

VÁLTOZTASS AZ ÉLETEDEN! VÁLTOZTASS A VILÁGON!

activated

MEGLOVAGOLNI A SÁRKÁNYT

Nézz szembe a félelmeiddel

Átjutni

Ő mindig veled van

A csalódás kezelése

Az ellenállóképesség növelése





A SZERKESZTŐ KÖSZÖNTŐJE FÉNY A SÖTÉT BEN

A gyűrű szövetségében,¹ Galadriel, a fény úrnője egy kristályüveget ad Frodónak ajándékba, ami az Eärendil csillagának fényét tartalmazza. „Fényesebb lesz, amikor éjszaka vesz körül,” ígéri Frodónak, és így is lett. Kalandjai során Frodó és Sam többször is használják a fényt, amikor bajba kerülnek.

Galadriel üvege nemcsak fizikai értelemben volt lámpás, hanem bátorságot és reményt is adott viselőjének. Egy ilyen ajándék bizonyára mindnyájunk számára jól jöhet az életben, azonban még Eärendil fénye is elhomályosult néha, amikor ellenséges környezetbe került. Az Activated magazin e havi számában egy olyan fényről olvashatunk, ami sokkal nagyobb erővel bír ennél és semmi sem homályosíthatja el.

Jézus, saját magáról beszélve, a következőket mondta: „A világosság a sötétben fénylik, és a sötétség soha nem olthatja ki. Én vagyok a világ világossága. aki engem követ, nem jár sötétségben, hanem övé lesz az élet világossága.”²

Isten fénye képes begyógyítani a sebeket és elvenni a lélek magányát. A remény magját ülteti a kétségbeesés helyébe és a bánat legsötétebb völgyét is fénybe borítja. Világosságot vet lábunk elé és a legsötétebb éjszakából is képes átvezetni a hajnalba.

Bár a problémákat nem tudjuk elkerülni és időnként úgy érezzük, hogy a sötétség, a félelem vagy a kétely körbezárt bennünket, Isten fénye és szeretete mindig velünk marad és nincs miért aggódnunk. „Isten a mi oltalmunk és erősségünk, mindig biztos segítség a nyomorúságban.”³ „Az ÚR, a te Istened megy veled, nem hagy el téged, és nem marad el tőled.”⁴

Ő legyen a fényed a sötét helyeken, ahol semmilyen más világosság nem látható.

Samuel Keating
Ügyvezető Szerkesztő

1. J.R.R. Tolkien, 1954
2. János 1:5, 8:12
3. Zsoltárok 46:2
4. V. Mózes 31:6

További léleképítő kiadványokkal kapcsolatban, kérjük írj az alábbi címek valamelyikére:

www.activated-europe.com

Activated Magazin

Pf. 949.

Budapest 1463

Hungary

Email: activated@activated.org

www.activated.org

Activated Europe

Bramingham Pk. Business Ctr.

Enterprise Way

Luton, Beds. LU3 4BU, United Kingdom

+44 (0) 845 838 1384

Email: activatedEurope@activated.org

Activated Ministries

P.O. Box 462805

Escondido, CA 92046-2805, USA

Toll-free: 1-877-862-3228

Email: info@actmin.org

SZERKESZTŐ

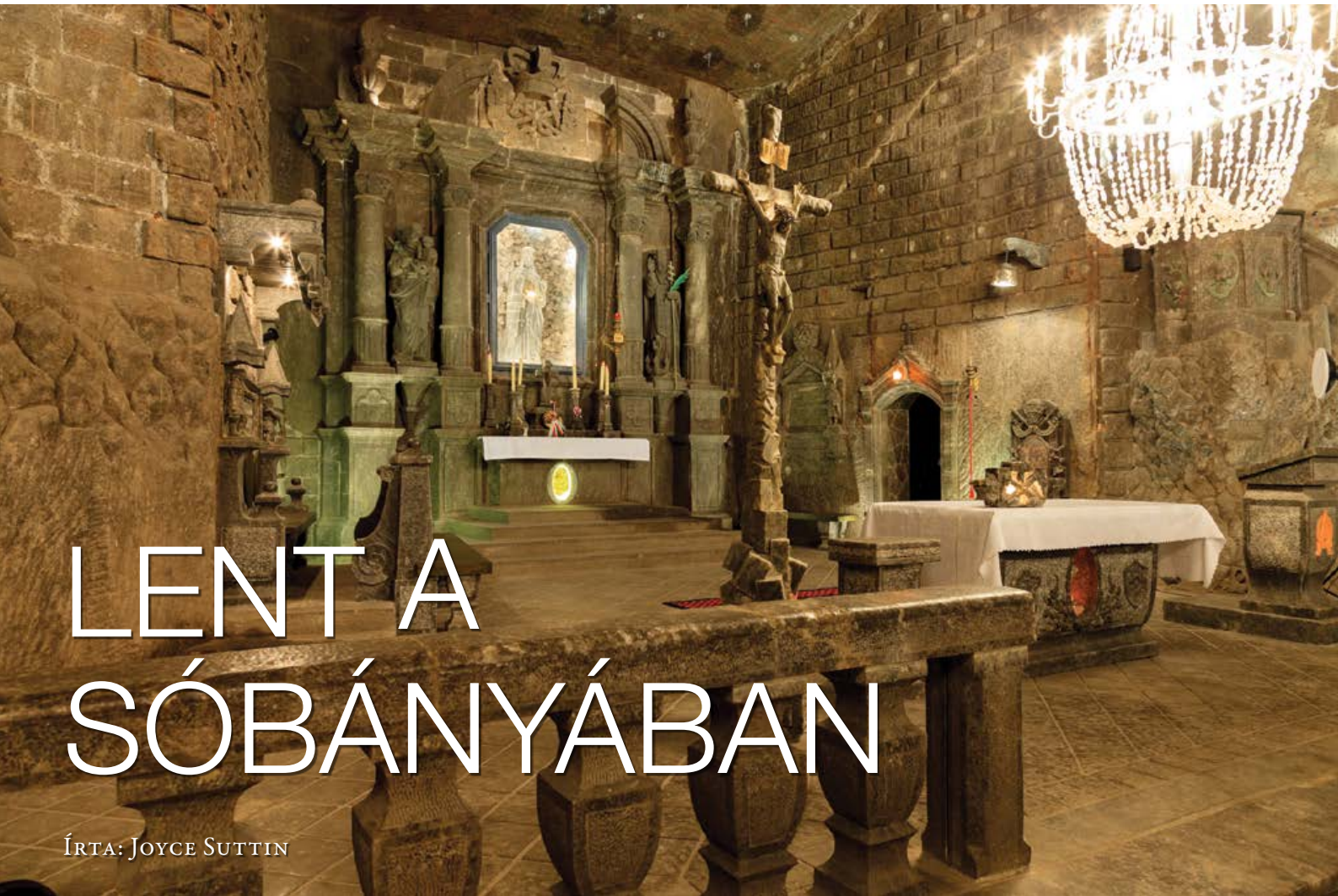
Samuel Keating

GRAFIKA

Gentian Suçi

© 2014 Activated. Minden jog fenntartva. Ha másképp nincs jelölve, az Activated magazinban szereplő minden szentírási idézet a Magyar Bibliatársulat vagy a Károli Gáspár által fordított változatból származik. (© a Magyarországi Református Egyház Kálvin János kiadója - 2000) Ez alól kivételt képeznek a JKBF rövidítéssel ellátott idézetek, amelyek a Jakab Királyi Bibliából, közvetlenül angol nyelvről lettek lefordítva.

