

ΑΛΛΑΞΕ ΤΗ ΖΩΗ ΣΟΥ. ΑΛΛΑΞΕ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ.

# activated

Τόμος 23 • Τεύχος 6

**ΚΑΤΑΙΓΙΔΕΣ  
ΚΑΙ ΘΥΕΛΛΕΣ**  
Ο ξεχωριστός επιβάτης

**Ένα σχέδιο ειρήνης**

10 τρόποι για εσωτερική  
γαλήνη

**Η χαμένη μας πτήση**

Μία νίκη σε τρεις πράξεις



## ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΕΚΔΟΤΗ ΤΕΛΕΙΑ ΕΙΡΗΝΗ

Σε έναν διαγωνισμό έργων τέχνης με θέμα τη γαλήνη, οι περισσότεροι διαγωνιζόμενοι είχαν απεικονίσει ήρεμα τοπία από νωχελικές ημέρες στην εξοχή, όπου όλα ήταν ήρεμα και αρμονικά.

Βέβαια, αυτό είναι ένα είδος γαλήνης, όμως η εικόνα εκείνη που κέρδισε το βραβείο, απεικόνιζε το πιο δύσκολο είδος γαλήνης που μπορούσε να επιτευχθεί. Αναπαρίστανε τα βρυχώμενα και ορμητικά νερά ενός παραφουσκωμένου απ' τις βροχές καταρράκτη και πάνω ακριβώς απ' τον χειμάρρο, σε ένα μικρό κλαράκι ενός δένδρου, υπήρχε μια μικρή φωλιά όπου καθόταν ένα μικρό πουλάκι και κελαηδούσε γαλήνια, παρά την αναταραχή που γινόταν από κάτω του.

Η Βίβλος μας υπόσχεται ότι μπορούμε να έχουμε μια ειρήνη που ξεπερνά τον νου.<sup>1</sup> Όμως αυτού του τύπου η ειρήνη προέρχεται μόνον από τον Πρίγκιπα της Ειρήνης – τον Ιησού – και τη γνώση πως οτιδήποτε και αν συμβεί, Αυτός θα μας φροντίσει! Όπως και ο πιλότος ενός αεροπλάνου, Αυτός γνωρίζει όταν επικίνδυνται αναταράξεις, και έχει τον έλεγχο του αεροπλάνου, ακόμα κι όταν αυτό συνταράζεται και πέφτει απότομα.

Αυτό μου θυμίζει και κάτι άλλο, που είχα διαβάσει κάπου: «Ο Θεός μπορεί να επιλύσει τα προβλήματά σου με μια απλή ματιά. Μπορεί να ανανεώσει το πνεύμα σου με μια βαθιά ανάσα. Μπορεί να ξεδιαλύνει τις σκέψεις σου με μια απλή και γλυκιά ουράνια μελωδία. Μπορεί να εξαλείψει όλους τους φόβους σου και τα δάκρυα με μία μόνο στιγμή ανάπαυσης μέσα σε εκείνη την τέλεια ειρήνη που προσφέρει Αυτός όταν ο νους σου είναι προσηλωμένος σ' Αυτόν και μόνο σ' Αυτόν».<sup>2</sup>

Είθε να βιώσετε την τέλεια ειρήνη Του και σήμερα και όλο τον μήνα και όλη τη χρονιά.

Για περισσότερες πληροφορίες για το Activated, επισκεφτείτε μας στον ιστότοπό μας ή γράψτε μας.

<http://activated-europe.com>

*Activated Hellas*  
Email: [hellas@activated-europe.com](mailto:hellas@activated-europe.com)

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

*Activated Ministries*  
P.O. Box 462805  
Escondido, CA 92046-2805, USA  
Toll-free: 1-877-862-3228  
Email: [info@actmin.org](mailto:info@actmin.org)  
[www.activatedonline.com](http://www.activatedonline.com)

ΕΚΔΟΤΗΣ            Ronan Keane  
ΣΧΕΔΙΟ             Gentian Suçi

© 2022 Activated. All Rights Reserved

Τα εδάφια που χρησιμοποιούνται είναι προσαρμοσμένα κυρίως από την μετάφραση της Βίβλου στη δημοτική του Σπύρου Φίλου.

A-GR-MG-AM-257-X

1. Δείτε Φιλιππησίους 4:7.

2. Δείτε Ησαΐα 26:3.

# ΓΙΑΤΙ ΕΧΟΥΜΕ ΑΞΙΑ

**ΟΤΑΝ ΒΛΕΠΩ ΤΗΝ ΑΝΑΤΟΛΗ ΤΟΥ ΗΛΙΟΥ,** όταν νοιώθω τον ήλιο στο μέτωπό μου, όταν απολαμβάνω τις σταγόνες του ωκεανού στο πρόσωπό μου ή αντικρίζω το μεγαλείο της φύσης, σκέπτομαι συχνά πόσο ξεχωριστό μέρος είναι η γη. Πρόσφατα διάβασα μερικές πολύ ενδιαφέρουσες πληροφορίες που επιβεβαιώνουν το πόσο εκπληκτικός είναι ο πλανήτης μας!

Για παράδειγμα, κάθε φορά που οι αστρονόμοι ανακονώνουν την ανακάλυψη ενός «πλανήτη παρόμοιου με τη γη», συνήθως αναφέρονται σε πλανήτες που έχουν περίπου την ίδια βαρύτητα με τη γη και είναι αρκετά κοντά στον ήλιο τους για να είναι ζεστοί, αλλά όχι πάρα πολύ καυτοί και ότι ίσως (ή και όχι) να έχουν και νερό σε υγρή μορφή. Όμως υπάρχουν πολύ περισσότερα απ' αυτά τα τρία «αναγκαία» συστατικά που κάνουν τον πλανήτη που κατοικούμε τόσο εκπληκτικό. Παρακάτω υπάρχει μια λίστα (ελλιπής θα έλεγα) του γιατί, ανάμεσα σε όλα τα τόσα πολλά άλλα ουράνια σώματα, η γη έχει μια ξεχωριστή σημασία.

- **Η σελήνη:** Η γη έχει κάποια κλίση και κλονίζεται όπως μια σβούρα που περιστρέφεται, κάτι το οποίο θα μπορούσε να προξενήσει δραστικές αλλαγές στο κλίμα. Όμως λόγω της σταθεροποιητικής επίδρασης που έχει η σελήνη στην τροχιά μας, το κλίμα μας παραμένει πολύ πιο σταθερό.
- **Σταθερή περιστροφική κίνηση:** Η κανονικότητα και η συχνότητα της ημέρας και της νύχτας πάνω σ' αυτό τον πλανήτη παίζουν έναν σημαντικό ρόλο στο να αποφεύγονται οι ακραίες θερμοκρασίες, ενώ συγχρόνως υποστηρίζουν την ύπαρξη της ζωής όπως τη γνωρίζουμε εμείς.
- **Η μακροζωία του ηλίου:** Ο ήλιος μας είναι ένας κίτρινος νάνος σε σχέση με άλλους ήλιους, ένας σχετικά σπάνιος τύπος αστέρα που είναι και μικρός και σταθερός. Έχει επίσης και μακροβιότητα ζωής. Οι μεγαλύτεροι αστέρες καίνε πιο δυνατά και σβήνουν νωρίτερα, ενώ οι μικρότεροι αστέρες τείνουν να παράγουν τεράστια ποσά ακτινοβολίας.
- **Γιγάντιοι γείτονες αερίων:** Ο ήλιος και η σελήνη είναι ουσιαστικής σημασίας για την ύπαρξή μας, όμως υπάρχει

και κάτι άλλο που κάνει τη γη κατοικήσιμη και αυτό το κάνει ο πλανήτης Δίας. Γενικά, οι γιγάντιοι αστέρες αερίων, τείνουν να συγκεντρώνονται κοντά στους δικούς τους ήλιους. Όμως επειδή εκείνοι που βρίσκονται στο δικό μας ηλιακό σύστημα είναι μακριά απ' τον δικό μας πλανήτη, η έντονη βαρύτητά τους, προσελκύει με έναν πολύ χρήσιμο τρόπο, αδέσποτους αστεροειδείς και κομήτες.

- **Το μαγνητικό πεδίο:** Η γη είναι ευλογημένη με ένα ισχυρό, σταθερό μαγνητικό πεδίο, το οποίο εκτρέπει τα σωματίδια της κοσμικής ακτινοβολίας και των ηλιακών εξάρσεων που διαφορετικά θα μπορούσαν να κατακαίουν τον πλανήτη μας κάθε τόσο.
- **Ατμόσφαιρα:** Το στρώμα αερίων που βρίσκεται σε μεγάλο υψόμετρο, μας προστατεύει από την πάρα πολύ θανατηφόρα ακτινοβολία.

Αυτά είναι λίγα μόνο απ' τα πολλά χαρακτηριστικά που κάνουν τη γη μοναδική για κατοίκηση σε σύγκριση με κάθε άλλο πλανήτη που γνωρίζουμε. Το γεγονός του ότι η λίστα αυτή με όσα αναγκαία χαρακτηριστικά χρειάζονται, είναι τόσο μακροσκελής, θα μπορούσε να σημαίνει ότι η ζωή είναι τόσο απίστευτα σπάνια και ίσως ο δικός μας πλανήτης να είναι ο μοναδικός που μπορεί να εκπληρώνει όλες αυτές τις αναγκαίες συνθήκες για την ύπαρξη ζωής.

Βέβαια, δεν μπορούμε να γνωρίζουμε ακριβώς το καθετί, όμως το γεγονός ότι τόσες πολλές προϋποθέσεις για ζωή, όπως τη γνωρίζουμε, είναι παρούσες πάνω στη γη σε τέλεια μορφή, υποδεικνύουν προς έναν υπέροχο Δημιουργό ο οποίος γνώριζε τι έκανε.

