

Septembris 2014 3 80

# Marija un Marta



- Mēs katrs spējam vēl kādam palīdzēt
- Draudzība un sadarbība - ceļš uz sirdi
- Jēzus Vēsts - cauri kultūrām



Kashouh ģimene

Interviju ar KRISTU KASHOUH,  
Libānas mācītāja dzīvesbiedri  
lasiet 10. lpp.



Dievkalpojums draudzē Beirūtā

## Saturs

4. Info
5. Sveiciens uz Ameriku
6. Notikumi draudzēs
10. Intervija ar Kristu Kashouh
14. Labo darbu diena Ventspilī
15. Īpašo bērnu nometne Pelčos
23. Nometne "Atklāj nozīmīgo"  
Siguldā
29. Pietiekoši laba mamma
30. Atbild ģimenes psihoterapeits
33. Gatavojoties Lūgšanu dienai
36. Ēdam rutkus!
38. Martas čaklumam



*Savās dvēselēs mēs visi esam ar "īpašām vajadzībām". Kādā dzīves posmā mums visiem ļoti nepieciešami "stūmēji".*

*Uz žurnāla vāka redzamais foto nav inscenējums. Tas ir reāls foto no Pelčiem – mūsu nometnes bērniem ar īpašām vajadzībām, jeb kā mēs tagad sakām „ar citām iespējām”.*

*Un kā redzam – pat vismazākās iespējas spēj kļūt pārsteidzoši lielas! Diāna, Kristiāna un Jānis spēj apvienot savus spēkus kopīgai lietai.*

*Bet kas ir stūmējs? Tas ir nometnes iemīļotais mācītājs Oļegs Jermolājevs, kas daudzus iedrošināja un palīdzēja arī ar Gara un Vārda spēku.*

*Vai zini – arī mēs savā nespēkā vienmēr vēl spējam kalpot un kaut nedaudz kādam piepalīdzēt...*

*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: Iveta Štāla

# PASĀKUMI:

## Varbūt tavs sapnis – Āfrika 2015!

Ja ir vēlme un iespējas, varat pieteikties un doties braucienā uz Āfriku – uz 21. Pasaules baptistu kongresu Durbanā, Dienvidāfrikā, 2015. gada 22. – 26. jūlijā.

Kongresa tēma: Jēzus Kristus – Durvis.

No 18-21. jūlijam turpat notiks arī Pasaules Baptistu sieviešu konference.

Vairāk: [www.bwanet.org](http://www.bwanet.org)

## SVEICAM!

**Sirsnīgi sveicam jubilejās  
Sieviešu kalpošanas vadītājas:**

**Aivu Ašnevicu** 18. augustā – 35  
(Māmiņu grupas vadītāja  
Ventspils draudzē)

**Māru Martinsoni** 18. oktobrī – 35  
(Mazsalacas draudzē)



*To roku nepievil,  
kas Tavā rokā gul;  
to mēli apturi,  
kas tukšus salmus kuļ;  
to nosargā, ko  
esi spējis gūt,  
laiks dzīvojot lai  
velti nepazūd;  
ik mirklī centies  
Dievu saklausīt,  
to šodien dari,  
veikt ko gribi rīt.  
(Kornēlija Apškrūma)*

SKA birojs Rīgā  
Lāčplēša ielā 37, Rīga, LV-1011  
Atvērts trešdienās 10:00 – 17:00  
Tel.: 26834744  
E-pasts: [marta.kalpo@lbds.lv](mailto:marta.kalpo@lbds.lv)

SKA vadītāja Solvita Zivere  
Mob.: 27757340  
E-pasts: [solvita\\_ska@inbox.lv](mailto: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

## Mīlie brāļi un māsas Amerikā!

No sirds jums visiem pateicamies, kam gadiem ilgi ir rūpējusi Latvija! Jūs esat savās lūgšanās mūs nesuši, kā arī visādi citādi atbalstījuši, iedrošinājuši un palīdzējuši arī praktiski un finansiāli! Daudz prieka un iedrošinājuma ir saņēmuši tie, kam dzīvē bijis grūts brīdis.

Visu jūsu mīlestību esam saņēmuši caur Benitu un Uldi Ukstiņiem, kas veikuši to organizatorisko pusi. Benita ir bijusi kā krustmāte, kas stāvēja pie Māsu apvienības dibināšanas šūpuļa 1992. gadā. Esmu personīgi pateicīga Benitai, jo man kā

jaunai vadītājai toreiz bija nozīmīgs gan atbalsts, gan mācīšanās praktiski, kā izdzīvojot patiesu kristietību, vadīt citus. Šobrīd Sieviešu kalpošanas apvienību vada jauka, spējīga vadītāja Solvita Zīvere no Kuldīgas.

Sieviešu kalpošanas apvienības padomei bija priecīga iespēja satikties ar mācītāju Uldi Ukstiņu, kad viņš viesojās Latvijā un piedalījās Baptistu savienības kongresā, kur saņēma LBDS atzinības rakstu. Caur šo tikšanos mēs sveicām arī Benitu un it kā satikām, kaut neklātienē! Vēl paliek sapnis, ka redzēsīm abus Latvijā! Bet viss Dieva rokās!

Vēlreiz pieņemiet mūsu sirds siltumu un pateicību par ikvienu saskarsmes veidu, ko esam piedzīvojuši gan lūgšanās, gan praktiski! Lai Dievs jūs katru īpaši svētī un iepriecina! *MM*

*Sirsnībā, Līvija Godiņa, SKA padomes locekle*



Solvita Zīvere un Uldis Ukstiņš



Tikšanās Savienības namā

# NOTIKUMI DRAUDZĒS:

## Dievam patīk puķes

27. maijs. Vasara ar savu krāšņumu mūs šajā gadā agri ir pārsteigusi un cenšamies to izbaudīt. Šajā skaistajā dienā mēs, Āgenskalna māsas, esam nodomājušas ielūkoties Babītes „Rododendru selekcijas un izmēģinājumu audzētavā” - rododendru paradīzē. Pēc tveicīgajām iepriekšējās nedēļas dienām šī diena ir stipri dzestra, tādēļ esam tikai piecas: kopā ar mani vēl Līvija, Sarmīte, Ilga un Ināra.



Esam ieradušās pašā rododendru ziedēšanas plaukumā. Ieejot dārzā, apņēms salds ziedu aromāts. Izskatās, ka ar nolūku smaržīgie, sīkziediņu augi sastādīti pie ieejas vārtiem dārzā. Tieši šie daudzkrāsainie sīkziediņu rododendri ir ļoti smaržīgi un to smarža it kā pavada tālākajā staigājumā. Ik pa

gabalam tos atkal var sastapt. Lielie, karaliskie ziedu ķekari sniedz tikai krāšņumu, bet smaržu atstājuši mazažiem brāļiem.

Ejam visas bariņā, kopīgi apjūsmojam un slavējam Dievu par šo vārds neaprakstāmo skaistumu. Ziedu krāsas, dažādība ir tik liela, ka nespējam to visu pat aptvert. Kaut cenšos katru ziedu ietvert fotoobjektīvā, tas nav iespējams, un dzīvais zieds uz bildes vienalga būs zaudējis savu dabīgo krāšņumu.

Dārza platība ir liela – 118 ha, mūsu fiziskie spēki ir stipri mazāki, tomēr esam apgājušas visai teritorijai apkārt, un izejot no šīs ziedu paradīzes, spēkus atgūt ierodamies Baložu Sarmītes mājīgajā namiņā. Sarmīte, Rasa un Dzintra mūs sirsnīgi sagaida. Ātri uzklājas cienastu galdiņš, un pavadām skaistus brīžus sadraudzībā, sarunās un lūgšanās.

Kāda brīnišķīga diena, baudot Dieva mīlestību un skaistumu!

„Cik labi ir sajūst, sadzirdēt, saskatīt,

Un sirdī prieku no jauna just,

Tev, Dievs, lai visā slavu pienesam,

Un lūgšanā, pateicībā galvu noliecam.”

**Aina Grobiņa, Āgenskalna dr.**

# No Ciānas līdz Dobelei

Mūsu Ciānas māsu pulciņam tika dāvināta ekskursija uz Dobeli.

31. maija rītā mūsu pirmā pieturvietā – zemnieku saimniecība. Šeit saimnieks ar savu ģimeni audzē orhidejas. Šķirnes bija ļoti daudz, bet pašreiz ziedēja tikai dažas no tām, jo īstais ziedēšanas laiks ir novembris un decembris. Šīm puķēm nepatīk, ja viņas pārmērīgi lej. Tās nevajag pārstādīt, kā mēs to darām ar citiem istabas augiem.

Otrs šīs ģimenes lepnums ir viņu eksotiskie dzīvnieki. Saimnieka meita sev ap kaklu bija aplikusi pitonu. Daudzi vēlējās pieskarties šim rāpulim, kurš, izrādās, bija silts. Meitenes ķermenis to silda, un čūskai tas patīk, tāpēc tā mierīgi gulēja uz pleciem.

Telpās savos akvārijos dzīvo bruņurupuči, hameleoni un citu sugu čūskas. Redzējām vaboli, kuru ieliekot mutē, esot garša kā konfektei ar lazdu riekstiem, bet kurš gan uzdrošinātos ēst dzīvu vaboli?

Prieks, ka šajās mājās varējām vērot daudzas lietas, kas atvestas no ceļojumiem.

Tālāk braucām skatīties Pētera Upīša ceriņu dārzu un muzeju netālu no Dobeles. Lielā ceriņu ziedēšana gāja uz beigām, tomēr varējām baudīt vēlo ceriņu smaržas un krāsas visā krāšņumā.

Izcilais agronoms veidojis šķirnes un devis tām nosaukumus. Arī stādus varējām iegādāties turpat tirdziņā.

Pie paša muzeja aug lielais pīpes koks (ziedi līdzīgi pīpei). Šo augu pats Upītis stādījis pirms 36 gadiem. Muzejā pie sienām ir gleznas, kurās attēloti ziedi un augi, kas auga dārzā. Izcilā agronoma kabinetā uz galda rakstāmā mašīna un mikroskops, stūrī veco laiku radio.

Pēcpusdienā apskatījām Dobeli. Pilsētas centrā ir bruģēts laukums un strūklaka – kā aka, jo kādreiz tur tiešām bijusi aka, lai pajūgi varētu apstāties, atveldzēties, un padzirdīt zirgus. Laukums bijis arī tirgus vieta.

Pēdējā pieturvietā mūsu ekskursijai bija pilsdrupas. Pili sāka celt ap 17. gs. un tā bija lielākā Baltijā. Vēlāk pils tika pagarināta un celtniecība turpinājās. Padomju laikos pilsdrupas stāvēja pamestas, bet tagad tiek koptas un uzturētas. Tiek plānots izveidot muzeju. Mūsu gide ļoti laipni atbildēja uz jautājumiem, un visiem bija interesanta klausīšanās.

Tā noslēdzās mūsu ekskursija un, braucot mājās uz Liepāju, es priecājos par tik jauku dienu, ko Dievs mums deva. Un ne jau bez Viņa ziņas mums bija tik labs laiks un nekas slikt neatgadījās, jo mēs Viņu pielūdzām un Viņš mūs sargāja, svētīja un iepriecināja.