A-HU-MG-AM-165-X



LENTA SÓBÁNYÁBAN

ÍRTA: JOYCE SUTTIN

378 LÉPCSŐ VEZETETT le a dél-lengyelországi Wieliczka sóbányába. Elmerengtem vajon milyen lesz odalent és, hogy milyen könnyű lenne eltévedni ebben a földalatti útvesztőben. Azon is eltűnődtem, hogy hogyan képes bárki is életének ilyen nagy részét a föld alatt tölteni úgy, hogy nem veszíti el a józan eszét.

Miközben különféle termeken haladtunk át, a túravezető érdekes só szobrokat mutatott. Több száz évvel ezelőtt egy ismeretlen bányász, a gyertyák fényének tükröződését látva a sókristályokban, rájött, hogy a só csodálatos szobrászati alapanyag lehet. Talán Leonardo da Vinci vagy Michelangelo ihlette meg és arra vágyott, hogy hozzájuk hasonló híres művészként váljon ismertté. Az is lehet, hogy az ebédszünetét használta mesterműveinek meg-

alkotására, tudva, hogy soha nem fogják híres múzeumokban kiállítani őket. Az egyszerű bányászok voltak egyedüli csodálói. Lehetséges, hogy a föld mélyében ezzel a módszerrel próbálta Istenhez vezetni társait. Idővel mások is szobrászkodni kezdtek.

135 méterrel a föld színe alatt a bányászok egy egész kápolnát építettek így. Falain Jézus életéről készült képek, születésétől a keresztre feszítésig. Lehet, hogy megértették, Isten oltalmára van szükségük, ahogy nap, mint nap leereszkedtek a baljós sötétségbe.

Ki gondolta volna, hogy a sóra vezető fény éppen olyan gyönyörűen csillog, mint a márvány? Ki gondolta volna, hogy egyszerű, kétkezi munkások ilyen csodálatos alkotásokra képesek? A túravezető megmutatta a helység akusztikáját, ami sokak szerint

a legjobb az egész világon. Azt is elmesélte, hogy sokan a mai napig ide hozzák asztmás gyerekeiket a gyógyulás reményében.

Miután a lift visszavitt bennünket a felszínre, tovább elmélkedtem a sóbányáról. Nem vagyok se szobrász, se művész, se zeneszerző, de fontos számomra, hogy írásaimmal alkotni tudjak. Saját elfoglaltságunk, legyen az bármi, ugyanúgy inspirálhat másokat.

Az élet ege nem mindig derűs. Ugyanakkor egy kicsiny gyertya fénye a legnagyobb sötétségben is adhat elég fényt ahhoz, hogy elvezessen a célhoz. A könnyek és nehézségek nem tartanak örökké, azonban az általunk alkotott szépség fényt vihet mások sötétségébe.

JOYCE SUTTIN TANÁR ÉS ÍRÓ AZ
EGYESÜLT ÁLLAMOKBAN. ■

ÍRTA: MARIA FONTAINE, ÁTDOLGOZÁS

ÁTJUTNI

A FÉNYT TÖBBEK KÖZÖTT AZÉRT ÉRTÉKELJÜK, mert megtapasztaltuk a sötétséget. A reménységet egy komoly kétségbeesés után értékeljük különösen nagyra. Áldásaink azért is jelentik a legnagyobb örömet, mert tudjuk milyen az élet nélkülük. Azért értékeljük az egészséget, mert megtapasztaltuk a betegséget és azért ismerjük a szeretet igazi értékét, mert tudjuk milyen a magány.

Nem hiszem, hogy bárki is élvezné a szenvedést, a nehézségeket, a betegséget, vagy a fájdalmat, ugyanakkor Pál azt mondja a Bibliában, hogy „legszívesebben az erőtlenséggel dicsekszem, hogy a Krisztus ereje lakozzék bennem.”¹ Ha Istenhez fordulunk minden problémánkkal, az Ő ereje segít a kitartásban és végül mindaz a jó, amit ígért, a miénk lehet.

Íme, néhány gondolat olyan emberektől, akik rájöttek, hogy Isten a bajban is velük volt és átsegítette őket a nehézségen.

A hála az öröm titka.
— *Ismeretlen szerző*

Mi emberek ösztönösen azt gondoljuk, hogy a látható világ a „valódi” világ és a láthatatlan világ „nem valóságos”, miközben a Biblia ennek éppen az ellenkezőjét mondja.
— *Philip Yancey (sz. 1949)*

A szenvedéssel kapcsolatos valamenynyí igazságot Isten elleni fegyverré lehet változtatni. A szenvedés gyakran csupán gyorsabb ütemben visz minket abba az irányba, amerre már eleve haladtunk. — *David McKenna*

Ne kezd el rázni a fejed, ha egy Down-kóros gyerekkel sétáló édesanyát vagy édesapát látsz, azt gondold, hogy te nem lennél képes szembenézni ilyesmivel. Valószínűleg igazad lenne, csak hogy Isten éppen ezért nem kért ilyesmire. Ehelyett inkább arra koncentrálj, hogy miként maradhatsz boldog a te saját, egyéni hely-

zetedben. Tekintsd a körülményeidet Isten ajándékának. Merd megköszönni őket Istennek.
— *Joni Eareckson Tada (sz. 1949)*

Idézd fel a legrosszabb pillanataidat, a bánataidat, veszteségeidet, szomorúságaidat és jusson eszedbe, hogy itt vagy és képes vagy emlékezni rájuk. Sikerült túlélned életed legrosszabb napját. Túl vagy a traumán, a megpróbáltatáson, kiálltad a kísértést, túlélted a rossz kapcsolatot és haladsz kifelé a sötétségből. Emlékezz a rosszra ... majd nézd meg, hogy most hol vagy. Amikor felidézük, hogy milyen nehéz volt az élet korábban és milyen nagy utat tettünk meg, határozott kontrasztot állítunk az elménkben, ami tökéletes táptalaj lesz a hála számára.

— *Peter Gomes lelkipásztor (1942-2011)*

Amikor szenvedsz, azért imádkozz, hogy a megpróbáltatás a hitedet növelje.
— *Bob O'Bannon*

1. II. Korinthus 12:9



Ne könnyebb teherért imádkozz, hanem erősebb hátért.

— *Ismeretlen szerző*

Amikor gyengének érzed magad, ne azt mondd, hogy „gyenge vagyok,” hanem találd meg a gyógyírt, mert az Isten Igéje.

— *Kálvin János (1509-1564)*

Nehéz időkben először ezekre emlékezz: Elhozott idáig és az ő akarata által vagyok ezen az egyes úton, ebben lesz nyugodalmam. Ezt követően: Meg fog tartani a Szeretetében és kegyelmet ad ebben a megpróbáltatásban, hogy az Ő gyermekeként tudjak viselkedni. Majd: A megpróbáltatást áldássá alakítja, tanítva a nekem szánt leckéket, erősítve a nekem szánt kegyelmet. Végül: Az Ő tökéletes idejében ismét kivezet engem, aképp és akkor, amikor kell. Mondd ezt: (1) Isten kegyelméből, (2) az Ő védel-

me és (3) tanítása alatt állok itt, (4) az általa elrendelt időben.