Αυτός έθεσε τα άστρα και τους πλανήτες στην τροχιά τους. Έκανε το νερό και το χιόνι, το φως και το σκοτάδι και το γέλιο και την αγάπη να υφίστανται για κάποιο σκοπό.<sup>1</sup> Ο καθένας από μας είναι ξεχωριστός και δημιουργηθήκαμε από έναν γεμάτο αγάπη Δημιουργό που σχεδίασε για εμάς έναν τόσο όμορφο πλανήτη με τόση λεπτομέρεια, πάνω στον οποίο να μπορούμε να κατοικούμε και να απολαμβάνουμε τη ζωή.

Ο ΚΡΙΣ ΜΙΖΡΑΝΙ ΕΙΝΑΙ ΧΡΙΣΤΙΑΝΟΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ, ΦΩΤΟΓΡΑΦΟΣ ΚΑΙ ΣΧΕΔΙΑΣΤΗΣ ΙΣΤΟΤΟΠΩΝ ΜΕ ΤΟ ΧΕΡΙ ΒΟΗΘΕΙΑΣ ΣΤΟ ΚΕΪΗ ΤΑΟΥΝ ΤΗΣ ΝΟΤΙΑΣ ΑΦΡΙΚΗΣ. ■

1. Δείτε Ψαλμός 8:3 και 33:6.

# ΜΗΠΩΣ

ΑΠΟ ΤΟΝ ΠΗΤΕΡ ΑΜΣΤΕΡΝΤΑΜ

# ΝΟΙΩΘΕΤΕ

# ΑΝΑΣΤΑΤΩΜ



## ΣΤΗΝ ΦΙΛΙΠΠΗΣΙΟΥΣ

**ΕΠΙΣΤΟΛΗ, 4:6-7**, ο απόστολος Παύλος διδάσκει τους πιστούς: «Μη μεριμνάτε για τίποτε· αλλά, σε κάθε τι, τα ζητήματά σας ας γνωρίζονται στον Θεό με ευχαριστία διαμέσου τής προσευχής και της δέησης. Και η ειρήνη του Θεού, που ξεπερνά κάθε νόηση, θα διαφυλάξει τις καρδιές σας

1. Ψαλμός 55:22
2. Πέτρου Α' 5:7
3. Ησαΐα 26:3
4. Ιωάννη 14:27
5. Φιλιππησίους 4:6
6. Δείτε Φιλιππησίους 4:8.

και τα διανοήματά σας διαμέσου του Ιησού Χριστού».

Η εξασφάλιση ανακούφισης απ' τη νευρικότητα, την ανησυχία, το άγχος και την πίεση είναι υψίστης προτεραιότητας για τους περισσότερους ανθρώπους στην εποχή μας. Ζούμε σε έναν κόσμο με αυξητικά ραγδαίο ρυθμό αλλαγής και η αλλαγή αυτή επιφέρει και κάποια αβεβαιότητα. Η αβεβαιότητα τείνει να επιφέρει ανησυχία, άγχος και εν γένει ένα συναισθηματικό αναστάτωση, κάτι το οποίο κάποιος φίλος το εξήγησε κάπως έτσι: «Όταν νοιώθω αναστατωμένος, νοιώθω ανήσυχος, λες και κάτι θα πάει στραβά ή λες και μου διαφεύγει κάτι σημαντικό. Συχνά περιλαμβάνει και κάτι το άγνωστο, ένα ρίσκο το οποίο επιφέρει και ένα καθολικό συναισθηματικό αναστάτωση και ρευστότητας».

Μερικές φορές ξυπνάτε νοιώθοντας αναστατωμένος ή νοιώθοντας κάποια αβεβαιότητα, όμως δεν μπορείτε να εξηγήσετε τον λόγο. Άλλες φορές γνωρίζετε ή έχετε κάποια υποψία γιατί αισθάνεστε έτσι ή ποιες περιστάσεις ή επιλογές συνδέονται μαζί της. Θα μπορούσε να έχει συμβεί, επειδή αναβάλατε μια σημαντική αλλά δύσκολη απόφαση. Ίσως να βιώνετε κάποιες δυσκολίες σε μια σχέση και να πρέπει να γίνουν κάποιες επανορθώσεις. Ίσως

να είναι καιρός για κάποια αλλαγή στη ζωή σας, είτε αυτή έχει να κάνει με την καριέρα σας, τον τρόπο διαμονής σας, τα γονικά σας καθήκοντα, τις προτεραιότητές σας ή ακόμα και με τους άμεσους φίλους σας και ενώ γνωρίζετε ότι πρέπει να γίνει μια τέτοια αλλαγή, το προσωπικό κόστος μιας τέτοιας αλλαγής, σας κάνει να νοιώθετε δισταγμό ή και κάποιο φόβο και σαν αποτέλεσμα, αποφεύγετε να κάνετε αυτό που νοιώθετε ότι πρέπει να κάνετε. Ή ίσως και να κάνετε κάποια βήματα προς την κατεύθυνση μιας αλλαγής στην προσωπική σας ζωή και να νοιώθετε αναστατωμένος, επειδή δεν γνωρίζετε πώς θα εξελιχθούν τα πράγματα.

Το να νοιώθετε αναστατωμένος, αβέβαιος και ανήσυχος, είναι πράγματα που τείνουν να αφαιρούν τη χαρά και την πίστη σας. Αυτά τα συναισθηματικά φόβου ή «τρόμου του αγνώστου» μπορούν να αμαυρώσουν την προοπτική σας ή τις ελπίδες σας για το μέλλον και μπορούν να σταθούν εμπόδιο στο να κάνετε μια σταθερή πρόοδο στη ζωή σας. Εκείνο το βασανιστικό συναισθηματικό του να έχετε πάρα πολλές εκκρεμότητες, αποφάσεις που περιμένουν να παρθούν, πράγματα τα οποία ίσως να έχετε λησμονήσει ή δεν μπορείτε να ολοκληρώσετε,



# ΜΕΝΟΙ;

όλα αυτά μπορούν να σας να κάνουν να νοιώσετε εξαντλημένος, νευρικός, αφηρημένος και συναισθηματικά καταρρακωμένος.

Μέσα στη Βίβλο, υπάρχουν αρκετές υπέροχες υποσχέσεις πάνω σε αυτό το θέμα, οι οποίες μας δίνουν, τόσο πνευματικές όσο και πρακτικές συμβουλές. Για παράδειγμα:

- Ρίξε επάνω στον Κύριο το φορτίο σου, κι Αυτός θα σε ανακουφίσει· δεν θα συγχωρήσει ποτέ να σαλευτεί ο δίκαιος.<sup>1</sup>
- Όλες σας τις έγνοιες και φροντίδες δώστε τες στον Θεό, επειδή Αυτός νοιάζεται για σας.<sup>2</sup>
- Θα φυλάξεις σε τέλεια ειρήνη το πνεύμα που επιστηρίζεται επάνω σε Σένα, επειδή, σε Σένα έχει το θάρρος του.<sup>3</sup>
- Ειρήνη αφήνω σε σας, ειρήνη τη δική Μου δίνω σε σας· όχι όπως δίνει ο κόσμος, σας δίνω Εγώ. Ας μη ταράζεται η καρδιά σας μήτε να δειλιάζει.<sup>4</sup>

Για να μάθουμε να «δίνουμε όλες μας τις ανησυχίες και έγνοιες στον Θεό» και να «μην ανησυχούμε για τίποτα»<sup>5</sup> απαιτεί από μέρους μας να κάνουμε κάποια πρακτικά βήματα.

Πρέπει να κάνουμε μια συνειδητή προσπάθεια, να δίνουμε στον Θεό όλα μας τα βάρη. Πρέπει να αποφασίσουμε να

αφιερώνουμε τακτικό χρόνο με τον Ιησού. Πρέπει να μάθουμε να παραδίδουμε σ' Αυτόν τους φόβους μας και τις ανησυχίες μας. Πρέπει να μελετάμε τον Λόγο Του Θεού και σκόπιμα να εστιάζουμε τις σκέψεις μας στα πράγματα εκείνα που είναι αξιόπαινα, ευγενή, καλά, αληθή, έντιμα και δίκαια.<sup>6</sup> Πρέπει να κάνουμε μια συνειδητή προσπάθεια ώστε να αντικαταστήσουμε τις άσχημες συνήθειες με καλές, συνήθειες οι οποίες θα μας βοηθήσουν να διάγουμε έναν πιο υγιή τρόπο ζωής.

Μερικοί άνθρωποι νομίζουν πως αφού γίνεις Χριστιανός, ο Θεός αμέσως θα σε προστατεύει από κάθε άσχημο πράγμα. Όμως κάτι τέτοιο δεν συμβαίνει. Εμπιστοσύνη στον Θεό δεν σημαίνει μια εξαίεση κάθε προβλήματος, άγχους ή τυχόν δυσκολιών που μπορεί να εμφανιστούν, όμως η εμπιστοσύνη μας βοηθά παρέχοντάς μας ένα στέρεο θεμέλιο για αυτοπεποίθηση και μια διέξοδο για τις ανησυχίες μας: Τον Ίδιο τον Θεό.

Προσωπικά με βοηθά πάρα πολύ, όταν κάνω μια επανάληψη των υποσχέσεων του Θεού, για να μου υπενθυμίζουν την ανιδιοτελή αγάπη Του για



εμένα τον ίδιο, αφού Αυτός και νοιάζεται και θέλει να με βοηθάει. Έχει υποσχεθεί να με φροντίζει. Όταν βάζουμε τους εαυτούς μας και τους αγαπημένους μας στα δικά Του χέρια, τότε μπορούμε να είμαστε σίγουροι ότι η δική Του αγκαλιά είναι το καλύτερο μέρος για όλους μας.

Υπάρχουν επίσης και μερικές πρακτικές συμβουλές να σας βοηθήσουν, τις οποίες και αναφέρω παρακάτω.