Paldies Viņam!

**Ārija Kociņa**, Ciānas draudze



## Jubileja Jelgavā

**Jelgavas draudze šogad svin savas pastāvēšanas 140 gadus. Tādēļ katru mēnesi kāda no draudzes nozarēm aktivizēja un prezentēja savu darbību visiem pārējiem.**

Jūlijs bija sieviešu kalpošanas mēnesis. Katrā jūlija svētdienā draudzes māsa bija iecerējušas pastāstīt par savu kalpošanu, sākot ar Māsu pulciņa atjaunošanu pirms 25 gadiem mācītāja Jāņa Eisāna dzīvesbiedres Rūtas vadībā. Mēneša otrajā svētdienā tika atspoguļota nesenāka pagātne, bet trešajā svētdienā – šobrīd veicamais māsu darbs. Šajā jubilejas reizē dievkalpojumā viesojās arī SKA padomes pārstāves: vadītāja Solvita Zīvere, Līvija Godiņa, sekretāre Sarmīte Biķe un žurnāla „Marija un Marta” redaktore Tabita Runce. Kā patīkams sveiciens māsām skanēja vīru kora dziedātās dziesmas. Svētrunu sacīja Mateja draudzes mācītājs Ainars Baštiks.

Ir labi un tā pieder, ka savos svētkos atceramies darba iesācējus, turpinātājus, un ieskatāmies arī savās nākotnes iecerēs un darbos, kas vēl priekšā!

*Skatiet krāsainos foto 22. lpp.*





# Ceļojums apustuļa pēdās

15.-17. augustā notika Misiones draudzes māsu nometne Norkalnos. Nometnes tēma "Apustuļa Pāvila misijas ceļojumi". Lektore Estere Petrenko izsmēloši pastāstīja par šiem 3 ceļojumiem un mēs mācījāmies, kā apustuļa Pāvila pieredzi lietot mūsu kalpošanā šodien. Priekš sevis ieguvu to, ka

**ar cilvēku jārunā viņam  
saprota valodā, ne ar Bībeles  
tekstiem uzreiz;**

izskatījām dažādus uzrunu piemērus.

Kopā ar Pāvilu ceļojām uz Grieķiju, Itāliju un Turciju. Grieķija - tā ir filozofu zeme, un arī mēs diskutējām par jautājumiem, uz kuriem nezinājām atbildes. Arī Olimpiskās spēles mums bija. Itālija - operas un karnevālu zeme, un mums bija karnevāls ar maskām un skaistiem tērpiem, ko pašas veidojām uz vietas. Bija arī konkursi, viktorīnas. Māsas ar prieku piedalījās visos pasākumos. Bijām kopā dažāda vecuma sievietes no vairākām draudzēm. Slavējām, pielūdzām un pateicāmies mūsu Kungam Jēzum Kristum.

**Anžela Kuzņecova,**  
Misiones dr. māsu pulciņa vadītāja

*m m*



Dažādu kultūru iepazīšana  
Misiones draudzes māsu nometnē



# AICINĀTA KALPOT TĀLUMĀ

Krista – skaista, zilām acīm, tumšiem, vijīgiem matiem, smaidoša meitene pirms 12 gadiem Āgenskalna baptistu draudzē bija kopā ar citiem jauniešiem, kalpoja slavas un pielūgsmes grupā un spēlēja klavieres. Nu viņa ir Krista Kašua (Kashouh) un kopā ar vīru Hikmatu un trim bērniem – Markusu Andri (10 g.), Betīni Elodī (8 g.) un Daniellu Martīni (5 g.) dzīvo Libānā, Beirūtā. Tur kalpo Hadatas baptistu draudzē, kas pašlaik, kad ir smaga situācija ar bēgļiem no Sīrijas, cenšas palīdzēt tiem, kam grūti.

Par to, kā tas notiek, un kā latviešu meitene Krista nokļuva Libānā, viņa nesēn pastāstīja kādā pēcpusdienas sarunā, kad ar ģimeni bija atbraukusi apciemot savus vecākus un māsas.



Kā iepazīnos ar Hikmatu? Tai laikā mācījos Mūzikas Akadēmijā. Tā kā darbojos kalpošanā, gribēju vairāk pamācīties teoloģiju, tam veltot īpašu laiku un gadu aizbraucot prom. Prāgā bija Teoloģijas seminārs ar viena gada programmu. Vairākus gadus biju arī lūgusi par savu dzīvi, kalpošanu un nākamo vīru. Jo vairāk lūdzu, jo stiprāka bija sajūta, ka Dievs varētu mani sūtīt kalpot kaut kur ārpus Latvijas. Tas bija neparasti, jo man nemaz nebija tāda mērķa. Latvija man bija ļoti dārga, un esmu tās patriote.

Pirms lēmuma mācīties Prāgā aizbraucu Ziemassvētku brīvdienās apskatīties to semināru, lai zinātu, vai tiešām vēlos tur vienu gadu pavadīt. Tad arī pirmo reizi satiku

Hikmatu, savu nākamo vīru, kurš tai laikā mācījās tur maģistratūrā. Manā aizbraukšanas dienā bija neliels rīta svētbrīdis, kurā līdzdalīju īsu liecību. Tad mani ieraudzīja Hikmats. Pēc tam bija mūsu pirmā satikšanās, kas ilga kādas desmit minūtes, jo es steidzos, lai nenokavētu autobusu uz Rīgu. Viņš teica, ka ir no Libānas, un parādīja to kartē. Es savukārt parādīju viņam kartē Latviju, jo viņš nezināja, kur tāda atrodas. Un tas bija viss. Bet pēc tam sākām sūtīt vēstules viens otram. Vēlāk Hikmats man atklāja, ka viņam jau uzreiz bijušas simpātijas un pārlicība: „Yes, I want to marry this girl!” (Jā, es gribu precēt šo meiteni.) Jau sarakstoties viņš atgādināja, ka savās attiecībās ir nopietns un

nespēlējās ar tām. Vēstulēs mēs vairāk iepazīnām viens otru. Sarakstes laikā man pašai arī likās, ka Dievs visu virza un ļāvos tam. Pēc gada Prāgā apprecējāmies. Tai laikā tur jau studēju un arī Hikmats tad pabeidza maģistrātūru. Mūsu abu ģimenes – gan mani vecāki no Rīgas, gan viņa – no Libānas, kā arī viņa brāļi no Vācijas brauca uz Prāgu, lai būtu kopā ar mums šai brīdī. Prāga bija tāds vidus punkts. Vislabākais variants, lai visas ģimenes no dažādām vietām varētu satikties kopā. Tas mums bija svarīgi.

Septiņus mēnešus pirms laulībām viņš bija atbraucis arī uz Latviju iepazīties ar maniem vecākiem, un es savukārt trīs nedēļas kopā ar Hikmatu biju Libānā. Viņš man parādīja gan visas skaistās vietas, gan arī trūcīgās vietas – reālo dzīvi, lai es saprastu, kā tur jūtos. Viņš negribēja, ka atbraucu uz Libānu jau kā viņa sieva un tad atklāju, ka patiesībā nemaz tur nevaru dzīvot. Hikmatam bija svarīgi kalpot tieši Libānā, to viņš jau mūsu attiecību pašā sākumā teica, ka Dievs viņu aicinājis kalpot tur. Tā to Dievs bija viņam ielicis sirdī. Savukārt man tas bija pamudinājums pašai par to lūgt. Un Dievs man brīnišķīgi deva mīlestību sirdī pret šo zemi un cilvēkiem. Nevienam brīdī nebija tā, ka es nevarēju tam tikt pāri. Tieši otrādi – piedzīvoju to, ka Dievs, ja dod kādu cilvēku sirdī, tad Viņš dod arī tādu īpašu laimi, ko piedzīvot tai zemē, no kuras ir mans cilvēks – tā, ka es pati arī tur varu gan pilnveidoties, gan atrast savu kalpošanu.

Tā kā mēs bijām no tik atšķirīgām valstīm, mums šķita ļoti svarīgi runāt vienam par otra kultūru, kā arī uzzināt vairāk no cilvēkiem, kas ir precējušies, esot no atšķirīgām kultūrām. Uzskatu, ka

**jebkuram cilvēkam nepieciešama padomdošana pirms kāzām, kaut arī plāno precēties ar kaimiņu, jo mēs katrs nākam no dažādām ģimenēm.**

Un mums tas bija vēl redzamāk, jo mums ir atšķirīga valoda, nākam no atšķirīgām valstīm, atšķiras daudzas tradīcijas. Mēs apzinājāmies šīs atšķirības un strādājām ar to, runājām, vai esam gatavi šai laulībai. Zinājām, ka nevar vienkārši kaut kur skriet un akli paļauties, ka viss būs kārtībā. Prāgā bija vairākas jauktu tautību ģimenes un visiem arī jautājām par padomiem no viņu laulības pieredzes. Man šķiet, ka tāpēc arī viss izdevās. Tagad arī Hikmats, pirms laulā kādu pāri, dod kārtīgu padomdošanas kursu, jo uzskata, ka tas ir ļoti svarīgi.

Drīz pēc kāzām mēs no Prāgas aizbraucām uz Libānu, uz Beirutu, sākām kalpošanu draudzē. Hikmats palīdzēja draudzei, sludināja, viņš nedaudz pasniedza arī seminārā. Draudze, kurā mēs kalpojam, ir baptistu draudze, tā ir Hikmata baznīca, kurā viņš piedzīvoja pestīšanu (Hikmats agrāk piederēja katoļu baznīcai.) Interesanti, ka Libānā visi ir vai nu kristieši (vairumā tradicionāli katoļi vai pareizticīgie), vai musulmaņi, nav tādu ateistu vai neticīgo. Pat

identifikācijas kartē ir rakstīta katra reliģiskā piederība. Tu nevari piedzimt Libānā un nebūt nekas. Libānā visi cilvēki pieder kādai reliģijai.

Pēc kāda laika Hikmats vēlējās studēt doktorantūrā un Dievs pakārtoja stipendiju studijām Anglijā. Uz turieni mēs aizbraucām jau kā ģimene, tajā laikā bija piedzimis Markus. Mēs Anglijā pavadījām četrus gadus, šajā laikā Hikmats Birmingemā studēja teoloģiju. Kamēr bijām tur, mums piedzima Betīne. Tas bija ļoti jauks laiks, esot citā, "trešajā" kultūrā.

Kad atgriezāmies atpakaļ Libānā, tad Hadatas baptistu draudzē, kurā mēs kalpojam agrāk, bija aptuveni septiņdesmit cilvēku, kas nāca vairāk vai mazāk katru svētdienu. Tie bija vairāk vecāka gadagājuma un vidējās paaudzes cilvēki. Viņi arī uzaicināja Hikmatu kļūt par mācītāju šai draudzei, jo iepriekšējais mācītājs bija aizgājis pensijā. Mēs lūdzām un sapratām, ka tas ir aicinājums mums sākt šo jauno kalpošanu. Caur lūgšanām, strādāšanu un pacietību draudze šobrīd ir izaugusi jau līdz četrsimt cilvēkiem. Tas notika piecu gadu laikā, un draudze joprojām turpina pieaugt.