— *Andrew Murray (1828-1917)*

Isten nem foglalkozik a terveinkkel, nem kérdezi meg, hogy keresztül akarunk-e a menni egy szeretttünk elvesztésén, illetve ezen vagy azon a nehézségen, vereségen. Megengedi, hogy ezek megtörténjenek az Ő céljai szerint. Azok a dolgok, amiken keresztülmegyünk az életben, vagy kedvesebbé, jobbá és nemesebbé tesznek vagy pedig kritikussá, negatívvá és saját akaratunkhoz makacsul ragaszkodóvá. A velünk történő dolgok vagy gonoszabbá, vagy szentebbé tesznek, teljes mértékben Istennel való kapcsolatunktól függően.

— *Oswald Chambers (1874-1917)*

Egyetlen próbatétel vagy kísértés sem ért még, amit más ne élt volna át korábban. Csupán arra kell emlékeznünk, hogy Isten soha nem hagy

el és nem hagyja, hogy tűrőképességednél tovább kísértessenek és mindig ott lesz, hogy átsegítsen rajtuk.

— *I. Korinthus 10:13 (MSG Biblia alapján)*

MARIA FONTAINE ÉS FÉRJE
PETER AMSTERDAM A FAMILY
INTERNATIONAL KERESZTÉNY
HITKÖZÖSSÉG VEZETŐI. ■

Több mint 9000 dobást véttettem el karrierem során. Csaknem 300 meccset veszítettem el. 26 alkalommal bízták rám a döntő dobást úgy, hogy elvéttettem. Számtalanszor elbuktam az életben. És éppen ezért lettem sikeres.

— *Michael Jordan (sz. 1963), volt hivatásos kosárlabda játékos, akit sokan az NBA mindenkori legnagyobb játékosának tartanak.*



PERCRŐL PERCRE

ÍRTA: KOOS STENGER

AMIKOR A FIÚNK PETE HÁROM ÉVES VOLT, leukémiát diagnosztizáltak nála és az életünk egyik pillanatról a másikra drasztikusan megváltozott. Nincs kezelési útmutató, ami felkészíthetne arra, hogy az ember miként tudja feldolgozni, amikor a gyermeke életveszélyes betegségben szenved. Bár természetesen védelmet találtunk Jézus, ami gyengéd Pásztorunk szerető karjaiban, ettől függetlenül szembe kellett néznünk az eseményt követő hetek és hónapok ijesztő eseményeivel.

Végül megláttuk a fényt az alagút végén. Az orvosok gyógyultnak minősítették Pete-et. A valóságban azonban a változás nem ért véget, mert a ronda szörny évekkel később ismét felütötte a fejét, és ráadásul kétszer is.

Amikor a rák első alkalommal tért vissza, éppen Dél-Afrikában, egy számunkra viszonylag ismeretlen, idegen

országban éltünk, ahol más nyelven beszélnek és az egészségügyi rendszer is nagyban eltér az általunk megszokotttól. A félelmek és a fájdalom nem változott, se az állandó várakozás, hogy a helyzet javuljon. A javulás pedig jött, és ismét úgy tűnt, hogy Pete meggyógyult... míg azonban három évvel később, döbbenet vettük tudomásul, hogy a fiúnk betegsége ismét visszatért.

Még mindig csak tíz évesen, Pete harmadszor is szembeszállt a betegséggel.

Sírtunk és szenvedtünk. Nem értettük Isten szándékát, de minden pillanatban éreztük a jelenlétét mellettünk. Biztos voltam benne, hogy Pál apostol is hasonlóképpen érzett, amikor azt írta, hogy „Mindenütt szorongatnak minket, de nem szorítanak be, kétségkedünk, de nem esünk kétségbe; üldözöttek vagyunk, de nem elhagyottak, letipornak, de el nem veszünk.”¹

Így ismét megpróbáltunk kétségbeesetten Belé kapaszkodni.

A kórházban az orvos elmagyarázta, hogy a legnagyobb esély a végleges gyógyulásra a csontvelő átültetés lenne, azonban családnk minden tagja kiesett köréből, mint lehetséges donor. Egyikünk sem segíthetett.

Az orvos azt javasolta, hogy ismét végezzék el a tesztet rajtunk.

A következő héten az orvos mosolyogva fogadott bennünket. „A legkisebb fiúk elég közel van ahhoz, hogy donor lehessen,” mondta.


Természetesen ez sem jelentett azonnali győzelmet. Ismét több hét, sőt hónap telt el, mire Pete túl volt a veszélyen. Az Úr azonban megadta a győzelmet és immár tíz éve egészséges.

Azt kérdezed, hogyan él át az ember egy ilyen válságot? Megfogod a Pásztor kezét és minden pillanatban, minden órában és minden nap Vele maradsz.

KOOSSTENGER SZABADÚSZÓ ÍRÓ
HOLLANDIÁBAN. ■

1. II. Korinthus 4:8-9

NÉZZ SZEMBE A VIHARRAL



ÍRTA: ANNE SPRING

ÉVEKKEL EZELŐTT KIS CSALÁDUNK egy teherhajón utazott Európából új missziós területünkre, Dél-Amerikába. A hajórakomány berakodása miatti késlekedés eredményeként csak a földközi-tengeri tél kellős közepére tudtunk útnak indulni, éppen ugyan abban az időszakban, amikor Pál apostol hajótörést szenvedett Málta partjainál.¹ Még viccelődünk is ezzel, de azért imádkoztunk, hogy minket ne érjen hasonló csapás.

Két nappal indulásunk után mégis úgy alakult, hogy hurrikán erejű viharba kerültünk. Bár a hajó teljes rakománnyal hajózott és alacsonyan állt a vízen, mégis vadul dobálózott a viharban. A gyerekek még kicsik voltak és jó mókának tartották az egészet,

mi felnőttek azonban keményen küzdöttünk, hogy tartsuk magunkban és egymásban a lelket, a gyomrunk tartalmát pedig a helyén. Még a sok viharban megedződött legénység tagjai is tengeri betegek voltak.

Egyik jelentés a másik után érkezett bajba jutott hajókról. Semmit nem tehettem, hogy javítsak a helyzeten, imádkozni azonban tudtam, amit meg is tettem, mégpedig olyan odaadással, mint talán még soha.

„Menj a parancsnoki hídra!“ Azonnal felismertem Jézus hangját az elmémben. „A kapitány is imádkozik. Imádkozz vele, hogy erősítsd a hitét.“

Amikor elindultam azt sem tudtam, hogy eljutok-e a hídig, de végül sikerült. A kapitány valóban ott volt. Egyedül, imában. Illetve érkezésem után már ketten örködtünk, amíg túl nem haladtunk Szicílián, mivel a sziget megvédett

a legerősebb szellőkésektől. A hajót és a rakományt néhány kisebb sérülés érte, de egyetlen embernek sem esett baja.

Az úton tanult leckék ismét felötlöttek bennem, egy friss nehézség kapcsán. „Menj fel a hídra,“ véltem ismét hallani a szavakat, „és fogd meg a Kapitány kezét!“ Jézus a mi Vezetőnk és együtt hamarosan biztonságosabb vizekre érünk.