**Καταγράψτε τις έγνοιες σας και τις ανησυχίες σας.** Αυτό μπορεί να σας βοηθήσει πάρα πολύ, ειδικά αν έχετε πολλά στον νου σας. Με το να καταγράψετε όλες τις έγνοιες σας, αυτό μπορεί να σας αποφέρει κάποια διαύγεια και ανακούφιση. Καταγράψτε λοιπόν τις ανησυχίες σας και δώστε τες στον Ιησού.

Αφού καταγράψετε σε μία λίστα όλα όσα σας βαραίνουν, αυτή η λίστα μπορεί να γίνει σημείο αναφοράς για προσευχή και σχεδιασμό. Αν αρχίσετε



## ΠΡΟΣΕΥΧΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ

Ιησού, όταν εγώ νοιώθω αδύναμος, κουρασμένος ή κάπως χαμένος, Εσύ βρίσκεσαι δίπλα μου και με αγκαλιάζεις για να με παρηγορήσεις και να μου πεις ότι όλα θα πάνε καλά. Με αγγίζεις και ηρεμείς τα κουρασμένα μου νεύρα, εξαφανίζεις τις ανησυχίες μου και τους φόβους και αφαιρείς τη σύγχυση που με περιβάλλει.

Σε ευχαριστώ που μπορώ να βρω ανακούφιση απ' την πίεση της καθημερινότητας όταν έρχομαι κοντά Σου. Όταν σταματώ αυτά που κάνω και για λίγα λεπτά σκέπτομαι Εσένα και τη δική Σου αγάπη, το πνεύμα μου αναζωογονείται και παίρνω τη δύναμη να συνεχίσω με ό,τι έχω να κάνω..

Σε ευχαριστώ για την ειρήνη που με γεμίζεις Εσύ όταν νοιώθω αγχωμένος ή στεναχωρημένος. Και Σε ευχαριστώ, επίσης, επειδή όταν νοιώθω καλά, Εσύ με κάνεις να νοιώθω ακόμα καλύτερα.



να αναλαμβάνετε δράση ακόμα και σε λίγους τομείς, ακόμα και αν είναι πολύ μικροί, αυτό θα αρχίσει να αφαιρεί κάποια πράγματα απ' τη λίστα και θα σας δώσει ένα αίσθημα προόδου.

**Μιλήστε με κάποιον, τον/την σύντροφό σας, έναν φίλο, σύμβουλο ή μέντορα.** Αυτό μπορεί να σας βοηθήσει καθώς συζητάτε μαζί τους να δείτε τα πράγματα από μια άλλη άποψη και να σας προσφέρει επίσης και κάποιες καλές συμβουλές.

**Φυλαχτείτε από τον «θεό των εναλλακτικών επιλογών».** Ο όρος αυτός αντιπροσωπεύει τον αμέτρητο αριθμό από επιλογές που είναι προσιτές στις μέρες μας. Πάρα πολλή πληροφόρηση μπορεί να επιφέρει μια παράλυση στη λήψη αποφάσεων, χωρίς να αναφέρω εδώ και το χάσιμο χρόνου.

Να είστε προσεκτικοί και πειθαρχημένοι και να αναζητάτε την πληροφόρηση που χρειάζεστε για να πάρετε μια απόφαση, χωρίς να εμπλακείτε σε μια

ατελείωτη ροή από νέα πληροφόρηση και επιλογές.

**Κάνετε ένα βήμα τη φορά.** Αν αντιμετωπίζετε μια σειρά από ζητήματα τα οποία χρειάζονται επίλυση, μην προσπαθείτε να τα αντιμετωπίσετε όλα μαζί συγχρόνως. Επιλέξτε ένα απ' αυτά, σκεφτείτε το και προσευχηθείτε πώς να το φροντίσετε. Αναλογιστείτε τα υπέρ και τα κατά, με κύριο στόχο να πάρετε μια απόφαση.

**Αποφασίστε. Ενεργείστε. Εμπιστευτείτε. Επαναλάβετε.** Αφού προσευχηθείτε και πάρετε μια απόφαση, μην αρχίσετε την έρευνα για να συγκρίνετε ή να ξεσκονίσετε την απόφαση που πήρατε. Εμπιστευτείτε το ότι η απόφαση που πήρατε είναι αρκετά καλή.

Διάβασα κάτι που είπε κάποιος, όσον αφορά το θέμα για τις ευκαιρίες που παρουσιάζονται και τη δυσκολία που εμείς, ως Χριστιανοί, αντιμετωπίζουμε συχνά όταν κάνουμε κάποιες πολύ σημαντικές επιλογές ενώ αναζητάμε το θέλημα του Θεού. Ο συγγραφέας αυτός ανέφερε το εξής, «Ο Θεός μπορεί να χρησιμοποιήσει ακόμα και αυτό που μοιάζει σαν μια 'εσφαλμένη πορεία' αρκεί εγώ να τη

χρησιμοποίησα με σωστό κίνητρο μέσα μου».<sup>7</sup> Πιστεύω πως αυτό αληθεύει και είναι πάρα πολύ παρήγορο, επειδή ποτέ δεν θα πάρουμε την κάθε απόφαση 100% σωστά και αυτό είναι μέρος από τη ζωή και τις εμπειρίες που βιώνουμε.

Αν μπορούμε να διατηρήσουμε μια περισσότερο επουράνια προοπτική, τότε θα απολαμβάνουμε περισσότερο το οδοιπορικό μας στη ζωή. Ομολογούμενως, τα προβλήματα που αντιμετωπίζουμε στη ζωή δεν είναι «εύκολα». Όμως ο Ιησούς υποσχέθηκε να μας δώσει τη δύναμη να σηκώνουμε αυτό το φορτίο των προβλημάτων. Μας λέει, «Ο ζυγός Μου είναι καλός και το φορτίο Μου είναι ελαφρύ».<sup>8</sup> Όταν εμείς αντλούμε από τη δική Του δύναμη, μπορούμε να νοιώθουμε ειρήνη στη μέση της θύελλας και να έχουμε μεγάλη χαρά ακόμα και σε καιρούς δοκιμασίας.

Ο Ιησούς είναι η πηγή της ειρήνης μας. Το όνομά Του «είναι ένας οχυρωμένος πύργος», στον οποίο μπορούμε εμείς «να καταφύγουμε και να είμαστε ασφαλείς».<sup>9</sup>

Ο ΠΗΤΕΡ ΑΜΣΤΕΡΝΤΑΜ ΚΑΙ Η ΣΥΖΥΓΟΣ ΤΟΥ, Η ΜΑΡΙΑ ΦΟΝΤΕΪΝ, ΕΙΝΑΙ ΔΙΕΘΥΝΟΝΤΕΣ ΤΗΣ ΔΙΕΘΝΟΥΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ, ΜΙΑΣ ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΚΗΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΤΗΣ ΠΙΣΤΗΣ. ■

7. John Ortberg, *All the Places to Go ... How Will You Know?* (Carol Stream, IL: Tyndale, 2015), 17.

8. Ματθαίου 11:30

9. Παροιμίες 18:10



# ΜΗΝ ΑΝΗΣΥΧΕΙΤΕ

**ΤΟ ΑΓΧΟΣ ΕΙΝΑΙ ΣΟΒΑΡΗ ΥΠΟΘΕΣΗ.** Είτε σαν φοιτητής που έχει να δώσει εξετάσεις σε ένα σημαντικό διαγώνισμα, είτε σαν ένας γονέας που πρέπει να εργάζεται και να φροντίζει την οικογένειά του, είτε σαν κάποιος που αντιμετωπίζει ένα σοβαρό πρόβλημα υγείας ή ένας επαγγελματίας που προσπαθεί να παραμείνει ανταγωνιστικός στην εργασία του ή προσπαθεί να τα καταφέρει εν μέσω μιας οικονομίας που παραπαίει, ο καθένας έχει βιώσει τα εξουθενωτικά συμπτώματα του άγχους.

Μερικές απ' τις πρωταρχικές αιτίες του άγχους ίσως να έχουν αλλάξει από τότε που γράφτηκε η Βίβλος, όμως οι οδηγίες και οι υποσχέσεις της Βίβλου πάνω στο θέμα αυτό, είναι τόσο έγκυρες σήμερα όπως ήταν και πριν χιλιάδες χρόνια.

## **ΥΠΟΣΧΕΣΕΙΣ ΤΟΥ ΘΕΟΥ ΓΙΑ ΕΙΡΗΝΗ, ΓΙΑ ΕΚΕΙΝΟΥΣ ΠΟΥ ΣΤΡΕΦΟΝΤΑΙ Σ' ΑΥΤΟΝ.**

Ο Κύριος θα δώσει δύναμη στον λαό Του· ο Κύριος θα ευλογήσει τον λαό Του με ειρήνη. — *Ψαλμός 29:11*

Ειρήνη αφήνω σε σας, ειρήνη τη δική Μου δίνω σε σας. — *Ιωάννη 14:27*

Ελάτε σε Μένα όλοι όσοι κοπιάζετε και είστε φορτωμένοι, και Εγώ θα σας αναπαύσω. — *Ματθαίου 11:28*

## **ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΤΕ ΤΗΝ ΑΝΗΣΥΧΙΑ ΜΕ ΤΗΝ ΠΡΟΣΕΥΧΗ.**

Μη μεριμνάτε για τίποτε· αλλά, σε κάθε τι, τα ζητήματά σας ας γνωρίζονται στον Θεό. Και η ειρήνη του Θεού, που ξεπερνά κάθε νόηση, θα διαφυλάξει τις καρδιές σας και τα διανοήματά σας. — *Φιλιππησίους 4:6-7*

Δώσε στον Κύριο το φορτίο σου, κι Αυτός θα σε ανακουφίσει. — *Ψαλμός 55:22*

Όλη τη μέριμνά σας δώστε την σ' Αυτόν, επειδή Αυτός φροντίζει για σας. — *Πέτρον Α' 5:7*

## **ΠΑΡΑΜΕΙΝΕΤΕ ΚΟΝΤΑ ΣΤΟΝ ΘΕΟ.**

Είχα τον Κύριο πάντοτε μπροστά μου· επειδή είναι στα δεξιά μου, για να μη σαλευτώ. — *Ψαλμός 16:8*

