolēģi. Varbūt ir kāds, ar kuru attiecības nemanot ir atsvešinājušās vai arī esam iekļuvuši tādā kā sprostā: „vajadzētu tikties, bet nav laika”. Tad izmantosim šo kluso laiku, lai apstātos! Uzvarīsim tēju, sasildīsim sirdis un atvērsim kādam savas mājas durvis!

Lāsma Ašme

TIRDZIŅŠ Priekulē

Priekules kultūras namā 30. novembrī notika Priekules baptistu draudzes organizētais labdarības tirdziņš, kurā ikviens varēja atrast sev ko tīkamu, noderīgu un garšīgu. Tirdziņam darinātās lietas: Ziemsvētku kartiņas, rotas, dekoratīvus traukus, vairākas kastes ar āboliem un kafejnīcā piedāvātos gardumus saziedoja draudzes locekļi un draugi. Īpašu piekrišanu guva Adventes vainagi. Darbojās labdarības kafejnīca, kur apmeklētāji Ziemsvētku mūzikas pavadībā varēja iedzert kafiju, parunāties, savukārt jaunā paaudze



Labdarības tirdziņš Priekulē

tikmēr aizrautīgi darbojās bērnu atrakcijās.

Apmeklētājiem iegādājoties mājai noderīgas lietas, ieturoties kafejnīcā un vēl papildus ziedojot, kopumā tika savākti Ls 586,30. Sadarbībā ar sociālo dienestu vairākas mazturīgās daudzbērnu ģimenes Priekules novadā tika iepriecinātas par šiem līdzekļiem Ziemsvētku laikā. Paldies par lielo atsaucību rīkotājiem, atbalstītājiem, ziedotājiem un katram apmeklētājam!

Ceru, ka labdarības tirdziņš Priekulē attīstīsies un kļūs par tradīciju!

Kristīne Jaunzeme

Jaunās rokās

19. janvārī Jelgavas dievnama augšstāvā bija jauks pasākums, kurā

pedalījās arī SKA vadītāja Latvijā-Solvita Zīvere. Jelgavas māsas pateicās savai iepriekšējai vadītājai Birutai Vaitovskai un sveica jauno vadītāju – Lailitu Lukstiņu.

Skatiet krāsainos foto 19. lpp.!

Vai ir „Laiks sievietēm”?

2014. gada 17. janvārī Talsu baptistu baznīcā pulcējās sievietes uz pirmo „Laiks sievietēm” tikšanos. Kā radās šī iecere? Visu iepriekšējo gadu ik pa laikam pavīdēja doma, ka draudzē vajadzētu veidot īpašu sadraudzības laiku jaunajām sievietēm. Tomēr gala rezultātā tika izlemts, ka tikšanās reizes būs atvērtas ikviena vecuma sievietei gan no draudzes, gan ārpus tās. Uz pirmo tikšanos pulcējās

14 sievietes, notika iepazīšanās, vēlmju un vajadzību apzināšana, kādus šos vakarus katra vēlētos redzēt. Anda Šņoriņa dalījās pārdomās par Bībeles rakstu vietu no 139. Psalmā, kā arī tika līdzdalītas aizlūgšanu vajadzības. Turpmāk ceram tikties reizi mēnesī piektdienu vakaros. Esam iecerējušas kopā pārrunāt dažādas sievietēm aktuālas tēmas Dieva Vārda gaismā, dalīties personīgajos piedzīvojumos kopā ar Dievu, aizlūgt vienai par otru, kā arī tikties ar dažādiem pieredzes bagātiem cilvēkiem.

Sakām lielu paldies Ventspils baptistu draudzes „Māmiņu grupas” organizatorēm, kas iepriekšējā gada nogalē atbrauca pie mums ciemos, lai dalītos savā pieredzē. Lai ar Dieva svētību mums izdodas!

Kristīne Vecbērza,
„Laiks sievietēm” koordinatore

*Skatiet krāsaino foto uz žurnāla
aizmugurējā vāka!*

Kalposim ar prieku!

Esmu pateicīga Dievam par laiku, ko drikstēju būt Sieviešu kalpošanas vadītāja Mērsraga baptistu draudzē. Kopā esam piedzīvojušas daudz siltu mirkļu. Nesen mans vīrs uzsāka kalpošanu Inčukalna baptistu draudzē, un es mudināju māsas lūkot sev jaunu vadītāju.

Dievs ir brīnišķīgs un 2013. gada nogalē Mērsraga draudzes mācītājs varēja aizlūgt par jauno SK vadītāju - Inesi Lasenbergu, ko māsas pašas izraudzījās ar pārliecinošu vairākumu.

Lai Dievs svētī Sieviešu kalpošanu Mērsraga draudzē arī turpmāk! *mm*
Agnese Pallo



**Mērsraga draudzes Sieviešu kalpošanas jaunā vadītāja
Inese Lasenberga 2. rindā, 4. no labās**

Pārlapojot draudzes reģistru grāmatu...

ASTRĪDA VĒRPĒJA

1935 – 2013

Ir vakars. Paņemu draudzes locekļu reģistra grāmatu, tur atrodu ierakstu - Astrīda Vērpēja, dzimusi 1935. gada 27. martā, kristīta 1954. gadā, Ventspilī. Īsi un konkrēti, bet vai tikai tas ... ?

Atceros Astrīdu kā ļoti sirsnīgu un gādīgu māsu. Gandrīz 60 gadus ar Kristu un uzticīga Kristum. Lielu savu kristīgās dzīves daļu pavadījusi mazajā Valdemārpils - Ārlavas (Cīruļu) baptistu draudzē.

Ilgus gadus vadīja māsu pulciņu, un tas bija ļoti īpašs laiks. Kā tagad atceros, ka katru gadu februārī svinējām māsu pulciņa dzimšanas dienu. Te nu pierādījās Astrīdas lielā izdoma. Tie bija tematiski pasākumi, piemēram, ziepju diena - ieejas „biļete” ziepju gabaliņš, tēma: Mums jābūt baltiem kā sniegs. Vai arī citu gadu - sāls trauciņi, un tēma, protams: Mēs esam zemes sāls, utt.

Ar lielu pacietību Astrīda uzņēmās arī svētdienscholas skolotājas pienākumus. Nometnēs varējām būt droši, jo kā mediķei viņai bija vienmēr līdzī pirmās palīdzības komplekts.

Vienmēr pirmā atsaucās piedalīties talkās.

Ar savu skanīgo balsi neiztrūkstoši kora rindās, un, protams, Astrīdas lielā mīlestība bija - dzeja.

Bet man visvairāk paliks atmiņā viņas attiecības ar vīru, tās redzot, es daudz mācījos, kādai jābūt kristīgai sievietei, vienmēr viņai atradās labs vārds vai padoms. Tā bija liela svētība būt līdzās tādām cilvēkiem. *MM*

Gita Vadone



**Astrīda Vērpēja
lasa dzeju
Cīruļu draudzes korī**

VENTSPILS – PELČI

ATIET NO 1. PERONA

Tabita Runce,
redaktore

18. janvārī Ventspilī notika pasākums „Aicinājums” - pirmā tikšanās jauneklīgai sabiedrībai, kas iesaistīta Pelču nometnes organizēšanā bērniem ar īpašām vajadzībām.

„Tomēr nebūtu īsti pareizi tā saukt šos bērnus,” sacīja Ernests no Ventspils baptistu draudzes jauniešu kustības „Īstā frekvence”.

„Tie bērni ir tādi paši kā mēs, tikai viņiem ir citas iespējas. Labāk būtu teikt – *bērni ar citām iespējām*. Un mēs ar savām Dieva dotajām spējām varam viņiem palīdzēt. Un nav vēl zināms, kurš kuram vairāk palīdz. Arī viņi mums sniedz ļoti daudz!”

Tālāk Ernests stāstīja, kā Ventspils draudzes jaunieši gatavojas nometnei Pelčos. Savos tikšanās vakaros viņi studē Bībeli, lūdz Dievu, lai Dievs varētu viņus lietot. „Lai mēs būtu garīgi gatavi – jo šis darbs ir grūts gan garīgi, gan emocionāli, gan fiziski,” - tā Ernests.