Az emberi természet próbálja elkerülni a nehézségeket. Próbál elbújni és reménykedni, hogy valahogy majd elmúlik. Ez azonban nem a győzők útja. Nem szabad földön fekvő várni a vihart. Az élet viharai és csatái gyakran leküzdhetetlennek tűnnek, de megéri harcolni a győzelemért.

ANNE SPRING SZERZŐ ÉS KERESZTÉNY HUMANITÁRIUS MUNKÁS A BALKÁNON. ■

1. Apostolok Cselekedetei 27-28

ÍRTA: CURTIS PETER VAN GORDER

MEGLOVAGOLNI A SÁRKÁNYT

A HEVEDEREK RÖGZÍTÉSE ÉS A FELSZERELÉS ELLENŐRZÉSE UTÁN, szorosan tartottam a kötelet a kezemben. A szárnyas lény vonaglott, rángatózott, hogy kiszabadítsa magát és lerántson a mélységbe. Segítőim, jobb és bal oldalamon, féken tudták tartani, de minden erejükre szükségük volt, hogy megakadályozzák abban, hogy felkapjon és elvigyen bűvőhelyére.

A rádióból megszólaló hang rántott vissza a valóságba. „Kezeket hátra, tenyér felfelé néz, előre dőlünk, egyenesen előre nézünk ... indulási pozíció!” Avi volt az, a vezető oktatónk, aki elhatározta, hogy minden tudást átad nekünk, ami a gravitáció meghazudtolásához és a repüléshez és persze a biztonságos landoláshoz szükséges. „Az indulás opcionális, a landolás nem,” mondta mindig. Biztosítottam magam, hogy minden rendben, emlékezve oktatóm makulátlan hírnevére.

A siklóernyő tanfolyam végén jártunk. A felemelkedésről, húzásról és támadásról tanultak mind értelmüket vesztenék, ha nem ugom neki most erről a dombról. Csak nyugalom és kövesd az utasításokat! Ismételtettem magamban.

Miközben indulásra kész pozícióban vártam, egy sas repült el felettem könnyedén. Alig mozgatta szárnyait. Látzott, hogy egy meleg áramlaton vitorlázott. Ez az Ige jutott eszembe: „Szárnyra kelnek, mint a sasok.”¹

A rádió ismét megszólalt. „Készen áll?”

Bólintva tettem néhány lépést előre, mélyeket lélegezve, megpróbálva távol tartani a pánikot. Mit is mondott Avi? „A pánik egyetlen lépéssel jár a baleset előtt. Amikor pánikba esel, a tudatalatti átveszi az irányítást és így születnek a hibás döntések.”

Kezeimet hátul tartva az ernyőt felkapta a szél, kidagadt és hátrarántott. Előredőltem és felnéztem. Most már nincs visszaút. Tudtam, hogy a következő lépés a futás. Az élethez hasonlóan, ha nincs energiánk a cél felé haladni, a körülmények ellenünk kezdenek dolgozni. Ha veszítünk a sebességből, a siklóernyő elkezd oldalra mozogni. Nekem kell meghatározni, hogy mit tegyen. Repülj! Érj földet biztonságban!

„Fuss!”

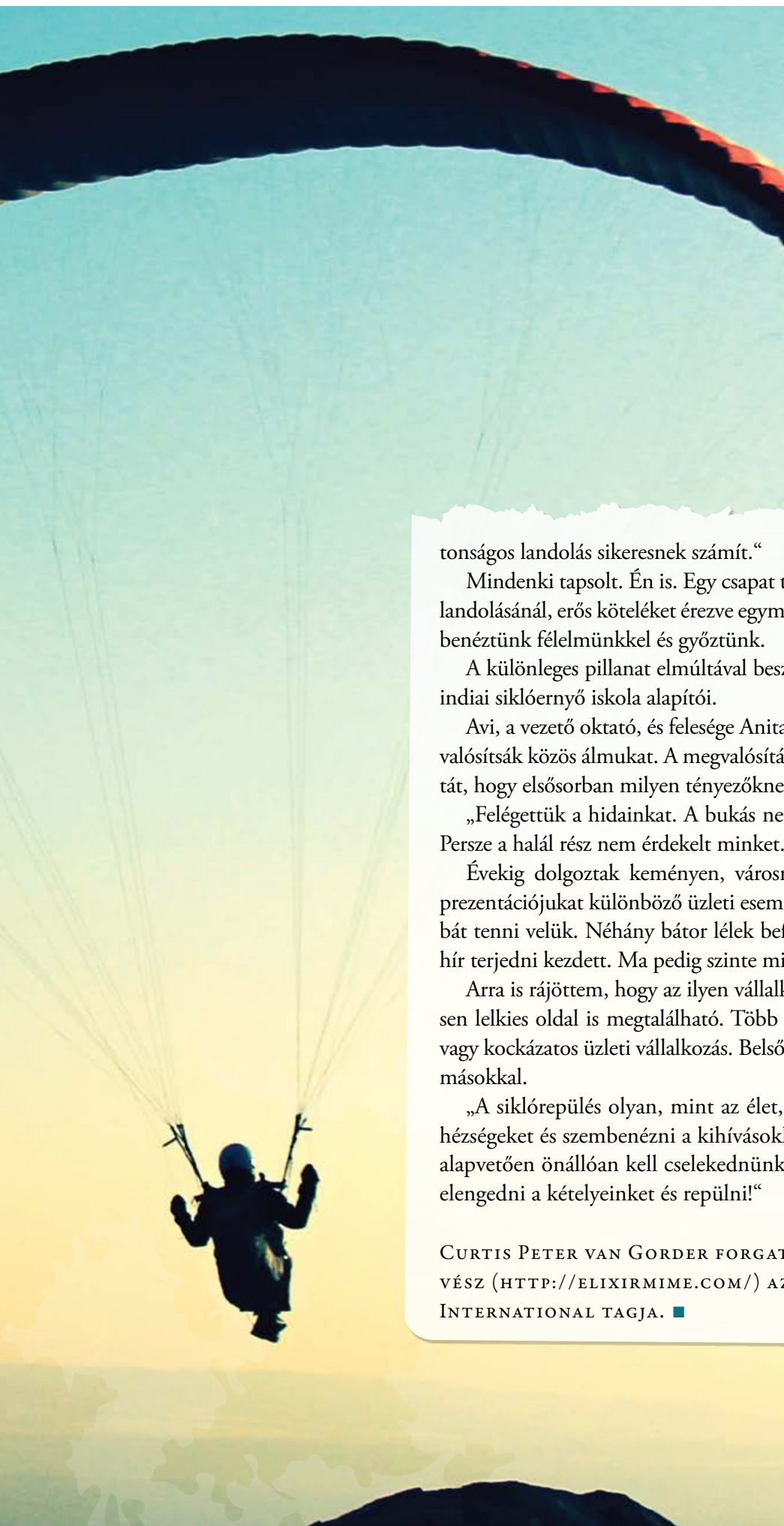
Még két lépés és a levegőben voltam. Könnyebben ment, mint reméltem. Inkább hasonlított egy síliftre, mint repülőre. Magasan repültem, élveztem a gyönyörű kék hegyek látványát a kristálytisza tó felett. Gyengéden meghúztam a féket a jobbra forduláshoz. Engedelmeskedett. Ezután balra, majd megint jobbra kanyarodtam és felkészültem a landolásra. Nem sikerült olyan finomra, mint reméltem, de ahhoz képest, hogy ez volt az első alkalom, elfogadható volt.