Tikko pārņēmām draudzes vadību, mēs lūdzām, lai Dievs dod draudzē vairāk cilvēku, un pamazām viņi sāka nākt. Vienmēr par katru jaunu cilvēku bija ļoti liels prieks. Tagad ir liela cilvēku komanda, kas uztur kontaktus un veido tuvākas attiecības - Bībeles studijas un mājas grupas un tā tālāk, tā ir patiešām Dieva atbilde uz mūsu lūgšanām. Dievs deva, ko mēs lūdzām

un pat vēl vairāk. Tie, kas sāka nākt uz baznīcu, bija vai nu nepraktizējoši kristieši, vai tādi, kas nemaz nebija kristieši. Apmēram 150 no tiem 400 cilvēkiem, kas nāk katru svētdienu, ir sīrieši. Viņi katru svētdienu brauc uz baznīcu, viņi nāk ar prieku - te ir viņu mājas, un mēs esam kā viena ģimene.

Bet tas sākās, protams, ar lūgšanām, lai mums draudzē ir vairāk cilvēku, un ar aicinājumu milēt un palīdzēt cilvēkiem. Mēs izveidojām mājas grupas, no kurām šī kalpošana sākās, jo

**šeit ir svarīgi vispirms  
iedraudzēties un izveidot  
patiesas attiecības,  
lai varētu stāstīt par Jēzu.**

Runājot par sīriešiem, lielākoties uz draudzi brauc sievietes ar bērniem, tīņi un jaunieši. Visi kopā apmeklē dievkalpojumu, dzied un slavē Dievu, tad sadalās pa grupām - bērnu svētdienas skola un jauniešu grupa. Pieaugušie paliek klausīties svētrunu. Viņi bija ļoti aizkustināti par lielo mīlestību un rūpēm, ienākot draudzē. Daudzi tiešām jutās kā savā ģimenē.

Sīrijā šobrīd notiek pilsoņu karš, cilvēki bēg no turienes, un viņiem ir iespēja doties uz kaimiņvalstīm Turciju, Jordāniju un Irāku, bet viņi izvēlas nākt uz Libānu. Viņi zina, ka Libāna ir vistuvākās mājas viņiem, kaut arī tā ir vismazākā no valstīm, kur viņi var iet, tomēr viņi ir atnākuši. Libānā ir apmēram 3,5 miljoni iedzīvotāju un tagad klāt vēl ir apmēram 1 vai 1,5 miljoni bēgļu. Ļoti daudzi no tiem grib atgriezties Sīrijā. Kad karš beigsies, daudzi gaida,

kad varēs atjaunot pilsētu un doties atpakaļ mājās. Daži pat saka, ka dzīve Sīrijā kara apstākļos bija labāka nekā šobrīd, esot bēgļu nometnē. Viņi ir ļoti grūtā situācijā. Draudzes Libānā ir tās, kas palīdz šiem sīriešiem izdzīvot, jo nav tādu valdības resursu, kas varētu palīdzēt, ir arī patversmes un teltis, kuras tiek nodrošinātas caur dažām organizācijām, bet draudze ir tā, kas iegulda daudz darba un laika, palīdzot šīm ģimenēm. Katru mēnesi iznēsājam ēdiena pakas ģimenēm, pienu bērniem, pamperus. Medikamenti tiek izdalīti slimiem cilvēkiem un bērniem. Ūdens ir tik netīrs, ka bieži notiek saindēšanās un saslimšanas. Bērniem dažreiz piena vietā sajauc cukuru ar ūdeni un vienkārši iedod, lai viņiem būtu kāda enerģija. Viņi mēģina izdzīvot neiedomājami nepiemērotos apstākļos. Pirmkārt, draudze mēģina praktiski palīdzēt fiziskajās vajadzībās (segas, drēbes, pamperi, ēdiens un medikamenti); otrkārt, veidojot tuvas attiecības (ir daudzu izjauktu un salauztu ģimeņu); treškārt - garīgi (lūgšanu grupas mājās).

Mūsu draudzē ir īpaša skolotāju komanda, kas organizē pēcskolas apmācību bērniem, kuri neiet skolā vai arī kuriem ir grūti un netiek līdzī mācībām, jo izlaiduši kādus gadus vai vienkārši nav gājuši skolā; palīdzot viņiem izmācīties, lai viņi vismaz var nolikt eksāmenus un pāriet nākamajā klasē.

Mums ir jābūt uzmanīgiem ar palīdzēšanu, jo ir cilvēki, kas nāk un saka, ka viņiem vajag naudu un vēl

kaut ko. Mums kā draudzei ir viņiem jāparāda, ka mēs neesam kaut kāda labdarības banka. Mēs dodam tiem, kam vajag, bet, protams, mēs nevaram palīdzēt visiem.

**Palīdzēšana pūlim nedarbojas, darbojas tikai palīdzēšana caur personīgām attiecībām.**

Domāju, ka mājas grupas ir kā stūrakmens, lai viss pamazām augtu. Ir nepieciešamas tuvas attiecības, lai cilvēki uzticētos un vēlētos darīt to, ko tu dari. Mēs Libānā lūdzam, lai Dievs dod mieru ne tikai valstī, bet arī personīgi, cilvēku sirdīs. Lai cilvēki vairāk tuvojas Dievam.

Hikmats ir arī akadēmiskais dekāns. Viņš vada Teoloģijas semināru un atbild par studentiem. Tas ir vienīgais teoloģiskais seminārs Vidējos Austrumos, kur studenti brīvi var braukt un mācīties teoloģiju. Lielākā daļa studentu brauc no arābu zemēm – Marokas, Ēģiptes, Alžīrijas, Sīrijas, Jordānijas, Sudānas, Irākas. Viņi brauc mācīties, lai kļūtu par līderiem vai mācītājiem un lielākā daļa ir no nekrīstīgām ģimenēm. Šajā seminārā viņi pavada trīs vai četrus gadus un mācās bakalaura programmā. Hikmats ir profesors un pasniedzējs seminārā, tāpēc dzīve ir ļoti aizņemta.


Vispār dzīve Libānā ir ļoti sabiedriskā. Sākumā bija nepierasti, ka jāiet pie visiem ciemos un jārūnā un jāsmaida. Tajā laikā arī vēl valodu nemācēju, bija ļoti liels nogurums no tā. Tagad esmu pie tā pieradusi. Nevaru iedomāties, ja ilgāku laiku kāds nenāktu ciemos vai kādu neap-

ciemotu. Tāpat ir svarīgi māju vienmēr uzturēt tīru un kārtīgu, kaut kam jābūt ledusskapī, ja nu pēkšņi ierodas viesi! Tagad jau esmu iemācījusies arābu valodu, tieši Libānas dialektu, bet ar rakstīšanu, protams, ir grūtāk. Dievkalpojumi arī notiek arābu valodā. Libāna ir ļoti kosmopolitiska valsts, jo visās skolās māca trīs valodas uzreiz – arābu ir pamatvaloda, klāt ir angļu un franču valoda. Libānā katrs cilvēks runā

vismaz divās valodās. Ārzemnieki var mierīgi izdzīvot tikai ar angļu vai franču valodu.

**Es gribu aicināt lūgt par situāciju gan Libānā, gan Sīrijā, gan tās apkārtnē. Ir tik liels izsalkums pēc miera un attiecībām ar reālo Dievu!**

*Ar Kristu sarunājās un interviju sagatavoja Evelīna un Sandra Urtānes.*

*Skatiet foto 2. lpp. *

## LABI DARBI LABĀ DIENĀ ( **Laura Lapīņa,** Ventspils draudze

Šā gada 24. maijā Ventspils baptistu draudzes pagalmā notika LABO DARBU DIENA, kuras mērķis bija palīdzēt savākt finansiālos līdzekļus īpašo bērnu nometnei Pelčos. Organizatoru vārdā gribam visiem teikt paldies, kas atsaucās aicinājumam ziedot! Jo kopā mums izdevās saziest 1700 EUR. Paldies visiem, kas piedalījās, palīdzēja, strādāja un tiem, kas atnāca, lai piedalītos. Visas dienas garumā bija iespēja baudīt garšīgus kārumus kafejnīcā, iepirkties drēbju tirdziņā, krāmu tirdziņā, iegādāties mantas bērnu rotaļlietu stendā, skaistas lietas "Māksliņas tirdziņā", atrast sev labas kristīga satura grāmatas, apmeklēt skaistuma stūrīti (frizieri), iegādāties bioloģisko kosmētiku svaigus bišu produktus, piedalīties loterijā, iepirkties rotu tirdziņā, adījumu stendā, kā arī iegādāties vēl daudz ko citu!

Mūsu diena noslēdzās ar koncertu, kurā piedalījās Ventspils sieviešu koris "Venda", "Munduss", "Mazā Prinča studija", viesi Lība Ēce- Kalniņa un Vītol Bergs. Paldies vakara koncerta organizētājiem Rudītei un Anītrai par ļoti skaisto dienas noslēgumu! Paldies Latvijas baptistu draudzēm, senioru un māsu pulciņiem un individuālajiem ziedotājiem. **PALDIES VISIEM!!!!**

*MM*



# PELČI 2014

No 25. līdz 30. jūnijam Pelčos jau septīto gadu norisinājās vasaras nometne bērniem un jauniešiem ar īpašām vajadzībām. Šo nometni, kā ierasts, organizēja un dzīvē realizēja LBDS Sieviešu kalpošanas apvienība Elitas Lapiņas vadībā.

Nometnē piedalījās 117 dalībnieki, t.sk. 52 bērni, 16 māmiņas, 29 jaunieši un 20 mūsu draudžu darbinieki- svētdienskolotāji.

## Piedzīvot pašam

### Sandra Orinska

Ir 25. jūnija rīts, kad pie Ventspils baptistu draudzes baznīcas pulcējas apņēmības pilni ļaudis ar ceļojuma somām. Visi sakāpj autobusā un dodas Kuldīgas virzienā. Pelču speciālā internātskola ir busiņa galamērķis. Tur jau priekšā ir ilgi gaidītās *īpašo bērnu un jauniešu* vasaras nometnes organizatori un dalībnieki. Kāpjām ārā un sākam lūkot pēc pienākumiem.

Uzrunāju puisēnu, kurš viens neziņā stāv. Ar iestrādātu lietpratīgu žestu viņš parāda, ka ir nedzirdīgs. Kaklā sakāpj kamols un asaras pašas sāk mitrināt vaigus. Galu galā esmu šeit pirmo reizi. Citi jau „norūdījušies” iepriekšējos gados. Turpmāk redzu, ka nedzirdīgie bērni ir „vieglākie” no nometnes dalībniekiem, ja tā var izmērīt fiziskās vai

garīgās attīstības traucējumus. Viņus uzrauga skolotājs – nedzirdīgo zīmju valodas lietpratējs un tulks.

Nometnes idejas autore un menedžere Elita Lapiņa, personiska pārdzīvojuma un Dieva aicināta, ir veltījusi visiem šiem rūpju bērniem tik daudz pūļu un laika, lai visi nometnes dalībnieki piedzīvotu reizi gadā šo lielo brīnumu, kad dažāda vecuma, fizisko iespēju un garīgās attīstības līmeņa bērni un



jaunieši saliedējas kā viens vesels, lai dalītos mīlestībā uz vājāko, slimo, neaizsargāto, neglīto. Skolotāji un brīvprātīgie jaunieši ir no dažādām baptistu draudzēm. Lielu atbalstu sniedz biedrība „Spēkuguns” ar vadītāju Lāsmu Belovu.



