

PROMIJENI SVOJ ŽIVOT — PROMIJENI SVIJET!

KONTAKT

Vol 17 • Issue 10

ŠALICA KAVE

Odredite svoje prioritete

Polja jagoda, zauvijek!

U potrazi za mirom

Utočište

Bezbjedni i sigurni





UREDNIKOVA RIJEČ POSTAVLJANJE CIGLI

Jeste li se ikada zapitali koji je Božji pogled na vrijeme?

U *Bibliji* Božje gledanje je opisano u sljedećem stihu: “Ljubljeni, jedna stvar neka vam ne bude nepoznata: jedan dan pred Gospodinom je kao tisuću godina, i tisuću godina kao jedan dan.”¹ Naš odnos prema vremenu je puno jednostavniji, no istina je da nam je to još uvijek jedna velika nepoznanica.

Kćer mi je napunila pet godina samo nekoliko tjedana prije nego što mi se rodio sin. Koje je to samo uzbuđenje bilo! Malena je nestrpljivo brojala dane do bratovog dolaska, a potom je s nestrpljenjem očekivala dolazak svog rođendana. Svi znamo da su u tom dobu rođendanske proslave itekako važne i da je djeci to jedan od najzbudljivijih dana u godini. Podrazumijeva se da u tom dobu kćerka nije bila svjesna da njezin svakodnevni napredak u vitalnim, običnim stvarima npr. – čitanju, daleko više oblikuje njezin život.

Bog nije stvorio naš život da iznenada, odjednom prelazi iz “jedne trake na drugu”, iz jedne krajnosti u drugu. Činjenica je da većina ljudi ne doživljava stvari koje im iz korijena mijenjaju živote. Karakter i kvaliteta našeg života oblikuje se tijekom običnih, svakodnevnih trenutaka. Svakog dana polažemo ciglu do cigle, red na red i tako gradimo temelje našeg karaktera i našeg života.

Nažalost, lako je upasti u ustaljene radne rituale i naučiti kako činiti stvari, zanemarujući u isto vrijeme male stvari i naizgled “beznačajne” trenutke. No, u stvari ti trenuci su oni koji oblikuju naš život, našu budućnost i naše odnose.

Koncept usredotočene svjesnosti postaje vrlo popularan i sve više ljudi dolazi do spoznaje da treba živjeti svaki trenutak života. Da bismo živjeli “tu i sada” moramo naučiti kako obraćati pozornosti na svijet koji nas okružuje te činiti samo nekoliko stvari, no činiti ih dobro.

Ako imamo “dan po dan” stav prema svemu što se događa u našem životu onda ćemo svoje cigle pomno birati, postaviti ih na pravo mjesto, a na početku našeg “zidanja” uvijek ćemo odvojiti vrijeme za našeg Oca. Isus je rekao: “Pogledajte ptice nebeske!”² “Pogledajte ljiljane u polju”³ A onda je opet ponovio: “Ne budite dakle tjeskobno zabrinuti za sutrašnji dan...” A mogao je i dodati: “Živite sada, u ovom trenutku”

Samuel Keating, glavni i odgovorni urednik časopisa *Kontakt*.

1. Druga Petrova poslanica 3:8

3. Evanđelje po Mateju 6:28

2. Evanđelje po Mateju 6:26

www.activated-europe.com

Širok izbor knjiga, audio i video izdanja poučnoga sadržaja možete naručiti na jednoj od sljedećih adresa:

Poštanska adresa:

Activated Europe
Bramingham Pk. Business Ctr.
Enterprise Way
Luton, Beds. LU3 4BU, United Kingdom
+44 (0) 845 838 1384
Email: activated@activated.org

Activated Ministries
P.O. Box 462805
Escondido, CA 92046-2805, USA
Toll-free: 1-877-862-3228
Email: info@actmin.org

Urednici	Samuel Keating
Dizajn	Gentian Sući
Ilustracije	Doug Calder

© 2016 Activated. Sva prava pridržana. U izvorniku biblijski stihovi uzeti su iz New King James Bible © 1982 Thomas Nelson, Inc., a u priređivanju hrvatskog prijevoda koristili su se prijevodi izdanja Kršćanske sadašnjosti, Zagreb, 1997. i Hrvatskog biblijskog društva, Zagreb, 2007.

A-CR-MG-AM-189-X

ŠALICA KAVE

NAPISALA: MARESHA VOORN

Vrijeme provedeno s Bogom tajna je naše snage i uspjeha u svim područjima života. Ne nastojte "ugurati" Boga u svoj raspored, već organizirajte svoje vrijeme oko Njega.
—Joyce Meyer (rođena 1943.)

DANI ZAPOČETI U DRUŽENJU I RAZGOVORU S BOGOM UVIJEK SE PROMETNU U MOJE NAJBOLJE DANE. Bog je kao dobra šalica kave. Prvo udahnem miris svježe pržene kave, a zatim okusim njen puni, bogati okus i toplinu, naročito kada su jutra svježja. Dobrobiti kave me "bude i pokreću". Uz kavu buđenje postaje nešto čemu se radujem i osmijeh mi samo lebdi na licu tijekom cijelog dana.