Avi segítségével kiértékeljük a landolást. Elmondtam, hogy min javítanék majd a következő alkalommal. „Ne legyél túl kemény magadhoz,” figyelmeztetett. „Minden biz-

1. Ézsaiás 40:31

2. Máté 14:27

3. Zsoltárok 46:3



[Jézus] egyetlen rövid gondolatba sűrítette az örök vigasz üzenetét, amikor Galilea partjai mentén a következőket mondta tanítványainak: „Bízzatok, én vagyok, ne féljete!”³ Ő a félelem ellenszere, Ő az orvosság a bajra, Ő a szabadítás lényege. Győzzük hát le a félelmet! Tartsuk Rajta a szemünket és maradjunk Benne, elégedjünk meg Vele. Kapaszkodjunk Belé szorosan és kiáltjuk: „Azért nem félünk, ha megindul is a föld, és hegyek omlanak a tenger mélyébe.”³
— A.B. Simpson (1843-1919)

tonságos landolás sikeresnek számít.”

Mindenki tapsolt. Én is. Egy csapat testvérként ünnepeltünk minden társunk landolásánál, erős köteléket érezve egymás iránt, tudva, hogy mindannyian szembenéztünk félelmünkkel és győztünk.

A különleges pillanat elmúltával beszédbe elegyedtem oktatóimmal, akik egy indiai siklóernyő iskola alapítói.

Avi, a vezető oktató, és felesége Anita, jól fizető állásokat adtak fel, hogy megvalósítsák közös álmukat. A megvalósítás nem volt egyszerű. Megkérdeztem Anitát, hogy elsősorban milyen tényezőknek tudja be vállalkozásuk sikerét.

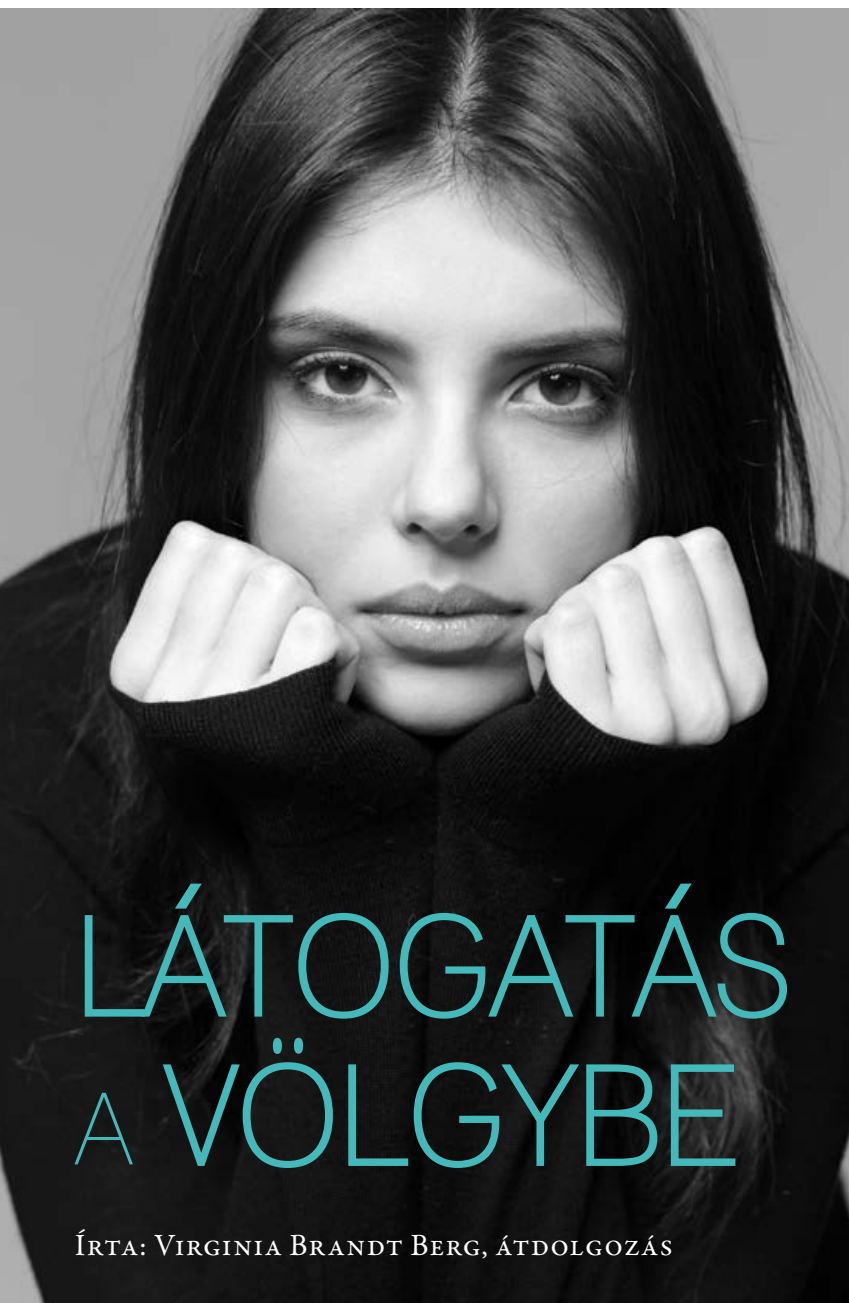
„Felégettük a hidainkat. A bukás nem volt opció. Merünk vagy meghalunk. Persze a halál rész nem érdekelt minket.” – válaszolta.

Évekig dolgoztak keményen, városról városra utazva, hogy bemutathassák prezentációjukat különböző üzleti eseményeken, már ahol hajlandók voltak próbát tenni velük. Néhány bátor lélek befizetett az általuk kínált tanfolyamra és a hír terjedni kezdett. Ma pedig szinte minden nap repülnek.

Arra is rájöttem, hogy az ilyen vállalkozók személyiségében általában egy erősen lelkes oldal is megtalálható. Több volt ez számukra, mint adrenalin örület vagy kockázatos üzleti vállalkozás. Belső harcot vívtak, és ezt meg akarták osztani másokkal.

„A siklórepülés olyan, mint az élet,” mondta Avi. „Le kell győznünk a nehézségeket és szembenézni a kihívásokkal. Bár kaphatunk segítséget másoktól, alapvetően önállóan kell cselekednünk. Szembe kell néznünk a félelmeinkkel, elengedni a kételyeinket és repülni!”

CURTIS PETER VAN GORDER FORGATÓKÖNYVÍRÓ ÉS PANTOMIM MŰVÉSZ ([HTTP://ELIXIRMIME.COM/](http://elixirmime.com/)) AZ INDIAI MUMBAIBAN ÉS A FAMILY INTERNATIONAL TAGJA. ■



LÁTOGATÁS A VÖLGYBE

ÍRTA: VIRGINIA BRANDT BERG, ÁTDOLGOZÁS

A HÉBER BAKA SZÓ JELENTÉSE „SÍRÁS“, bibliai időkben pedig létezett egy ilyen nevű völgy Izraelben. Képletesen a Baka, illetve ahogy Károli Gáspár fordította, a Siralom völgye egy olyan hely, ahol mindannyian jártunk már életünk során. A szenvedés, bánat, nehézségek száraz, poros, sivatagos helye.