Θα φυλάξεις σε τέλεια ειρήνη το πνεύμα που στηρίζεται σε Σένα, επειδή, σε Σένα έχει το θάρρος του. — *Ησαΐας 26:3*

Εξοικειώσου μαζί Του, και να είσαι σε ειρήνη. — *Ιώβ 22:21*

Η Παρουσία Μου θα έρθει μαζί σου, και θα σου δώσω ανάπαυση. — *Έξοδος 33:14*

## **ΕΧΕΤΕ ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ ΣΤΗΝ ΣΤΑΘΕΡΗ ΑΓΑΠΗ ΚΑΙ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΟΥ ΘΕΟΥ.**

Δύο σπουργίτια δεν πουλιούνται για ένα ασάβριο; Ένα απ' αυτά, όμως, δεν θα πέσει επάνω στη γη, χωρίς το θέλημα του Πατέρα σας. Μη φοβηθείτε, λοιπόν· από πολλά σπουργίτια διαφέρετε εσείς. — *Ματθαίου 10:29, 31*

Αυτός, που τον ίδιο Του τον Υιό δεν λυπήθηκε, αλλά τον παρέδωσε για χάρη όλων μας, πώς και μαζί μ' Αυτόν δεν θα χαρίσει σε μας τα πάντα; — *Ρωμαίους 8:32*

Επειδή, είμαι πεπεισμένος ότι, ούτε θάνατος ούτε ζωή ούτε άγγελοι ούτε αρχές ούτε δυνάμεις ούτε παρόντα ούτε μέλλοντα, ούτε ύψωμα ούτε βάθος ούτε κάποια άλλη κτίση, θα μπορέσει να μας χωρίσει από την αγάπη του Θεού, η οποία υπάρχει στον Ιησού Χριστό τον Κύριο μας. — *Ρωμαίους 8:38-39* ■



ΑΠΟ ΤΟΝ ΚΟΥΡΤΗΣ ΠΗΤΕΡ ΒΑΝ ΓΚΟΡΝΤΕΡ

# Η ΧΑΜΕΝΗ ΜΑΣ ΠΤΗΣΗ

**ΟΤΑΝ ΤΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΗΤΑΝ ΑΝΩ-ΚΑΤΩ**, δεν είχα όρεξη να αναφερθώ σ' αυτό που συνέβη, τώρα όμως που διορθώθηκε η κατάσταση, μπορώ να σας πω τι έγινε.

Με λίγα λόγια: Αν δεν είχαμε βρεθεί εκεί, δεν θα είχαμε αναχωρήσει.

Και τώρα να τι συνέβη:



**ΠΡΑΞΗ ΠΡΩΤΗ: ΤΟ ΛΑΘΟΣ ΜΕ ΤΟ ΡΟΛΟΪ**

Η σύζυγός μου και εγώ έπρεπε να πάρουμε την πρώτη πτήση απ' την πόλη του Βερολίνου, η οποία απέχει δύο ώρες με το λεωφορείο απ' την

1. *Oh, the Places You'll Go* (1990), Το τελευταίο βιβλίο του Αμερικάνου συγγραφέα Σους Γκάιζελ πριν αυτός αποβιώσει. Δείτε <http://benavidez5thgrade.weebly.com/uploads/8/6/7/3/86734958/oh-the-places-youll-go-by-dr-seuss.pdf>.

πόλη της Δρέσδης όπου κατοικούμε. Σχεδιάσαμε το καθετί λεπτομερώς και πέσαμε για ύπνο με τη σκέψη ότι όλα ήταν υπό έλεγχο και ότι όλα θα πήγαιναν καλά.

Όταν ήμασταν στη στάση του λεωφορείου στις 4:50 το πρωί, που ήταν το πρώτο μέρος του ταξιδιού μας, αναρωτιόμασταν γιατί το λεωφορείο είχε αργήσει να έρθει. Όταν κοιτάξαμε την ώρα, ανακαλύψαμε ότι είχαμε χάσει το πρώτο λεωφορείο, που σήμαινε ότι θα χάναμε και το τραίνο, που σήμαινε ότι θα χάναμε και την πτήση μας! Μα τι πήγε στραβά!;

Καθώς προσπαθούσαμε να ανακαλύψουμε τι πήγε στραβά, αντιληφθήκαμε ότι το προηγούμενο βράδυ, η μπαταρία στο ρολόι μας είχε βγει απ' τη θέση της και δεν την είχαμε ξαναβάλει στη θέση της όταν έπρεπε, με αποτέλεσμα το ρολόι να πηγαίνει 30 λεπτά πίσω! Ήμασταν σίγουροι για το ρολόι μας και δεν είχαμε ελέγξει αν δούλευε σωστά σε σχέση και με τα άλλα ρολόγια στο σπίτι μας.



**ΠΡΑΞΗ ΔΕΥΤΕΡΗ: Η ΑΠΟΓΟΗ-ΤΕΥΞΗ ΚΑΙ Η ΚΑΤΑΡΡΕΥΞΗ**

Νοιώθω άσχημα που το λέω, όμως ένοιωσα πολύ εκνευρισμένος και μέσα στην απόγνωση μου ήθελα να φωνάξω: *Θεέ μου, Θεέ μου, γιατί μας εγκατέλειψες; Είχαμε προσευχηθεί επανειλημμένα να πάνε όλα καλά και ένα ανόητο λάθος γκρέμισε όλα μας τα σχέδια...!*

Είναι αστείο πως μερικές φορές σε τέτοιες στιγμές, παραβλέπουμε τα δικά μας λάθη και αρχίζουμε να κατηγορούμε τον Θεό ή τους άλλους, που τα πράγματα δεν πήγαν όπως έπρεπε.

Μετά την απόγνωση, άρχισα να σκέφτομαι πιο καθαρά τα πράγματα και προσπάθησα να βρω μια λύση να σώσω την κατάσταση. Ήταν προφανές πως δεν θα ήταν και τόσο εύκολο.





### ΠΡΑΞΗ ΤΡΙΤΗ: ΔΙΑΣΩΣΗ

Το να προσπαθείς να επικοινωνήσεις με μια μεγάλη αεροπορική εταιρεία εν τω μέσω μιας παγκόσμιας πανδημίας, είναι σαν να προσπαθείς να δώσεις ομιλία στο κέντρο της Βομβάης εν ώρα κυκλοφοριακής αιχμής. Η προγραμματισμένη ώρα αναχώρησης της πτήσης μας ήλθε και παρήλθε και αφού είχα δοκιμάσει ό,τι μπορούσα χωρίς επιτυχία, η έσχατη ελπίδα μου ήταν να προσπαθήσω να επικοινωνήσω για άλλη μια φορά με τη γραμμή βοήθειας που παρείχε η εταιρεία. Με έβαλαν σε αναμονή ξανά και φοβήθηκα πως θα κατέληγα ξανά στο «αιώνιο περίμενε». Όμως μετά από μισή ώρα υπομονής, κάποιος απάντησε στο τηλέφωνο. Δόξα στον Θεό!

Αφού εξήγησα τι είχε συμβεί, μας βρήκε και άλλη μια αναποδιά: Μάθαμε ότι η πολιτική της εταιρείας αυτής είναι πως αν χάσει κάποιος την πτήση της αναχώρησης, ακυρώνεται επίσης και η πτήση της επιστροφής. Που σήμαινε ότι θα χάναμε ολόκληρο το εισιτήριο και θα έπρεπε να αγοράσουμε νέα εισιτήρια εν μέσω περιόδου αιχμής, κάτι που θα μας στοιχίζε 2.000 ευρώ. «Εκτός ... και αν έχετε κάποια απόδειξη ότι προσπαθήσατε να ακυρώσετε το εισιτήριο σας πριν την πτήση».

Και έτσι μέσα σε όλες μας τις προσπάθειες, αποδείχτηκε ότι τους είχα στείλει ένα μήνυμα στο WhatsApp, το οποίο φαινόταν να είναι λίγες ώρες πριν την αναχώρηση. Μας ζήτησαν να τους στείλουμε με μήνυμα άλλο ένα αντίγραφο του πρώτου μηνύματος, το οποίο και αποδέχθηκαν,

με αποτέλεσμα μετά από μισή ώρα διαπραγματεύσεων να μας δώσουν νέα εισιτήρια για την επόμενη πτήση χωρίς να πληρώσουμε τίποτα!

Μετά από όλα όσα είπαμε και κάναμε, σκέφτηκα να δω στο κινητό μου πόσος χρόνος ομιλίας μου είχε απομείνει και ήταν μόνο 69 σεντς! Σκεφτείτε τι θα γινόταν αν είχε τελειώσει ο χρόνος μου πριν ολοκληρώσουμε τη συνομιλία μας με την εταιρεία, με αποτέλεσμα να πρέπει να αρχίσουμε ξανά απ' την αρχή. Πιστεύω ότι ο Θεός φροντίζει την κάθε λεπτομέρεια και θυμήθηκα πως η Βίβλος είναι γεμάτη ιστορίες με συμβάντα που εξαρτιόνταν από απλά πράγματα και απλούς ανθρώπους – πλήθη ανθρώπων να τρώνε από λίγα ψωμιά και ψάρια, ένας βοσκός να γίνεται βασιλιάς, ένας γίγαντας που καταρρέει με ένα κτύπημα από μικρό βότσαλο, η Ερυθρά Θάλασσα να διαχωρίζεται με το άγγιγμα ενός ραβδιού, ο Σωτήρας του κόσμου να γεννιέται σε έναν στάβλο, κτλ.

Αυτή η εμπειρία με βοήθησε να αντιληφθώ πως ακόμα και όταν εμείς λαθεύουμε και κάνουμε σοβαρές γκάφες, ο υπέροχος Θεός μας είναι πάντα μαζί μας και μπορεί να πάρει τα δικά μας ανθρώπινα λάθη και να τα μετατρέψει σε κάποιο καλό στη ζωή μας.

