

ZMIEŃ SWOJE ŻYCIE. ZMIEŃ SWÓJ ŚWIAT.

activated

WYBIERAM GÓRĘ

Echa i szepty z góry

Droga Pokoju

Angażuj Boga

Życie Po Stracie

Uzdrowienie Matki

Polecamy naszą stronę internetową oraz naszych dystrybutorów, u których można zamówić publikacje książkowe i audiowizualne, dostarczające natchnienia, motywacji i wielu praktycznych porad.

www.activated.org

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

Activated Ministries
P.O. Box 462805
Escondido, CA 92046-2805
USA
Email: info@actmin.org
Phone: 1-877-862-3228 (toll-free)
www.activatedonline.com

REDAKTOR NACZELNY	Keith Phillips
PROJEKT I GRAFIKA	Gentian Suci
PRODUKCJA	Samuel Keating

www.auroraproduction.com
© 2013 Aurora Production AG.
Wszelkie prawa zastrzeżone.

Cytaty biblijne pochodzą z Biblii Tysiąclecia (BT), pod redakcją ks. K. Dynarskiego SAC. Wydanie piąte. Poznań: Wydawnictwo Pallotinum, 2000 r. oraz z Biblii Brytyjskiego i Zagranicznego Towarzystwa Biblijnego (BZTB). Wydanie dwunaste. Warszawa: Brytyjskie i Zagraniczne Towarzystwo Biblijne, 1984 r.

A-PL-MG-AM-147-X



KILKA SŁÓW OD REDAKCJI

Moim zdaniem, spośród wszystkich słownych obrazów namalowanych przez Jezusa, tym który najbardziej rodzi pokój ducha pochodzący z poczucia bezpieczeństwa pod czułą troską Boga jest fragment: „A o odzienie czemu się zbytnio troszczycie?

Przypatrzcie się liliom na polu, jak rosną: nie pracują ani przędą.”¹ Widzisz te lilie? Wysokie, wyprostowane, doskonale ukształtowane, pokryte rosą, każda w odpowiedniej odległości od następnej, kołyszące się przy dźwiękach śpiewających ptaków i delikatnej bryzy omiatającej łąkę zalaną porannym słońcem. W taki sposób hodowałbym je gdyby Bóg mnie o to poprosił.

Kompletnie inny widok wisi nad moim biurkiem – okropna płatanina dzikich kwiatów i chwastów, traw, ostów, i Bóg raczy wiedzieć czego jeszcze, niektóre kwitnące, inne przywiędłe. Zdjęcie to nagroda za długiej, gorącej wędrówki po wiejskich okolicach Teksasu w poszukiwaniu widoku, który pasowałoby do obrazu mentalnego, jaki przyszedł mi na myśl kilka miesięcy wcześniej podczas modlitwy o mój udział w nowym projekcie obejmującym sporą grupę ludzi posiadających swoje specyficzne potrzeby, opnie, aspiracje, dziwactwa i problemy.

Fascynującym elementem tego widoku, kiedy spoglądałem na niego w czasie modlitwy, było to jak szybko potrafił mnie uspakajać. Miałem wrażenie, że Bóg nie tylko wszystko ma pod kontrolę, ale także, że czerpie radość z złożoności i różnorodności, z każdego elementu, miejsca w tym całym mieszmazie. Stwórca rozmiłowany w swoim dziele. Wszystko wydawało się należeć do Niego. Uświadomienie sobie tego zmieniło wszystko. Moje zdjęcie nazwałem „Boskim Chaosem”,² Analizuję go i czerpię z niego ilekroć ogarnia mnie niepokój w związku z jakimś nowym problemem. „Przypatrzcie się kwiatom na polu, jak rosną.”

Keith Phillips
Dla *Activated*

1. Ewangelia wg św. Mateusza 6:28

2. Zdjęcie w lewym górnym rogu strony

ODBICIE NIEBA

AKIO MATSUOKA



PRZYJACIEL POKAZAŁ MI ZDJĘCIE, KTÓRE ZROBIŁ W SHINJUKU GYOEN NATIONAL GARDEN—ogromnym parku w centrum tętniącego życia Tokio. Zdjęcie przedstawiało jasne niebieskie niebo z zielonymi drzewami tworzącymi ramkę. Pogratiulowałam mu przepięknego zdjęcia, a on spozjrzał na mnie z rozbawieniem, „Prawdę mówiąc, patrzysz na nie do góry nogami. To jest odbicie nieba na jeziorze.”

Spozjrzałam dokładnie i rzeczywiście miał rację. To co wzięłam za pejzaż było w rzeczywistości jego odbiciem na powierzchni jeziora, niczym złudzenie optyczne. Byłam zdumiona wyrazistością odbicia nieba i jego otoczenia na nieruchomej wodzie. Pomyślałam jak by było wspaniale gdyby moje życie mogło tak doskonale odzwierciedlać spokój i bezruch niebios.