„Šo varētu nosaukt par Pelču jauniešu konferenci,” sacīja nometnes vadītāja Elita Lapiņa, kas nu jau sesto gadu SKA ietvaros organizē nometni īpašajiem bērniem. Uz šo pasākumu šodien kopā aicināti daudzi iesaistītie: Nometņu programmas „Taurētājs” brīvprātīgie jaunieši (skolēni, studenti, jaunsargi), kuri jau pagājušā



**Pelču nometnes vadītāja
Elita Lapiņa**

gadā veiksmīgi iekļāvās darbinieku un kalpotāju rindās, tāpat jaunieši no dažādām baptistu draudzēm, kas visus iepriekšējos gadus strādājuši, un daudzi pat „izauguši” nometnēs. Elita stāstīja par kādu pāri, kas satikušies un iepazinušies Pelču nometnē, un nesen laimīgi precējušies! Konferencē piedalījās arī mācītāji Mārcis Zīverts no Priekules draudzes un Pēteris Ter-vits no Ventspils draudzes.

Pasākuma pirmo daļu vadīja Emīls, kurš ātri spēja visus savstarpēji iepazīstināt un atraisīt. Mārtiņš no Ventspils *Prieka Vēsts* draudzes nodziedāja pāris skanīgas dziesmas un izteica savas domas par Aicinājumu:

„Tas var būt plašs jēdziens par tavas dzīves jēgu, bet var būt arī konkrēti – kur iesaistīties, kā izmantot savas spējas, savu laiku. Piedalīties nometnē Pelčos – tas ir cēls aicinājums. Ja jūtam, ka varam to izdarīt, tad jālaižas tajā iekšā. Nepalaid garām iespējas – citādi var visu dzīvi palaist garām!” – tā Mārtiņš.

Uz jautājumu: „Kas tev patika īpašo bērnu nometnē?” jauniešu atbildes bija atšķirīgas, bet zināmā veidā arī līdzīgas:

Sindija: Palīdzēt!

Latis: Viss! Atmosfēra. Kopība.

Rihards: Pieredze. Prieks.

Marija: Ka bērni bija priecīgi, un ka varējām viņiem palīdzēt kaut ko paveikt savām rokām. Arī, ka bērni varēja tikt ārā, pastaigās, ko daudzi nevar ikdienā.

Mārtiņš: Ka bērni izstaro prieku. Tad arī pašam prieks.

Paula: Pārdzīvojums redzēt visus tos bērnus. Var dabūt lielāku prieku atpakaļ, kā dodam viņiem.

Latis: Mārtiņš (jaunsargu seržants Irbe) uz pleciem uznesa Juri (puisi, kas sēž ratiņkrēslā) Ēdoles pils tornī pašā augšā, un viņš ieraudzīja visu plašo apkārtni no torņa. Tas bija SUPER!

Ar nedalītu uzmanību jaunieši ieklausījās mācītāja Mārča Ziverta stāstījumā par jaunības laikiem, par to, kā Dievs viņu atradis Engures jūrskolas ballītē un izglābis no nenovēršama posta un sabrukuma.



**„Jēzus nav nācis pasauli tiesāt, bet glābt,”
tas joprojām ir mans
moto visai dzīvei,” –
tā Mārcis Ziverts.**

„Mani izglāba tas, ka ticīgie mani nenosodīja, bet pieņēma tādu, kāds es biju,” sacīja Mārcis. „Tāpēc jau Jēzus nomira, ka mēs paši nespējam sevi labot,” viņam jaunībā sacījis mācītājs.

Ventspils draudzes mācītājs Pēteris Tervits aicināja domāt par: Piedāvājumu, Izaicinājumu un Aicinājumu. Kopīgos jautājumos un atbildēs jaunieši nonāca pie secinājuma, ka piedāvājums mūsdienu pasaulē ir plašs, bet izvēli nosaka ieguvums, mans labums, ko es par to gūšu pretī. Izaicinājums liek domāt – vai es to spēšu, vai tas mani

pacels augstākā līmenī? Bet, ja ir Aicinājums – tad es vairs nedomāju par savu labumu vai līmeņiem – es to daru, jo nevaru nedarīt! „Es novēlu, lai piedalīšanās Pelču nometnē jums nebūtu nejaušība, lai jūs tur nebrauktu aiz neko darīt, bet lai tas jums ir Aicinājums! Un tur, kur ir atsaukšanās Aicinājumam, tur vienmēr arī pievienotā vērtība ir daudz!” – tā mācītājs Pēteris.



Pēteris Tervits: „Dievs tevi pieņem tādu, kāds tu esi, jā! Bet nav vērts pie Dieva vilkties, ja tu paliec tāds pats, kāds esi!”

Laura Lapiņa informēja, ka nākamais pasākums, kam jāgatavojas, ir „**Labo darbu diena**” 24. maijā **Ventspilī**. Tā ir diena, kad īpašā veidā tiek vākti ziedojumi, lai *bērni ar citām iespējām* varētu tikt un piedalīties šajā nometnē. Vienam bērnam iepriekšējā gadā nometne izmaksāja 80 latus – tā ir gan telpu īre īpaši piemērotajā Pelču skolā, gan ēdienreizes, kur rūpīgi jāsapagatavo īpašas maltītes daudziem bērniem, kas nevar ēst to pašu, ko citi. Visi nometnes izdevumi ir jāsameklē mums pašiem, jo tos nesedz ne valsts, ne ziedojumi televīzijā reklamētajām nometnēm. Jauniešiem jau ir pieredze no pagājušā gada Labo darbu dienas, kad ar izdomu un daudziem labiem piedāvājumiem aicina atsaukties ziedotājus. Mēs katrs varam atsaukties, piedalīties, palīdzēt, atbalstīt, lūgt par to!

Arī ikviens „Marijas un Martas” lasītājs ir aicināts piedalīties Labo darbu dienā ar savu klātbūtni vai saviem izstrādājumiem, rokdarbiem un jebkādiem citiem ziedojumiem!

(Vairāk informācijas 4. lpp., kā arī pie savu draudžu Sieviešu kalpošanas vadītājām)

Dienas otrajā pusē jaunieši sadalījās komandās un rakstīja uz papīra savus izvērtējumus par iepriekšējo nometni, kā arī sastādīja konkrētus plānus un ieteikumus šī gada nometnei Pelčos – bērniem ar citām iespējām.

Sirds darba vilciens Ventspils – Pelči uzņem pasažierus. Aicinām iekāpt! Tas jūs gaida uz pirmā perona!

Skatiet krāsainos foto žurnāla vidējā atvērumā! Mm

Sieviešu kalpošanas vadītāju maiņa Jelgavā 19. janvārī



Iepriekšējā Jelgavas vadītāja Biruta Vaitovska, SKA vadītāja Latvijā Solvīta Zīvere un Jelgavas jaunā vadītāja Lailita Lukstiņa (5., 6., 7. - pirmā rindā no kreisās)



Ernestis un Latis

Pelču nometnes darbinieku tikšanās Ventspilī 31. janvārī



Emīls v





Laura Lapina stāsta par
Labo darbu dienu



Jaunieši lasa žurnālu
"Marija un Marta"



ada pasākumu



Dzintars Pauzers
un Mārcis Ziverts





Mazā Adele

**Lauras Lapīnas
rakstu lasiet
23. lpp.**

**Edgars un Laura Lapīni
ar meitām**



LAURLAPIŅA PIEDOD GĀRŠU

Laura Lapina,
Ventspils draudze

Gribu ar sevi iepazīstināt, mani sauc Laura Lapina. Ja saliksi kopā manu vārdu un uzvārdu - sanāks *laurlapina*. Tad nu arī saku, ka gribu dzīvē būt kā garšviela.

Esmu īsta Ventspilniece, jo te piedzimu un tagad dzīvoju. Baudu to, ka esmu Dieva mīlestības lutināta, man ir brīnišķīgs vīrs Edgars un divas burvīgas meitiņas - Adele (8 gadi) un Henriete (4,5 gadi). Uzaugu kristīgā ģimenē un līdz ar to arī baznīcā, mans paps un opaps bija mācītāji. Vienmēr apkārt ir bijuši mīļi un kristīgi radi. To, ka Dievs man ir blakus, apzinājos, taču nekad līdz galam to nebiju sapratusi, līdz dienai, kad sagriezās viss manā dzīvē. Man vienmēr bija lietics - ja nedzirdo balsi, neredzu zīmes un nepiedzīvoju redzamus brīnumus no Dieva, tad ar mani nekas nenotiek. Taču to, ka Dievs dod mieru, mīlestību un klātesamību - to izjutu savas dzīves lielākajos pārdzīvojumos. Dievs ir, un Viņš ir dzīvs Dievs!