Kada dan započnem s Bogom osjećam se sigurnom. Znam da je pored mene te da čuje i uslišava moje

molitve. Divan osjećaj, zaista. Volim čuti kada mi suprug kaže: "Zovi me ako se bilo što dogodi ili ako ti nešto treba. Nedostajat ćeš mi. Volim te." Kada Bog obeća da će provesti dan sa mnom i da uvijek mogu računati na Njegovu pomoć, vjerujem mu. On je pravi gospodin i nikada ne gazi svoju riječ. Rekao je: "Ja ljubim one koji mene ljube. Koji me traže, nađu me,"¹ i "Ja ću osobno s tobom poći – odgovori Gospodin – i počinak ti priuštiti."²

Tražim li Ga ujutro, Njegovo prisustvo ostaje sa mnom tijekom cijelog dana i osjećam da vodi i usmjerava moje misli, odluke i djela. Kada se kontakt jednom uspostavi lakše je

ostati na toj valnoj dužini i misliti o Njemu tijekom dana.

U tišini jutra, prije nego što počnem razmišljati o stvarima koje trebam obaviti toga dana, slušam Božje šapate. Bog voli kada mu se obratimo u molitvi, ali i On se voli obratiti nama i dati nam mudrost, inspiraciju, ideje, mir. Korisno je odvojiti vrijeme za Boga i tražiti Njegovu volju, čuti Njegov glas, jednostavno družiti se s Njim bez obzira da li nam trebaju praktični savjeti, mudrost ili pak samo žudimo za duševnim mirom.

PROSVJETNA RADNICA MARESHA VOORN U SLOBODNO VRIJEME BAVI SE LIJEČENJEM TIJELA, DUŠE I UMA. ■

1. Mudre izreke 8:17

2. Knjiga Izlaska 33:14



DVA SCENARIJA

BY IRIS RICHARD

PRVI SCENARIJ

Pretrnula sam od straha začuvši gužvanje lima i pucanje plastike dok sam izlazila autom s parkinga. Žurilo mi se i samo sam djelomično bacila pogled na parkiralište prije nego što sam uskočila iza volana te nisam opazila kamionet koji je bio parkiran na neuobičajenom mjestu.

Brzo sam izašla iz auta kako bih procijenila štetu. Opazila sam gadnu pukotinu i udubinu na braniku svog auta i polupani zadnji žmigavac na kamionetu. Uzela sam komadić papira, napisala na njemu svoj broj telefona i ispriku te ga stavila ispod brisača drugog auto. Uzrujana i potištena

izvezla sam se s parkirališta.

Željela sam izbjeći najveću gužvu, no kada sam došla do glavne ceste uvidjela sam, na svoje veliko razočaranje da je promet već bio dosta gust što je značilo da ću zakasniti na važan sastanak. Odmah sam počela nervozno lupkati prstima po volanu dok su se automobili oko mene vukli kao puževi, zakrčenim prometnim trakama.

Iživcirana nezgodom na parkiralištu, premotavala sam film u glavi pokušavajući dokučiti kako to da nisam vidjela onaj drugi auto. Dan je tek počeo, a želudac mi je već bio "zgrčen". Odjednom mi neki manji kombi presječe put i uleti u traku, točno ispred mene. Spustila sam prozor i izderala

se na vozača. *Loš primjer kršćanskog razumijevanja i strpljenja*, pomislila sam. Zapravo, tog dana nisam osjećala nikakvu milost Božju. Od samog početka sve je išlo po zlu, kao da sam se ustala na lijevu nogu.

Zaglavljena u prometu imala sam vremena razmišljati. U mislima sam se osvrnula na svoje nedavne jutarnje navike. Uvidjela sam da sam zbog posla istisnula Boga iz svog dnevnog rasporeda te sam najvjerojatnije od tada postala nervoznija, nestrpljivija i što nije tipično za mene - "kratkog fitilja." I dok se promet polako raščičavao odlučila sam se vratiti prijašnjoj navici i obnoviti svoje jutarnje druženje s Bogom.



Ali koji se uzdaju u Gospodina,
crpe novu snagu,
krila im rastu kao u orlovima.
Trče, i ne umaraju se. Hode,
i ne malakšu.
—Izaija 40:31

DRUGI SCENARIJ

Raspored za sljedeći radni tjedan bio je prenatrpan i pregledavajući sve što sam trebala uraditi nisam mogla vidjeti kako ću naći vremena za bilo što drugo. Bilo mi je jasno da će mi trebati više izdržljivosti i strpljenja kako bi se nosila sa dodatnim tere-
tom. Trebao mi je plan.

Odlučila sam se dignuti pola sata ranije. Pripremila sam materijale za čitanje, prazan notes i kemijsku te sam sve to stavila u dnevnu sobu za moj jutarnji sastanak s Bogom. Volim spavati i žrtvovati pola sata sna za mene nije mala stvar, no bila sam odlučna da pokušam ono što sam si zacrtala.

Kada je ujutro sat prvi puta zvonio jedva sam ispuzala iz kreveta. Kao u nekom polusnu otišla sam do

dnevne sobe i zavalila se u ugao kauča. Vani je još uvijek bio mrak, no uskoro su se začuli prvi cvrkuti ptica koje su nagovještavale nadolazeću zoru. Njihovo je glasanje zvučalo kao slava Bogu te sam potaknuta time i sama počela nabrajati svoje blagoslove.

Razbudila sam se potpuno s prvim zrakama sunca koje su polako pronalazile svoj put u sobu. Počela sam čitati knjigu s inspirativnim sadržajem za svaki dan. Nadahnuta tekstom koji kao da je bio napisan osobno za mene odlučila sam prepisati dotični odlomak u svoj notes. Potom sam se molila za svaki aspekt svojih poslova te sam provela vrijeme meditirajući nad spiskom odgovorenih molitvi. Nakon pola sata osjećala sam se svježijom i spremnijom da se suočim s danom ispred sebe.