Bērni iemīlējuši skolotāju Rebeķu

Nākamais brīnums ir nometnes saspringtais tematiskais darba plāns, kur katrs no darbiniekiem zina savu vietu, viens otram metas palīgā bez īpaša uzaicinājuma un noguruma, Dieva spēka, apkārt valdošās mīlestības un skaistās apkārtnes



Jānis pašmācībā apguvis klavierspēli

iedvesmoti. Tā ir vislielākā atlīdzība par katru dienu, kas katra piepildīta ar savu ideju. Ierodas arvien jauni, interesanti ciemiņi ar priekšnesumiem no tuvienu un tālienu. Tiek radītas jaunas dejas, jaunas dziesmas un pat dzeja. Lai arī piepulcināto ļaužu skaits aug, saimnieču gatavotā gardā ēdiena nepietrūkst. To visu, kā arī pārējos nometnes uzturlīdzekļus saziedojuši labi cilvēki Latvijā, Amerikā un Vācijā.

Garšīga, enerģiska, jauka, mīļa, labestīga, saulaina utt. – tā jaunieši - palīgi vakarā katrs raksturo aizvadīto dienu savam līderim Emilam Anškenam. Rūpīgi tiek pārrunāts, kas dienas gaitā izdevies un pie kā vēl jāpiestrādā, darbojoties par šīs Cerību Planētas sargeņģeli katram no bērniem vai jauniešiem, kuri nekad nebūs tik fiziski vai garīgi spēcīgi kā pārējie. Tomēr katrs no viņiem ir unikāls uz šīs zemes ar savu vēstījumu mums no Radītāja. Tikai to mums katram jāiemācās saskatīt pašam.

## Cerību Planēta

**Dace Bondare**, Ventspils draudze

Mūsu cerību planēta. Ko tas katram no mums nozīmē? Esmu pārliecināta, katram Tā nozīmē pavisam ko citu. Šogad nometnē Cerību Planēta visi meklēja ceļu uz Ēdeni. Arī es tur biju. Tas bija ceļa posms nepilnas nedēļas garumā, kurā saklausīju vairākas pieredzes un sajūtas.

Īpašie bērni nometni gaida pat vairāk kā savu dzimšanas dienu. Mans



Reinītis skaita dienas un pat stundas. Sākumā nespēju saprast, nu kas ir tas, pēc kā tik ļoti ilgojas mans zēns. Šogad, esot nometnē, klātienē redzēju – tā ir sabiedrība. Iespēja būt kopā ar pārējiem, tāpat kā mēs citi ikdienā. Laikam jau saprast un novērtēt to var tikai tas, kurš reāli šo sociālo izolētību, vientulību piedzīvo dienu no dienas. Dīvaini, bet es gaidīju un saņēmu tieši pretējo, proti, vientulību, jo dienā un naktī, esot kopā ar savu īpašo dēlu un viņa mazo māsu, tik ļoti pietrūkst laika vienatnei.

Paldies par mirkliem kopā ar citām īpašo bērnu māmiņām. Ko saklausīju no viņām? Kāda dienas tika izdzīvotas dubultā, jo tik daudz notikumu, cilvēku, savstarpējas sapratnes un cieņas ikdienā netiek piedzīvotas. Vēl kāda māmiņa guva veldzi sarunā ar garīdznieku. Citai šīs dienas pavēra iespēju atvērties un izlauzties no vainas apziņas, baiļu un skumju važām. Un tā varētu turpināt.

Arī bērni bija tik dažādi un līdz ar to piepildītie sapņi katram savi. Viens Cerību Planētā satika draugus,



## Liene stāsta par Bolīviju

cits - iespēju dziedāt publikai, vēl kāds izpaudās dejā. Kāds zēns kaut pāris mirkļus savā dzīvē piedzīvoja tēva – drauga rūpes. Skumjas mijās ar prieku. Tās ir netveramas sajūtas, kuras tika meklētas un atrastas Cerību Planētā, kā mēs dēvējām mūsu oāzi.

Jaunieši, kuri uzņēmās rūpes par nometnes dalībniekiem, bija mūsu Sargeņģeli. Pēc nometnes Sargeņģeļu vadītājs savā interneta dienasgramatā, manuprāt, perfekti atainoja jauniešu noskaņojumu un pārdomas. Emīls raksta:

„Es zinu, ka daudzi varētu jautāt, “Kam tev tas vajadzīgs?”, “Kāpēc tu to dari?”, un atbilde ir ļoti vienkārša - dots devējam atdodas. Redzot to prieku, kāds ir šo bērnu un arī viņu vecāku sejā, viss smagais darbs liekas nieks, un sirdī paliek tikai prieks. Smagi strādāt vienu nedēļu, lai palīdzētu bērniem sajūties “normāli”, un vienkārši baudīt dzīvi, ir nieks salīdzinājumā ar to, ko šie bērni un vecāki



Vakars bez elektrības

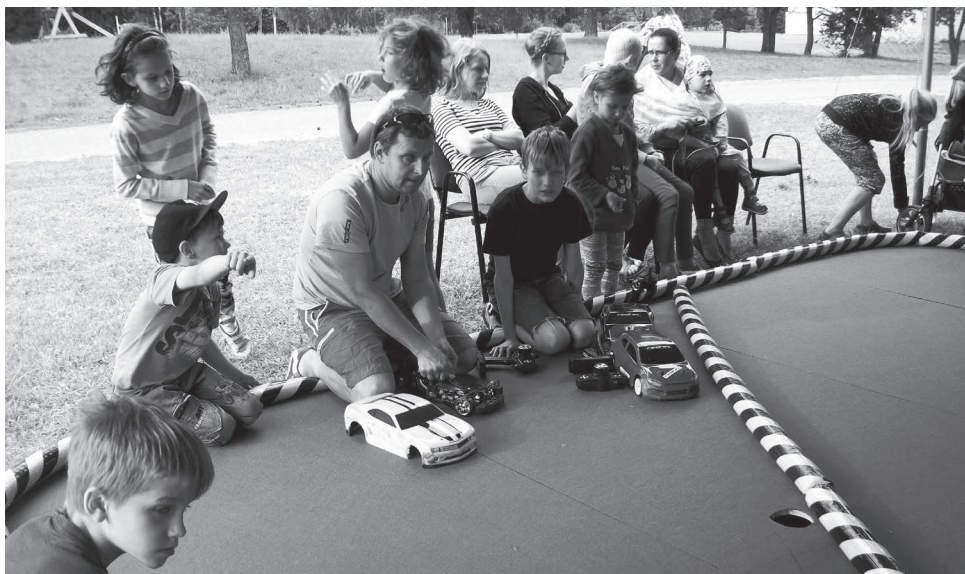
pie dzīvo ikdienā. Es nometnē esmu vienu nedēļu un man ir emocionāli un fiziski smagi, bet es zinu, ka pēc nedēļas varēšu doties mājās, sakārtot savas domas un atpūsties, bet nometnes dalībniekiem šādas iespējas nav. Viņi nevar paņemt pārtraukumu savām slimībām un atpūsties, viņiem ar to jāsadzīvo visu mūžu. Šī pieredze viennozīmīgi ir kaut kādā ziņā mainījusi manu dzīvi un ik pa laikam pieķeršu sevi sūdzamies par lietām, kas maniem jauniegūtajiem draugiem liktu pasmieties...”

Paldies visiem nometnes organizatoriem, skolotājiem, audzinātājiem, ziedotājiem un visiem, kuri lūgšanās bija kopā ar mums. Paldies tev, mana mīlā mamma, par mēnešiem ilgu darbu, lai mums katram būtu sava Cerību Planēta. *MM*

*Skatiet foto uz 3. un 4. vāka*



Emīls Anškens - jauniešu vadītājs



Spēles ar *drifta* mašīnām

Rakstu par  
LABO DARBU DIENU

lasiet 14. lpp.



Atbalsta centrs "Roku rokā" no Aizputes



Mazā grupa



Dzied ventspilnieces



Nometne Siguldā  
"ATKLĀJ NOZĪMĪGO"  
rakstu lasiet 23. lpp.



Līvija Godiņa intervē bīskapu Pēteri Sproģi



Kafejnīcā pie



Rokdarbi



Mazā grupa



Lektore  
Skaidrīte Mežecka



Mazā grupa



Ligas



Kuldīgas draudzes koris



SIEVIEŠU KALPOŠANAS JUBILEJA Jelgavā  
rakstu lasiet 8. lpp.



# ATKLĀJ NOZĪMĪGO!

No 23. līdz 25. jūlijam Siguldā norisinājās SKA organizētā nometne „ATKLĀJ NOZĪMĪGO”. Laureņču hosteli pie Kaķīskalna bijām kopā vairāk nekā 80 dalībnieku – visdažādākā vecuma sievietes, daži dzīvesbiedri, kā arī bērni. Trīs ļoti karstās dienās bija iespēja iepazīties un draudzēties, klausīties iedvesmojošas liecības un lekcijas, iemācīties daudz ko noderīgu. Piedāvājam nelielu ieskatu nometnes lekcijās.



## Atklāj nozīmīgo draudzē

Īss konspekts no Ogres Trīsvienības draudzes sludinātāja

**Daiņa Pandara** lekcijas:

Kas varētu būt vissvarīgākais, domājot par draudzi? Atbildes ir dažādas: sadraudzība, Dieva gribas piepildīšana, Jēzus, Svētais Gars, Kristus ligava... utt. Viena no precīzākajām būtu atbilde: „*Draudze ir Kristus miesa*” (1.Kor.12:4-14).

Draudze ir Dieva ideja virs zemes, Dieva iestādījums! Svarīgākais jūsu pilsētā ir draudze! Bez draudzes šajā valstī cerības nav, jo tā ir Kristus miesa. Kā Svētais Gars mājo katrā kristietī, tā Svētais Gars plūst arī

draudzē. Bet Svētais Gars arī pārveido. Ir jāļauj Garam draudzē plūst kā no garīgas akas un visu darīt dzīvu!

Kad jaunībā biju neticīgs, tad domāju, ka visu labi saprotu, bet Dievu nevar saprast ar miesīgo prātu. Dievam ir interesants plāns, kā tikt klāt mūsu katra sirdij. Pēc tam, kad mācītājs bija lūdzis kopā ar mani, es atvēru acis un nesapratu, kas ir mainījies – viss kļuvis krāsaināks, zāle zaļāka, debesis spožākas, un mani ir kaut kāda dzīvība ieplūdusi. To dara Svētais Gars! Ja mani un draudzē plūst dzīvības ūdens kā no akas – tad slāpstošie to jutīs. Bet ja paši rokam savas akas – piemēram, tradīcijas vai savus pieņēmumus – tad īstai akai mēs ar to uzliekam it kā vāku virsū.