Pirms astoņiem gadiem ar vīru savā ģimenē sagaidījām meitiņu Adeli. Mēs kā jaunie vecāki bijām ļoti laimīgi. Gāja laiks un meitiņa auga, arī mana pārlicība, ka es māku vislabāk rūpēties par viņu. Man nepatika nevienam viņu atstāt. Līdz vienu dienu man nācās iemācīties, ka es nevaru viņu pasargāt no visa, ka man ir jāuztic savs bērns Kādam, kas par mani ir lielāks. Man esot kopā ar

Adeli mājās, viņa applaucējās. Karsts ūdens skāra daļu Adeles vaidziņa, zodu un visu pazodi, labās krūts pusi un praktiski visu labo rociņu. Tas notika dažas dienas pirms viņas pirmās dzimšanas dienas. Applaucējumi bija tik lieli, ka mūs aizveda uz Ventspils slimnīcu, taču bija nepieciešama tūlītēja pārvešana uz Rīgas Bērnu kliniku. Tas man bija traks laiks: pārdzīvojumi, pašpārmetumi un bailes, kas būs ar meitiņu. Rīgas slimnīcā bija jāpavada vairāki mēneši. Adelei vajadzēja pārstādīt ādu uz rokas un zem zoda, radās sarežģījumi, un mūsu ārstēšanās ieilga. Šajā laikā, kad biju viena mūsu istabiņā, daudz lūdzot un lasot Bībeli, sajutu sev blakus Dievu. Mani bija iestājies miers un pašārvība, ka viss būs labi. Ik pa laikam atcerējos Dieva apsolījumu, ka Viņš man neuzliek vairāk, cik varu panest. Tas deva spēku, jo zināju, ka izturēšu.

Mums ļāva braukt mājās. Tas bija atvieglojums! Bet reizē iestājās arī pagurums un attālināšanās no Dieva. Man bija sāpīgi apzināties, ka esmu vainīga pie notikušā. Tas bija nonācis tik tālu, ka vīram reiz teicu: „Gribu iet prom no draudzes, jo man nepatīk mācītājs, kā viņš vada dievkalpojumu, un es neko vairs nedarišu draudzē ķeksīša pēc.” Sāku domāt, ka Dievs mani pārmāca caur manu bērnu. Kāpēc Viņš liek ciest šai nevainīgajai

meitenītei? Ilgu laiku savā sirdī ļāvu
augt dusmām un neapmierinātībai,
līdz vienu dienu sapratu, ka problēma
ir manī un man ar to jātiek galā.
Lūdzu Dievam piedošanu un spēku.
Atradu dievnamā vietu, no kuras
nevarēju redzēt mācītāju, bet klausījos
viņa sprediķus. Cik tie bija labi priekš
manis!!!

Gāja laiks. Bet laiks nedziedēja manu
sirdsapziņu. Nevarēju sev piedot, ka
esot blakus meitiņai, neesmu varējusi
viņu pasargāt no ciešanām. Man bija
vajadzīga piedošana. Pati to nevarēju
izdarīt. Lūdzu, lai Dievs mani atbrīvo
no vainas sajūtas un tam bija vajadzīgs
ļoti daudz laika.

Kad Adelei palika trīs gadi, mūsu
ģimenē piedzima vēl viena meitiņa
Henriete. Ar otrā bērna ienākšanu
līdzī atnāca nākamie pārbaudījumi.
Jau esot stāvoklī, man ik pa laikam
sāpēja locītavas un to visu norakstīja
uz grūtniecību. Bet tas bija manas
slimības sākums. Aptuveni mēnesi
pēc Henrietes piedzimšanas man
neizsakāmi stipri sāka sāpēt locītavas,
sāpes bija tik stipras, ka nevarēju ne
paiet, ne ko rokās paņemt, ne attaisīt
smēres tūbiņas vāciņu. Izmisums! Tā
tas turpinājās mēnesi, līdz uzzināju
savas slimības diagnozi. Man ir reima-
tiskais artrīts. Man vajadzēja uzsākt
ārstēšanos, bija jālieto medikamenti,
un daudz. Ārsts aizliedza nest jebko,
kas smagāks par 3 kg. Bet man ir
mazs zīdāinis, kas sver vairāk! Man
ir 3 gadus veca meitiņa, kurai esmu
vajadzīga. Man nav laika slimot!
Dievs - kas vēl????

Braucot no ārsta vizītes, Edgaram
teicu: „Ko tu darīsi ar sievu kropli un
diviem maziem bērniem?” Viņš mani
mierināja, sakot, ka nevajag domāt
par sliktāko scenāriju, bet jāuzticas
Dievam. Tā pagāja pirmais gads.
Veicot regulāri analīzes un kādā no
vizītēm tās izskatot, ārsts paskatījās
uz mani un teica: „Tā nemēdz notikt!”
Analīzes ar katru reizi kļuva arvien
labākas, līdz man sāka samazināt zāļu
devas, un drīz pārstāju dzert vairākas
no tām. Dieva brīnumi notika manā
dzīvē! Man kļuva labāk! Iemācījos
pielāgoties savam organismam, taču
neļāvu tam slinkot. Cilāju bērnus,
braucu ar riteni un daru daudz ko
tādu, kas man ir liegts. Esmu Dievam
bezgala pateicīga, ka Viņš man uzliek
tikai tik, cik varu izturēt. Katru dienu
apziņos, ka man ir dots laiks, kuru
gribu lietderīgi izmantot Dieva dar-
bam un savai ģimenei.

Uzticoties Dieva vadībai, daudz
mācos. Mācos no piedzīvotā. Ļaujot
sevi pilnveidot, lūdzu, lai Dievs
mani lieto. Vai tas ir mans ikdienas
darbs, kalpošana kādā draudzes
nozārē vai kas jauns. Šī lūgšana, lai
Dievs paplašina manas robežas, tika
lūgta vairākus gadus. Līdz mana
draudzene ierosināja veidot māmiņu
vakarus mūsu draudzē. Vēlējāmieš
sanākt kopā, lai mazliet izrautos no
mājas soļa, lai pabūtu kopā sarunās
un atbalstītu viena otru. Mums
visām bija mazi bērni pirmskolas
vecumā. Šie vakari bija ļoti jauki,
studējām grāmatu „Sievass lūgšanas
spēks”, veidojām tikšanās vakarus ar
viešņām, gatavojām skaistumlietiņas,

lūdzām viena par otru. Bet ar laiku sapratām, ka mums jāpaplašinās un jānojauc norobežojumi. Dievs to izdarīja! Mums piedāvāja veidot akciju „Māmiņa - māmiņai”. Mūs uzaicināja ciešot pie māmiņām uz nometni Pelčos, kur piedalās bērni ar īpašām vajadzībām. Tā nu mūsu draudzes māmiņas gatavoja dāvaniņas, ko vest līdzī. Aizbraucot uz nometni un iepazīstot šos bērnus un viņu vecākus, mūsu redzesloks paplašinājās. Ar katru gadu arvien vairāk un vairāk mēs sadraudzējamies. Dievs mūs vadīja uz kaut ko jaunu. Mēs, Ventspils māmiņas, saņēmām lūgumu no nometnes organizatores palīdzēt savākt naudu šīs nometnes organizēšanai. Sacīts - darīts! Laika nebija daudz, tāpēc visu uzticot mūsu Debesu Tēvam, sākām domāt un plānot tirdziņu pēc mūsu iespējām un saprašanas. Taču Dievam bija lielāks plāns. Ja godīgi, tad mēs knapi tikām līdzī visam tam, kas notika. Tirdziņš pārtapa par „Labo darbu dienu” visas dienas garumā. Cilvēkus, uzņēmējus, kaimiņu draudzes un mūsu draudzes ļaudis, ko uzrunājām - visi bija tik atsaucīgi, ka dažu brīdī bija grūti tam visam noticēt. Tā lieliskā veidā mums izdevās savākt visu trūkstošo naudas summu, lai varētu noorganizēt nometni īpašajiem bērniem Pelčos. Tie bija vairāk kā 2000 latu. Dievs dara brīnumus!



Laura Lapiņa vidū

Arī šogad – 24. maijā Ventspili notiks „Labo darbu diena” – atbalstiet un piedalieties!