Nakon što sam se počela pridržavati svojih polusatnih sastanaka s Bogom shvatila sam da nedostaci problema ili grešaka nisu bili razlozi mog uspjeha nego način na koji sam reagirala, kad bi mi se nešto preprečilo na putu. Moj odnos prema životnim izazovima pomogao je ublažiti padove i neuspjehe i sačuvati moje živce, a sigurna sam da je i olakšao život svima oko mene. Moji jutarnji trenuci s Bogom opet su postali dio moje svakodnevnice i ta druženja daju mi snagu da se suočim sa životom, sačuvam svoj mir, imam jasnoću misli i “probavim” situacije na korisniji način.

IRIS RICHARD JE SAVJETNICA U KENIJI, I AKTIVNO SUDJELUJE U TAMOŠNJEM VOLONTERSKOM RADU OD 1995. GODINE. ■

NAPISALA: ELSA SICHROVSKY

TREPERAVA ZVIJEZD

JOŠ JEDAN ISCRPLJUJUĆI DAN BJEŠE ZA MNOM. Nervoznost i umor pratili su me u stopu kao da su se udružili s mnoštvom problema koje mi je zadavao moj stari računar. Vani je nebo bilo tmurno i sivo. Kišica je neprestano rominjala, praćena povremenim naletima hladnog vjetrova. Iscrpila me je priprema večere. Piletina mi je zagorjela, a tu je bilo i još nekih svakodnevnih sekiracija. Ah, da i ne nabrajam.

Nakon večere uputila sam se u obližnji park kako bih isprobala mamin "recept". Mama mi je naime često znala reći da "priroda može smiriti napete živce kao ništa drugo."

I dok sam šetala parkom dio mene je očekivao neko čudo, neko nadnaravno iskustvo. Odjednom me je prenuo zvuk prazne kutije od cigara na koju sam stala, i prasak glinenog lonca s uvenulim cvijećem koji je iznenada pao ispred mene. Malo dalje dijete je plakalo u kolicima, a iza mene čula sam svađu srednjovječnog para. Uz-

dahnula sam razočarano i odlučila krenuti natrag.

Možda sam podsvjesno željela otkriti veličanstvenu magiju prirode jer kada sam se okrenula ugledala sam sivo-crne oblake kako se gomilaju na nebu. Brzo je padao mrak. Nisam očekivala da ću vidjeti zvijezde, no na moje veliko iznenađenje ugledala sam malu, usamljenu zvijezdu kako svjetlucavo treperi na nebu. To je bila jedina vidljiva zvijezda i tako je blještavo sjala kao da se veseli što sam je napokon opazila. Odjednom mi je sinulo da sam zapravo rijetko promatrala nebo. Zašto to nisam činila svakog dana i češće uživala u njegovoj ljepoti? Zašto nisam dopustila nebu da me podsjeti na Onog koji ga je stvorio, na Onog koji je stvorio sve nas?

I dok sam se divila treperavoj zvijezdici, prisjetila sam se početnih stihova 19-tog Psalma kojeg sam još kao mala naučila napamet. „Nebesa pripovijedaju Božju slavu, djelo njegovih ruku navješćuju nebeski svod. Dan danu šapće tu vijest i noć noći kazuje taj glas. To nije govor, niti riječi, niti se njihov glas razabire.“¹ Možda nebesa na svoj

način govore ljubavnu priču o "Bogu koji nam sve daje obilato na uživanje,"² i koji nam piše ljubavna pisma šarenim bojama duge, izlascima i zalascima sunca i namiguje nam malim blještavim zvijezdama.

Stajala sam još malo, a onda sam bacivši posljednji pogled na nebo krenula kući. Zvijezda je još uvijek stajala na istom mjestu i sjala. Bila je jedino svjetlo u potpunom mraku. Zvijezde su bile gore bez obzira što su neke bile prekrivene onečišćenim zrakom i oblacima ili što "moja" zvijezda neće uvijek biti vidljiva. Isto tako je i s Božjom ljubavi, razmišljala sam. Stalna je i živa, čak i kada je naizgled prekrivena velom životnih borbi i sumnjom. Ništa je ne može ugasiti. Uvijek je tamo i čeka da se probije kroz maglu i zasja u našem životu. Sada mi je jasno zašto priroda umiruje napete živce. Kroz svoja čuda šapuće nam ljubavne riječi najistinitijeg Ljubavnika i Njegove vječne ljubavi prema nama.

SLOBODNA SPISATELJICA ELSA SICHROVSKY ŽIVI S OBITELJI NA TAJVANU. ■

1. Psalam 19:1-4

2. Prva poslanica Timoteju 6:17



Djetetov odabir

NAPISALA: ANNA PERLINI

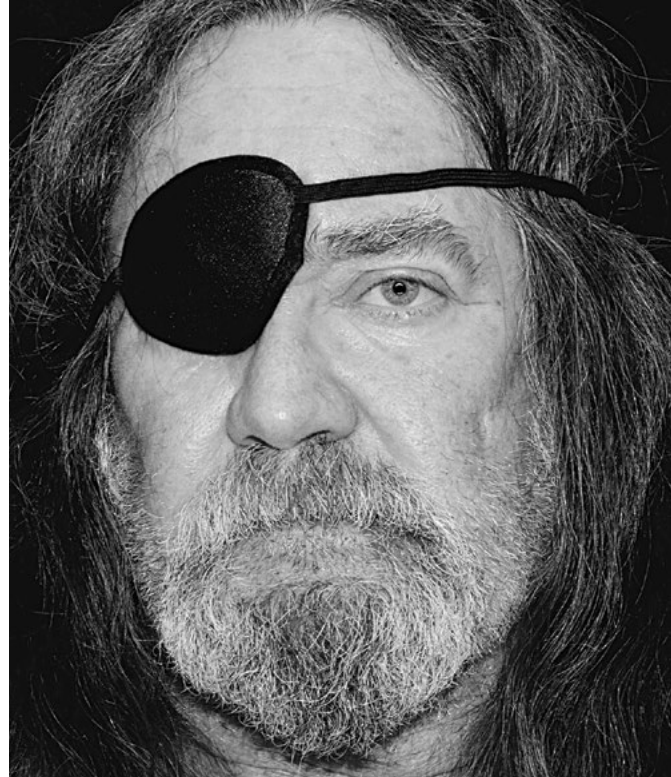
TE DAVNE 1996. godine odlučili smo se preseliti u prostrani stan u predgrađu Rijeke i zamijeniti sigurnost Italije sa nesigurnom i nestabilnom poslijeratnom Hrvatskom.