Ο ΚΟΥΡΤΗΣ ΒΑΝ ΓΚΟΡΝΤΕΡ ΕΙΝΑΙ ΣΕΝΑΡΙΟΓΡΑΦΟΣ ΚΑΙ ΜΙΜΟΣ ΚΑΙ ΕΧΕΙ ΑΦΙΕΡΩΣΕΙ 47 ΧΡΟΝΙΑ ΣΕ ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΚΕΣ ΑΠΟΣΤΟΛΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΔΕΚΑ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΧΩΡΕΣ. ΑΥΤΟΣ ΚΑΙ Η ΣΥΖΥΓΟΣ ΤΟΥ, Η ΠΟΛΙΝ, ΖΟΥΝΕ ΣΗΜΕΡΑ ΣΤΗ ΓΕΡΜΑΝΙΑ. ■

Όταν έχεις αποτύχει σε κάτι και νοιώθεις τόσο απογοητευμένος, είναι εύκολο να θέλεις να τα παρατήσεις, όμως η επιλογή αυτή δεν υπήρχε για εμάς, αναλογιζόμενοι τις συνέπειες που θα ακολουθούσαν. Δεν μπορείς να μείνεις με το πρόσωπό σου βουτηγμένο στη λάσπη για πάρα πολύ, ή όπως πολύ εύστοχα το έθεσε ο Dr. Seuss:

Λυπάμαι που το λέω  
Αλλά είναι αληθινό  
Γκάφες και αναποδιές  
Συμβαίνουν στο λεπτό.  
Μπορεί να κρεμαστείς  
Σ' ένα κλαδί να πιαστείς  
Όλοι οι φίλοι να φύγουν  
Και μόνος σου να θρηνηείς.  
Κι όταν πέσεις απ' το κλαδί  
Και χτυπήσεις πολύ  
Το πιο πιθανό είναι  
Θα 'χεις πόνο στη ψυχή.  
Κι όταν είσαι στις μαύρες σου  
Δεν έχεις όρεξη καμιά  
Για να βγεις απ' τη λούμπα σου  
Δεν είν' εύκολη δουλειά.<sup>1</sup>

# ΕΝΑ ΣΧΕΔΙΟ ΕΙΡΗΝΗΣ

ΑΠΟ ΤΟΝ ΚΗΘ ΦΙΛΙΠΣ

## Η ΕΙΡΗΝΗ ΕΙΝΑΙ ΕΝΑΣ ΑΠΟ ΤΟΥΣ «ΚΑΡΠΟΥΣ ΤΟΥ

ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ»<sup>1</sup> μια απ' τις ξεχωριστές ευλογίες που υπόσχεται η Βίβλος σε όλους εκείνους που προσπαθούν να ζούνε κοντά στον Θεό. Η Εβραϊκή λέξη που μεταφράζεται ως «ειρήνη» στις περισσότερες Αγγλικές εκδόσεις της Παλαιάς Διαθήκης υποδηλώνει πληρότητα, ολότητα και γενικά καλή ψυχοσωματική κατάσταση. Αυτό που υποδηλώνει η Καινή Διαθήκη έχει να κάνει με μια εσωτερική γαλήνη, που είναι ένας συνδυασμός ελπίδας, εμπιστοσύνης, διανοητικής και ψυχικής ηρεμίας.<sup>2</sup> Στις μέρες που ζούμε μια τέτοιου είδους ειρήνη μπορεί είναι μια κάπως ασύλληπτη έννοια.

Δεν υπάρχει μαγική συνταγή για

1. Δείτε Γαλάτες 5:22-23.
2. *Nelson's Bible Dictionary*, Copyright © 1986, Thomas Nelson Publishers
3. Ψαλμός 84:11
4. Φιλιππησίους 4:6-7
5. Ρωμαίους 8:28
6. Ιακώβου 1:2-4
7. Τιμόθεου Α' 6:6
8. Φιλιππησίους 1:6
9. Ησαΐας 43:25
10. Ρωμαίους 5:1

την επίτευξη εσωτερικής ειρήνης, όμως υπάρχουν κάποια πράγματα που μπορούμε να κάνουμε για να την καλλιεργήσουμε.

## ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ ΣΤΟΝ ΘΕΟ

Η εμπιστοσύνη αυτή δεν έρχεται από μόνη της. Όταν είμαστε παιδιά, μαθαίνουμε να εμπιστευόμαστε τους γονείς μας επειδή νοιώθουμε την αγάπη τους, ωφελούμαστε απ' τη φροντίδα τους και την ώριμη γνώση τους για τη ζωή. Εμπιστευόμαστε τους φίλους εκείνους που παρέμειναν πιστοί μας φίλοι μέσα απ' τις δυσκολίες και τις αντιξοότητες. Εμπιστευόμαστε εκείνα τα άτομα που συνεργαζόμαστε, επειδή είναι ειλικρινή και αξιόπιστα. Με λίγα λόγια, εμπιστευόμαστε εκείνα τα άτομα, λόγω των εμπειριών που έχουμε βιώσει μαζί τους.

Το ίδιο γίνεται και με τον Θεό. Όσο περισσότερο Του ανοίγουμε την καρδιά μας, τόσο περισσότερο κατανοούμε και βιώνουμε τη δική Του αγάπη και φροντίδα. Όσο περισσότερο μελετάμε τη Βίβλο και άλλα αναγνώσματα πνευματικού περιεχομένου, τόσο καλύτερα κατανοούμε τη ζωή και εκτιμάμε όλο και

περισσότερο τη σοφία και την καλοσύνη του Θεού. Όσο περισσότερο δίνουμε σ' Αυτόν τα προβλήματά μας μέσω της προσευχής, τόσο περισσότερο μαθαίνουμε να εξαρτιόμαστε απ' Αυτόν να μας βοηθήσει να τα επιλύσουμε. Όσο καλύτερα Τον γνωρίζουμε, τόσο περισσότερο Τον εμπιστευόμαστε και όσο περισσότερο Τον εμπιστευόμαστε, τόσο περισσότερη εσωτερική ειρήνη έχουμε.

## ΑΚΟΛΟΥΘΕΙΣΤΕ ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΤΟΥ ΘΕΟΥ

Όταν σκεπτόμαστε με βάση το τι ευχαριστεί τον Θεό και κάνουμε ό,τι καλύτερο δυνατό σε πράξη, τότε μπορούμε να προσμένουμε και την ευλογία Του. «Χάρη και δόξα θα δώσει ο Κύριος, δεν θα στερήσει από κανένα αγαθό αυτούς που περπατούν με ακακία».<sup>3</sup> Αυτό δεν σημαίνει ότι όλα θα γίνουν εύκολα ή θα πάνε ομαλά, επειδή και η σκληρή εργασία και τα προβλήματα είναι μέρος της ζωής. Σημαίνει όμως πως θα μπορούμε να έχουμε διανοητική ειρήνη ακόμα και στους δύσκολους καιρούς, επειδή ο Θεός μας έχει υποσχεθεί καλά πράγματα στην πορεία.

## ▼ ΑΝΑΦΕΡΕΤΕ ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΠΡΟΣΕΥ- ΧΗΣ ΣΤΟΝ ΘΕΟ

Το να δίνουμε τα προβλήματά μας στον Θεό μέσω της προσευχής μας, μας ωφελεί με δύο τρόπους. Πρώτον, λαμβάνουμε τη βοήθειά Του, κάτι που κάνει μεγάλη διαφορά. Όμως έχει ένα επιπλέον όφελος, επειδή μας απαλλάσσει απ' την πίεση του να προσπαθούμε να επιλύσουμε εμείς τα πράγματα.

«Μη μεριμνάτε για τίποτε· αλλά, σε κάθε τι, τα ζητήματά σας ας γνωρίζονται στον Θεό με ευχαριστία διαμέσου τής προσευχής και της δέησης. Και η ειρήνη του Θεού, που υπερέχει κάθε νου, θα διαφυλάξει τις καρδιές σας και τα διανοήματά σας διαμέσου του Ιησού Χριστού».<sup>4</sup>

## ▼ Ο ΧΡΟΝΟΣ ΕΠΙΛΥΝΕΙ ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ

Ό,τι και να μας συμβεί και για οποιοδήποτε λόγο, μπορούμε να είμαστε εντελώς σίγουροι ότι ο Θεός μπορεί και θέλει να επιφέρει κάποιο μεγαλύτερο καλό μέσα απ' αυτό. Στο τέλος, «Όλα συνεργούν για το καλό, για εκείνους που αγαπάνε τον Θεό».<sup>5</sup> Στο μεταξύ, η πίστη μας ενδυναμώνεται και εμείς μαθαίνουμε υπομονή.

Χωρίς τα δύο αυτά, την πίστη και την υπομονή, είναι δύσκολο να νοιώσουμε ειρήνη. Γι' αυτό η Βίβλος μας λέει να παραμένουμε αισιόδοξοι και να μην τα παρατάμε: «Κάθε χαρά θεωρήστε, αδελφοί μου, όταν περιπέσετε σε διάφορους πειρασμούς· γνωρίζοντας ότι η δοκιμασία τής πίστης σας εργάζεται υπομονή· η δε υπομονή ας έχει τέλειο έργο, για να είστε τέλειοι και ολόκληροι, χωρίς να είστε σε τίποτε ελλιπείς».<sup>6</sup>

## ▼ ΚΑΜΙΕΡΓΕΙΣΤΕ ΤΗΝ ΙΚΑΝΟΠΟΙΗΣΗ

«Μεγάλο δε κέρδος, είναι η ευσέβεια, με αυτάρκεια».<sup>7</sup> Σε ποιόν δεν αρέσει το «μεγάλο κέρδος»; Αυτό που τείνει να παρερμηνεύει ο κόσμος είναι το κέρδος σε «ευσέβεια» και «αυτάρκεια».