Taču Dievs turpināja paplašināt robežas, Viņš ļāva ieraudzīt to, ka mums ikvienai vajag būt sadraudzībā. Mēs veidojam seminārus, lekcijas ikvienai sievietei, kuras vēlas pilnveidoties, gūt jaunas zināšanas. Zinu, ka ir draudzes, kurās jaunās sievietes sanāk kopā un veiksmīgi darbojas. Ticu, ka tas ir Dieva plāns, ja Viņš mani ir nolīcis te un tagad! Pašreiz mācos Kristīgās vadības koledžā.

Man pašai par lielu pārsteigumu esmu nonākusi vietā, kur necerēju būt - tā ir Sieviešu kalpošanas apvienība. Nekad agrāk nebiju iedomājusies par to darbu, ko dara māsas. Tā nu mans uzdevums ir iedrošināt un atbalstīt jaunās sievietes uz darbu, kuru varat darīt savās draudzēs, pilsētās un sabiedrībā. Mēs varam, un varam ļoti daudz, ja paklausām, uzticamies, sekojam un ticam mūsu Tēvam Debesīs! *mm*

PASNIEGT ROKU AR CERĪBU

Mudīte Mardoka,
Ogres draudze

Šogad paliek 29 gadi, kopš savu dzīvi ieliku Jēzus rokās. Pārdomājot savu ticības dzīvi, varu teikt, ka Dievs mani ir svētījis, sargājis, mīlējis, mācījis, vadījis, norājis, un tas ir bijis par augšanu manai ticībai.

1985. gada 28. februāra aukstā un sniegotā ziemas vakarā uz evaņģelizācijas pasākumu Ogres baptistu draudzē aizgāju mammas uzaicināta, bet gāju, lai tikai varētu atzīmēt, ka esmu tur bijusi. Tanī laikā strādāju Ogres poliklīnikā par narkoloģijas medmāsu. Bija atnācis kāds narkomāns pēc zālēm un mani bija tādas ilgas pateikt viņam par šo sapulci. Nezinu kāpēc, bet mani bija tāda pārliecība, ka manas mammas Dievs viņam varētu palīdzēt. Un arī es tajā vakarā atdevu savu sirdi Jēzum, atrados uz ceļiem pie Dieva Troņa kopā ar narkomāniem. Vēlāk sapratu, ka Dievs uzlūko cilvēka sirdi, bet ne viņa stāvokli.

Domājot par to, ka Jēzus aicina un dara par mācekli, jau no tā brīža sākās mana kalpošana. Mans darbs Ogres poliklīnikā nomainījās ar darbu Gaļezera narkoloģijas nodaļā nakts dežūrās. Braucot uz dežūrām vienmēr ņēmu līdzi vairāk ēdamo, lai varētu pacienāt slimniekus – narkomānus un alkoholiķus, pie kuriem neviens nenāca no tuviniekiem. Vakara, kad darbi bija apdarīti, varēju pasēdēt

kopīgi ar kādu no slimniekiem, iedzert kafiju un parunāt, un tā varēju liecināt par Jēzu, kā Viņš izmaina cilvēku dzīvi. Šo slimnieku stāstos dzirdēju daudz sāpju un ciešanu, ko viņi piedzīvo: cits sācis lietot aiz bagātības, cits aiz nabadzības, cits ticis piespiests, cits vienkārši - lai liktos ievērojams, cits vecāku dēļ, un tas turpinās no paaudzes uz paaudzi.

1991. gadā bija iespēja atvērt privāto kafejnīcu. Ticu, ka šo domu Dievs ielika manā sirdī, jo redzēju, ka šie paši narkomāni, alkoholiķi un viņu bērni ir bieži bez pārtikas, domāju - tādā veidā, ja ienāks kāds no tādiem cilvēkiem, varēšu ēdienu dot par velti, bet pārējie, kuri varēs, pirks un tā būs arī mana iztika.

Atvēru kafejnīcu, netirgoju ne alkoholu, ne cigaretes un devu kafejnīcai nosaukumu „FREE” (latv.- Brīvs) ar domu, kā parādīt cilvēkiem ceļu uz brīvību. Kafejnīcā skanēja kristīgais radio, bija traktāti, ko katrs varēja paņemt līdzi.

Strādājot tiešām piedzīvoju to, ka ienāca bērni un pieaugušie, gribēja ko nopirkt, bet redzu, ka nav par ko. Sākot runāt, vienmēr uzzināju, ka nav naudas, bērniem vecāki dzer, nestrādā. Bērņus redzēju diezgan netirus, arī, ka melo, neapmeklē skolu. Klusībā par viņiem lūdzām Dievu. Bērniem ne tikai ēdienu vien gribas,

bet arī kādu saldumu, un kad vien bija iespēja - devu, lai bērni nezagtu. Pie mums nāca ēst dažādi cilvēki, arī policijas darbinieki, kristieši, mācītāji. No cilvēku mutēm dzirdēju sakām: „Pie jums laba aura,” un tā atkal varēju liecināt par mūsu Dievu. Pēc pieciem gadiem ēka gāja uz pārdošanu, man iegādāties nebija iespēju, un tā ceļš mani aizveda uz Rīgu, uz dienas centru „CERĪBA BĒRNIEM”, kur gatavoju bērniem ēst. Tur bija puisis no Ogres, kuru es vakarā varēju atvest mājās, jo braucu ar mašīnu. Gribēju viņu apciemot, bet zēns kaunējās par to, kur viņš dzīvo. Pēc ilgāka laika, kad ieguvu uzticību, kādu dienu viņus apciemāju un redzēju, ka visa ģimene dzīvo malkas šķūnī. Māsiņa, kurai bija astoņi gadi, negāja skolā, un tā arī viņu sāku vest līdzī uz dienas centru. Uzzināju, ka viņai ir tikai viena lelle, jo divas apēdušas žurkas, kas bija bieži ciemiņi viņu mitekļi, mamma ar tēti dzer, nestrādā. Bet šodien varu teikt, ka abi bērni ir labi pabeiguši skolu, ir izmainītas dzīves un iegūtas profesijas.

Tad kādu laiku strādāju centrā „BĒRNI – MŪSU NĀKOTNE” un tur sapratu:

„Palīdzēt bērniem tas ir labi, bet Dievs taču grib mainīt arī viņu vecākus, un bērniem tas būtu daudz lielāks prieks un svētība!”

Tā atsākās mana kalpošana Ogres pilsētā. Ar Ogres baptistu draudzes svētību man bija drēbes un apavi, no maizes ceptuves mani atbalstīja ar maizi, LIDO ar gaļas izstrādājumiem,

un ar Dieva palīdzību un aizlūgšanām devos apciemot trūcīgās ģimenes, kurās ir bērni. Iedraudzējos ātri - ja cilvēkam dod to, kas vajadzīgs miesai, tu esi draugs. Redzēju dažādas situācijas: kādā ģimenē mamma ļoti agresīva no samaitātas dzīves, lieto alkoholu, viena pati audzina piecus bērnus, bet katram bērnam cits tēvs. Dzīvo komunālajā mājā, krāsns nevelk, istabā dūmi. Lielākie bērni rūpējas par mazākiem, bet tā pietrūkst mīlestības un labu vārdu. Esmu pateicīga Dievam, ka Viņš mani tā ir apveltījis, ka varu dot, samīlēt un stiprināt ar iedrošinājuma vārdu.

Kādā citā ģimenē sastapos ar situāciju, ka bērniem un vecaimātei ir utis, zāles maksā dārgi, nav iespējams nopirkt, bērniem kauns, skolā ar viņiem neviens negrib draudzēties un skaļi par to runā. Sastapos arī ar tādu situāciju, jāsaka diemžēl, ka arī daži skolotāji un sociālie darbinieki nav iejūtīgi.

Pirms deviņiem gadiem sākām rīkot vasaras nometnes bērniem no trūcīgām, maznodrošinātām un daudz bērnu ģimenēm ar māsu un brāļu atbalstu no Virdžīnijas Ričmondas draudzes (ASV). Pirmajā vasarā bija 57 bērni un pusaudži, bet ar katru gadu skaits auga, pēdējos gados bija 90 bērni un 90 pusaudži. Komanda no Amerikas ir 30 cilvēki, no Latvijas 20 jaunieši, nometne ir piecas dienas lielajiem un piecas mazajiem. Bet tā mīlestība, ko viņi saņem caur Dieva bērniem – grupu vadītājiem – tā ir neaprakstāma! Sirds sāp, ka bērnam un pusaudzim ir jāraud, dodoties mājās, jo viņi zina,

kur atgriežas. Nometnes izmaksas pilnīgi nosedz brāļi un māsas no Ričmondas, un, ja Dievs vēlēs, šogad būs desmitais gads!