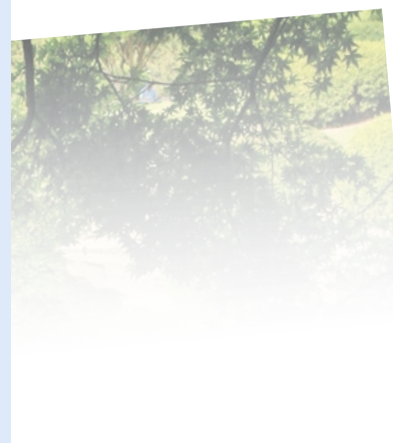
Bóg chce abym była spokojna wiedząc, że On nas pilnuje i dba o nas. Bóg mówi, „Zatrzymajcie się, i we

Mnie uznajcie Boga.”¹ Ale kiedy coś się nie udaje, przeciwności losu potrafią rodzić zamęt w mojej duszy i sprawiają, że czuję się przytłoczona. W takich chwilach, to co widzą inni to jedynie wzburzone fale mojego ducha zbitego z tropu, a nie spokojne, nieruchome odbicie niebios.

Burze życia są nieuniknione, jednak nie muszą one pozbawiać mnie spokoju Boga. Mogę trwać w obietnicy, że próby te nigdy nie przekroczą granic mojej wytrzymałości; Bóg zawsze zapewni jakieś wyjście.² Jeśli tylko moje serce jest prawe i zwróć się do Niego o wskazówki i pomoc, On zawsze jest gotowy, chętny, i zdolny do spowodowania czegoś dobrego w każdej sytuacji.³ A więc gdy doświadczam problemów, mam wybór. Czy będę przedstawiać wizję wzburzonego morza? Czy też spokój nieba odzwierciedlanego w mojej postawie i czynach?

AKIO MATSUOKA OD 35 LAT JEST MISJONARZEM I WOLONTARIUSZEM, PRACUJE ZARÓWNO W SWOJE OJCZYŹNIE, JAPONII, JAK I POZA JEJ GRANICAMI. MIESZKA W TOKIO. ■

1. Księga Psalmów 46:11
2. Patrz 1 List do Koryntian 10:13
3. Patrz List do Rzymian 8:28; Księga Psalmów 46:2



[Jezus] wstał, rozkazał wichrowi i rzekł do jeziora: "Milcz, ucisz się!". Wicher się uspokoił i nastąpiła głęboka cisza.

—Ewangelia wg św. Marka 4:39

My wszyscy z odsłoniętą twarzą wpatrujemy się w jasność Pańską jakby w zwierciadło; za sprawą Ducha Pańskiego, coraz bardziej jaśniejąc, upodabniamy się do Jego obrazu.

—2 List do Koryntian 3:18



ŻYCIĘ PO STRACIE

IRIS RICHARD

STEVE BYŁ WESOŁYM MAŁYM CHŁOPCEM O DUŻYCH BRĄZOWYCH OCZACH, kręconych blond włosach, z dołeczkiem pojawiającym się na jego prawym policzku za każdym razem gdy się uśmiechał. Miał rozmarzone oczy. Często przesiadywał przy oknie wpatrując się deszcz, chmury, lub ptaki.

„Został pocałowany przez anioła”, stwierdziła z uśmiechem japońska położna, kiedy po raz pierwszy podała mi na ręce mojego ciepłego szkraba, wskazując śnieżnobiałe pasemko włosów na tylnej stronie jego główki. „Ma specjalne powołanie w życiu.” Przez lata, jej słowa często powracały

do mnie. Zastanawiałem się nad ich znaczeniem.

Piętnaście lat później, Steve, wtedy już przystojny nastolatek o atletycznej budowie ciała, nagle poważnie zachorował. Byłam pewna, że to atak malarii, jako że regularnie podróżowaliśmy na wybrzeże w czasie naszej misjonarskiej pracy w Afryce Wschodniej. Poważny wyraz twarzy doktora mówił jednak co innego, jeszcze zanim przekazał wyniki badań, które zlecił. „Ostra białaczka limfoblastyczna.” W mojej głowie pojawiła się fala pytań. Co to oznacza? Czy to jest uleczalne? Jak to wpłynie na jego przyszłość?

Ze względu na ciężki stan Steve’a,

stanęliśmy w obliczu wyścigu z czasem. W ciągu kilku godzin, Steve został przetransportowany z Kenii do Europy, ze względu na dostępność lepszej opieki medycznej. Został hospitalizowany i poddany chemioterapii.

Kolejne dwa lata były niezwykle długie i trudne. W czasie kolejnych sesji chemoterapii, chwile nadziei przeplatały się z komplikacjami.

I wtedy nadszedł dzień, w którym stało się jasne że nasz drogi Steve nie ma szans na wyzdrowienie. Lekarze stwierdzili, iż leczenie nie przynosi efektów. Dawali mu sześć tygodni życia. Pragnieniem Steve’a było powrócić do Mombasy (Kenia),

miejsca w którym dorastał. To tam, w otoczeniu przyjaciół i rodziny, wypełnił kilka swoich ostatnich życzeń – dzień żeglowania w zatoce, podziwianie zachodzącego gorącego tropikalnego słońca rozpościerającego się jasnymi barwami nad Oceanem Indyjskim.

Kiedy Steve wydał ostatni oddech któregoś wczesnego poranka w małym pokoju szpitalnym z widokiem na ocean, świat się dla mnie zatrzymał. Duży żółty motyl przefrunął przez otwarte okno, poczułam jak Bóg zapewnia mnie, że zabrał Steve'a do Swojego niewidzialnego królestwa. Mimo to, wstrząs związany ze stratą syna przez długi czas obijał swoje piętno w moim życiu.