Svi su naši susjedi doživjeli traume tijekom nedavno okončanih sukoba. Bilo je tu izbjeglica, udovica, rođaka koji su se brinuli za djecu čiji su roditelji poginuli ili su otišli u potragu za poslom.

Ivan je živio sprat niže. Nosio je povež preko jednog oka, sluh mu je oslabio i trpio je velike glavobolje zbog komadića šrapnela koje liječnici nisu mogli izvaditi iz njegove glave.

Ivan je imao ženu i dvije kćerke i teško se privikavao na obiteljski život. Nije više bio snažan kao onaj muškarac koji se smiješio sa slika u dnevnoj sobi, već slomljeni vojnik koji je bolovao od PTSP-a i koji je provodio većinu svog vremena s djecom ili sjedeći pored prozora i sjetno gledajući van.

Moj najmlađi sin Jeff, kojemu je tada bilo pet godina bojava se našeg susjeda, a iskreno rečeno ni sama se nisam osjećala sigurnom u njegovoj blizini. Nikada nisam razgovarala s Ivanom, tada naime još nisam govorila hrvat-



ski, a pored toga nisam znala kako razgovarati s nekim tko je toliko propatio u životu.

Jednog dana objasnila sam Jeffu da je nesretni susjed preživio mnoga toga te zašto je nosio povež preko oka. Naučila sam ga da mu kaže “Molim se za vas” na hrvatskom i uputila ga da to kaže Ivanu čim ga vidi.

Nikad neću zaboraviti trenutak kada smo sljedeći put sreli Ivana i kada se taj zastrašujuće izgledajući muškarac sagnuo da čuje riječi petogodišnjeg dječaka. Zatim se uspravio i sa suzama u očima prošaputao: “Hvala vam.”


Od tada su Ivan i Jeff postali prijatelji i često bismo ga posjećivali, pjevali mu pjesme i čitali Božju riječ s njim.

Nedugo potom Ivan je preminuo. Borio se sa zdravljem i kroničnom depresijom, no pred kraj života našao je mir i utjehu u Isusu.

Jeff je danas odrastao čovjek, a postao je i otac, no još uvijek se s radošću sjećam toga dana kada je Bog djelovao kroz mog malenog dječaka i zamjenio strah s ljubavlju.

ANNA PERLINI JE SUOSNIVAČICA UDRUGE ZA BOLJI SVIJET (PER UN MONDO MIGLIORE),¹ HUMANITARNE ORGANIZACIJE KOJA DJELUJE NA PROSTORIMA BALKANA OD 1995. GODINE. ■

1. <http://www.perunmondomigliore.org>



NAPISAO: CURTIS PETER VAN GORDER

VJEČNA POLJA JAGODA

KAŽU DA ŽIVOT OVISI O ČETIRI GLAVNE ODLUKE koje nas vode ka onome što postajemo: odabranoj karijeri, supružniku, prijateljima, i onome u što vjerujemo. Po meni, vjerovanja su najvažnija od svega i najviše utječu na prethodne tri stvari koje smo spomenuli.

Svi imamo priču o nekom prelomnom trenutku u kojem se dogodilo nešto što je oblikovalo naš sustav vjerovanja. Ti su doživljaji dio našeg svjedočanstva. Naša životna priča naš je najveći svjedok ili dokaz i govori slušatelju da ako se to moglo dogoditi nama onda se to isto može dogoditi i njemu. Pavlovu priču možete pročitati u Djelima apostolskim 22, a vaša priča se možda još odvija. Evo moje:

Kada mi je bilo 19 godina od-

lučio sam provesti ljetni raspust na napuštenoj, obiteljskoj farmi u divljini Pennsylvanije, u Americi. Prije četrdesetak godina bila je to razvijena farma na kojoj su živjeli moj otac i njegovo sedmero braće i sestara, a sada su od glavne zgrade ostale samo ruševine. Posvuda rasulo. Jednoga je dana netko traktorom na kojem je bio pričvršćen raonik prerezao cijev za dovod goriva. To je izazvalo ogromnu eksploziju koja je pretvorila kuću u pepeo. Nakon te nesreće imanje nije bila obnavljano tako da se sve s vremenom vratilo u prvobitno stanje – divljinu. Daleko od svih puteva, bilo je to savršeno mjesto za razmišljanje i zacrtavanje vlastite budućnosti. Devetnaest su odlučujuće godine i mnogi donose važne odluke u tom dobu, a tako je

bilo i sa mnom.

Moj pas i ja smo šest tjedana živjeli u potpunoj skromnosti i jednostavnosti. Duge šetnje kroz šumu, plivanje u rijeci, meditacija i pisanje pjesama. Hranio sam se divljim jagodama, zobenim pahuljicama, i sojom. Nazvao sam svoje mjesto “Vječna polja jagoda” po pjesmi Beatlesa koji su njome opisali idealan vječni svijet, svijet koji sam pokušao naći u ovom djeliću prirode.