Nometnei beidzoties, komanda no Amerikas dodas atpakaļ uz mājām, bet kontakts ar bērniem un viņu vecākiem man paliek, un ziņot viņu vajadzības un problēmas, cenšos palīdzēt. Ja Dievs nesvētītu ar līdzekļiem, ko katru mēnesi es saņemu no kristiešiem, tad nebūtu iespējams palīdzēt. Bērniem ir vajadzīgas lietas skolai, bērni bieži slimo, zāles nav par ko nopirkt, ir ģimenes, kuriem regulāri nav pārtikas, vecāku nolaidības dēļ nav nokārtotas bērniem brīvpusdienas. Ir lietas, kuras tiešām mācu vecākiem, aicinu uz draudzī, bet ja vecāki nemaz negrib mainīties, bērnus vedu ēst uz kafejnīcu, jo tad es tiešām redzu, ka bērns ir paēdis.

Paldies Dievam par atbalstu bāreņiem, ko saņemu no ALBAs caur LBDS Sieviešu kalpošanas apvienību. Satiekoties ar dzīvu vecāku bāreņiem, redzu viņu vajadzības, un cik labi, ka var palīdzēt. Redzu, kā šis posts un

ciešanas nāk no paaudzes uz paaudzi.

Bet atkal varu teikt, ka esmu bezgala pateicīga Dievam, ka soli pa solim Viņš maina cilvēku domāšanu un es esmu piedzīvojusi, kā savu sirdi Jēzum atdod narkomāns, alkoholiķis, kā vecāki saprot, ka ir jāslēdz laulību derība, ka nav svētīgi dzīvot civillaulībā, kā bērni paceļ savas balsis lūgšanā par vecākiem, kuri dara viņiem pāri gan fiziski, gan emocionāli. Tāpēc vien ir vērts strādāt Dieva darbu, jo viss GODS PIEDER DIEVAM! Un mēs esam viena komanda: vieni ir, kas var dziedot no sava, citi - kas aiznes to līdz mērķim, un citi, kas nepārtraukti lūdz par pazudušajiem - bez nosodīšanas, ar Jēzus mīlestību sirdī.

Mana lūgšana ticībā ir redzēt Latvijā dziedinātas ģimenes, un izskaust no mūsu vides vārdus: TRŪCĪGAIS, MAZNODROŠINĀTAIS un NELABVĒLĪGAIS, jo Jēzus tāpēc pie krusta nomira, lai mums būtu dzīvība un dzīves pārpilnība, mūžīga dzīvība.

Lai Dievs mums visiem uz to palīdz!

Skatiet krāsainos foto 39. lpp.! *mm*



**Viesos pie
kādas ģimenes**

DIEVA SŪTĪTIE ENĢEĻI

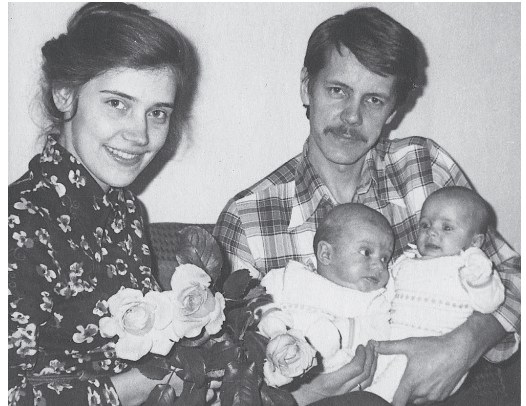
Gunta Rožkalne,
žurnāla „Marija un Marta”
redaktore 2003. - 2010.

Tie nebija cara laiki, un tas nebija arī kara un izsūtīšanu laiks. Tas notika mūsdienās.

Skaistu sapņu pilns bija iesācies mans jaunais dzīves posms. Tikko bijām nodibinājuši savu jauno ģimeni. Drīz gaidījām bērniņu, nezinājām, ka gaidām divus mazuļus. Šo pārsteigumu mums atklāja dr. Silārs Jūrmalas slimnīcas dzemdību nodaļā, nedēļu pirms dzemdībām. Viņš mums vienkārši pajautāja: – Vai jūsu dzimtās ir dvīņi? - Abi ar vīru bijām pārsteigti par šo jautājumu. Zibenīgi domās izskrējām cauri katrs savam radu lokam. Dvīņus neatradām. Bet tajā brīdī nezinājām, ka tikai pāris desmit stundas mūs šķir no kaut kā nelāga, kas mūsu ģimenei radikāli izmainīs turpmākos gadus.

1983. gada 6. janvāra rīts Latvijā atnāca negaidīts 50 ģimenēm. Notika nesaudzīgas kratīšanas un aresti... Manu Jāni tobrīd nepaņēma, jo VDK (Valsts Drošības komitejai, t.s. čekai) bija zināms šis pārsteidzošais jaunums, ka mēs gaidām dvīņus.

Mūsu dvīņi Rita un Markus piedzima 13. janvārī. Viņiem bija tikai 3 mēneši un viņi joprojām vēl dalīja vienu gultiņu, abi šķērsām tajā guļot viens otram blakus. 20. aprīlī, gadu un 5 dienas pēc mūsu kāzām, Jānim bija jāiet uz VDK, uz kārtējo pratināšanu. Bet šī diena nebija vairs kā citas...



Pirmā kāzu jubileja 15.04.83.

Dvīņi savu tēti mājās vairs nesagaidīja. Viņu arestēja un vēlāk notiesāja kā sevišķi bīstamu valsts noziedznieku uz 5 gadiem stingrā režīmā un 3 gadiem izsūtījumā. Aizsūtīja 3000 km no Latvijas, tālu aiz Urālu kalniem. Tā mēs palikām trijātā... cerot un gaidot! Par ko viņu notiesāja? Par savas tautas mīlestību, rūpējoties un aizstāvēt tos, kuri paši sevi aizstāvēt nevarēja. Par iestāšanos pret milzīgo netaisnību, ko mēs dziļi izjutām savā tautā. Un vēl - visdažādākos veidos ievēdot Latvijā garīgo literatūru un Bībeles un izplatot tās. Jā, tās pašas pirmās latviešu valodā – zaļajos vākos, kuras mēs tolaik visi ar prieku draudzēs lietojām.

Pa šiem četriem gadiem 6 reizes braucu ciemos pie sava vīra uz Urāliem. Nebija daudz sievu, kas to darīja. Ātri viņas izšķīrās un atstāja savus vīrus likteņa varā. Mana mīlestība

nepazina citu iespēju – tā bija stipra un liela. Attālumš un režīma mākslīgi radītie grūtumi nebija šķērslis, lai vīru apciemotu. Vienreiz braucu pat ar abiem bērniem. Katram šādam braucienam būtu vērts veltīt atsevišķu nodaļu grāmatā.

Protams, šis nebija viegls laiks. Nemitīgi, ik pāris nedēļas, mani un manus radus aicināja uz nopratināšanām čekā, iebiedējot un pat piedraudot, ka man atņems dvīņus un ievietos Padomju Savienības „labajos” bērnu namos. Pašu arestēs. Šos vārdus nebija viegli dzirdēt... Dievam visu uzticēju un Viņš arī šajos mirkļos deva dziļu mieru.

Ļoti neomulīgi bija piedzīvot, ka ikdienā čekisti visur mūs pavadīja (pat uz veikalu, poliklīniku un vienkārši pastaigājoties) un mums sekoja. Ikdienā bērni manas asaras neredzēja, tās noritēja nakts stundās. Īpaši grūtās situācijās es reāli piedzīvoju Dieva palīdzību, un tajos brīžos savus mazos dvīnīšus izjutu kā Dieva sūtītus

eņģeļišus un mierinātājus, neskatoties, ka viņi bija tik mazi!