„Pozwól mu odejść i zacznij dalej żyć” słyszałam z każdej strony od

ludzi mających dobre chęci. Ale jak miałam dalej żyć? Głęboko w środku, byłam rozgoryczona i zła na Boga, że zabrał mi mojego syna - pełnego energii, młodego chłopca. Czułam się oszukana i przepelniona pustką. Miesiące mijały, a ja wciąż z ciężkim sercem rozpaczałam i rozmyślałam nad moją stratą.

W końcu, któregoś dnia, postanowiłam każdego poranka spotykać się z Bogiem na mojej werandzie, aby przekazać mu moje żale i cierpienia. Tygodniami przelewałam na Niego cały mój żal, wyrzuty i złość związane z tym co się wydarzyło. „Jeśli miłość jest istotą Twojej natury, jak mówi Biblia, jak mogłeś tak surowo potraktować mnie i mojego syna?” pytałam Boga wiele razy.

Jakże cierpliwego i wytrwałego

słuchacza znalazłam.

Płakałam, błagałam, starałam się zrozumieć, aż w końcu, któregoś ranka poczułam, że powiedziałam wszystko co chciałam powiedzieć, i że przelałam wszystkie emocje jakie miałam. To wtedy poczułam, że spokój wypełnił moją duszę i że jestem gotowa na pogodzenie się z Bogiem. Spokojnym, kojącym głosem, Bóg zaczął przemawiać do mojego serca. Od tego czasu, moje poranne spotkania z Bogiem na werandzie, obrały inny kierunek. Nauczyłam się słuchać Boga, pozwalając mu pocieszać się i leczyć mój ból.

IRIS RICHARD PRACUJE JAKO DORADCA. MIESZKA W KENII. OD PONAD 17 LAT DZIAŁA TAM RÓWNIEŻ JAKO WOLONTARIUSZKA. NALEŻY DO TFI. ■

JESTEM WOLNY

Nie oplakuj mnie, jestem teraz wolny.
Podążam ścieżką wyznaczoną przez Boga.
Chwyciłem Go za rękę gdy mnie wołał;
Odwróciłem się i wszystko zostawiłem.
Nie mogłem zostać jeszcze jeden dzień
Aby śmiać się, kochać, pracować, bawić się.
Niedokończone zadanie muszą pozostać
niedokończone;
Znalazłem spokój pod koniec dnia.
Jeśli moje odejście zostawiło pustkę,
Wypełnij ją zapamiętaną radością.
Dzieloną przyjaźnią, śmiechem,
pocałunkiem,

O tak, za tymi rzeczami też będę tęsknić.
Nie przytłaczaj się chwilami smutku
Życzę ci aby jutro zaświeciło słońce.
Moje życie było pełne; zaznałem wiele –
Dobrych przyjaciół, dobrych chwil, dotyku
ukochanej osoby.
Być może moje życie wydawało się zbyt
krótkie;
Nie przedłużaj go zbytnim żalem.
Wzniesź w górę serce i pokój niech będzie
z tobą.
Bóg tak chciał; On uwolnił mnie.
—Autor nieznany ■



OWOCE W SEZONIE

DINA ELLENS

GŁOS MOJEGO SYNA ZAŁAMAŁ SIĘ KIEDY OPOWIADAŁ MI PRZEZ TELEFON, „Mamo, nie wiem co się dzieje. Dopiero co przeprowadziliśmy się całą rodziną, po to abym mógł podjąć nową pracę, ale nie udało się!”

Robiłam co mogłam aby dodać mu otuchy, ale kiedy kolejne minuty mijały, wiedziałam że nie przebiję się przez ścianę rozpaczy.

Po rozłączeniu się, nie mogłam przestać myśleć o synu. Przerwałam wszystko, aby pomodlić się o to, przez co przechodził. Mój syn i jego żona są aktywnymi Chrześcijanami i młodymi odpowiedzialnymi rodzicami. Wiedziałam, że syn zrobi wszystko aby utrzymać swoją rodzinę, ale wiedziałam też, że w dobre ogółności światowego kryzysu

ekonomicznego coraz trudniej o dobre zatrudnienie.

Kiedy modliłam się za niego, przypominałam sobie pierwsze słowa pierwszego Psalmu i wiedziałam, że są one kluczem dla mojego syna: „Szczęśliwy mąż, który nie idzie za radą występnych, nie wchodzi na drogę grzeszników i nie siada w kole szyderców, lecz ma upodobanie w Prawie Pana, nad Jego Prawem rozmyśla dniem i nocą. Jest on jak drzewo zasadzone nad płynącą wodą, które wydaje owoc w swoim czasie, a liście jego nie więdną:

co uczyni, pomyślnie wypada.”¹

„Bóg jest miłością,”² a Jego relacje z nami są pełne miłości. On zawsze stara się przyciągnąć nas bliżej Siebie. Czasem pozwala na to, aby przydarzały się nam trudności i problemy, ale jeśli nasze serca są prawdziwie z Bogiem, jesteśmy jak te drzewa zasadzone nad płynącą wodą, które wydają owoc w swoim czasie.

Weźmy pod uwagę cykl życia drzewa owocowego. Czasem wchodzi w stan uśpionia; może stracić wszystkie liście i wyglądać na martwe. Ale przychodzi czas, kiedy drzewo wystrzeliwuje obfitością owoców.