A 84. zsoltár gyönyörűen leírja, hogy valahányszor ilyen helyen haladunk át, lehetőségünk van a nehézséget, csalódást vagy bánatot áldássá alakítani. „Ha a Siralom völgyén mennek is át, források völgyévé teszik azt, az őszi eső is elárasztja áldásával. Újult erővel

1. Zsoltárok 84:6-7

2. Róma 8:37

3. Lásd: Zsoltárok 61:2

haladnak, és megjelennek Istennél a Sionon.“¹

Eszembe jut egy jóbarát, aki pontosan ezt tette. Egyszer súlyos beteg lett. Bár úgy tűnt, hogy produktív, aktív napjai véget értek, a Siralom völgyét áldássá alakította. „Források völgyévé“ alakította és ezzel még nagyobb erővel tudott bátorítani másokat. Hagyta, hogy az ő Siralom völgye a legjobbat hozza ki belőle és a sivatagot gyönyörű tájjá alakította, mélyre ásva szívében és Isten Igéjében.

Isten ígéretein állva, az Ő jóságában bízva, még a bánat és kétségbeesés idején is látható lesz a hited mások számára, és így saját magad és mások számára is forrássá válhat egy kemény, száraz helyen. A hited akkor ragyog a legfényesebben, ha képes vagy a nehézségek fölé emelkedni.

A körülményektől függetlenül is megerősödhetünk, mert a mi szerető, mindenható Istenünk és az Ő csodálatos ígéretei megtartanak minket. „De mindezekkel szemben diadalmaskodunk az által, aki szeret minket.“² Nem maradunk a száraz pusztaságban, a kétségbeesés völgyében és nem elégszünk meg azzal, hogy csupán kibírjuk a megpróbáltatásokat. Közeledve Istenhez, az Igére támaszkodva, élő vizek fakadnak az Úr által.

Emlékezze erre, amikor legközelebb a Siralom völgyében találod magad.

VIRGINIA BRANDT BERG (1886-1968) AMERIKAI EVANGÉLISTA ÉS LELKIPÁSZTOR VOLT. ■

Amikor úgy érzed, hogy elmerülsz a nehézségekben vagy a bánatban, vigaszra találsz Jézusban.³

Jézus, szeretném, ha vigaszom lennél a bánatban, védelmem a bajban és a barátom minden időben. Kérlek, gyere be az életembe és maradj mellettem mindig.

A close-up photograph of a tennis racket and four tennis balls on a clay court. The racket is positioned diagonally across the frame, with its head in the upper left and handle in the lower right. Four bright green tennis balls are lined up in a row in the foreground, partially overlapping the racket's strings. The background is a blurred clay court surface.

ÍRTA: ELSA SICHROVSKY

A KITARTÁS JUTALMA

„**BÁTRABB VAGY, MINT HISZED,**
ERŐSEBB VAGY, mint aminek látszol
és okosabb vagy, mint gondolnád.“

—*Christopher Robin (A. A. Milne)*

Amikor először olvastam ezt az idézetet egy történet jutott eszembe, amit egy különleges atlétikai képességekkel és tehetséggel megáldott fiatalemberről olvastam. Mindössze tizenkilenc évesen, Rafael Nadal már tudta, hogy világhírű teniszzjátékos akar lenni. 2005-ben megnyerte első Grand Slam tornáját és 2. helyre került az ATP listán. Úgy tűnt, hogy nagy sikereknek néz elébe. Történt azonban, hogy miután bal lába néhány héten át folyamatosan fájt, az orvosok felfedezték, hogy egy ritka csontbetegségben szenved, aminek hatására a csontok megdagadnak és komoly fájdalmat okoznak. A felfedezés azzal fenyegetett, hogy karrierje egyik pillanatról a másikra megtorpanhat.

A sors ilyen alakulása komoly fejlődést okozott a fiatalembernek. Mivel még menni is alig tudott, nemhogy teniszezni, komoly depresszió vett erőt rajta. Sokszor órákig mást sem tett, csak ült a kanapén és bámult maga elé vagy a fürdőszobában sírt. „Nem nevettem, nem mosolyogtam, sétálni se volt kedvem. Teljesen elment a kedvem az élettől,“ mesélte később.

Ezen a ponton Rafa egy komoly döntés elé nézett: Feladja vagy továbbmegy. A könnyebbnek látszó utat is választhatta, de ezzel fel kellett volna adnia a nehéz útban rejlő esetleges jutalmak reményét. Úgy döntött, hogy továbbmegy, és a győzelemre összpontosít, akkor is, ha csupán a vereséget látta és érezni sem érzett egyebet. A döntés nem volt könnyű, mert a fájdalom nem múlt el és gyakran lesérült a betegsége miatt. A kitartása azonban meghozta gyümölcsét, mert három

évvel később már a világ elsőszámú teniszzjátékosaként állhatott a dobogón.

Előfordul, hogy az élet nehéz döntések elé állít bennünket. Előfordul, hogy összetörnek álmaink, nem látunk reményt és kétségbeesünk. Ugyanakkor mindig lehetőségünk van a győzelmet választani, akkor is, ha minden körülmény a vereség felé mutat. Elhatározhatjuk, hogy minden nap, minden órában, minden pillanatban kitartunk. Elhatározhatjuk, hogy újra megpróbáljuk, akkor is, ha félünk a bukástól. Elhatározhatjuk, hogy akkor is újra szeretünk, ha megbántottak. Elhatározhatjuk, hogy akkor is adunk, ha veszteséget szenvedtünk. Egy napon pedig kiérünk az éjszaka sötétségéből a gyönyörű napsütésbe.

ELENA SICHROVSKY ANGOL TANÁR
ÉS ÖNKÉNTES MISSZIONÁRIUS
TAJVANON. ■

A csalódás kezelése

ÍRTA: GLORIA CRUZ

BIZONYÁRA MINDENKI ÁTÉLT MÁR CSALÓDÁST ÉLETÉBEN. Talán egy barát cserbenhagyott, vagy nem kaptad meg a remélt elismerést a munkahelyeden vagy a kapcsolat, amit életed szerelmének gondoltál, válással végződött. Esetleg nagy álmokat szövögettél gyerekeid számára, de ők más utat választottak.

A Bibliában több olyan szülőről is olvashatunk, akik csalódtak gyerekeikben. Abszolom például apja, Dávid trónját akarta és egy egész hadsereget toborzott lázadásához és a trón megszerzéséhez.¹

Mózesnek is szembe kellett néznie néhány csalódással. Isten kiválasztotta, hogy kivezesse Izraelt az egyiptomi rabszolgaságból és el is jutottak a Sínai-pusztába, azonban míg Mózes a Tíz Parancsolatot kapta Istentől a hegyen, a nép lent a völgyben elfordult Istentől és egy arany borjút kezdett imádni. Mózes csalódott és dühös volt, aminek eredményeként darabokra törte az Istentől kapott táblákat, rajta Isten szavaival. Ennek eredményeként vissza kellett térnie a hegyre, hogy ismét megkapja őket.²

Amikor csalódunk egy elvárással kapcsolatban, előfordul, hogy elkeseredünk, elveszítjük bizalmunkat az érintett felé vagy magunkba zárkózunk. Az is lehet, hogy dühösek, sértődöttek, keserűek leszünk és ez hosszútávon bizony az egészségünkre is káros hatással lehet. Bár ezek természetes reakciók, van egy jobb módja az ilyen helyzetek kezelésének. Egy csalódás nem feltétlenül kell, hogy elpusztítson bennünket. Sőt, tanulhatunk belőle.