Η «ευσέβεια» δεν είναι κάποιο είδος ευλάβειας ή τελειότητας. Δεν είναι μια κατάσταση έλλειψης αμαρτίας, αλλά είναι μια δια βίου διαδικασία. Σημαίνει το να αναγνωρίζουμε ότι δεν είμαστε και τόσο όμοιοι με Αυτόν όσο θα έπρεπε και πρέπει να Του ζητάμε να μας κάνει καλύτερους.

Και η «αυτάρκεια» δεν είναι θέμα προσποίησης ευτυχίας ή να αφηγόμαστε στο πώς είναι τα πράγματα, όταν δεν είναι όπως θα έπρεπε. Είναι θέμα του να αγαπάμε τον Θεό και να Τον εμπιστευόμαστε για το αποτέλεσμα. Σημαίνει ότι «είμαι βέβαιος, ακριβώς σε τούτο, ότι Εκείνος που άρχισε σε σας ένα καλό έργο, θα το επιτελέσει μέχρι την ημέρα του Ιησού Χριστού».<sup>8</sup>

## ▼ ΞΕΧΑΣΤΕ ΤΟ ΠΑΡΕΛΘΟΝ

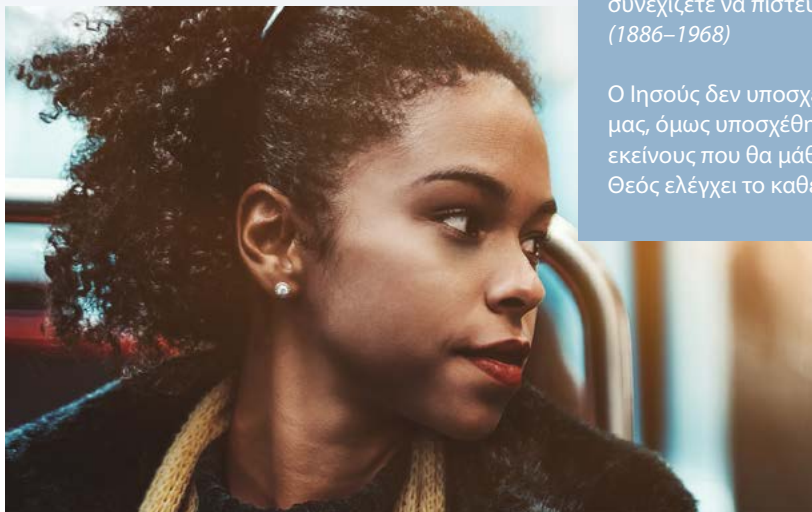
Είναι αδύνατο να νοιώσουμε ειρήνη μέσα μας ή με τον Θεό, όταν συνεχίζουμε να κουβαλάμε τα βάρη από λάθη του παρελθόντος. Μπορεί να μετανοούμε χίλιες φορές και να κάνουμε πράξεις εξιλέωσης άλλες τόσες φορές, όμως δεν θα βιώσουμε γνήσια ειρήνη μέχρι να αποδεχτούμε πλήρως το γεγονός ότι ο Θεός μας συγχώρεσε για κάθε μας λάθος, τη στιγμή που Του το ζητήσαμε. Όταν εμείς λέμε, «Είμαι τόσο κακός», ο Θεός μας λέει, «Εγώ, ναι, Εγώ μόνο εξαλείφω τις παραβάσεις σου για χάρη Μου, και δεν θα θυμηθώ τις αμαρτίες σου».<sup>9</sup> «Έχουμε ειρήνη με τον Θεό διαμέσου του Κυρίου μας Ιησού Χριστού».<sup>10</sup>

## ▼ ΔΕΙΤΕ ΚΑΘΕ ΑΝΤΙΞΟΟΤΗΤΑ ΣΑΝ ΜΙΑ ΕΥΚΑΙΡΙΑ

Στο βιβλίο της *Ευγνωμοσύνη: Ένας τρόπος Ζωής (Gratitude: A Way of Life)*, Η Λουίζα Λ. Χέι έγραψε: «Ανεξάρτητα απ' το τι συμβαίνει γύρω μας, εμείς μπορούμε να επιλέγουμε να αντιδρούμε με έναν τρόπο που θα μας βοηθάει να μαθαίνουμε και να ωριμάζουμε πνευματικά. Όταν αντιμετωπίζουμε τις δυσκολίες μας σαν ευκαιρίες για

Οτιδήποτε υπέροχο μπορεί να συμβεί μέσα σ' εκείνο το χρονικό περιθώριο, όταν εσείς δεν τα παρατάτε, αλλά συνεχίζετε να πιστεύετε. — Βιρτζίνια Μπραντ Μπεργκ (1886–1968)

Ο Ιησούς δεν υποσχέθηκε να αλλάξει τις περιστάσεις γύρω μας, όμως υποσχέθηκε μεγάλη ειρήνη και γνήσια χαρά σε εκείνους που θα μάθαιναν να πιστεύουν ότι πράγματι ο Θεός ελέγχει το καθετί. — Μέριλν Κάρθοερς (1924–2013)



μάθηση και ανάπτυξη, τότε μπορούμε να είμαστε ευγνώμονες για τα μαθήματα που μαθαίνουμε μέσα απ' αυτές τις δύσκολες εμπειρίες. Πάντα υπάρχει ένα δώρο μέσα σε κάθε εμπειρία. Με το να εκφράζουμε ευγνωμοσύνη, μας επιτρέπει να το ανακαλύψουμε».

Όταν υιοθετούμε αυτό το σκεπτικό, βάζουμε τα προβλήματα στη σωστή τους προοπτική, παύουμε να ενοχλούμαστε απ' την αρνητικότητα που διαχέουν και ανακαλύπτουμε την ειρήνη.

## ΑΦΙΕΡΩΝΕΤΕ ΧΡΟΝΟ ΣΕ ΗΣΥΧΙΑ ΚΑΙ ΣΤΟΧΑΣΜΟ

«Δώστε στον Θεό τον χρόνο να σας αποκαλύψει τον Εαυτό του. Δώστε στον εαυτό σας χρόνο σε ησυχία και σιωπή μπροστά σ' Αυτόν, προσδοκώντας να

11. Αντριου Μουρέ (1828-1917), συγγραφέας και πάστορας στη Νότια Αφρική
12. Δείτε Εφεσσίους 4:23 και Κορινθίους Β' 3:18.
13. Φιλιπησίους 4:8
14. Ιωάννη 16:33

λάβετε, μέσα απ' το Πνεύμα, τη διαβεβαίωση της παρουσίας Του μαζί σας, της δικής Του δύναμης μέσα σας. Αφήστε [Αυτόν] να δημιουργήσει μέσα σας μια άγια ατμόσφαιρα, ένα άγιο, επουράνιο φως, μέσα στο οποίο η ψυχή σας θα ανανεώνεται και θα ενδυναμώνεται για το καθημερινό σας έργο».<sup>11</sup> Μέσα σ' αυτές τις ήσυχες στιγμές, ο Θεός μπορεί να ανανεώσει το πνεύμα σας και επίσης να σας κάνει περισσότερο σαν Αυτόν τον Ίδιο.<sup>12</sup>

## ΝΑ ΕΙΣΤΕ ΕΥΓΝΩΜΩΝ

Όταν αναλογιζόμαστε τις ευλογίες μας, αυτό μας φέρνει σε έναν δίαυλο αισιοδοξίας. Δεν επιλύει όλα μας τα προβλήματα, όμως μας βοηθά να πάψουμε να επικεντρωνόμαστε στα πράγματα εκείνα που μας αναστατώνουν και μας ταράζουν. «Όσα είναι αληθινά, όσα είναι σεμνά, όσα είναι δίκαια, όσα είναι καθαρά, όσα είναι προσφιλή, όσα έχουν καλή φήμη, αν υπάρχει κάποια αρετή, και αν υπάρχει κάποιος έπαινος, αυτά να συλλογίζεστε».<sup>13</sup>

## ΕΜΒΑΘΥΝΕΤΕ ΤΗΝ ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΣΑΣ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟΝ ΙΗΣΟΥ

Ο Ιησούς, στον αποχαιρετιστήριο λόγο Του προς τους μαθητές Του, γνωρίζοντας ότι σύντομα θα Τον συλλαμβάνανε και θα Τον σταύρωναν, τους είπε, «Αυτά τα μίλησα σε σας, ώστε, ενωμένοι μαζί μου, να έχετε ειρήνη. Μέσα στον κόσμο θα έχετε θλίψη· αλλά, να έχετε θάρρος· Εγώ νίκησα τον κόσμο».<sup>14</sup> Όσο καλύτερα μαθαίνετε να γνωρίζετε τον Ιησού με το να Του ζητήσετε να έλθει στην καρδιά σας, διαβάζοντας τον Λόγο Του, ειδικότερα τα Ευαγγέλια και με το να αλληλεπικοινωνείτε μαζί Του μέσω της προσευχής και του στοχασμού, τόσο περισσότερο θα έχετε την πεποίθηση ότι Αυτός και ο Πατέρας Του ελέγχουν το καθετί, ανεξάρτητα απ' το πώς δείχνουν τα πράγματα επιφανειακά.

Ο ΚΗΘ ΦΙΛΙΠΠΗΣ ΗΤΑΝ Ο ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΚΤΗΣ ΤΟΥ ΑΣΤΙΒΑΤΕΔ ΓΙΑ 14 ΧΡΟΝΙΑ, ΑΠΟ ΤΟ 1999 ΜΕΧΡΙ ΤΟ 2013. ΑΥΤΟΣ ΚΑΙ Η ΣΥΖΥΓΟΣ ΤΟΥ, Η ΚΕΡΕΝ, ΕΡΓΑΖΟΝΤΑΙ ΤΩΡΑ, ΒΟΗΘΩΝΤΑΣ ΤΟΥΣ ΑΣΤΕΓΟΥΣ ΣΤΙΣ ΗΠΑ. ■



# ΟΙ ΒΡΟΧΕΣ ΚΑΙ Η ΑΝΑΖΩΟΓΟΝΗΣΗ ΠΟΥ ΠΡΟΣΦΕΡΟΥΝ

ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΖΟΪΣ ΣΑΤΗΝ

**ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΕΠΤΑ ΧΡΟΝΙΑ ΣΥΝΕΧΟΥΣ ΑΝΟΜΒΡΙΑΣ ΣΤΟ ΜΕΡΟΣ ΠΟΥ ΚΑΤΟΙΚΩ,** η άνοιξη μας έφερε πολλές βροχές και αυτό με έκανε να συλλογιστώ αρκετά πράγματα για τη βροχή.