I podobnie, my też przechodzimy przez cykle. Są chwile kiedy jesteśmy u szczytu możliwości, a sprawy układają się tak dobrze jak nigdy wcześniej. Ale są też chwile, kiedy sprawy nie układają się tak jak chcemy i musimy walczyć o to, aby zachować optymizm i pozytywne myślenie. W takich chwilach, lubię rozmyślać nad jedną z moich ulubionych obietnic ze Słowa Bożego: „Nie pozbywajcie się więc nadziei waszej, która ma wielką zapłatę. Potrzebujecie bowiem wytrwałości, abyście spełniając wolę Bożą, dostąpili obietnicy.”³

Nie mogłam się doczekać, aby ponownie porozmawiać z synem i podzielić się z nim tymi przemyśleniami. Razem modliliśmy się o jego wyzwolenie ze zniechęcenia i

1. Księga Psalmów 1:1-3

2. 1 List św. Jana 4:8

3. List do Hebrajczyków 10:35-36



niepokoję.

Syn wraz z żoną zaczęli codziennie modlić się o nową pracę. Dodatkowo, w międzyczasie, podejmował każdy rodzaj tymczasowych zajęć jakie mógł znaleźć. W przeciągu sześciu miesięcy, udało mu się zdobyć dobrą posadę w firmie elektronicznej, a po roku, dostał awans na stanowisko wiceprezesa w tej samej korporacji.

Syn stanął w obliczu poważnych przeciwności, ale Bóg przyszedł dla niego z pomocą. Mimo iż teraz jest niezwykle zapracowany i zaabsorbowany swoją karierą, wciąż znajduje czas na rozmowę z Panem i czytanie Jego Słowa, ponieważ wie że jest to klucz do szczęścia i sukcesu.

DINA ELLENS JEST EMERYTOWANĄ NAUCZYCIELKĄ. OBECNIE MIESZKA W PROWINCJI JAWA ZACHODNIA W INDONEZJI, GDZIE AKTYWNIE DZIAŁA JAKO WOLONTARIUSZKA. ■



BOSKA MOZAIKA

MARIA FONTAINE, TEKST PRZEROBIONY

CZY KIEDYKOLWIEK NATKNĄŁEŚ SIĘ NA ROBOTNIKÓW PRACOWICIE UKŁADAJĄCYCH KAFELKOWĄ PODŁOGĘ—typ mozaikowej podłogi z tysiącem małych płytek, które po ułożeniu tworzą obraz? W trakcie układania takiej podłogi, obraz nie jest wyraźnie widoczny, ponieważ robotnicy używają fugi do wypełnienia przestrzeni pomiędzy płytkami. Masa spoinowa pozostawia na dziele tworzonym przez robotników szarą powłokę, która zakrywa piękno efektów ich pracy. Ale kiedy fuga pomiędzy płytkami już wyschnie, powłoka jest zmywana i obraz zostaje odsłonięty.

To przypomina sposób w jaki Bóg działa w naszym życiu. W Swojej nieskończonej mądrości i wszechogarniającej miłości, Bóg dokładnie rozumie czego potrzebujemy i zadaje sobie wiele trudu, dbając o najbardziej misterne szczegóły, aby zapewnić nam to czego potrzebujemy.

Często wykorzystuje trudności życiowe, takie jak problemy ekonomiczne, trudności osobiste, i błędy, aby działać w sposób dla nas nieoczekiwany. Nie zawsze zdajemy sobie sprawę, z tego w jaki sposób Bóg nas przygotowuje, nie zawsze też rozumiemy dlaczego Bóg pozwala, aby coś „szarego” przysłoniło nasze życie, tak jak w przypadku fugi, która przysłania tworzoną mozaikę. Ale dzięki temu, Jego czuła i bacna troska staje się jeszcze głębsza i piękniejsza kiedy w końcu zostaje ujawniona.

MARIA FONTAINE I JEJ MĄŻ, PETER AMSTERDAM, SĄ DYREKTORAMI THE FAMILY INTERNATIONAL - CHRZEŚCIJAŃSKIEJ WSPÓLNOTY WIARY. ■

UCIECZKA DO LASU

JESSE O'CONNOR

ZESZŁEJ ZIMY WYBRAŁEM SIĘ NA PIĘCIOTYGODNIOWĄ WYCIECZKĘ, ABY ZEBRAĆ FUNDUSZE NA PROJEKT POMOCY HUMANITARNEJ, W KTÓRY JESTEM ZAANGAŻOWANY.

Mój plan był ambitny – być może nazbyt ambitny. Długie, intensywne dni przez ponad miesiąc odbiły się niekorzystnie na moim życiu duchowym i ogólnym usposobieniu.

Pewnego dnia, w czasie przerwy na lunch kiedy spacerowałem po ogromnym pasażu handlowym, gdzie obsługiwałem stoisko na datki, odczułem przytłoczenie wywołane napiętym komercyjnym otoczeniem pełnym nieustannych widoków i dźwięków. Jestem miłośnikiem natury, temperatury poniżej zera oraz srogie burze śnieżne, które zmuszały mnie do przebywania w budynku nawet po pracy to kolejne czynniki, które sprawiły, że czułem się uwięziony i nieszczęśliwy.