U to sam se vrijeme pokušavao izraziti pisanjem u stilu “svijesti koja neprestano teče”, a moje su fotografije također bile nejasne i kaotične baš kao i moja poezija. S prijateljima sam pokušao napraviti izložbu koju smo nazvali “Neobičnost”, u nadi da ćemo započeti novi



Želite li i vi upoznati Isusa? Isus vas voli i želi provesti vječnost s vama, ako mu samo otvorite svoje srce.
Dragi Isuse, molim te uđi u moj život i podari mi Svoj mir, smisao i radost. Oprosti mi sve moje grijehе i pomozі mi da uvijek ostanem uz Tebe. Amen.



slikarski pokret. Nažalost nije dugo živio jer smo ujutro našli slike u smeću. Školski je domar naime pogrešno shvatio našu umjetnost te je zamijenio naše slike za smeće.

Negdje u to vrijeme počeo sam eksperimentirati s LSD-om i marihuanom. Glavom mi je vladao totalni kaos i moj je osjećaj za stvarnost postao veoma iskrivljen. Bile su to 70-te godine, vrijeme Vijetnamskog rata, civilnih nereda, borbe za civilna prava. Mladi su tragali za istinom. Čeznuo sam za jednostavnim životom u kojem bi se mogao spojiti s prirodom i pronaći svoje duhovne korijene.

Onda sam odlučio probati Zen streličarstvo. Bio sam fasciniran velikim majstorima koji su bili u stanju prvom strijelom pogoditi točno

u sredinu mete, a potom bi drugom rascijepili onu prvu. Trudio sam se iz petnih žila pogoditi sredinu, no većinu vremena proveo sam tražeći strijele. Shvatio sam da bi mi trebalo nekoliko života da postanem majstor ove vještine i zašto su svi majstori bili prikazivani s dugim, bijelim bradama i ćelavim glavama. Trebalo im je puno, puno vremena da nauče kako pravilno odapeti strijelu, ravno u cilj. No, meni se žurilo da pronađem odgovor i prosvjetljenje.

Želio sam biti dio nečega radije nego biti u raju u kojem ništa nije postojalo, kao što su neka vjerovanja obećavala. Samotnjački život pružio mi je kakav takav mir no shvatio sam da je mir koji se može pronaći u prirodi trenutačan. Tre-

bao sam naći mir koji neće biti poljuljan surovim stvarnostima svakodnevnog života, mir koji ne ovisi o vanjskim okolnostima, o nekoj osobi ili nečemu što može umiriti nemirne životne oluje. Ponekad sam išao u crkvu i vjerovao sam, ali nisam baš razumio kršćanstvo niti kako primjeniti njegova načela u svom životu.

Negdje u to vrijeme moja mi je sestra rekla o Isusu. Naučio sam da je Isus bio puno više od samih običaja i rituala. Bio je čovjek koji je živio savršeno jednostavnim životom i posvuda činio dobro. Nije samo govorio o ljubavi, već je dao i svoj život za nju. Mogli bismo reći da je bio savršeno dijete cvijeća tog vremena, ali bez negativnih utjecaja droga i ostalih stvari koje sam



ja iskusio. Zamolio sam ga da uđe u moje srce, i toga dana sjeme je bilo posađeno, sjeme koje od tada zalijevam vodom Njegove riječi, molitvom i dijeljenjem svoje vjere s drugima.

Nakon nekoliko mjeseci otišao sam na izlet u Kanadu. Jednoga sam dana hodajući plićakom jezera posjekao stopalo na nekom oštrom kamenu. Sjeo sam na obali kako bih pogledao ranu, i podigao pogled ka tirkizno plavom nebu. Pošto sam bio na životnoj prekretnici počeo sam razmišljati o nekom “dubljem” značenju ove male nezgode te sam

zamolio Boga da mi pokaže nešto o tome što mi se upravo dogodilo.

Nisam čuo normalan glas već kako to *Biblija* opisuje “šapat laganog i blagog lahora”¹ *Skoči u dubinu ili ostani na obali. No, budeš li samo gacao po vodi, posjeći ćeš se.* Osjećao sam da to znači da moram biti hrabar pri donošenju odluke te da ne smijem oklijevati. Trebao sam uraditi ono što mi je srce nalagalo da uradim i što sam znao da je pravo. Nisam se smio brinuti o posljedicama.

Odlučio sam skočiti hrabro u duboke vode. Ostavio sam sve za sobom i posvetio svoj život Bogu. Danas, nakon 40 godina drago mi je što sam tako odlučio. “Jer će Gospodin biti tvoje pouzdanje i čuvat će tvoju nogu od zamke.”² Gospodin je definitivno uradio upravo to u mom životu, i to ne samo jednom.

U Isusu sam našao duševni mir koji sam tražio. Nisam pobjegao iz svijeta. Ostao sam u njemu, no nisam mu više pripadao. Svi se ponekad trebamo “izgubiti” kako bismo se odmorili. Čak je i Isus morao ostaviti mnoštvo i provesti neko vrijeme u samoći kako bi u tišini mogao razgovarati sa svojim Ocem. No, ne smijemo zaboraviti na svijet i njegovu potrebu za mirom kojeg smo dobili od Isusa. To je mir koji prevazilazi svo ljudsko poimanje.³

Kad pogledam unazad, na tu moju odlučujuću odluku ne kajem se. Isus je istina i put. Odveo me je na zelene pašnjake pored kojih teku tihe i bistre planinske vode.⁴

SCENARISTA I PANTOMIMIČAR
CURTIS PETER VAN GORDER⁵ ŽIVI
U NJEMAČKOJ. ■

1. Prva knjiga o Kraljevima 19:12

2. Mudre izreke 3:26

3. Poslanica Filipljanima 4:7.

4. Psalam 23:2.

5. <http://elixirmime.com>



ČAROBNJAK U KUHINJI

NAPISALA: JOYCE SUTTIN

ZVEKET LONACA I TAVA ODZVANJA KUHINJOM. Čuje se zveckanje čaša dok u žurbi pospremam posuđe, tresak zalupljenih vrata i zvuk lonca od lijevanog željeza kojeg “bacam” na štednjak. Mama kuha i svi znaju da se tada kuhinja zaobilazi u što širem luku.