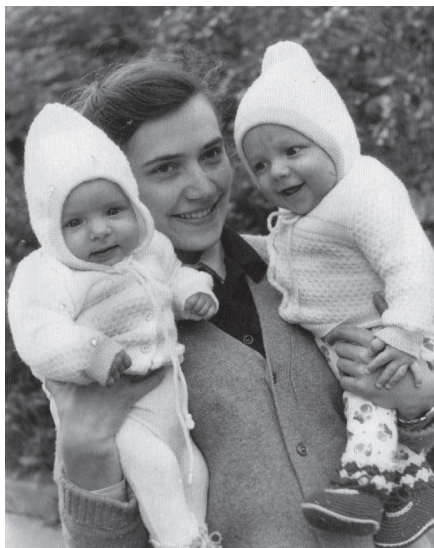
Pavisam bēdīgi mums bija piedzīvot, ka februārī šī politiskā spiediena dēļ mūs aizmuguriski izslēdza no draudzēs. Neviens no draudzes šajā laikā neatnāca pie mums un nebrīdināja par šo soli, kaut Jānis vēl bija mājās. Vēl bēdīgāk bija uzzināt to, ka draudzē bija izskanējis brīdinājums, lai neapmeklē mūsu ģimeni. Šeit nekādi nevaru salikt kopā Kristus mācību par nelaimē nonākušo līdzcilvēku un palīdzību viņam, un tālāka draudžu virsvadības ieteikumu un rīcību.

Visu laiku ļoti stipri ticēju, ka mans Jānis pārnāks mājās ātrāk par noteikto termiņu. To ar nesatricināmu ticību apliecināju visiem, kuri mani sauca uz nopratināšanām un garajām pārrunām. Mana ticība un uzticēšanās Dievam ar katru reizi stiprinājās un mani nepievilā. 1987. gada februārī Jānis atnāca mājās 4 gadus pirms noliktā termiņa! Tur arī būtu atsevišķs stāsts.

Ir vērts Dievam savu dzīvi uzticēt un pretim saņemt Viņa reālu palīdzību kā apbalvojumu!

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

Šī Rakstu vieta tiešām ir mani pavadījusi visu šo laiku kā stiprinājums.



**Gunta ar
mazajiem eņģeļišiem**

Vēl kāda cita epizode no manas dzīves, kad varu apliecināt Dieva klātbūtni un palīdzību, par ko Viņam no sirds pateicos!

Tas notika pirms 2 gadiem, 2011. gada rudenī. Izdzirdot diagnozi – vēzis, cilvēkiem šī ziņa pārsvarā iedves šausmas un izmisumu.

Pēc plašiem un dziļiem izmeklējumiem arī man šo diagnozi paziņoja.

Mana pirmā reakcija bija: „Tā, arī ar mani tas ir noticis.” Pieņēmu to pavisam lietišķi. Un reizē ar šo ziņu manī ielūda dziļš miers, augstāks par visu cilvēcīgo saprašānu. Tas bija Dieva dots, ko tikai Viņš var piešķirt. Par to no sirds esmu Viņam pateicīga. *“Kam stipra ticība, tam Tu dod mieru, tiešām mieru, jo viņš paļaujas uz Tevi!” (Jes. 26:3)*

Sekoja viss, kas šādās situācijās notiek: operācija, ķīmijterapija ar matu zaudēšanu, 32 apstarošanas un vēl ļoti nopietna terapija 17 reizes ik pa 3 nedēļām. Pie pirmās ķīmijterapijas injekcijas es piedzīvoju īpašu Dieva klātbūtni, kad personīgi savā sirdī runāju ar Kristu, sakot: „Ej līdzī šai indei, kas tūlīt ielplūdis manā ķermenī un lai tā dara savu darbu, kas tai darāma, bet lai saudzē visas citas ķermeņa daļas un orgānus.” Par šo paklausīto lūgšanu es pārliecinājos pēc 2 gadiem, ejot cauri lielajām pārbaudēm. Par manām aknām daktere teica: „Par šādiem rādītājiem vesels cilvēks varētu priecāties!” Slava un pateicība Viņam!

Šeit un tagad no sirds aicinu visām sievietēm būt vērigām un uzmanīgām pret sevi un laicīgi pārbaudīties, lai izsargātos no nevēlamām saslimšanām.

Dievs man deva tik daudz spēka un enerģijas, ka terapijas laikā varēju būt arī labs sarunu biedrs sev līdzīgajiem. Ieguvu daudz draugu.



Gunta Rožkalne - SKA 20 gadu jubilejā

Mana pieredze ļāva un joprojām ļauj labāk saprast savus līdzcilvēkus, kuri iet cauri kam līdzīgam. Pateicos par saņemto mieru un prieku, kas joprojām mani pavada!

Es pateicos visiem radiem, draugiem tuvumā un tālumā, kuri par mani aizlūdza. Jutos kā tas cilvēks, par kuru lasām Bībelē Lūk.5:18, kuru draugi pienesā Kristum, kad pats viņš to nespēja.

Ir ļoti svarīgi mums vienam par otru aizlūgt un būt par eņģeļiem cits citam!

m m

VIENOTI KRISTŪ, kalpojot cits citam

Elza Roze,
Jelgavas draudze,
žurnāla „Labā Vēsts”
ilggadēja redaktore

„Kādu katrs dāvanu saņēmis, ar to kalpojiēt cits citam kā labi dažāda veida Dieva žēlastības namturi”

(1. Pētera 4:10).

Dievs savā draudzē katram tās loceklim dod kādu īpašu vai vairākas dāvanas kalpošanai citiem par svētību. Par to runā vairākas Rakstu vietas Bībelē. Tā draudze kopā veido it kā atspulgu no Dieva Valstības un Viņa žēlastības. Šajā sakarā vēlos pastāstīt par kādu nesenu notikumu draudzē, un pārdomas no personīgi piedzīvotā, atšķirot tālākas pagātnes lappuses.

Kaut arī savus skatus vēršam jau uz pavasara pusi, kā labs draudzes kopības un kalpošanas piemērs vēl atmiņā Ziemassvētku pasākums draudzes senioriem, ko ik gadu organizē Māsu pulciņš. Mūsu draudzē pašlaik ir ap 60 senioru (vīrs 65 gadiem), sievietes un vīrieši. Šoreiz māsu vadītāja Biruta ar savām palīdzēm nolēma paplašināt pasākuma formātu, uzaicinot piedalīties visu draudzes nozaru pārstāvjus – bērnus, jauniešus, ģimenes, mūziķus, garīdzniekus. Rezultātā seniori kā balvu saņēma brīnišķīgu dievkalpojumu, kam sekoja pēcpusdienas maltīte, sadraudzība, dāvanas un citi prieki. Un tad jau arī paši seniori vilka ārā no savām pūra lādēm dziesmas, dzejas, mūziku, pārdomas, liecības par Dieva piedzīvoto žēlastību mūža gājumā.

Kāds bagāts dāvanu klāsts – no sirds uz sirdi, kad Dieva Gars kā balva nolaižas pār tiem, kas lieto Dieva dotās dāvanas Viņa godam un citu svētībai. To sajūtām visi. Un arī šeit klāt bija jaunieši, bērni, ģimenes... Bijām vienoti Kristū, kad gadiem vairs nav nozīmes.

Rūpes par senioriem mūsu draudzē ir allaž jūtamas, un ne jau tikai Ziemassvētkos. Piemēram, pagājušajā vasarā draudzes seniori saņēma lielisku dāvanu no senioriem Zviedrijā ekskursiju ar plašu programmu pa Kurzemi. Būtu ko stāstīt un stāstīt.

Kāds varbūt jautās – kāda tad ir mana kalpošanas dāvana? Un vai vispār ir? Tādas visiem redzamas nav... finanses arī ierobežotas. Tad droši varu teikt – vismaz divas ir katram draudzes loceklim. Es tās nosauktu par **klātbūtnes un aizlūgšanu** dāvanām. Mēs katrs ar savu klātbūtni smaidu, atvērtību sarunai, gatavību uzklaut – esam Dieva dāvana savam blakussēdētājam dievnāmā, ienācējam un ikvienam.

Ikdienā, kad piedzīvojam gan bēdu ielejas, gan prieka virsotnes, neatsverama svētība ir mūsu un brāļu aizlūgšanas par kalpotājiem, ģimenēm, bērniem, vadītājiem, un ne jau tikai slimību gadījumos. Minētās divas dāvanas nav ārēji tik redzamas, bet jūtamas un spēcīgas. Tās lietojot,

dzīvē lietas sāk mainīties.