Kiedy mijałem kolejne efekciarskie wystawy, jedną po drugiej, chyba po raz dziesiąty, byłem na skraju łez. Zacząłem się modlić po cichu. Powiedziałem Bogu jak bardzo chciałbym być gdzieś daleko od tych wszystkich hałasów i nieustannego ruchu, jak bardzo pragnąłem spokoju i ciszy lasu, otoczonego naturą, gdzie mógłbym wyraźniej poczuć Jego obecność i usłyszeć Jego głos.

Wtedy zobaczyłem to. Nie mam pojęcia jak wcześniej mogłem to przegapić. Tuż

przede mną rozpościerał się ogromny obraz niesamowicie pięknego, niemal magicznego, spowitego mgłą lasu. Kiedy podszedłem bliżej, uświadomiłem sobie, że była to część tymczasowej wystawy zdjęć. Wszedłem do środka i natychmiast zostałem pochłonięty przez piękną kolekcję scen obrazujących majestat Boskiego stworzenia – góry, rzeki, jeziora, pustynie, jaskinie, zachody słońca, itd. Były to najpiękniejsze obrazy natury jakie kiedykolwiek widziałem. Oświetlenie było przyciemnione z wyjątkiem fotografii, a wokół roztaczała się delikatna muzyka instrumentalna. Byłem całkowicie sam. Wyściełane fotele w samym środku galerii skusiły mnie do tego aby usiąść i rozkoszować się widokami. To było zbyt piękne aby było prawdziwe. W samym środku zimy, w najbardziej gorączkowym miejscu w jakim kiedykolwiek byłem, Bóg dał mi tą jedną rzecz o której marzyłem, a która wydawała się być niemożliwą – dwadzieścia minut z Nim w uroczym lesie, z szemrzącym strumieniem po jednej stronie i falistymi zielonymi wzgórzami po drugiej stronie.

Bóg robi wszystko co w Jego mocy każdego dnia aby pokazać nam Swoją miłość. Żadna nasza potrzeba nie jest zbyt mała do spełnienia dla Niego. Teraz mam co do tego całkowitą pewność.

JESSE O'CONNOR MIESZKA W MEKSYKU. ■

KWESTIE DO ROZWAŻENIA

POZNAJCIE CZYNIĄCYCH POKÓJ

BŁOGOSŁAWIENI POKÓJ CZYNIĄCY;
ALBOWIEM ONI SYNAMI BOŻYMI
NAZWANI BĘDĄ.

—*EWANGELIA WG ŚW. MATEUSZA 5:9*

My którzy działamy na rzecz pokoju nie możemy się załamywać. Musimy ciągle modlić się o pokój i działać na rzecz pokoju w każdy możliwy sposób, musimy ciągle przemawiać na rzecz pokoju i żyć w sposób pokojowy; aby inspirować innych, musimy ciągle myśleć o pokoju i wiedzieć, że pokój jest możliwy.

—*Pielgrzym Pokoju (1908-1981), Mildred Lisette Norman, pacyfista i działacz na rzecz pokoju*

Moim zdaniem, cierpienie jest wynikiem ignorancji. Ludzie zadają ból innym w egoistycznym dążeniu do swojego szczęścia lub zadowolenia. Ale prawdziwe szczęście pochodzi z poczucia spokoju i zadowolenia, co z kolei powinno być osiągnięte poprzez kształtowanie altruizmu, miłości i współczucia, oraz eliminację ignorancji, egoizmu, oraz chciwości.

—*14 Dalai Lama (ur. 1935)*

Wyznawcy Jezusa zostali powołani

do pokoju. Kiedy Jezus ich wezwał, odnaleźli pokój, ponieważ On jest ich pokojem. Teraz nie tylko muszą mieć pokój, lecz muszą też go czynić.

—*Dietrich Bonhoeffer (1906-1945), niemiecki pastor luterancki i teolog*

Jeśli na świecie ma panować pokój, Pokój musi panować w narodach.

Jeśli pokój ma panować w narodach,

Pokój musi panować w miastach.

Jeśli pokój ma panować w miastach,

Pokój musi panować pomiędzy sąsiadami.

Jeśli pokój ma panować pomiędzy sąsiadami,

Pokój musi panować w domu.

Jeśli pokój ma panować w domu,

Pokój musi panować w sercu.

—*Lao Tzu (570-490 BC)*

Jak już powiedziałem, najważniejsze jest bycie szczerym wobec siebie. Nie możesz wpłynąć na społeczeństwo, jeśli sam się nie

zmienisz ... Najwspanialszy czyniący pokój to ludzie uczciwi, szczerzy, ale skromni.

—*Nelson Mandela (ur. 1918), południowoafrykański polityk i laureat Pokojowej Nagrody Nobla w 1993r.*

Jeśli jesteśmy spokojni, jeśli jesteśmy szczęśliwi, możemy się uśmiechać i rozkwitać niczym kwiat, i wszyscy w naszej rodzinie, nasze całe społeczeństwo, będzie czerpać korzyści z naszego spokoju.

—*Thich Nhat Hanh (ur. 1926), wietnamski mnich buddyjski i działacz na rzecz pokoju*

Jeśli sam jesteś w spokoju, choć trochę pokoju jest na świecie.