Kad vēlaties kā draudze kaut ko darīt – vai pavadāt laiku lūgšanās? Jo labākais ir nevis saorganizēt pēc sava prāta, un tad meklēt Dievu tajā, bet vispirms lūgt, jo lūgšanā Gars darbojas.

Ar Svēto Garu sevī jāsadzīvo līdzīgi kā ģimenē vīrs ar sievu. Kad apprecas, nevar vairs darīt visu, ko tu pats gribi. Tāpat jādzīvo ar Svēto Garu, jāieklaušās, un jācenšas darīt, ko Viņš vēlas. Ja neklaušām Gara balsij, tad drīz to vairs arī nedzirdam. Mums jāatgriežas tur, kur neklaušijām, un jāsāk no jauna, paklausot.

Nekad neierobežo sevi vai savu draudzi Svētā Gara darbībai. Kristīgā dzīve ir tāda, kuru mēs izdzīvojam pilnvērtīgi. Arī Mozus teica, ka viņš nespēs, ka viņš nav runātājs...

Bet Dievs teica: Ej un runā! „Jūsu Aicinātājs ir uzticams, Viņš būs arī darītājs!” Ļauj Dievam sevi vadīt, ļauj Viņam strādāt pie sevis, lai dzīvā Dieva Gars darbotos arī draudzē!

## Ko darīt ar emocijām

Dažas tēzes no **Aijas Grinbergas** lekcijas:

Interesanti, ka no bērnības mēs atceramies tikai to, kur mums ir bijušas kādas emocijas. Esam aizmirsuši, ko runāja pieaugušie, skolotāji, bet – atceramies, kā mēs jutāmies.

Kristiešiem bieži tiek mācīts, ka emocijas vajag apspiest. Tas laikam tādēļ, ka vēlamies būt it kā



„labi un pareizi”. Bet, ja kaut ko ilgi apspiež, tad beigās rodas sprādziens. Ar savām emocijām vajag nākt pie Jēzus! Ja mēs neielaižam Jēzu visos sirds kambarīšos – tie sasmok un sāk smirdēt. Kāda sieva 15 gadus bija apspiedusi savas emocijas un sapresējusi tās sevī. Kad pēkšņi tās negribot šāvās ārā – vīrs nepazina savu sievu! Sapresētas emocijas ir kā gāzes balons, kā augstspiediena katls, kas var būt bīstami visiem. Beigās var būt arī nervu sabrukums.

Vai Rakstos ir balstīts tas, ka emocijas vajag apspiest, apslāpēt, neizrādīt? Rakstos mācīts, ka emociju derīguma termiņš ir viena diena. Līdzīgi kā manna tuksnesī – ja sataupīja vairāk, tā sabojājās un sāka smirdēt. „*Dusmās neapgrēkojieties, lai saule nenoriet, jums dusmojoties (Ef.4:26)*”. Tātad ne pašas dusmas ir grēcīgas, bet uzvedība. Ir teiciens: Kas ar dusmām pārguļ, tas no rīta ir jau salaulāts ar tām.

Kur likt naidu, uztraukumu, dusmas? Bībelē ir dažādas, bet līdzīgas atbildes:



„Nezūdieties nemaz, bet jūsu lūgumi lai nāk zināmi Dieva priekšā” (Fil.4:6).

„Visu savu zūdišanos metiet uz Viņu” (1.Pēt.5:7).

„Izsūdziet cits citam savus grēkus un aizlūdziet cits par citu, ka topat dziedināti” (Jēk.5:16).

Tā lūk – vienīgā vieta, kur mēs varam likt savas sūdzības, ir pie Dieva, pie Jēzus, jo pie Jēzus krusta tās tiek neitralizētas! „Nāciet šurp pie Manis visi, kas esat bēdīgi un grūtsirdīgi, Es jūs gribu atvieglināt” (Mat.11:28).

Turklāt tas jādara tūlī! Atcerieties – derīguma termiņš – viena diena, pēc tam sākas problēmas. Tad sāk slimot ķermenis. 70 % slimību ir psihosomatiskas. Visas emocijas saistītas arī ar piedošanu. Ja nepiedodom (gan sev, gan citiem), tad emocijas mūs saed no iekšienes.

Dziedina tikai Kristus. Kad notiek emociju apmaiņa ar Dievu, tad notiek dziedināšana. „Celies, brēc naktī; ļauj izplūst jau pirmajos gaiļos savai sirdij Tā Kunga priekšā kā ūdenim” (Raudu dz.2:19).

Kas ir pirmais, pie kā tu nāc, kad jūties slikti, kad esi dusmīga? Pie ledusskapja? Sniedzies pēc šokolādes, televizora pults vai izklaides žurnāla? Tad tas ir tavs elks. Ja tu neej pie Dieva, tad tas ir viltus mierinātājs, tava atkarība.

Nevajag gaidīt grēksūdzi, svētdienu, pat ne vakaru! Vajag UZREIZ iet pie Dieva un Viņam atdot gan prātu, gan gribu, gan – un tas ir visgrūtākais – atdot Viņam arī jūtas!

## Misija un dzeja

Īsas piezīmes no cietumu kapelānes, teoloģes un dzejnieces **Rudītes Losānes** stāstītā:

Dažreiz cilvēki ar apbrīnu skatās uz tiem, kas priekšā runā, kas uzstājas. Tā mēs apvērsti izprotam Dieva lietas. Mēs, kas uzstājamies, esam kalpi, un klausītāji ir pagodināti. Es esmu kalpone jums. Jēzus bija kalps. Mēs katrs, kas esam kristīti, esam dabūjuši dāvanu kalpot, aicinājumu misijai. Katram ir sava misija, ne jau tikai pagānu zemēs var būt misija. Mums jāsāk kalpot ar mazumu, jābūt uzticamiem, nevajag gribēt redzēt visu nākotni. Ja es būtu redzējusi 10 gadus uz priekšu, ja Dievs man būtu atklājis, ko es darīšu, es nebūtu cietumā savu kāju spērusi. Dievs man neatklāja, citādi es būtu aizbēgusi. Dievs mani aicināja lielās bēdās, kad ģimene un darbs sabruka, kad paliku viena ar diviem bērniem. Lēnām meklējot izeju (un visi citi, protams, bija vainīgi, es viena pati nevainīga), manī pēkšņi ne no kā uzradās jautājums: „Bet varbūt tu pati esi vainīga?”



Šis jautājums mani neiedzina, jo tas nāca no Dieva – tas bija celsmīgs un atjaunojošs jautājums. Lēnām uzzināju patiesību par sevi un Dievu.

Dievs ļoti respektē katru cilvēku. Tiem, kurus Dievs sūta – tiem nav tā, ka Viņš it kā uzsit uz pleca, lai tev viss veicas, un – aiziet! Dievs ar mums darbojas ļoti individuāli. Kad Dievs kādam daudz dod, Viņš arī daudz prasa. Jau mācoties LU Teoloģijas fakultātē, mani aicināja uz pus slodzi strādāt sieviešu cietumā. Tur nav viegla plāpāšana. Lai es tur varētu izturēt, pastāvēt un kaut ko dot, sāku lasīt visu par cietumiem, man vajadzēja pieiet profesionāli un izpētīt kriminālo pasauli. Ir jāmīl ne tikai cilvēks, bet arī savs darbs. Redzēju, ka esošajā sistēmā neko uz labu nevar mainīt, jo sociālisma rēgs vēl klīda pa mūsu cietumiem. Tā pamazām atradu savu pieeju, izveidoju savu resocializācijas programmu. Kad es pazemojos, cik vien zemu var, Dievs sāka mani celt. Izrādījās, ka tāda programma ir unikāla, tāda vēl nav nekur citur pasaulē. Saņēmu par to Trīszvaigžņu ordeni. Tagad es doktorantūrā aprakstu šo programmu, lai to tulkotu un izdotu ārzemēs, un tad to ieviesīs visos Eiropas cietumos. Šis darbības laikā piedzīvoju divas avārijas, un kādā brīdī sapratu, ka es patiesībā kalpoju nevis Dievam, bet sev, savam godam, savai kalpošanai. Kad beidzot pazemojos un ļāvos Dievam, tad nāca panākumi.

Tā kā mans darbs norit smagos un netīkamos apstākļos, man patīk dzīvot skaistu laicīgo dzīvi ārpus tā.

Mūsu dzīvei nav jābūt garlaicīgai un bēdīgai. Dzīve nav jānoskrien. Dzīve ir garšīga! Ne velti Dāvids ir teicis: „Viņa vārds ir uz manas mēles” (2. Sam.23:2). Dieva Vārds un vārds piedod dzīvei garšu. Es neesmu dzejnieks, bet teologs. Bībele 2/3 ir dzejā, arī 1.Kor.13. nodaļa ir dzeja. Dzeja ir teoloģijas valoda. Dzejā ir gars, un gars to saprot. Tādēļ manos dzejoļos var saklausīt kā autobiogrāfiju. Ne viss ir par mani, bet – mans piedzīvotais.

## Miera osta

Par misiju darbā ar pamestiem bērniem stāstīja organizācijas „Miera osta” direktore **Dace Rence:**

Mūsu aicinājums un cenšanās ir vēlme atbalstīt un iepriecināt pamestos bērnus – gan no bērnu namiem, gan tos, kas dzīvo uz ielas. Tieši šie pēdējie ir neapskaužamā situācijā. Ja bērnu nama bērniem laicīgā ziņā nekā netrūkst – viņi dzīvo ļoti labos apstākļos, bieži daudz labāk, kā vidusmēra ģimenes Latvijā, viņiem trūkst tikai vecāku mīlestības; tad ielu bērni (piemēram, Liepājas Karostā) ir tie, kuriem formāli it kā ir ģimenes, viņi nav bāreņi, bet vecāki vai nu strādā vai dzer tā, ka bērni



faktiski visu laiku ir vieni. Viņi dzīvo uz ielas, ļoti skarbos apstākļos, kur valda nabadzība, bads un vardarbība. Karostā šie bērni aug tik izolētā vidē, ka viņi neko citu nav redzējuši un pat nespēj iztēloties to, kas mums liekas gluži pierasts. Kad vedām viņus ar mašīnu pa Liepāju – parastu pilsētu – viņiem tas bija brīnums kā Amerika! Esam izveidojuši Karostā Dienas centru ar nosaukumu „Miera osta”, kur bērni var nākt un saturīgi pavadīt laiku, paēst, nomazgāties, mācām mazgāt drēbes, palīdzam mācīties skolas darbus, sniedzam padomu, atbalstu, lūdzam kopā. Vienkārši rādām, ka cilvēku dzīve un attiecības var būt savādākas nekā tās, ko viņi ir redzējuši mājās. Ja vienīgais, ko viņi redz, ir tas, ka pieaugušie ir nepārtrauktā alkohola reibumā un sit viens otru, tad dabīgi, viņiem rodas priekšstats, ka tā ir jādzīvo, kad paši kļūs pieauguši.