Bija laiks manā dzīvē, kad šīs abas dāvanas, ko saņemu draudzē, bija kā spēka avots izdzīvošanai un nenovērtējama bagātība. Gāju cauri problēmām un grūtībām, ko pieredzējis ne viens vien kristietis padomju ateistiskās varas gados, kad itin viegli ticības dēļ varēja pazaudēt valsts darbu, dažkārt pat tiesības audzināt bērnus, īpaši tad, ja ģimenē šajos jautājumos nebija vienprātības. Pateicība, nu jau Mūžībā esošā, toreiz draudzes mācītāja Artūra Šķubura ģimenei par atbalstu un lūgšanām, par padomu un iesaistīšanos, kaut gan tas

sagādāja viņiem ne vienu vien grūtu situāciju. Arī draudzes locekļi bija ap mani ar mīlestības, līdzjūtības, reālu klātbūtnes un aizlūgšanu kalpošanu, praktisku palīdzību. Nebija attieksme: katrs savas personīgās problēmas lai risina pats, bet gan – ja vienam sāp, tad sāp arī citiem. Dieva žēlastība darbojās, lietas mainījās. Dzīves krāsas, saturs un mērķi mainījās, varēju nodoties pilna laika kalpošanai.

Kaut pagājuši jau daudzi gadi, tas ir neaizmirstami, dzīvi, un joprojām katra iespēja būt draudzē man ir kā dāvana, ko saņemu žēlastībā.

MM



**Jelgavas draudzes senioru grupa ekskursijā Ventspilī 2013. gada pavasarī.
No labās: Māsu darba vadītāja Biruta Vaitovska,
centrā ekskursijas organizatore Tabita Šķerberga**

NO CITAS PERSPEKTĪVAS

Lilija Tenhāgena,
Minstere

Ābele pavasarī, ziedēšanas brīnums, dūc bites, laizdamās no zieda uz ziedu. Silts vējiņš maigi šūpo ābeles zarus, un mazi, sārti ziediņi atveras saulei.

Kāds īpašs ziediņš drusku aizkavējies savos pumpura sapņos un nu, pavēris actiņas, brīnās par rosmi visapkārt: par bitēm un vēju, par sārtajiem ābeļziedu brāļiem blakus, par saulīti, kuras siltumu viņš izjūt kā maigu glāstu. Drusku viņš nokaunas par to, ka tik vēlū pamodies, jo citi ziedi jau pilnplaukā, kamēr viņš tikko sāk atvērties.

„Ai-ai, kāpēc gan esmu tāds tūļa?!” viņš ar nožēlu nodomā. Saulīte noglāsta mazo ziediņu un silti čukst:

„Nebēdājies! Nesalīdzini sevi ar citiem! Svarīgi tikai, ka tu ziedi un smaržo, ļaudamies man. Viss pārējais būs un notiks savā laikā!”

Mazais ziediņš nomierinājās un ļāvās saulītei. Kādu dienu viņš ievēroja, ka citiem ziediem sāk nobirt ziedlapiņas.

„Kāpēc tā? Es negribu, ka mans skaistums nobirst zemē un aiziet bojā!”

„Neraizējies,” čukstēja saulīte, „ļaujies man, un viss būs un notiks kā vajag!”

Ziediņš nomierinājās, un brīdi vēlāk vējš ar stipru brāzmu notrauca viņa ziedlapiņas. No ziediņa pāri palika mazs zaļš bumbulītis. „Nu vairs

neesmu skaists,” nopūtās ziediņš. „Nebēdā,” čukstēja saulīte, „viss būs labi!”

No mazā zaļā bumbulīša sāka augt ābolītis – aizvien apaļāks un smagāks. „Cik lapām labi,” nodomāja ābolēns, „tās tik viegli dejo vējā! Turpretī es esmu smags un neveikls. Kāpēc nevaru būt tik viegls kā lapa?”

„Nesalīdzini sevi ar citiem,” saulīte atčukstēja, „ļaujies man, un tu piedzīvosi brīnumu!”

Ābolēns samierinājās un turpināja augt. Ar laiku tas nobrieda par skaistumu, sārtu ābolu.

„Es esmu apaļāks un skaistāks par citiem!” viņš sevī iegavilējās.

„Tu esi brīnišķīgs,” čukstēja saulīte, „tāpat kā visi pārējie āboli. Nesalīdzini sevi ar citiem. Ļaujies man, lai sēkliņas tevī var nobriest, viss pārējais ir nenozīmīgs!” Ābols aprāvās un drusku nokaunējās.

Kādu dienu viņš ievēroja, ka citi āboli sāk krist zemē. „Ek, kāpēc gan tā? Kāda jēga briest un nogatavoties, ja jākrit zemē? Paskat, kā daži kritot apdauzījuši sānu, cits pat jau iepuvis! Kāda jēga krist un sapūt?” uztraucās ābols.

„Ne jau tāpēc tu augi un nobriedi, lai tikai nokristu zemē un sapūtu. Nebaidies un ļaujies uz mani, un tu

pie dzīvot brīnumu!” ābolu mierināja saulīte. Ābols gan pierima, tomēr nespēja pārvarēt bailes no neizbēgamā kritiena.

Kādu dienu sacēlās tik stiprs vējš, ka ābola kātiņš pārtrūka, un ābols ar lielu būkšķi nokrita pļavā zem ābeles. Protams, ka viņš sadauzīja sānu, un tajā vietā viņā iemetās puve. Vēl trakāk: vējš no ābeles notrauca arī nodzeltējušās lapas, un tās apsedza ābolu, tā ka pat saule to vairs nevarēja sasildīt. „Šausmas, nu man ir gals! Kāpēc man te puspuvušam jānobeidzas aukstumā?!” Tā bija ābola pēdējā doma, tad viņš juta, kā viņam pielīda salna. Viņš sastinga, aizmiga un vairs nejuta neko.

Pēc garas un bargas ziemas atnāca pavasaris. Sniegs pļavā izkusa, un kādu dienu no zemes izspraucās īpašs asns. „Kaut kas traks,” viņš izbrīnījies nodomāja, „es taču biju ābols, nokritu zemē un iepuvis nobeidzos salā, tādas bija beigas. Kas gan ar mani noticis?”

„Mīlulīt,” saulīte viņam silti iečukstēja ausī, „atceries, es tev teicu: nebaidies, paļaujies uz mani, un tu piedzīvosi brīnumu! Sals un iznīcība nevar paturēt pēdējo vārdu. Tu esi pāraudzis un atmodies citā pavasarī, un tagad tu dzīvo jaunā veidolā: tu esi maza ābelīte! Nebaidies, ļaujies man, un tu izaugsi par varenu ābeli un nebeigsi piedzīvot brīnumus!”

mm

Jēzus sacīja: „Es esmu augšāmcelšanās un dzīvība. Kas man tic, tas dzīvos, kaut arī viņš mirtu.

Un katrs, kas dzīvo un tic man, nemirs nemūžam!”

(Jāņa 11:25)



**Lai Dievs jums dāvā
jaunu, svaigu garīgas
atjaunošanās brīnumu,
pieminot Kristus
ciešanas un uzvaru
Augšāmcelšanās dienā!**

**Svētīgas
Lieldienas!**

„RŪGTAIS” CUKURS

Lidija Saulīte,
Mateja draudze

Sabiedrībā daudz tiek diskutēts par dažādām atkarībām, bet neviens nerunā par atkarību no cukura. Pētījumi rāda, ka mums ir raksturīgi izvēlēties saldu garšu vairāk nekā citas garšas sajūtas. Jau izsenis cilvēki meklējuši saldus ēdienus un dzērienus, un salduma pakāpe turpina būt par nozīmīgu faktoru plašajā ēdienu un dzērienu izvēlē. Saldā garša piemīt augļiem, medum, dārzeņiem, tur ir ogļhidrāti, ko organisms viegli asimilē. Cilvēks ir iemācījies saldās vielas izdalīt tīrā veidā, un vispazīstamākais ir **baltais cukurs**. To lietojam tik daudz, neskatoties, ka mums vairs nav cukurfabrikas. Ja palūkojamies veikalā uz saldinātajiem dzērieniem, tad redzam, cik pārsteidzoši daudz cukura ir vienā tā glāzē (piem. Iesala dzēriens - 27g, *Coca Cola* - 21g, Ledus tēja - 18g). Informācijai - 1g cukura dod 4 kalorijas.

Laiks, kad saldumu ieguva no cukurbietēm un cukurniedrēm, ir pagājis. Šodien mūsdienu laboratorijās rada dažādus ķīmiskus savienojumus, kas ir saldi un izmaksu ziņā lēti, bet nebūt nav nekaitīgi. Tāpēc kopā ar kalorijas saturošo cukuru uzturā iespējams lietot arī zemu kaloriju vai pat bezkaloriju saldinātājus. Piemēram, aspartāms (E951) un saharīns nodrošina saldu garšu, bet nesatur kalorijas. Šķiet, ka šie tad būtu vēlāmākie. Tomēr tas ir maldinoši.