—*Thomas Merton (1915-1968), angloamerykański pisarz katolicki i mistrz*

Czynienie pokoju to proces uzdrawiania, który zaczyna się ode mnie, ale na tym się nie kończy. – Gene Knudsen Hoffman (1919-2010), pisarz i działacz na rzecz pokoju ■



POKÓJ – NIEZACHWIANY OWOC

RAFAEL HOLDING



„OWOCEM ZAŚ DUCHA JEST: miłość, radość, POKÓJ, cierpliwość, uprzejmość, dobroć, wierność, łagodność, opanowanie. Przeciw takim [cnotom] nie ma Prawa.”¹

Jezus obiecał nam pokój. „Pokój zostawiam wam, pokój mój daję wam. Nie tak jak daję świat, Ja wam daję. Niech się nie trwoży serce wasze ani się lęka!”² Tak jak Jezus uspokoił wzburzone morze kiedy Jego uczniowie myśleli, że ich statek tonie i że oni sami utoną,³ On tak samo może uspokoić burze życia i dać ci pokój wewnętrzny. Przy pierwszych oznakach problemów, po prostu zwróć się do Niego. „O nic się już zbytnio nie troskajcie, ale w każdej sprawie wasze prośby

1. List do Galatów 5:22-23
2. Ewangelia wg św. Jana 14:27
3. Patrz Ewangelia wg św. Marka 4:35-41
4. List do Filipian 4:6-7

przedstawiajcie Bogu w modlitwie i błaganiu z dziękczynieniem! A pokój Boży, który przewyższa wszelki umysł, będzie strzegł waszych serc i myśli w Chrystusie Jezusie.”⁴

Król Dawid poznał tę zasadę i praktykował ją w swoich psalmach, spośród których wiele to tak naprawę modlitwy. Zaczynał od wyliczania swoich problemów przed Bogiem, co sprawiało, że pamiętał o Boskiej dobroci i mocy, a to z kolei uspakajało jego serce i umysł, a w rezultacie pomagało mu niezachwianie trwać w wierze aż do momentu gdy Bóg pomagał mu pokonać problemy.

RAFAEL HOLDING JEST PISARZEM. MIESZKA W AUSTRALII.

„POKÓJ – NIEZACHWIANY OWOC” ZACZERPNIĘTO Z KSIĄŻKI „DARY BOŻE” Z SERII „GET ACTIVATED”, DOSTĘPNEJ W SKLEPIE INTERNETOWYM AURORA ([HTTP://SHOP.AURORAPRODUCTION.COM/](http://shop.auroraproduction.com/)). ■

POKÓJ W ŚRODKU BURZY

DAVID BRANDT BERG

W KONKURSIE ARTYSTYCZNYM NA NAJLEPSZE ZOBRAZOWANIE POKOJU, większość uczestniczących artystów przedstawiła spokojne sceny leniwych letnich dni na wsi, pełne harmonii i bezruchu. Cóż, jest to forma pokoju, ale obraz, który zdobył nagrodę przedstawiał najtrudniejszy rodzaj pokoju. Na gałęzi zwisającej nad wzburzonym, ryczącym, wodospadem, znajdowało się ledwo widoczne gniazdo, w którym, pomimo całego hałasu poniżej, spokojnie śpiewał sobie malusieńkim ptaszek.

Taki rodzaj pokoju pochodzi jedynie od Księcia Pokoju – Jezusa – oraz wiedzy, że niezależnie od tego co się dzieje, On zawsze się tobą zaopiekuje! ■



Spokój bieżącej fali,
Głęboki spokój płynącego powietrza,
Głęboki spokój cichej ziemi,
Głęboki spokój błyszczących gwiazd,
Głęboki spokój cieni nocy,
Księżycy i gwiazd zawsze dających ci światło,
Głęboki spokój Chrystusa, Syna Pokoju dla ciebie.
—tradycyjne przysłowie gaelickie ■



WYBIERAM GÓRĘ

THERESA KOLTES

**KIEDY JADĄC SAMOCHODEM
WCIAŻ WSPINALIŚMY SIĘ
CORAZ WYŻEJ I WYŻEJ,**

przeszło mi przez myśl, że dom naszej przyjaciółki stoi chyba na samym czubku góry. Zapadła ciemność zanim moja siostra, dwie przyjaciółki i ja dotarliśmy do celu. Góry nawet w nocy zdawały się być pełne życia.

Przyjaciółka zaprowadziła nas ciemnymi chwiejnymi schodami na balkon, gdzie zachłysnęliśmy się widokiem panoramy. Przed nami daleko w dole malował się najpiękniejszy widok miasta Iskenderun (Turcja). Migotające światła we wszystkich kolorach okalały Morze Śródziemne, jakby anioł nabierał chochłą gwiazdy i rzucał nimi w ciemność.

Cisza – jeszcze piękniejsza.

Następnego ranka obudziłam się przy ćwierkających ptaszkach i delikatnej

bryzie powiewającej przez okno. Przyjaciółka zabrała nas na tradycyjne wiejskie śniadanie: ser kozí, pieczona kiełbasa, przysmażane papryki, pikantne oliwki – wszystko niewiarygodnie świeże. Usiadliśmy z wyciągniętymi nogami, strumyk powoli sphywał między sosnami obok naszego stolika.

Dwaj chłopcy z w połowie włożonymi w spodnie koszulkami i usmarowanymi owocami policzkami sprzedali nam worek śliwek. Mieli najśodsze uśmiechy jakie kiedykolwiek widziałam, a wyglądali tak jakby spędzali każdy dzień na zabawach w słońcu i wspinaniu się leśnymi szlakami.