Ļoti svarīgi ir bērnam teikt labo,

**jo bērns kļūst par to, ko viņam saka!**

Daudzi bērni tiek adoptēti uz ārzemēm un kļūst labi pieaugušie, jo viņiem notic. Esam paši piedzīvojuši, ka viens vārds vai teikums var izmainīt visu turpmāko dzīvi – vai nu uz labu vai ļaunu. *Jes. 1:17 teikts: „piešķiriet pienācīgo tiesu bāreņiem!”*

Visaktīvākais darbs ir vasarās, kad rikojam bērniem nometnes. Esam sākuši sarunas valsts un Kristīgo baznīcu vadītāju līmenī, un ceram ieviest Bāreņu dienu novembra 1. svētdienā.

## Dievs mūs adoptēja

Citāti no LBDS  
bīskapa  
**Pētera  
Sproga**  
stāstījuma:



Kuram no mums nav slikti gēni, un kurš te nav problēmbērns?

Un tomēr Dievs mūs ir adoptējis!

Mēs visi esam spējīgi uz rīcību, par ko ir briesmīgs kauns. Tomēr Dievs ar mums riskē.

Mūsu ģimenē esam adoptējuši meitiņu Viktoriju, un tas ir īpašs stāsts, kā Dievs viņu pie mums ir atvedis.

Kāpēc mēs nevaram riskēt un adoptēt, par spīti visiem gēniem un problēmām, ar ko „labu griboši” cilvēki mani biedē un bridina?

Pret paštaisnību nevar cīnīties ar paštaisnību, tāpat kā ar zagšanu nevar uzvarēt zagšanu. Zaglis taisnojas, ka viņš zog no tā, kurš pats ir zadzis, bet tā nevar, jo tad viņš paliek tāds pats. Ja mūsu mērķis ir būt reliģioziem, svēti kritizēt, svēti norādīt ar pirkstiem, tad esam vairāk nekā paštaisni un vairāk nekā zagļi.

**Mums nav atsevišķa „garīgā dzīve”, bet Dievs skatās uz visu mūsu dzīvi.**

Visa mūsu dzīve ir istā dzīve. Ir svarīgi apzināties katra mirkļa nozīmi. Mēs domājam, ka būsīm laimīgi, ja notiks kaut kas, ja īstenosies mūsu mērķis. Bet ja tu neesi laimīgs tagad, tad iespējams, nebūsi laimīgs nekad. Šis solis, šī elpa ir viss, kas tev ir. Ja nespējam darīt šīs mazās lietas šajā mirklī – tad arī mērķis nav nekas vairāk.

Nebūsīm reliģiozi – ka sākam mazās lietas pastumt malā kā nevērtas, un gribam tik to lielo mērķi. Ja neapzināties šo mirkli, tad esam pārāk „garīgi”, pārāk paštaisni.

Vai tu esi klātesošs šajā mirklī, kad runā ar līdzcilvēku? Tava attieksme, ar ko tu dzīvo šo mirkli – tā nosaka mūžību. Ja tu nevari baudīt šo soli, tu nevari baudīt mērķi. Mērķis neat- taisno līdzekļus! Līdzekļu summa ir tas mērķis.

Tavs nākamais solis ir svarīgākais, ko tu dzīvē esi spējīgs darīt. Kaut arī tas būtu mazs iesākums. Sāc apzināties, ko tu dari, un – atgriezies no grēkiem!

*(Pierakstīts konspektīvi)*

Protams, vēl daudz citu jauku notikumu bija nometnē.

Rītus iesākām ar rītlūgšanu un vingrošanu svaigā gaisā. Katru dienu nepārtraukti bija atvērta Lūgšanu istaba. Dienas gaitā bija arī iespēja izstaigāt Gaujas senlejas nogāzes un Lorupes gravu nenogurdināmās Lidi- jas Saulītes vadībā. Mācījāmies darināt skaistas lietišas dāvināšanas priekam. Klausījāmies gastroenteroloģes Skaidrītes Mežeckas lekciju – garīga rakstura pārdomas par dzīvību, radīšanu, veselību un slimībām. Agrita Drēska stāstīja un rādīja foto par savu misiju Tīģeru kaktā Bolīvijā. Dīvus va- karus saulrietā no sirds izdziedājāmies kafejnīcas verandā. Arī es tur biju, Līgas kafejnīcā tēju dzēru, visiem līdzī dziedāju un šo te jums sarakstīju.

**Tabita Runce** *mm*

*Skatiet foto žurnāla vidus atvērumā!*

Vakara sadziedāšanās



# PIETIEKOŠI LABA MAMMA

Inese Drēska,  
Jelgavas draudze

Konspekts no Māmiņu grupas sarunas nometnē Siguldā



Inese Drēska vada māmiņu grupas sarunu

Par pamatu jauno māmiņu kopīgajām pārdomām kristīgo sieviešu nometnē esmu ņēmusi angļu bērnu ārsta D. Vinikota teicienu *“Pietiekoši laba mamma”*.

Pietiekoši laba - tas nozīmē, ka tāda mamma nav ideāla, bet viņai piemīt no visa kā pietiekošā daudzumā.

Idealizācija - tieši pretēji - ir cenšanās uz ideālu, perfektu sasniegumu. Bībele māca, ka vienīgi Dievs ir ideāls. Cilvēka vēlme idealizēt iet roku rokā ar salīdzināšanu un sevis pārmērīgu noslogošanu.

Kā jūtas bērns ar „ideālu”, saspringtu mammu? Ja idealizācija kļūst par mātes dzīves stilu, tad pēc D. Vinikota novērojumiem bērni sāk slimot, jo izjūt gan mātes spriedzi, gan pret sevi

izvirzītas pārmērīgi augstas prasības.

## **D. Vinikota skatījumā pietiekoši laba mamma:**

- \* saprot sava bērna vajadzības un pēc nepieciešamības tās apmierina;
- \* saprot bērna vecuma attīstības īpatnības;
- \* neizvirza pārmēru augstas attīstības prasības;
- \* ievēro bērna talantu;
- \* nodrošina drošu vidi augšanai un attiecīgā vecumā pakāpeniski bērnu palaiž pastāvīgā dzīvē.

Sabiedrības izglītošana pieaug, un cilvēki kļūst gudrāki ne tikai attiecībā uz savu dzīvi, bet izvērtē šajā zināšanu gaismā savus vecākus. Nereti nākas atzīt, ka pēc šodienas zināšanām vecāku sniegunā daudz kā pietrūcis.

Atceroties, ka pašam augot, nebija vienas vai citas lietas pietiekošā daudzumā, mātes nereti iekrīt galējībā, sakot: "Maniem bērniem gan tā nebūs!". Tā var viegli iestrēgt šķietami ideālās mātes lomā.

Diskusijas laikā ar jaunajām māmiņām mēģinājām saprast, kas būtu pietiekoši laba mamma kristīgā kontekstā.

### **Secinājām, ka tā ir:**

\* Māte, kurai bērns visu laiku nav pirmajā vietā, jo pirmā vieta pieder Dievam. *2.Moz.20, 3 rakstīts: "Tev nebūs cits dievus turēt manā priekšā."*

\* Māte, kura bērna dzīvē atspoguļo Dieva ieliktos dzīves likumus - stāsta patiesību, kura dara brīvu bērna sirdi. „*Kur ir Tā Kunga Gars, tur ir brīvība!*” (2.Kor.3,17).

\* Māte, kura izdzīvo pareizo lietu kārtību - Dievs, tad vīrs, bērni un citi cilvēki.

\* Māte, kura iemāca mierinājumu

meklēt pie Dieva, nevis ēdienā, dzērienā, citos cilvēkos vai ieslīgšanā sevī. *1.Sam. 1, 15 Anna sacīja: "Es esmu savu dvēseli izkratījusi Tā Kunga priekšā."*

\* Māte, kura palīdz ieraudzīt Dieva plānu bērna dzīvei. Māte, kura ar uzmanīgu aci vēro bērna garīgās dzīves dimensiju - vai bērns lūdz Dievu pats, vai nožēlo slikti padarītu darbu, vai izlīdzinās ar draugiem, vai piedalās labos darbos.

Pietiekoši laba mamma dara to labāko, tad atkāpjas un dod vietu Dievam. Tas, ka lielā mērā dzīvē maz kas pilnībā atkarīgs no mums, var izbiedēt un var dot atvieglojuma sajūtu.

Ja spējam atnest pūles kļūt ideālām, tad gan pašām, gan mūsu bērniem ir garantēts dzīves prieks, labas savstarpējās attiecības un veselība.

Pateicos par jauko kopā būšanu nometnē! *MM*

## **ATBILD ĢIMENES PSIHOTERAPEITS**

Uz mūsu lasītāju jautājumiem atbild ģimenes psihoterapeite

**Kristīne Maže**

**1. Kāpēc bērniem patīk atkārtot sliktos vārdus, kaut arī ģimenē neviens tādus nelieto? Tiek pārrunāts ģimenē par to sliktu nozīmi, bet bieži tas ir bez rezultātiem.**

Mēs visi mācāmies, kaut ko atdarinot, atkārtojot. No brīža, kad bērniņš

piedzimst, viņš vēro pasauli, iepazīst to, cenšas komunicēt, saprast un tikt saprasts. Arī atdarināšana ir tas, ko bērns iemācas caur to, ka vispirms kāds mīlošs pieaugušais viņu atdarina un iemāca lietot to, kas tiek saukts par spoguļneironiem. Ir bērni, kuri auguši nelabvēlīgā vidē

un savus spoguļneironus tā arī nav "iedarbinājuši". Tātad labā ziņa ir tā, ka sliktos vārdus atkārtotajam bērnam spoguļneironi darbojas. Grūtība ir tajā, ka bērns ne vienmēr izvēlas savas iemaņas izmantot tā, kā to vēlētos vecāki. Tam iemesli var būt dažādi. Mēģināšu minēt dažus. Tā kā ģimenē par šo vārdu nozīmi ir pārrunāts, tad, visticamāk, tas nav zināšanu trūkums. Reizēm tomēr ir vērts pārlicināties par to, ko bērns no mūsu teiktā patiešām ir sapratis. Kādā mierīgā brīdī var pavaicāt: "Es tev daudz esmu stāstījusi, ko šie sliktie vārdi nozīmē un kādēļ mūsu ģimenē tos nelietojam, bet isti nezinu, vai esmu stāstījusi tā, lai tas būtu tev saprotami. Pasaki, lūdzu, ko tu no tā visa esi sapratis." Ja bērns nezina, ko atbildēt, tas var būt mājiens, ka jāmēģina izskaidrot vienkāršāk vai iejūtīgāk.

Iespējams, ka sliktu vārdu lietošana ir vienīgais veids, kā bērns var parādīt pats savu gribu, savu viedokli iepretī vecāku viedoklim. Jau no dzimšanas brīža bērns sāk atdalīties no mātes, no ģimenes. Pamazām, pa mirklīti, iepazīstot savu ķermeni, savu personību, savas vēlmes un vajadzības, veidojot savas attiecības ar Dievu. Ir tādas atdalīšanās un patstāvības formas, par kurām mēs priecājamies, kuras veicinām un ar kurām lepojamies. Par pirmo smaidu, pirmajiem vārdiņiem, pirmajiem solīšiem, spēju atpazīt burtus, skaitīt utt. Kad bērns sāk eksperimentēt pats ar savu gribu, tas vairs nav tik patīkami. Kad paziņo: "nē, to es

nedarīšu!" vai "tas man negaršo". Ir liels kārdinājums teikt, ka es zinu labāk un tev nevajag pieļaut kļūdas, no kurām tu iegūtu savu pieredzi. Izvēle ir Dieva dāvana mums, kurai ir augsta cena. Dievs atļāva Ādamam un Ievai paņemt aizliegto augli, lai gan zināja sekas un zināja, kādas sāpes un ciešanas tas radīs. Dievs ļauj mums izvēlēties - pieņemt Viņu vai censties savu dzīvi kontrolēt pašiem. Varbūt ir vērts sev pavaicāt - kādas izvēles es, kā viens no vecākiem, ļāju savam bērnam izdarīt, kādus lēmumus pieņemt patstāvīgi. Cik daudz es kontrolēju sava bērna dzīvi.