Íme, négy javaslat a csalódások kezelésére:

1

Fogadd el, hogy az emberek nem tökéletesek, és nem mindenki olyan, mint te. Másként gondolkoznak, másként vélekednek bizonyos dolgokról és gyakran más-képp reagálnak a körülményekre. Ismerd fel és értsd meg, hogy mások prioritásai eltérnek a tiédétől.

2

Fogadd el, hogy az életben sokféle helyzet állhat elő, amelyek közül némelyik tetszeni fog, míg mások nem. Az életnek nem kell tökéletesnek, teljes mértékben boldognak vagy sikeresnek lennie, ahhoz, hogy értékes legyen.

3

Tanuld meg, hogy miként kezelheted a neked nem tetszően alakuló helyzeteket rugalmasabban. Egy száraz ág eltörik, amikor nyomás alá kerül, egy élő, zöld ág viszont meghajlik.

4

Minden helyzetnek van pozitív oldala is. Próbáld ezt megtalálni és tedd fel magadnak a kérdést, hogy mit tanulhatsz belőle. Hogyan használhatnád valami pozitívra? Ha minden helyzetben keressük Isten útmutatását, akkor a negatív dolgok is pozitívvá alakulnak.

GLORIA CRUZ KERESZTÉNY LIFE COACH NŐK
SZÁMÁRA SPANYOLORSZÁGBAN. ■

1. Lásd: II. Sámuel 15

2. Lásd: II. Mózes 32:15-35



JÖN A TÉL

ÍRTA: PHILLIP LYNCH

NEM SZERETEM A HIDEGET, és a jeges, havas teleket. Ez az oka annak, hogy évekig éltem Mexikóban, mégpedig igen boldogan. Most azonban Kanadában élünk a feleséggel és tegnap havazott. Az évnek ebben a szakaszában kicsit korainak számít a hó, és bár a nagyja nem maradt meg, a hópelyhek sejtetni engedték, hogy mi vár ránk. A legtöbb éjszaka fagypontra esett a hőmérséklet és nappal se volt sokkal melegebb. Mondtam már, hogy nem szeretem telet?

Mondják, hogy jobb, ha az ember felkészül az eseményekre, de az én eszemben azon morfondíroztam, hogy vajon a tél várása nem tetézi-e azt, amit majd később ki kell állnom. A Biblia ugyanis pontosan az ellenkezőjét tanácsolja. „Ne aggódjatok tehát a holnapért, mert a holnap majd aggódik magáért.” - mondta Jézus a tanítványainak. „Elég minden napnak a maga baja.”¹ Ez nem azt jelenti, hogy nem szabad felkészülni a jövőre, hanem azt, hogy nem szabad hagynunk, hogy az esetleges rossz események miatti aggodalom elrontsa a jelent.

Jakab az mondja, hogy a holnapot ne vegyük biztosra. „Tehát akik azt mondjátok: Ma vagy holnap elmegyünk abba a városba, és ott töltünk egy esztendő, kereskedünk és nyereséget szerzünk; azt sem tudjátok, mit hoz a holnap! Mert a ti életetek olyan, mint a lehelet, amely egy kis ideig látszik, aztán eltűnik.”²

Lehet, hogy már holnap se leszek itt, nemhogy télen! Úgy járhatok, mint Mark Twain, aki azt írta: „Öreg vagyok és sok bajt megértem, amelyek többsége meg se történt.”


Ha az ember belegondol, a kitartás nem is olyan nehéz. Ha képes vagyok az adott napra koncentrálni, minden egyes elmúló nap egyel kevesebb ok az aggodalomra. Ha megélek egy napot, a következő már nem is fog olyan nehéznek tűnni. Tehát amikor a hó majd az ablakok tetejét is eléri, az egyszerűen annyit jelent, hogy a tél derekán járunk és hamarosan vége lesz.

Túl fogom élni. Talán még síelni is megtanulok.

PHILLIP LYNCH REGÉNYÍRÓ ÉS A LELKI ÉS A VÉGSŐ IDŐKKEL KAPCSOLATOS KÉRDÉSEK SZAKÉRTŐJE. KANADÁBAN ÉL. ■

1. Máté 6:34

2. Jakab 4:13-14



KEMÉNY LECKÉK

ÍRTA: MARIE BOISJOLY

GONDOLKOZTÁL MÁR AZON, HOGY AZ EMBERNEK MIÉRT KELL ÚJRA ÉS ÚJRA VÉGIGJÁRNIA A KEMÉNY ÜTÉSEK ISKOLÁJÁT?

Amikor éppen felfelé haladnak a dolgok, történik valami, ami visszavet a boldogság skálán. „Miért pont én?” „Miért pont ez?” „Miért pont most?” Ezek a kérdések azonban nemhogy segítenének, inkább rontanak a helyzeten. Végezetül pedig emlékeztess magad, hogy ha most nem is érted vagy látod, hogy mi jó süllhet ki az aktuális küzdelemből, Isten tudja és látja. A tervei szerint alakul a helyzet. Dönts úgy, hogy bízol Benne és kitarasz és a végén Isten mindent a javadra fordít majd.

Nem is olyan régen az életemnek éppen egy ilyen átmeneti szakaszában jártam, valahol félúton a bizalom és a

kérdőre vonás között, amikor a férjem, Ivo, a napi kocogásból visszatérve elmesélt valamit, amit útközben látott. Egy domb tetején lakunk, ahol sok virágzó fa és gyönyörű kert van. Tökéletes helyszín Ivo számára, mert nemcsak futni, de kertészkedni is nagyon szeret.

Minden reggel elhalad egy bizonyos glorieta, azaz szökőkutas, virágoskertes, füves tér mellett, és aznap reggel észrevette, hogy a fű egy bizonyos helyen kezd megbarnulni a víz hiánya miatt. A gyeptöbbi része elég vizet kapott az öntözőrendszerből, de egy meghibásodott fej miatt az érintett rész kezdett kiszáradni.

Miközben Ivo a probléma forrását kutatta, a helyi kertész is éppen arra járt és szintén észrevette a hibát. A kertész odament a hibás locsolófej-

hez majd kalapácsával néhány helyen apró ütéseket mért rá. Úgy tűnik, hogy föld került a rendszerbe, ami eltömítette a fejet. A kalapácsütések pedig segítettek megtisztítani tőle. A víz azonnal spriccelni kezdett a korábban eltömődött fejből is és betértette az elhanyagolt területet. Idővel a megbarnult terület ismét zöld és gyönyörű lesz, mint a gyeptöbbi része.

Isten, a kertészhez hasonlóan, néha kemény ütéseket mér ránk, hogy megtisztítson, és ezáltal jobban tudjuk szépíteni kertjét.