W domku w górach spędziłyśmy tylko weekend, ale chciałabym móc ukraść panujący tam spokój i zabrać go ze sobą do domu.

Kiedy leżałam w wysokiej trawie z biedronkami wspinającymi się po moich palcach, pomyślałam o tym, że nawet Jezus potrzebował czasem oderwać się od Swojej pracy i zamieszania

wokół Niego, aby połączyć się ze Swoim Ojcem. Wydaje się, że często udawało mu się samemu wymknąć w odosobnione miejsce,¹ ale wyobrażam sobie, że czasem nie było to możliwe i wtedy potrzebował znaleźć Swoje „górskie ustronie” w duszy.

Czy w dzisiejszych czasach coś się zmieniło? Tysiące lat później, świat z całą pewnością nie stał się mniej chaotyczny czy mniej stresujący, czasem wszyscy zmagamy się z trudnościami.

Nasza wiara i cierpliwość poddawane są próbom. Czasem nie dajemy sobie radę z czymś. Nie udaje się nam coś zrobić. Coś zawalamy.

Ale wybór należy do nas: albo zostajemy w dolinie, albo wspinamy się w górę w duchu. Niektórzy ludzie godzą się z ponurymi dniami życia, ale ja spróbowałam niebiańskich – wybieram górę!

THERESA KOLTES JEST PISARKĄ-
FREELANCERKĄ I GLOBTROTERKĄ. ■

1. Ewangelia wg św. Marka 1:35, 6:46-47;
Ewangelia wg św. Łukasza 5:15; 6:12

ŻYCIE BEZ STRESU

MARIA FONTAINE, TEKST PRZEROBIONY

STRES TO JEDEN Z NAJWIĘKSZYCH „ZABÓJCÓW RADOŚCI”, Z KTÓREGO BÓG CHCE NAS WYZWOLIĆ. Stres utrudnia działanie i jest przyczyną wielkiego nieszczęścia, chorób, a nawet śmierci. Według pewnego artykułu jaki czytałam, 75-90% wizyt u lekarza w krajach rozwiniętych może pośrednio lub bezpośrednio wiązać się ze stresem.

Wiara to antidotum na stres. Wiara i ufność w to, że wszystko jest w rękach Boga, że On wszystko kontroluje, i że On nawet z najgorszej sytuacji potrafi wykręcić coś dobrego, automatycznie eliminuje ogrom stresu w naszym życiu.

Każdy z nas potrafi zaufać Bogu w pewnych sprawach, jednak zawsze w naszym życiu pojawiają się jakieś aspekty, o które, według nas, powinniśmy się sami martwić, lub

za które powinniśmy sami odpowiadać - zamiast powierzać je Bogu i ufać, że On może się zająć nimi lepiej niż my sami. Jeśli pozwolimy, aby takie trudności zawisły nad nami – niezależnie czy są to kłopoty fizyczne, emocjonalne, mentalne, czy duchowe – w końcu staną się one źródłem stresu, który na dłuższą metę, może mieć dewastujący wpływ zarówno na ciało jak i na duszę.

Większość z nas ma co najmniej jeden lub dwa obszary życia, które wymknęły się spod kontroli, lub perspektywy, które uległy wypaczeniu. Często wynika to z tego, że zbyt długo dźwigaliśmy jakieś obciążenie bez odpowiednich przerw lub równowagi. Bóg chce nam ulżyć i ułatwić radzenie sobie z ciężarami życia.

Częstym błędnym przekonaniem jest utożsamianie stresu z ciężką pracą, lub poczucie, że stres jest nieodłączną częścią pracowitego życia. Ale niekoniecznie tak musi być. Możesz być bardzo pracowitym i jednocześnie nie zestresowanym człowiekiem, jeśli:

1. Księga Psalmów 46:2
2. Patrz Księga Psalmów 55:23
3. Ewangelia wg św. Mateusza 11:28-30
4. Patrz Księga Hioba 22:21;
Księga Izajasza 26:3



🌀 Zachowasz równowagę życiową. Pracuj gdy jest czas na pracę, baw się gdy jest pora na zabawę, a przede wszystkim, traktuj czas z Bogiem jak świętość. Jeśli przeżywasz szczególnie zapracowany okres i musisz ograniczać czas na relaks i towarzystwo przyjaciół, pamiętaj aby zwolnić kiedy wykonasz daną pracę, lub gdy zapracowany okres minie. Nie pozwól, aby okresy intensywnej pracy trwały w nieskończoność. Szybki tempo może stać się niezdrowym uzależnieniem.

🌀 Pozwolisz Bogu nieść swoje ciężary, czyli będziesz ćwiczyć wiarę poprzez powierzanie Mu trudnych i stresujących sytuacji, zamiast podejmowania prób ich samodzielnego rozwiązania. Stresujące sytuacje są częścią naszego życia; tego nie można uniknąć. Kiedy twoje dziecko zachoruje, przeżywasz stres. Kiedy brakuje ci pieniędzy, przeżywasz stres. Kiedy masz przed sobą nierealne lub napięte terminy, przeżywasz stres. Ale nie musisz rozwiązywać tych problemów sam. Bóg jest „pomocą w trudnościach.”¹

🌀 Będziesz znać swoje granice i przestaniesz starać się ponad swoje siły. Bądź rozsądny, a jeśli nie jesteś rozsądny, słuchaj innych, tak aby nie stwarzać dla siebie i tych wokół ciebie niepotrzebnych sytuacji stresowych

🌀 Od czasu do czasu zdystansujesz się i zrobisz bilans. Jak ci idzie w zakresie powyższych kwestii?