Naravno, brzo ću ja to. Davno sam naučila da u brzini leži tajna obavljavanja poslova koje ne voliš. I tako sam jurila sto na sat ne obraćajući pozornost na buku koju sam stvarala, jer na kraju krajeva najvažnije je završiti posao, zar ne?

Ponekad doista ulažem puno truda u kuhanje. Danima planiram, tražim recepte, pišem liste i nabavljam sve što mi je potrebno za pripremanje željenog obroka. Pripremam sve što se može unaprijed pripremiti i stavljam sve u lijepe posude za serviranje. No, svakodnevni obroci nisu takvi. Mi-

slim da bih mogla dobiti medalju za brzu pripremu jela. *Maknite se s puta! Evo stiže hrana!*

Naravno, tu i tamo dogodi se i po koja nezgoda. Polupaju se tanjuri, oprže se prsti, povrede se osjećaji. “Možeš li samo sačekati jednu minute dok završim ovdje?” procijedim kroz stisnute zube i razvučeni usiljeni osmijeh. “Biti ću gotova za minutu ako me samo ostavite na miru i maknete mi se s puta”.

Sve je uvijek na vrijeme. Kuhinja čista. Jela hranjiva, no nešto nedostaje.

Kada su djeca bila mala imala sam gramofon i nekoliko ploča s klasičnom glazbom u kuhinji. Radila sam, imala veliku obitelj koju je trebalo hraniti pa je puno toga bilo na mojim leđima. Klasična glazba me je opuštala i nadahnjivala. Nisam se žurila dok sam pripremala hranu. Bila sam smirena,

opuštena. Na stol bih stavila tanjur sa svježim povrćem i ako bi neki gladni klinac zalutao u kuhinju jer više nije mogao čekati, rekla bih mu da uzme mrkvu ili neko drugo povrće te da na trenutak zavara glad.

Možda bih trebala poraditi malo na svojim radnim navikama. Mislim da mi ponekad trenuci u kojima bih zapravo uživala kao pjesak protječu kroz prste. Svjesna sam da bih trebala usporiti i uživati u mirisima čak i ako malo kasnim s večerom, i kuhinja mi nije u savršenom redu. Možda bih trebala prihvatiti pomoć koja mi se nudi jer onda bismo se mogli zajedno smijati i uživati u međusobnom druženju, a i lakše bi bilo završiti posao na vrijeme.

UČITELJICA I SPISATELJICA JOYCE SUTTIN ŽIVI U SAN ANTONIJU, SAD-U. ■

60-MINUTNI 12A20V

NAPISALA: TINA KAPP



NEDAVNO SAM PROČITALA ZANIMLJIV ČLANAK POD NASLOVOM “Take Charge of Your Life in Just One Hour,” (Uzmi život u svoje ruke u samo jednom satu).¹ Savjet autorice Anne Rich bio je jednostavan, jasan, praktičan i stvarno je sve stalo u jedan sat. Ovdje ću s vama podijeliti nekoliko omiljenih savjeta iz tog članka kao i nekolicinu savjeta koje sam malo promjenila. Nadam se da ćete u njima pronaći sebe te da ćete uz njihovu pomoći moći bolje organizirati svoj dan.

1 MINUTA: POSPREMITE SVOJ KREVET

Možda će vam se činiti glupo, no što je soba urednija osjećat ćete se bolje. Ako ste osoba koja voli red, osjećat ćete se kao da upravljate svojim danom, a ako pak niste, možda ćete tijekom spremanja sobe naći davno izgubljene papuče ili papir iz banke za kojega ste bili sigurni da vam ga je pas pojeo.

Kao što *Biblija* kaže: “Jer Bog nije Bog nereda (nesloge), nego reda (mira).”²

15 MINUTA: DORUČKOVANJE

Koristi doručka su mnogostruke, no unatoč tome neki ga preskaču. Važno je biti svjestan svog zdravlja, donositi prave izbore i ne dopustiti da netko drugi ili nešto drugo odlučuje umjesto vas tako da nemate vremena pojesti nešto.

Kralj Salomon je mudro rekao svojim sinovima: “Lijenost upada u dubok san, i čovjek koji nije marljiv, mora gladovati.”³

2 MINUTE: SASTAVITE POPIS STVARI KOJE MORATE OBAVITI TOGA DANA

Lista stvari koje trebate obaviti pomoći će vam da se prvo primite onih najvažnijih stvari. Kada stavite kvačicu pored obavljenog posla dobiti ćete onaj fantastični osjećaj postignuća. Lista će vam također pomoći da ne zaboravite stvari koje morate obaviti u nekom određenom vremenskom razdoblju.