Šie jautājumi noved pie vēl kādas iespējamās atbildes uz sākumā uzdoto jautājumu. Ja bērns jūtas **pārmērīgi** kontrolēts, tad dusmas gluži neviļus var izlauzties vārdos, kas ģimenei nav pieņemami. Mēs kā kristīgi vecāki cenšamies dot bērnam to labāko, audzināt mīlestībā un ielikt stabilas pamatvērtības. Un tas ir svarīgi. Bet reizēm nepamanām, ka tajā pašā laikā kaut kas no mūsu vecās dabas ir ielavījies pa sētas durvīm un tikai maskējas kā mīloša rīcība. Piemēram, tā pati kontrole, vēlme uzspiest savu gribu. Vai bērnam ir zināms, kurus dusmīgos vārdus šādās situācijās drīkst lietot? Jo var taču izjust dusmas arī tad, ja vecākiem tiešām ir taisnība. Kā šīs dusmas lai izpauž **pieņemamā** veidā?

Vēl viens iespējamais iemesls varētu būt bērna vēlme justies pieņemtam vienaudžu vidū, justies līdzvērtīgam pārējiem. Protams, jautājums ir, ko mēs katrs saprotam ar terminu "sliktie

vārdi". Es šobrīd izdaru pieņēmumu, ka tie varētu būt lamuvārdi, lai gan arī tiem mēdz būt gradācijas. Nav nekāds noslēpums, ka ir daudz pieaugušo, kuri lieto lamuvārdus, pat neapzīnoties, ka to dara, jo tas kļūvis ļoti ierasti. Reizēm bērniem, kuri auguši šādā vidē, arī tas kļūst par ieradumu, kuru pamana tikai tad, kad parādās kāds, kurš ir savādāks, kurš runā citādi, kā tāds svešzemnieks. Bērnam nav viegli saglabāt savas un savas ģimenes vērtības, tajā pašā laikā cenšoties iederēties un būt daļai no savas grupas. Arī mēs, pieaugušie, taču ar to sastopamies pietiekami bieži.

Tādēļ, lai arī kāds būtu iemesls slikto vārdu lietošanai, ir svarīgi paturēt prātā, ka es un mans bērns esam komanda, nevis divas karojošās puses. Savos centienos iznīdēt nevēlamu rīcību, jāatceras, ka bērns pats ir mīlams un mums dārgs. Ne tikai jāatceras, bet bērnam tas jāatgādina ar vārdiem, ar glāstu, ar rīcību, ar kopā būšanu. *"Svētīgi žēlsirdīgie, jo tie dabūs žēlastību"* (Mateja 5:7). Mēs audzinām Dieva uzticētu bērnu, kur primārais ir nevis izskaust nevēlamus ieradumus, bet veidot attiecības.

## **2. Zēnam bija jāpiedzīvo divu tuvu cilvēku nāve. Tagad viņš bieži runā par miršanu, ka pats labprāt gribētu mirt. Viņam tagad ir 6 gadi. Sarunu temats bieži ir nāve, kapīni, Debesis. Kā reaģēt?**

Bērnu interese un zinātkāre par nāvi ir gluži dabiska. Līdzīgi kā par visu citu, kas šajā pasaulē notiek. Situācijā,

kad kāds tuvinieks tiek zaudēts, šī interese saasinās vēl vairāk, tas kļūst aktuāli. Bērna runāšana par nāvi un miršanu palīdz viņam domāt, saprast, "pārstrādāt" sevi to, kas piedzīvots. Tas ir kaut kas grūts un smags, ar ko jātiekas galā. 6 gadu vecumā bērns jau saprot nāves noturību jeb nemainīgumu. Ja līdz 3-4 gadu vecumam bērnam nāve šķiet tik pat pārejoša kā nakts miegs (aizmīga, pagulēja, pamodās, piecēlās un atkal būs tepat), tad jau ar 5 gadu vecumu šī izpratne mainās. Bērns apzinās, ka mirušais vairs neatgriezīsies, ka tas ir paliekoši. Te gan jāpiebilst, ka ne visi bērni attīstās vienādi, līdz ar to ir iespējams arī, ka šī zēna izpratne ir citāda.

Ja ir miruši tuvinieki, tas liek bērnam aizdomāties par savu pārējo tuvinieku mirstīgumu. Šādas domas var radīt nedrošību, bailes. Ja bērnam ir stāstīts par Dievu, par debesīm, tad šādā situācijā daudz vilinošāk var šķist būt tur, kur nav vairs bailu un ir pilnīga drošība, nevis mācīties bailes pārvarēt. Kāds no maniem bērniem šajā vecumā arī reiz izteicās, ka labāk jau mirt uzreiz un tikt pie Dieva debesis, ja tur ir tik labi. Iespējams, ka debesis es biju attēlojusi tik iekārojamas, ka piemirsās pateikt par mūsu privilēģiju arī šeit uz zemes dzīvot kopā ar Dievu. Katrā ziņā tad, ja bērns runā par vēlmi mirt, to nevajadzētu atstāt bez ievēribas. Pašnāvības domas nav normāla parādība šajā vecumā un var liecināt par lielām grūtībām un ciešanām, kuras bērns piedzīvo. To var ietekmēt pāri palikušo tuvinieku reakcija (ne



tikai vārdi) uz šīm divām nāvēm, ap bērnu esošā vide, pieredze pirms tam, kad tuvinieki nomira. Šādā situācijā vēlams atrast kādu speciālistu, kas ģimeni varētu atbalstīt un palīdzēt tikt skaidrībā. Iespējams arī, ka šis ir atgādinājums pieaugušajiem pašiem pārskatīt savu viedokli par nāvi, savu

pieredzi ar to. Reizēm man šķiet, ka tieši bērni ir vislielākā motivācija, lai arī pieaugušie neapstātos savā augšanā un attīstībā. *"Brāļi, netopiet bērni saprašanā, bet esiet mazi bērni ļaunumā, bet saprašanā topiet pieauguši"* (1.Kor. 14:20).

*Mm*

Gatavojoties Pasaules baptistu sieviešu  
LŪGŠANU DIENAI 2014 3. novembrī

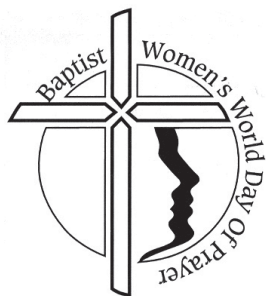
## „Kopsolī ar Garu caur Gara augli UZTICAMĪBU

Šoruden Pasaules baptistu sieviešu Lūgšanu dienas tēma: Uzticamība - viens no Svēta Gara augļiem. Katru gadu kāda kontinenta komiteja gatavo Lūgšanu dienas programmu. Šogad to sagatavoja Latīņamerikas Baptistu sieviešu apvienība (UFBAL).

Aicinām jūs ieiet mājaslapā: **www.bwawd.org** un iepazīties ar plašāku materiālu. Tur atradīsiet aizlūgšanu vajadzības dažādos kontinentos, projektus, kam līdzekļi lietoti iepriekšējos gados, kā arī šī gada projektus, kam varēsiet ziedot Lūgšanu dienā.

### Manas dārgās māsas!

Uzskatu to par lielu privilēģiju sveikt jūs Jēzus vārdā šajā īpašajā dienā. Piedalīdamās Pasaules baptistu sieviešu Lūgšanu dienā, jūs savienojaties ar savām māsām visā pasaulē, kuras arī piedalās šajā īpašajā dienā. Tas ir tik apbrīnojami! Tāpēc es jūs sveicu arī visu jūsu baptistu



**Raquel Contreras,**

BWA (Pasaules Baptistu alianse)  
Sieviešu nodaļas prezidente

māsu vārdā. Viņas runā daudzās un dažādās valodās un pārstāv dažādas kultūras un tradīcijas, tomēr tajā pašā laikā visas ir vienotas vienā darbā - aizlūgšanās citai par citu.

Viena no manām mīļākajām baznīcas dziesmām ir Great is Thy Faithfulness („Uzticīgs mūžīgi”). Šī dziesma

ir mani pavadījusi kopš bērnības. Mēs to dziedam draudzē un mājās, un tās vārdi un melodija pilda mani ar mieru. Tā atgādina man par Dieva uzticību un to, ka Viņa apsolījumi nekad nemainās. Viņš vienmēr ir līdzās visos dzīves priekos un bēdās.

Mēs esam pieradušas pie tā, ka uzticība ir Dievam piemītoša īpašība. Bībelē bieži ir pieminēta Dieva uzticība. Atkal un atkal mēs sastopamies ar atgādinājumu: ja Dievs kaut ko apsola, tas notiek. Tā tas ir bijis, ir un būs. Ja Dievs kaut vienu reizi būtu izrādījis neuzticams, Viņš nebūtu Dievs, un mēs nevarētu pašauties ne uz vienu no Viņa apsolījumiem. Uzticamība ir viena no Dieva būtību raksturojošajām īpašībām.

Cilvēku, kas dzīvo ciešā sadraudzībā ar Dievu, Viņam nerimtīgi kalpojot, var saukt par uzticamu. Uzticamība ietelmē visas mūsu attiecības. Bībelē ir teikts, ka tā ir Dieva dāvana. Kad mēs pieņemam Kristu par Kungu, mūsos iemājo Svētais Gars un nes Gara augli – mīlestību, prieku, mieru un uzticamību. Šo svētību pārpilnība ir atkarīga no tuvām attiecībām ar Dievu un pašaušanās uz Viņa Garu. Mums ir jābūt uzticamām, lasot un paliekot Dieva vārdā un meklējot Viņu lūgšanās.

Habakuka 2:4 māca, ka „taisnais dzīvos no ticības”, un šī patiesība tiek citēta un paplašināta Jaunajā Derībā. Mēs Dieva žēlastībā saņemam šo ticību un uzticamību. Tāpēc, ka Viņš ir uzticams, mēs saņemam uzticības dāvanu, kas kādu dienu ļaus mums dzirdēt vārdus: „Labi darīts, tu godīgais un uzticīgais kalps.”

Uzticamības dāvana mums noder visās attiecībās, jo tad, kad esam uzticīgas Dievam, mēs šo Gara augli lietojam arī attiecībās ar citiem. Baptistu sievietes visā pasaulē ir bijušas uzticamas daudzus gadus. Tagad mēs svinam šo īpašo dienu, kas paliks neaizmirstama mūsu dzīvē. Mūsu šīs dienas lūgšanas un ziedojumi atbalstīs mūsu darbu visā pasaulē un īstenos mūsu karsto vēlēšanos palikt uzticīgām Dievam, paklausot Viņa pavēlei „Ejiet un sludiniet!”