MARIE BOISJOLY NEVETÉS
TERAPEUTA ÉS A COLOREANDO
EL MUNDO, EGY INTERAKTÍV
BOHÓC ÉS BÁBSZÍNHÁZ VEZETŐJE
MEXIKÓBAN. ■

CSENDES PILLANATOK

ÍRTA: ABI MAY

A FÜGEFA REJTÉLYE

A FÜGÉRŐL TÖBBSZÖR OLVASHATUNK A BIBLIÁBAN. A füge olyan gyümölcs, amit ma is ismerünk, legyen szó a friss, lédús gyümölcscről vagy az aszalt fajtáról. A fügefa a bibliai tájak ismert növénye volt és gyakran a biztonságot és a jólétet szimbolizálta.¹

Ott volt például az alkalom, amikor Jézus Bethánia városából távozóban észrevett egy fügefát. Mivel éhes volt, az ágak között fügét keresett. Miután egyet sem talált, megátkozta a fügefát. „Ne teremjen rajtad gyümölcs soha többé!”² És a fa azonnal elszáradt.

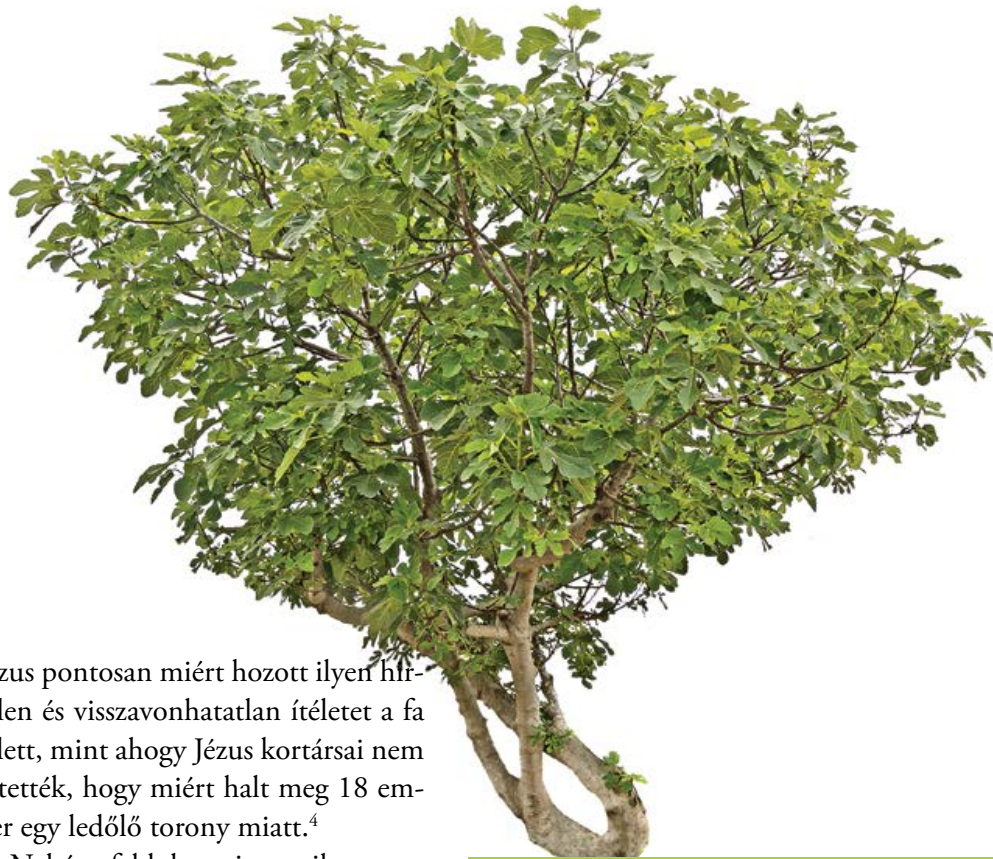
Nagyon kemény ítéletnek tűnik, főleg egy másik fügefás példázattal összehasonlítva, amelyben a gyümölcstelen fügefa négy egész évet kapott a gazdától, hogy bizonyítsa termékenységét.³ Nem tudjuk, hogy

Jézus pontosan miért hozott ilyen hitetlen és visszavonhatatlan ítéletet a fa felett, mint ahogy Jézus kortársai nem értették, hogy miért halt meg 18 ember egy ledőlő torony miatt.⁴

Nehéz feldolgozni, amikor egy ember életében tragédia történik. Elveszítünk valakit, akit szeretünk, megbetegszünk, elveszítjük állásunkat vagy egy kapcsolatot és nem értjük mi történik. Előfordul, hogy kapunk egy könyvet „A betegség okai” címmel vagy meglátunk egy hirdetést „11 lépés a gyógyulás felé” címmel. Azonban a helyzet megértése nem mindig része Isten tervének. Nem mindig árulja el nekünk, hogy mire gondolt. Időnként azt várja, hogy „bízunk Benne teljes szívünkben és ne támaszkodjunk a saját értelmünkre.”⁵

Isten nem mindig adja meg a magyarázatot, de mindig odaadja saját Magát. „Ne félj, mert én veled vagyok!” - mondja.⁶ Ne félj, és ne keseredj el, mert maga az Úr megy előtted. Nem hagy el téged, és nem marad el tőled.⁷

ABI MAY SZABADÚSZÓ ÍRÓ ÉS
OKTATÓ NAGY-BRITANNIÁBAN. ■



MIT IS AKAROK

Mit is akarok

Egyszer az áldás volt,
Most az Úr az,
Egyszer az érzés volt,
Most az Ige az,
Egyszer az ajándékait akartam,
Most az Ajándékozót;
Egyszer a gyógyulást kerestem,
Most csakis Őt.

Egyszer fájt a keresés,
Most a bizalom maradt csak;
Egyszer fél-megváltás,
Most teljes áldozat.
Egyszer szüntelen tartottam,
Most Ő tart és nem enged;
Régen mindig csak sodródtam,
De mára a horgonyt kivettem.

—A. B. Simpson (1843–1919)

1. Lásd: V. Mózes 8:8-9, I. Királyok 4:25

2. Máté 21:18-20

3. Lásd: Lukács 13:6-9

4. Lásd: Lukács 13:4

5. Példabeszédek 3:5

6. Ézsaiás 43:5

7. V. Mózes 31:8

JÉZUSTÓL SZERETETTEL

TELJES SZERETET

Az élet néha kemény és nem könnyű megérteni miért történnek úgy a dolgok, ahogy történnek. Amikor látszólag minden rossz irányba halad, az ember önkéntelenül megkérdőjelezi szeretetemet, pedig ezekben az időkben éppen, hogy közelebb vagyok, mint bármikor. A szeretetem mindig ott lesz és átsegít majd a nehéz időkön.

A feltétel nélküli szeretet legtisztább formája mindig tőlem származik. Akkor is szeretlek, és nem kárhoztatlak, amikor engem vádolsz a rád nehezedő bajok miatt. Akkor sem hagylok el, amikor megkérdőjelezed a szeretetemet és mindig is szeretni foglak. Akkor is melletted leszek, amikor tanácsra, társra, barátira vagy olyasvalakire van szükséged, aki meghallgat. Szeretnék könnyíteni terheiden. Akarom, hogy tudd, én végtelen lehetőségeket látok benned. Úgy szeretlek, ahogy vagy!

Akármi történjen is, mindig feltétel nélkül foglak szeretni. Ez a szeretet lesz fényed a sötétben, iránytű, amikor eltévedsz, horgony a viharban, meleg takaró a hidegben és a magányban.