Autor Poslanice Hebrejima kaže: “Da ne budete lijeni, nego nasljedovatelji onih koji vjerom i strpljivošću baštine obećanja.”⁴



1. Fairlady, April 2013
2. Prva poslanica Korinćanima 14:33
3. Mudre izreke 19:15
4. Poslanica Hebrejima 6:12
5. Djela apostolska 17:11
6. Psalam 150:6
7. Prva poslanica Korinćanima 3:16
8. Treća Ivanova poslanica 1:2
9. www.just1thing.com



10 MINUTA: PROČITAJTE ODLOMAK IZ BIBLIJE I MOLITE SE ZA NEKOGA ILI NEŠTO

Duhovno zdravlje je isto tako važno kao i fizičko zdravlje. Odvojite vrijeme i molite se za svoje bližnje, kao i za one koji vam u tom trenutku padnu na pamet. Molite se za posao i nove projekte. Jeste li čuli neku tragičnu vijest? Uzmite nekoliko minuta i molite se za sudionike.

Internet nudi mnogobrojne programe pomoću kojih svakodnevno možete pročitati odlomak ili dva iz *Biblije*. Ili pak svakog dana možete pročitati po jedan Psalm ili poglavlje iz Mudrih izreka. Berejani su bili prvi primjer onih koji su svakodnevno čitali Božju riječ. O njima je apostol Luka rekao: "A ovi su bili plemenitiji od onih u Solunu, jer primiše Riječ svim srcem, i svaki su dan ispitivali Pisma, je li to tako."⁵

2 MINUTE: VJEŽBAJTE ZAHVALNOST

Uvijek postoji nešto na čemu možemo biti zahvalni, kao naprimjer vid, zdravlje, posao ili studiji, prijatelji i obitelj, krov nad glavom. Odvojite svakodnevno nekoliko minuta za zahvaljivanje Bogu i vidjeti ćete život iz bolje perspektive. Pozitivnost je moćna stvar. Odlična je za zdravlje, a može vam čak i otvoriti vrata novih mogućnosti koje ne možete vidjeti ako ste samo usredotočeni na negativno.

Kralj David je rekao da nema isprike za ne slavljenje Gospodina: "Sve što diše nek hvali Gospoda!"⁶



30 MINUTA: TJELOVJEŽBA

Moderni način života nameće tjelesnu neaktivnost. Moramo naime studirati, sjediti za radnim stolom, čitati, voziti ili se pak voziti javnim prijevozom ili vlastitim autom, spavati, gledati TV, sjediti ispred računala itd. Možemo li si priuštiti barem 30 minuta i otići u šetnju ili se baviti nekom drugom fizičkom aktivnošću? *Biblija* kaže da je naše tijelo "Božji hram."⁷ To znači da je važno brinuti se za sebe.

Apostol Ivan je to jako dobro rekao: "Ljubljeni, želim ti u svemu dobro, i da budeš zdrav, kao što je tvojoj duši dobro."⁸



Pokušajte dodati ove stvari svojoj dnevnoj rutini i biti ćete produktivniji i sretniji. Ja sam nedavno počela raditi na tome i mogu vam reći da mi se jako sviđa.

Najvažnije je da ne odustanete i s vremenom isplatit će vam se svaka uložena minuta.

Što 60 minuta znači vama?

TINA KAPP JE PLESAČICA, VODITELJICA I SLOBODNA SPISATELJICA U JUŽNOJ AFRICI. UPRAVLJA TVRTKOM KOJA PRIKUPLJA SREDSTVA ZA DOBROTVORNE ORGANIZACIJE I MISSIONARSKJE PROJEKTE. OVAJ ČLANAK JE ADAPTACIJA ČLANKA OBJAVLJENOG NA JUST I THING,⁹ KRŠĆANSKOJ WEB STRANICI ZA MLADJE. ■



NILOV OSMIJEH

NAPISAO: ANDREW MATEYAK



Iskušenje srca je nevolja koja s godina-ma dolazi. Osmijeh vrijedan zemaljske hvale je onaj koji kroz suze zaživi.

—Ella Wheeler Wilcox (1850.–1919.)

JEDNOG SAM DANA RAZMIŠLJAO O UZORIMA U SVOM ŽIVOTU.

Mnogo ih je i teško mi je nekog posebno izdvojiti. Tu su moji divni roditelji, zatim učitelji, a i mnogi drugi dobri ljudi diljem svijeta koji su se nesebično žrtvovali za dobro drugih.

A tu je i moj prijatelj Nilo. Upoznao sam ga na tržnici, prije nekoliko godina. Nilo je osoba s invaliditetom i teško se kreće. Nisam imao puno novaca pri sebi no skupio sam sve što sam imao i stavio u plastičnu čašu koju je držao pred sobom. Podigao je pogled i nagradio me s prekrasnim osmijehom.

“Hvala ti prijatelju!” Dojmio me se način na koji je to rekao. Njegove

riječi su bile iskrene i tople. Osjećao sam se dobro.

Kada sam sljedeći puta otišao na tržnicu potražio sam ga. Bio je na istom mjestu. U jednom trenutku pogledi su nam se sreli i opet se nasmijehao onim iskrenim toplim osmijehom.

“Prijatelju!” povikao je s druge strane ceste, mašući rukama.

Neko smo vrijeme proveli u razgovoru i kad god dođem na tržnicu, potražim ga.


“Što Nila čini drugačijim od ostalih koji sjede na cesti?” upitao sam jednom svoju ženu.

Malo smo razmislili i naposljetku zaključili: “Njegov osmijeh!” Bez obzira na sve poteškoće i nesposob-

nosti s kojima se morao suočavati svakog dana, Nilo nije depresivan i pun mržnje prema životu i svijetu oko sebe. Naprotiv, uvijek je nasmijan i vedar i s radošću me zove svojim prijateljem, čak i onda kada mu ne mogu ništa dati.