Lai Dievs jūs svētī šajā dienā, kad jūs uzticīgi svinat Pasaules baptistu sieviešu Lūgšanu dienu!

## Tik uz priekšu, meitenes!

### **Lilita Padžus-Tisa,**

Rīgas Pestīšanas tempļa draudze

Vēlos pastāstīt, ko es domāju par Sieviešu Lūgšanu dienas konferenci Vīlandes draudzes baznīcā pagājušā gada 9. novembrī.

Tādā pasākumā es biju pirmo reizi. Man ļoti patika, pavisam savādāka atmosfēra, kā, piemēram, sēžot dievkalpojumā. Ir vērts aiziet, ja neesat nekad bijuši. NOTEIKTI!! Varēja spīgti izjust mīlestību, mieru, prieku, saviļņojumu katrā māsā, kas runāja, superīga sajūta.

Pēc piedzīvotā sapratu, ka ļoti svarīgi ir domāt par māsām un ģimenēm visā pasaulē un lūgt. Ja ar lūgšanām mēs varam mainīt pasauli, kāpēc lai mēs to nedarītu? Mums tas ir jādara.

Tik šķiet, ka daudzi nemaz nezina par šādiem pasākumiem, domāju, ka vajag lielāku reklāmu draudzēs, līdz ar to būs lielāks spēks un prieks.

Ir vajadzīgas šīs patiesās satikšanās, mēs esam vajadzīgas viena otrai, tas dod spēku un iedrošinājumu. Mēs varam ikdienā cīnīties ar katru problēmu, bet Dievs mūs vienmēr izved cauri, ir svarīgi pastāstīt citiem, kāds ceļš bija, ko Dievs mācīja...

Dievs ir tas, kas mums var palīdzēt vienmēr un uzturēt možus jebkurā situācijā, tik jāmekā saprast, ko Dievs grib mums pateikt, un vai mēs ļaujam Viņam rīkoties, kā Viņš to ir nolēmis! Paļāvība visā uz Dievu. Ir ļoti svarīgi

dzīvot Dieva mīlestībā, lai Viņa mīlestība iemiesojas mūsos. Jo tad ir grūtāk šo mīlestību pazaudēt, līdz ar to komplektā mums nāk miers, smaids un pozitīvāks skats uz dzīvi.

Ja ir komanda, kurā akcepts ir Dievam, domāju, ka piedzīvos šī komanda brīnumlietas! Tā kā tik uz priekšu, meitenes!

No konferences iznācu savādāka. Paldies par to!

*mm*



Lūgšanu diena Vīlandes dievnāmā 2013. gadā

# VESELS KĀ RUTKS

Lidija Saulīte,  
bioloģe

Tuvojas rudens un tāpēc ir svarīgi stiprināt imunitāti ar to, kas izaug mūsu dārzos. Tur ir tik daudz dažādu un patiešām vērtīgu dārzenu, kas būtu ikdienā jālieto. Iepazīsimies ar dažiem.

Melnais rutks ir visiem pazīstams sakņaugš ar rūgteni saldu vircotu garšu un smaržu. Izcelsmes valsts ir Ķīna. Uzturā tos lietoja jau senajā Ēģiptē un Grieķijā. Ēģiptē rutkus pat izmantoja par samaksu strādniekiem, kuri cēla piramīdas. Eiropā 16.gs. tos vispirms sāka lietot augstdzimušie Anglijas galmā. Senatnē no saknēm spieda arī eļļu, tieši aso garšu rutkam piešķir ēteriskā eļļa un rafanols. Rutks ir pārtikas produkts, kas satur maz kaloriju (34 kcal/100g). Jau senatnē rutki vērtēti zelta, kāļi - sudraba, bet rāceņi svina cenā. Un pamatoti, jo rutks nav zaudējis savu vērtību medicīnā arī šodien, tie satur daudz bioloģiski aktīvu vielu. Tajos daudz šķiedrvielu, minerālvielu, kā nātrijs, kālijs, kalcijs, fosfors, magnijs, daudz C vitamīna un vairāki B grupas vitamīni. Rutks ir vērtīgs dārzenis veselības uzturēšanai, bet to maz lieto izskata un aromāta dēļ. Tas ir lielisks ēstgribu rosinošs un gremošanu veicinošs līdzeklis, jo tajā esošā ēteriskā eļļa kairina kuņģi un sekmē kuņģa sulas izdalīšanos, uzlabo barības sagremošanu, pastiprina mikrocirkulāciju kuņģa un zarnu sieniņās. Veicina antibakteriālas vides nodrošināšanu visā gremošanas traktā, tāpēc tas ir neaizstājams

produkts cilvēkiem, kas cieš no gastrīta un gāzēm. Ēteriskā eļļa un rafanols sekmē arī žults veidošanos un tās izdali zarnās, šķīdina žultsakmeņus, likvidē aknu sāpes. Tomēr žultspūšļa un aknu saslimšanas gadījumos ar rutku lietošanu pārāk aizrauties nevajadzētu. Tāpat rutkus nedrīkst lietot pie akūtiem kuņģa un zarnu iekaisumiem, kā kuņģa un divpadsmitpirkstu zarnas čūlām. Zināma rutka lietošana kā

klepu nomierinošu un atkrēpošanu veicinošu līdzekli kopā ar medu vai cukuru, attiecībā 1:1 kā arī pie citām elpošanas ceļu slimībām pat tuberkulozes gadījumā. Rutku izmanto arī par urindzenošu līdzekli tūskas, podagras un nierakmeņu gadījumā. Pret asinsvadu pārkaļķošanos tie ir izcili, tos iesaka aterosklerozes gadījumos, jo pasargā no sirds un asinsvadu saslimšanām, rūpējas par galvas smadzeņu un sirds asinsvadu „tīrību”. Šķiedrvielas sekmē holesterīna līmeņa samazināšanos asinīs. Rutki novērš arī krūts un resnās zarnas vēža rašanos, jo tajos esošais C vitamīns ir spēcīgs antioksidants. Ir pierādīts, ka rutki palīdz arī cīnīties pret gripu. Sasmalcinātus rutkus kompresu veidā var izmantot arīģi ejot pirtī uz sāpošu muguru vai pleciem. Rutkus, protams, var arī cept un vārīt. Bērniem, lai iegūtu sulu tos cep 2 stundas cepeškrāsnī pārkaisītos ar cukuru. Šādi iegūto sulu lieto pa 2 tējk. 3-4 reizes dienā pirms ēšanas un pirms

gulētiešanas. Svaigam rutkam izdobj vidu un iepilda medu, tā ātri var iegūt vērtīgo sulu, ko lietot klepus un aizsmakuma gadījumā pa 1 ēdk. 3-4 reizes dienā.

Rutki ir rudens dārzeni, bet pavasaros līdzīgi rutkiem redīsi aktivizē imūnsistēmu un tiem piemīt daudzās labās īpašības ko minējām par rutkiem. Redīsos ir sinepju eļļa, kas labvēlīgi iedarbojas uz mutes gļotādu, mēli, zarnu traktu, iznīcina kaitīgās baktērijas. Redīsu sula stimulē zarnu peristaltiku, kavē akmeņu veidošanos nierēs, iedarbojas pret meteorismu. Redīsi noder pret zarnu sēnītēm, īpaši no Candida grupas, kuras savukārt var izraisīt nopietnas saslimšanas. No redīsiem kopā ar lapām spiež sulu un lieto kopā ar burkānu sulu. Šāds maisījums labvēlīgi ietekmē kuņģa gļotādu to nomierina un atjauno.

Vēl varam pieminēt kressalātus, kas ir viens no garšaugiem, ar ko eiropieši iepazīnās Romas impērijas uzplau-

kuma laikos, taču aizmirsā līdz ar tās sabrukumu. To lietošana pārtikā atsākās tikai pēc Otrā pasaules kara.

Kressalāti jeb dārza cietķērsa ir viengadīgs krustziežu dzimtas augs, kas satur bioloģiski aktīvas, sēru saturošas vielas, tās piešķir viegli rūgtenu un asu garšu un palīdz aizkavēt vēža šūnu veidošanos. Jaunās augu lapas satur ievērojamu daudzumu proteīnu, kā arī kālija, kalcija, dzelzs un joda savienojumus, daudz C vitamīna, karotīna, rutīna, B1, B2, PP un P vitamīnu, folskābi un citas vērtīgas vielas. Kressalāti nostiprina imunitāti un ļoti ieteicami mazu bērnu pārtikā.

Tie ir ļoti ātraudzīgs garšaugi, ko vienkārši izaudzēt pašiem. Uz palodzes tie izaugs apmēram 4 – 7 dienās. Vislabākie kressalāti padosies pavasarī un rudenī.

Domāsim par savu veselību un izvēlēsimies sev noderīgi. *MM*



Bioģe Lidija Saulīte (no labās)  
un nometnes māksliniece un fotogrāfe Indra Melluma

# MARTAS ČAKLUMAM:

Rudenī steidzam saglābt bagāto gurķu ražu, kā arī citas dārza bagātības. Tās lieliski noderēs ziemā, ja tagad to visu saliks burciņās. Lai nebūtu ilgi jāstāv pie karstas plīts, te jums divas labas un ātras receptes!

## Gurķi tomātu mērcē

- 5 kg gurķu
- 0,5 l tomātu mērces
- 200 g ķiploku
- 200 g 9% etiķa
- 200 g eļļas
- 200 g cukura
- 2 ēd.k. sāls

Nemizotus gurķus sagriež pabiezās ripās. Pievieno visas sastāvdaļas (izņemot etiķi, ko liek vēlāk) un vāra katlā. Ja patīk, ķiplokus var likt vairāk. Var turēt vāku katlam virsū un ik pa laikam apmaisīt, lai virsējie gurķi tiek apakšā.

Vāra apmēram 15 min. vai mazāk. Gurķiem ir jāmaina krāsa. Etiķi pievieno īsi pirms vārīšanas beigām. Liek karstās burciņās un aizvāko.

Labi glabājas un garšo visu ziemu!



## Biešu salāti ziemai

- Sarkanās bietes
- Sīpoli
- Tomāti
- Sāls, cukurs, pipari, etiķis

Nevārītas bietes nomizo un sarīvē. Sīpolus smalki sagriež. Tomātiem novelk miziņu (blanšējot verdošā ūdenī un strauji atdzesējot). Visu liek katlā un vāra. Pievieno sāli, cukuru un piparus pēc garšas. Vārīšanas beigās pievieno etiķi un liek izkarsētās burciņās, aizvāko.

Ar šo recepti padalījās Alda Anškēna no Ventspils, salāti ir iecienīti viņas ģimenē, kā arī ļoti garšo ciemiņiem!

*mm*



Dzied Kristiāna un Diāna



Mārtiņš un Ernests



Viesojas Ingmārs Līdaka



Nometnes vadītāja Elita Lapiņa bērnu pulkā



Vienmēr atsaucīgais Gatis



Nometne "CERĪBU PLANĒTA" Pelčos  
Rakstu lasiet 15. lpp., skatiet foto arī uz 3. vāka