Aspartāmu lieto gāzētos dzērienos, košļājamās gumijās, želejkonfektēs, kečupos, cukuru nesaturošos klepus sīrupos un vēl 5000 produktos. Svarīgi, ka tas ir 200 reižu saldāks un 10 reižu lētāks par cukuru. Eiropas Pārtikas nekaitīguma iestāde 2011. gadā atkārtoti apstiprinājusi aspartāmu par drošu lietošanai pārtikā. Tomēr par aspartāma lietošanu visi nav vienprātis. Kā pirmo varētu minēt to, ka tas rosina apetīti un mēs atkal uzņemam papildus kalorijas. Aspartāms ir ķīmisks savienojums, un daži itāļu zinātnieki eksperimentāli pierādījuši, ka tas paaugstina leikēmijas risku žurkām. No aspartāma organismā veidojas asparagīns, fenilalanīns un metanols, un tie nu gan nav nekaitīgākie savienojumi, jo izraisa skābju-sārmu līdzsvara traucējumus, atmiņas zudumu, bezmiegu, depresiju, hiperaktivitāti bērniem, agresiju. Tāpēc par mākslīgo saldinātāju lietošanu derētu padomāt ikvienam, un nepakļauties katram jaunam piedāvājumam, pievērsot uzmanību arī tam, ko un cik daudz lieto mūsu bērni.

Dabīgu, bet kalorijas nesaturošu saldinātāju iegūst no stēvijas - augs, kas aug Paragvajā. Tas ir 200 reižu saldāks par cukuru. To par saldinātāju plaši izmanto visā pasaulē, tā lietošana apstiprināta arī ES.

Un tagad pievērsīsimies mūsu pašu baltajam cukuram. Kāpēc to dēvē par „balto nāvi”? Nu atzīsimies, ka lietojam to mazliet par daudz. Un vai tikai? Ar pārtiku uzņemam dažādas vielas - taukus, olbaltumvielas un oglehidrātus. Oglehidrāti (kas arī ir cukurs), nonākot mūsu organismā sadalās - notiek tā saucamais metabolisms, un cukuri iekļaujas mūsu organisma asiņu, muskuļu, nervu un citu audu sastāvā, tāpēc bez tiem iztikt nevaram. Baltā cukura galvenās sastāvdaļas ir **glikoze** (vīnogu cukurs) un **fruktoze** (augļu cukurs). Katrai no šīm sastāvdaļām ir atšķirīgs metabolisms organismā. Enerģiju visātrāk iegūst, izmantojot glikozi, pat 80% no tās. Smadzenēm glikoze ir vienīgais enerģijas avots. Atlikusī glikozes daļa (20%) kā rezerve nogulsnējas aknās un muskuļu audos īpašas vielas veidā, ko sauc par glikogēnu. Sportistiem pirms sacensībām ir svarīgi uzkrāt šo glikogēnu aknās kā enerģijas rezervi.

Cukuru vielmainīgā vissvarīgākā nozīme ir aizkuņģa dziedzerim un tā izstrādātajam fermentam insulinam. Insulīns ir kā atslēga, lai glikoze varētu iekļūt šūnās un tās pabarot. Traucējumi aizkuņģa dziedzera



normālā darbībā izraisa smagu saslimšanu – cukurslimību.

Pavisam citādi uzvedas otra cukura sastāvdaļa – fruktoze. Ir zinātniski pierādīts, ka fruktozes metabolisms ir līdzīgs alkohola metabolismam. Fruktoze pēc uzņemšanas organismā 100% nonāk aknās, bet enerģiju uzreiz nedod, tomēr izraisa milzīgu pārslodzi aknām, jo ķīmiski pārveidojas, vienlaicīgi iztukšojot aknu šūnu fosfātu rezerves. Kā atkritumviela veidojas urīnskābe, kas savukārt bloķē enzīmu, kas regulē asinsspiedienu. Urīnskābe veicina podagras attīstību. Vēl jāatzīmē, ka sarežģītu bioķīmisku procesu rezultātā no fruktozes veidojas daudzi organismam toksiski savienojumi, brīvas taukskābes, kas izraisa ne tikai aknu aptaukošanos, bet tauku nogulsnēšanos arī citās ķermeņa vietās, izraisa dažādus iekaisumus, centrālās nervu sistēmas bojājumus. Tāpēc jāuzsver:

fruktozes lietošana ir tas pats, kas tauku lietošana!

Un jāzina, ka fruktoze izsauc lielāko daļu no tiem pašiem toksiskiem efektiem, ko izraisa alkohols. Fruktoze arī mazina normālos sāta signālus, un tas noved pie pārēšanās. Pirms dažiem gadiem izskanēja informācija par bišu masveidīgu bojāeju ASV. Noskaidrojās, ka pie vainas varētu būt bijis glikozes - fruktozes sīrups, ar kuru bites piebaroja, un kas transportējot varēja uzkarst un pārveidoties kaitīgos savienojumos.

Ko darīt? Būtu jāizvairās no tā sauktajiem enerģijas dzērieniem, jo tajos

par saldinātājiem bieži vien nebūs baltais cukuriņš, bet lētāki savienojumi – fruktoze vai aspartāms. Kā jau zinām - fruktoze karsējot sadalās, un konditorejas izstrādājumi cepot tiek pakļauti augstām temperatūrām. Šī iemesla dēļ arī medu nebūtu ieteicams likt karstā tējā.

Iegādājoties produktus, palasīsim to sastāvdaļas. Mazāk lietosim gatavos produktus un centīsimies ēdienu gatavot mājās. Neaizrausimies ar dažādām mērcēm un gāzētajiem dzērieniem. Dzersim vairāk tīru ūdeni, ēdīsim

vairāk augļus un dārzeņus, kuros bez cukuriem ir arī organismam tik vajadzīgās šķiedrvielas. Lietosim medu, protams, ievērojot mērenību. Cilvēka organismam nepieciešamo oglehidrātu daudzumu dienā (apmēram 450g) ieteicams uzņemt šādi: 1/3 ar cukuriem, kas ātri uzsūcas un 2/3 ar cieti (graudaugiem, kartupeļiem), ko organisms asimilē lēnāk.

Kādu vietu virtuvē ierādīsim cukurtraukam? Tas lai paliek mūsu lielais noslēpums! *mm*

MARTAS ČAKLUMAM:

Pavasārī organisma aizsargspējas pavājinās un parādās dažādas vīrusinfekcijas, nepieciešami papildus vitamīni. Te labi palīdzēs

diedzēti graudi un sēkliņas.

Dīgsti nav laboratorijās radītas tabletes, un pat ne pārtikas piedevas. Tas ir Dieva dots pilnvērtīgs ēdiens, kas atrodas maksimālas aktivitātes fāzē, un turklāt ir dzīvs. Grauds, kurš gatavs uzdīgt, satur daudz vairāk mikroelementu un vitamīnu, nekā sauss.

Dažādiem graudiem ir atšķirīgas vērtīgās īpašības. Diedzēti **griķi** ir rutīna avots. Tas nozīmē – stipras asinsvadu sienīņas un hemoglobīna paaugstināšanos asinīs. Diedzētas **ķirbju** sēklas ir bagātas ar cinku. **Saulespuķu** sēkliņas satur D

vitamīnu, stiprina nervu sistēmu, palīdz saglabāt labu redzi, uzlabo ādas stāvokli. **Lēcas** ir bagātas ar organisko dzelzi un C vitamīnu, veicina asinsradi, paātrina atveseļošanos. Tāpat var diedzēt **kviešu** graudus, **redīsu** sēklas. Tikai jābūt drošam, ka tie ir pārtikā lietojamie, nedrīkst lietot sēklas, kas pirktas sēklu veikalā un paredzētas sēšanai, jo var būt apstrādātas ar ķīmikālijām.

Graudus un sēklas vispirms noskalo, izmērcē aukstā ūdenī vienu nakti, tad ūdeni nolej un uztur viegli mitrus, katru dienu noskalojot. Var lietot, sākot ar 2. vai 3. dienu. Var pievienot salātiem, ēst ar medu, biezpienu, žāvētiem augļiem un putukrējumu.

Lai jums labi garšo un esiet veseli!
mm



Rakstu par
Mudītes
Mardokas
kalpošanu
ģimenēm
lasiet 26. lpp.





Par grupu "Laiks sievietēm" Talsos lasiet 13. lpp.



LBDS reģionālā tikšanās Cēsīs 22. februārī,
Sieviešu darba nozare