On je netko koga poštujem. Svakog se dana s osmijehom suočava sa životnim nevoljama i ide naprijed bez obzira na sve prepreke i poteškoće. Kada bismo svi mogli biti poput njega svijet bi bio vedrije mjesto za svakog od nas.

ANDREW MATEYAK ŽIVI NA FILIPINIMA. ČLAN JE FAMILY INTERNATIONAL. MOŽETE GA PRA-TITI NA NJEGOVOJ FB STRANICI. ■



Sigurno je u Kristu
Sigurno na Njegovim nježnim
grudima;
prekrivena Njegovom ljubavlju
Tamo će duša moja sladak spokoj naći.
—Fanny Crosby (1820.–1915.)

UTOČIŠTE

NAPISAO: KOOS STENGER

“ZAKLJUČAK – reče govornik gromkim glasom – je jednostavan. Zahvalite se Bogu na malim stvarima u životu. Ne tražite milijune, već budite zahvalni za svaku kovanicu.” Njegove su riječi izazvale ogroman pljesak.

Seminar se završio. S notesom punim naškrabanih bilješki i dvjema knjigama o samopomoći napustio sam salu prepun utisaka. Osjećao sam se kao da lebdim na oblacima.

Bio je to sasvim solidan seminar, no ništa novoga nisam čuo. Glavna poruka predavanja bila je da uživamo svakodnevno u malim stvarima koje nam život pruža. Ta je poruka stara kao i brda oko nas, no seminar nije razjasnio kako da to sprovedemo u praksu.

Na početku godine život mi je bio u rasulu. Naš bankovni račun bio je skoro prazan, a zdravstveni problemi su se nazirali. Strah je ušao u mene i počeo savijati svoje gnijezdo u mome umu.

Kako mogu biti zahvalan za male, naoko nevažne stvari kao što su šalice vrućeg čaja tijekom zimskog, sunčanog dana ili umirujuće predenje mačke koja se odmara u mom krilu ili naruču kada ne znam kako ću preživjeti do sljedećeg mjeseca? Tjeskobe ovog života salijetale su me kao rojevi divljih pčela, neprestano mi se podrugujući i objašnjavajući zašto sam bio izgubljeni slučaj, a moj život jedan veliki neuspjeh od kojega se nikada neću oporaviti.

Utočište.

Začuo sam tu riječ u svome umu, i to tako jasno kao da se netko obraća izravno meni. Trebao mi je spas. Trebalo mi je utočište.

U neka davna vremena utočište se odnosilo na pravo osobe na zaštitu unutar zidina posvećene crkve. Dok god je osoba koja je tražila sklonište ostala unutar crkve pravo na utočište bilo je u većini slučajeva poštovano.

Ali, kako se to odnosilo na mene?

I ja sam bio u bijegu. Moji su strahovi bili stvarni kao progonitelji jeretika u srednjem vijeku. Bilo je nemoguće sakriti se od njih. No, utočište postoji. “Ime je Gospodnje tvrda kula; pravednik uteče u nju i sakriven je.”¹

Na sigurnom! Bezbjedan! Prekrasno, zar ne?

Iza čvrstih zidina Kristove tvrđave mogu naći mir i okrjepu. Unutra mogu otvoriti svoje srce Spasitelju mom i primiti Njegove upute o tome kako se riješiti problema i strahova koji me muče.

Gdje su sada poteškoće i nevolje moje? Salijeću li me još uvijek?

Nakon vremena provedenog u utočištu ne osjećam više njihove ubode. Ne postoji ništa što Isus i ja ne možemo riješiti. A najbolje od svega je da se mogu skloniti u svoje utočište kad god hoću i koliko god puta to poželim.

SLOBODNI SPISATELJ KOOS
STENGER ŽIVI U NIZOZEMSKOJ. ■

1. Mudre izreke 18:10



TAJNO MJESTO

OD ISUSA, S LJUBAVLJU!

Svjestan sam tvojih unutarnjih borbi i previranja i čujem tvoje vapaje. Kada si usamljen/a znaj da sam pored tebe. Osjećam bolove tvoga srca i čekam da mi pristupiš kroz molitvu. Dođi u moj hram, u moje svetište. Uđi u to tajno mjesto koje je stvoreno samo za nas. Tamo ću te osloboditi svih tereta i briga i dati ću ti snagu da nastaviš dalje i ponovno pronađeš svrhu u životu.

Život je borba, no ne zaboravi da nisi sam/a. Mnogo puta sam dopustio probleme u tvom životu, probleme koji su isprva izgledali kao nepremostive planine. Nije se jednostavno nositi s neugodnostima i problemima i često si se pitao/la zašto sam to dozvolio. Vjeruj mi da to nisam učinio kako bih te ispravio ili kaznio, nego kako bi te ti isti problemi privukli meni. Poznajem tvoje srce bolje nego bilo tko drugi i volim te više nego što te itko ikada voljeti može.

Iskušenja u životu mogu biti protumačena na dva načina: ili nas učine boljim ili gorim, a svaki nas problem ili ojača ili slomi. Kada pronađeš mir koji samo Ja mogu pružiti možeš postati instrument moje ljubavi i utjehe.

Svatko je u životu prošao mnogo toga. Svi smo doživjeli poraze, padove, gubitke, ali i pobjede. Štošta može izgledati nepravedno, no gledate li na te događaje kroz prizmu Mog obećanja: “Znamo doista da se onima koji ljube Boga sve okreće na dobro...”¹ dobit ćete potpuno novi pogled na stvari. To obećanje je ključ koji će vam olakšati boli, umiriti jecaje i pomoći vam da svladate bilo koji strah.

1. Poslanica Rimljanima 8:28