Τα τελευταία χρόνια είχαμε πολύ μεγάλη ξηρασία και κάπου-κάπου και πολύ δυνατές καταιγίδες και νεροποντές. Η ξηρασία είχε κάνει το έδαφος να πετρώσει, έτσι ώστε όταν έπεφτε πολλή βροχή, να δημιουργούνται πλημμύρες. Είχαμε εναλλαγές από πάρα πολλή ζέστη και ξηρασία και πάρα πολλή βροχή που έπεφτε για μια φορά και δεν έφτανε για να εξαλείψει την υφιστάμενη ξηρασία. Η ανισορροπία στη φύση είχε σαν αποτέλεσμα τις φωτιές στα δάση, τη μόλυνση του νερού, ακόμα και το θάνατο οδηγών, όταν αυτοί προσπαθούσαν να περάσουν μέσα από περιοχές και δρόμους που είχαν πλημμυρίσει ξαφνικά.

Τώρα, ύστερα από κάποια χρόνια, η φύση έχει επανακτήσει την ισορροπία της με συχνές βροχές σε όλη την περίοδο της άνοιξης. Αν και έπεφτε

λίγο περισσότερο από το κανονικό νερό όταν έβρεχε, όμως αντί αυτό να χαθεί, εισχωρούσε βαθιά μέσα στη γη, δίνοντάς της ζωή. Μια και οι βροχοπτώσεις ήταν τακτικές και δεν επρόκειτο για μια δυνατή περαστική καταιγίδα, η γη μπορούσε να απορροφήσει το νερό που έπεφτε και αυτό έκανε τη διαφορά.

Όλο αυτό με οδήγησε να αναλογιστώ τους καιρούς εκείνους της πνευματικής ανεπάρκειας στη ζωή μου. Σε τέτοιους καιρούς ανισορροπίας, δεν αφιέρωνα τακτικά χρόνο στον Θεό, με αποτέλεσμα να υπάρχει μια πνευματική ξηρασία. Στη συνέχεια θα αφιέρωνα ολόκληρες μέρες σε προσευχή και πρόσληψη του Λόγου Του και αν κι αυτό με ενδυνάμωνε κατά κάποιο τρόπο, όμως δεν ήταν το ίδιο ακριβώς, όπως οι καθημερινές μέρες αναζωογόνησης.

Αυτό το καθημερινό πνευματικό πότισμα της ψυχής, κάνει την πνευματική μας ζωή να δυναμώσει και να ακμάσει. Όταν οι μέρες μας έχουν κάποια ισορροπία με το να αφιερώνουμε τακτικά χρόνο σε προσευχή και ανάγνωση της Βίβλου, καθώς και

Αν δεν έχεις δεχθεί ακόμα τον Ιησού σαν Σωτήρα σου, μπορείς να κάνεις την παρακάτω απλή προσευχή και να ζητήσεις απ' Αυτόν να έλθει στην καρδιά σου και να σου δώσει τη δική Του αγάπη, ελευθερία, ειρήνη και ευτυχία, εδώ και τώρα και για πάντα:

*Ιησού, πιστεύω πως Εσύ είσαι ο Γιος του Θεού και ότι Εσύ πέθανες για μένα. Σε παρακαλώ συγχώρεσε τις αμαρτίες μου, έλα στην καρδιά μου και γέμισέ με, με το Άγιο Πνεύμα Σου και το δώρο Σου για αιώνια ζωή. Αμήν.*

μελέτη άλλων Χριστιανικών κειμένων, τότε η ικανότητά μας να απορροφάμε τον Λόγο και να του επιτρέπουμε να μας αλλάξει, επαυξάνεται. Είμαστε καλύτερα προετοιμασμένοι να σταθούμε δυνατοί σε καιρούς δοκιμασίας και να αναπτύξουμε εκείνες τις βαθιές ρίζες πίστης που θα μας βοηθήσουν να εμπιστευτούμε το Θεό, ώστε να ξεπεράσουμε οποιοσδήποτε καταιγίδες εμφανιστούν στο διάβα μας.

Είμαι τόσο ευγνώμων για τις βροχές που έπεσαν αυτή την άνοιξη. Μου άρεσε τόσο πολύ το καταπράσινο γρασίδι και τα λουλούδια που άνθιζαν. . Είδα τα οφέλη που προέρχονται από έναν υπόγειο υδροφόρο ορίζοντα που ολοένα και αυξάνει και ειδικότερα με έκανε επίσης να εκτιμήσω το μάθημα εκείνο που έχει να κάνει με μια αποκατεστημένη ισορροπία τόσο στη φύση όσο και τη δική μου ζωή.

Η ΤΖΟΪΣ ΣΑΤΗΝ ΕΙΝΑΙ ΣΥΝΤΑΞΙΟΥΧΟΣ ΔΑΣΚΑΛΑ ΚΑΙ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ ΚΑΙ ΖΕΙ ΣΤΟ ΣΑΝ ΑΝΤΟΝΙΟ ΤΩΝ ΗΠΑ. ■

ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΙΝΑ ΚΑΠ

# ΓΙΑΤΙ ΔΕΝ ΜΕ ΦΟΒΙΖΕΙ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ

**ΕΧΩ ΜΙΑΗΣΕΙ ΜΕ ΠΟΛΛΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ ΠΟΥ ΦΟΒΟΥΝΤΑΙ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ.** Αν και η Βίβλος μας διδάσκει απ' την αρχή μέχρι το τέλος για τη δύναμη και το σχέδιο του Θεού να προστατεύει εκείνους που Τον εμπιστεύονται, ανεξάρτητα απ' το τι αντιμετωπίζουν, ο νους μας έχει έναν τρόπο να ξεχνά αυτές τις διαβεβαιώσεις, όταν αρχίζει να ανησυχεί. Όμως μου συνέβη κάτι που άλλαξε αυτό το είδος περιδίνησης στη ζωή μου.

Τον ίδιο μήνα που ανακάλυψα ότι ήμουν έγκυος, ο Θεός κάλεσε τον σύζυγό μου και εμένα να γίνουμε δικοί Του απόστολοι στην Αφρική. Το κάλεσμα αυτό ήταν μια μεγάλη έκπληξη, επειδή είχα ζηήσει στην Ιαπωνία την περισσότερη ζωή μου και ασχολιόμουν με ένα συμβουλευτικό πρόγραμμα για φοιτητές και άλλα φιλανθρωπικά προγράμματα. Μιλούσα Ιαπωνικά, ένοιωθα ευτυχία και εκπλήρωση και εκεί που ήθελε ο Θεός να βρίσκομαι – στη συνέχεια όμως Αυτός μου έδειξε, πως είχε άλλα πράγματα να με διδάξει και πως η αλλαγή σκηνικού ήταν απλά

ένα μέρος απ' αυτό!

Αφού ξεπέρασα το αρχικό σοκ και έχοντας προσαρμοστεί κάπως στην ιδέα, άρχισε να με ενθουσιάζει το γεγονός ότι θα πήγαινα σε ένα περιβάλλον εντελώς διαφορετικό, έτσι σε λίγους μήνες ήμασταν έτοιμοι για να φύγουμε. Πρώτα πήγαμε στην Ευρώπη να επισκεφτούμε την οικογένεια του συζύγου μου και εκείνοι μας προέτρεψαν να προμηθευτούμε από εκεί ό,τι χρειαζόμαστε για το μωρό που θα γεννούσα σύντομα, επειδή στην Αφρική τα μωρουδιακά είδη δεν ήταν εύκολο να τα βρεις, είναι δε και κακής ποιότητας και επίσης ήταν και πολύ ακριβά να τα αγοράσεις. Όμως τα μωρουδιακά δεν ήταν φθηνά ούτε στην Ευρώπη και μια και ήταν χειμώνας, ήταν δύσκολο να βρούμε καλοκαιρινά μωρουδιακά ρούχα.

Έτσι άρχισα να αναζητώ μωρουδικά στα παζάρια που γίνονταν στις γειτονιές. Μια διαφήμιση έδειχνε τέλεια: «Επιπλα και παιδικά ρούχα». Κάποιος πουλούσε ένα ολόκληρο σετ από μωρουδιακά ρούχα για νεογέννητο έως και ενός έτους. Όλα τους ήταν σε

σχεδόν τέλεια κατάσταση και τα περισσότερα ήταν καλοκαιρινά! Υπήρχαν επίσης και μερικά παιχνίδια και άλλα είδη που θα χρειαζόμασταν για το μωρό.

Τώρα θα μου πείτε, τι έχουν να κάνουν τα μωρουδιακά ρουχαλάκια με τους φόβους για το μέλλον; Έχουν, επειδή τώρα, όποτε αντιμετωπίζω τέτοιου είδους φόβους, ειδικά όσον αφορά την κόρη μου, ξαναθυμάμαι αυτή την εμπειρία. Μια και είμαστε άνθρωποι, είναι αναπόφευκτο μερικές φορές να μην ανησυχούμε για το μέλλον, όμως πρέπει να θυμόμαστε πως ο Θεός ποτέ δεν μας εγκαταλείπει και πως μέσα στη δική Του αγκαλιά, μπορούμε πάντα να νοιώθουμε ασφαλείς!

Η ΤΙΝΑ ΚΑΠ ΕΙΝΑΙ ΧΟΡΕΥΤΡΙΑ, ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΤΡΙΑ ΚΑΙ ΑΝΕΞΑΡΤΗΤΗ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ ΣΤΗ ΝΟΤΙΑ ΑΦΡΙΚΗ. ΕΙΝΑΙ ΕΠΙΚΕΦΑΛΗΣ ΜΙΑΣ ΨΥΧΑΓΩΓΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΠΟΥ ΒΟΗΘΑ ΝΑ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΝΟΝΤΑΙ ΧΡΗΜΑΤΑ ΓΙΑ ΦΙΛΑΝΘΡΩΠΙΕΣ ΚΑΙ ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΚΑ ΑΠΟΣΤΟΛΙΚΑ ΕΓΧΕΙΡΗΜΑΤΑ. ■

# ΚΑΤΑΙΓΙΔΕΣ ΚΑΙ ΘΥΕΛΛΕΣ

ΑΠΟ ΤΗΝ ΜΑΡΙ ΑΛΒΕΡΟ

ΕΧΩ ΜΑΘΕΙ ΠΩΣ ΥΠΑΡΧΕΙ ΜΙΑ ΓΑΛΗΝΗ  
ΑΝ ΚΑΙ Η ΚΑΡΔΙΑ ΜΟΥ, ΜΑΖΙ ΜΕ ΤΟ ΚΟΡΜΙ ΜΟΥ ΠΟΝΑ  
ΥΠΑΡΧΕΙ ΜΙΑ ΑΝΑΠΑΥΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΨΥΧΗ ΜΟΥ  
ΩΣΤΕ ΝΑ ΜΠΩΡΩ ΕΓΩ ΝΑ ΠΩ, ΟΤΙ  
«ΟΛΑ ΘΑ ΠΑΝΕ ΚΑΛΑ»

Τραγουδούσα αυτά τα λόγια ξανά και ξανά, ελπίζοντας πως η επανάληψη αυτή, θα μου προσέφερε κάποια γαλήνη. Όμως δεν ένοιωσα κάτι τέτοιο να συμβαίνει. Η ψυχή μου προβληματιζόταν, ίσως και να ήταν τρομοκρατημένη. *Πού είναι ο Θεός μέσα σ' αυτό το χάος; Πού είναι ο Θεός μέσα σε όλη αυτή την αβεβαιότητα;*

Είμαι βέβαιη πως ακουγόμουν ακριβώς όπως και οι μαθητές του Ιησού, όταν αυτοί βρέθηκαν μέσα σε εκείνη την καταιγίδα στη θάλασσα. Ο Ιησούς, ανενόχλητος απ' την υφιστάμενη θύελλα, είχε γείρει το κεφάλι Του κάπου και κοιμόταν. Οι μαθητές Του τον ξύπνησαν λέγοντάς Του, «Κύριε, δεν σε νοιάζει που χανόμαστε;» Ο Ιησούς σηκώθηκε και είπε στη θάλασσα, «Σώπα, ησύχασε!» και καταλάγιασε η καταιγίδα και η θάλασσα ηρέμησε. Μετά απευθυνόμενος στους μαθητές Του τους είπε, «Πατή είστε έστω δειλοί; Πώς και δεν έχετε πίστη;» Ο

1. Δείτε Μάρκο 4:35-40.

Ιησούς δεν τους έκανε αυτή την ερώτηση επειδή οι μαθητές φοβόντουσαν την καταιγίδα, αλλά επειδή Τον είχαν ρωτήσει αν ο Ιησούς νοιαζόταν γι' αυτούς ή όχι.<sup>1</sup>

Και να σου κι εγώ με ακριβώς τους ίδιους φόβους: *Δεν νοιάζεσαι Θεέ μου; Βλέπετε η ειρήνη μου και μερικές φορές και η ίδια μου η πίστη, είναι πολύ στενά συνδεδεμένες με το αν τα πράγματα πάνε όπως θα ήθελα εγώ να πάνε ή όχι.*

Να μερικά πράγματα που αποστέρουν την ειρήνη μου:

- **Απώλεια, εκείνο το ισοπεδωτικό τέρας.** Τείνω να ζω κάθε νέα απώλεια, μέσα απ' το φίλτρο των προηγούμενων απωλειών και νοιώθω τον πόνο των παρελθόντων απωλειών μαζί με τον πιο πρόσφατο.
- **Παράδοση.** Τι αγώνα δίνουμε, όταν γνωρίζουμε ότι το θέλημα του Θεού αντίκειται στο δικό μας!
- **Έλλειψη.** Όταν υπάρχει κάτι που χρειάζομαι (ή και το θέλω) που δεν το έχω, μου είναι δύσκολο να νοιώσω μέσα μου ειρήνη.

Δεν ξέρω, ίσως και να μπορείτε να ταυτιστείτε με τα παραπάνω. Στην ουσία, νομίζω πως είναι αρκετά προφανές ότι αυτού του είδους οι καταστάσεις είναι εκείνες, όταν η ειρήνη δεν είναι η αναμενόμενη, που μοιάζει με το πώς θα προσμέναμε να φοβηθούμε στη μέση μιας μεγάλης καταιγίδας μέσα σε ένα μικρό πλοιάριο που πάει πέρα-δώθε

στη θάλασσα. Τον Θεό δεν Τον ενοχλεί η τρομαγμένη μας αντίδραση, αφού ξέρεi ότι η καταιγίδα τρομάζει, όμως μας λέει ότι ο Ιησούς είναι μαζί μας μέσα στο πλοιάριο και δεν χρειάζεται να αναρωτιόμαστε για το αν νοιάζεται ή όχι.

Όσον αφορά τον πόνο που νοιώθω μέσα μου, οφείλεται στο ότι χάσαμε ένα οικογενειακό μας μέλος ξαφνικά, και αυτό ήταν πολύ οδυνηρό. Επίσης ένα απ' τα παιδιά μου αντιμετώπιζε κάποια σοβαρά προβλήματα υγείας, ενώ ένα άλλο έπρεπε να πάρει κάποιες πολύ δύσκολες αποφάσεις. Μερικές φορές νοιώθω πως δεν μπορώ να τα αντέξω όλα αυτά και η ειρήνη χάνεται από μέσα μου και όπως και οι απόστολοι, ρωτώ τον Θεό αν νοιάζεται για αυτά που περνώ.

Όμως, ένα πράγμα είναι σίγουρο, το ότι ο Ιησούς βρίσκεται μαζί μου μέσα στο δικό μου πλοιάριο και πως Αυτός, ναι, *νοιάζεται*. Ξαναδιάβασα εκείνη την ιστορία. Τραγουδήσα ξανά και ξανά αυτό τον ίδιο υπέροχο ύμνο, επικαλούμενη να επέλθει ειρήνη μέσα μου και αυτή επήλθε.

Η ΜΑΡΙ ΑΛΒΕΡΟ ΕΙΝΑΙ ΠΡΩΗΝ ΧΡΙΣΤΙΑΝΗ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΣΤΗΝ ΑΦΡΙΚΗ ΚΑΙ ΤΟ ΜΕΞΙΚΟ. ΣΗΜΕΡΑ ΖΕΙ ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΗ ΚΑΙ ΑΠΑΣΧΟΛΗΜΕΝΗ ΜΕ ΤΟΝ ΣΥΖΥΓΟ ΤΗΣ ΚΑΙ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΟΥΣ ΣΤΟ ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΤΕΞΑΣ ΤΩΝ ΗΠΑ. ■

# ΣΤΙΓΜΕΣ ΑΝΑΝΕΩΣΗΣ

Το οδοιπορικό της Χριστιανικής ζωής είναι μια συνεχής πορεία προς τα πάνω. Υπάρχουν μικρά υψίπεδα όπου μπορείς να ξεκουραστείς για λίγο και να χαλαρώσεις και ίσως και θέσεις όπου μπορείς να παραμείνεις λίγο παραπάνω για ανάπαυλα, όπου μπορείς να ανακτήσεις τις δυνάμεις σου πριν συνεχίσεις. Αν και η ανάβαση στο βουνό μπορεί να είναι κοπιαστική και εξαντλητική, όμως Εγώ σου παρέχω σημεία να σταματήσεις και να τα απολαύσεις και στιγμές χαλάρωσης ώστε να μπορείς να ανακτήσεις τις δυνάμεις σου. Είναι σημαντικό να σταματάς και να ξεκουράζεσαι εκείνες τις φορές.

Αυτά τα σημεία θέασης είναι όμορφα μέρη να σταματήσεις, απ' όπου μπορείς να αγναντέψεις την πεδιάδα και να απολαύσεις όλη εκείνη την εκπληκτική θέα, μια θέα που σου κόβει την ανάσα, καθώς κοιτάζεις το μαγευτικό τοπίο από οροσειρές, τον ουρανό, τα δάση και όλη τη δημιουργία. Θα σε εμπνεύσει, θα σε ενθαρρύνει και θα σου δώσει τον χρόνο να συλλογιστείς τους στόχους σου και τον σκοπό σου.

Μερικές φορές όμως, με όλη τη βιασύνη της καθημερινότητας, είναι εύκολο να νοιώσεις πως δεν μπορείς να εκμεταλλευτείς εκείνα τα μικρά οροπέδια και τα σημεία θέασης για ξεκούραση και ανανέωση. Είναι σημαντικό να θυμάσαι ότι χρειάζεσαι στιγμές χαλάρωσης και όχι μόνο την απόλαυση της αναρρίχησης και της θέας, αλλά επίσης και της ανανέωσης πριν συνεχίσεις με το οδοιπορικό σου.

Οι καιροί αλλάζουν, οι περιστάσεις αλλάζουν, ο καιρός αλλάζει και ακόμα και οι συνθήκες πάνω στο βουνό αλλάζουν, καθώς εσύ συνεχίζεις να ανεβαίνεις. Συμβουλέψου το Εγχειρίδιο του Ορειβάτη και ζήτησέ Μου να σε καθοδηγήσω στις μεταβαλλόμενες συνθήκες που αντιμετωπίζεις.