Wiele nerwowych sytuacji wynika z negatywnego sposobu myślenia, a nie faktycznych terminów czy wydarzeń. Zmartwienie, strach, troski, nadmierna duma, oraz egocentryzm może stwarzać lub przyczyniać się do stresu.

Wyżbycie się stresu nie jest łatwe. Zmiana nawyków i sposobu myślenia jest przeważnie trudna i wymaga czasu. Dwie sprawy, które mogą ci pomóc w trakcie próby dokonania takich zmian to:

- świadoma próba zaufania Bogu, co możesz osiągnąć poprzez przypomnienie sobie, że to On kontroluje wszystko i że to On decyduje jaka pora jest najlepsza, oraz

- określenie praktycznych kroków jakie możesz wykonać, aby zmniejszyć obciążenie jakie dźwigasz, w czasie gdy Bóg opracuje bardziej dalekosiężne

rozwiązania.

Jak możesz „zrzucić swoją troskę na Pana”, aby On mógł cię podtrzymać?²

Bóg obiecał w Swoim Słowie, „Przyjdźcie do Mnie wszyscy, którzy utrudzeni i obciążeni jesteście, a Ja was pokrzepię. Weźcie moje jarzmo na siebie i ućcie się ode Mnie, bo jestem cichy i pokorny sercem, a znajdziecie ukojenie dla dusz waszych. Albowiem jarzmo moje jest słodkie, a moje brzemię lekkie”.³

Mogłeś nie zdawać sobie sprawy z tego, że tak naprawdę możesz być wolny od stresu. Mogłeś myśleć, że to po prostu nieunikniona część naszego życia lub okoliczności, część ceny bycia zapracowanym lub część posiadania wymagającej pracy. Ale tak nie musi być. Prawdopodobnie nigdy nie osiągniemy całkowitego zwycięstwa nad stresem, ponieważ jesteśmy ludźmi. Ale możemy nauczyć się pokonywania stresu oraz zmniejszania jego negatywnych efektów za każdym razem gdy stresująca sytuacja pojawia się w naszym życiu poprzez pokładanie zaufania w Bogu, co przynosi spokój.⁴

MARIA FONTAINE I JEJ MĄŻ, PETER AMSTERDAM, SĄ DYREKTORAMI THE INTERNATIONAL FAMILY - CHRZEŚCIJAŃSKIEJ WSPÓLNOTY WIARY. ■



ŚLIMACZY PATROL

JAY PHILLIPS

DZIŚ WYRUSZYŁEM NA SPACER Z DZIEĆMI PO OKOLICACH WIOSKI, W KTÓREJ MIESZKAMY, obszarze obejmującym pola uprawne, zakurzone ścieżki, oraz malutki las. Pogoda była wspaniała, więc była to świetna okazja na to, aby dzieciaki zaczerpnęły świeżego powietrza i poruszały się biegając po okolicy w poszukiwaniu malutkich stworzeń obficie występujących w tej okolicy w okresie wiosny i lata.

Była to także przyjemna przerwa dla mnie samego. Oderwanie się od komputerów, pilnych zadań, obowiązków, spotkań, problemów do rozwiązania, i innych niezliczonych spraw, które zajmują nam większość czasu w ciągu dnia.

Przebywając na łonie natury, czas wydaje się stać w miejscu – przynajmniej do czasu gdy dzieci nie zaczną podekscytowane krzyczeć, „Biedronka!”, lub „Pająk!” Ale nawet to mi nie

przeszkadza, ponieważ zwykle wystarczy mi kilka minut spokoju, aby oczyścić umysł. Kiedy Jezus powiedział, że dopóki nie staniemy się jak dzieci, nie wejdziemy do królestwa niebieskiego,¹ być może mówił nie tylko o królestwie, lecz także o spokoju i odrobinie nieba jakiego doświadczamy w naszych sercach tu i teraz gdy odkładamy na bok nasze troski, wyciszamy nasze myśli i duszę, i słuchamy głosu Boga mówiącego do nas poprzez swoje dzieło.

Dla dzieci wydaje się być to naturalne. Nie martwią się o pracę, którą trzeba wykonać, ani o rachunki, które trzeba opłacić; są pełne energii, podekscytowane życiem, zadowolone z tego, że wielki ojciec kroczy obok nich, pilnuje ich, i utrwała na zdjęciach wszystko co robią. Jakże bardziej to my powinniśmy odczuwać spokój, wiedząc, że nasz Wielki Ojciec dba o nas i - czego jestem pewien - też utrwała nasze życie na zdjęciach.

JAY PHILLIPS JEST CZŁONKIEM TFI W CHORWACJI. ■

NA POLACH Z BOGIEM

Drobne troski, którymi się martwiłam,
Porzuciłam wczoraj,
Pośród pól nad morzem,
Pośród grających wiatrów;
Pośród ryczących stad,
Szeleszczących drzew;
Pośród śpiewających ptaków,
Buczących pszczół.

Drobne obawy o to co może się
wydarzyć,
Porzuciłam wszystkie,
Pośród trwa pachnących koniczyną,
Pośród świeżo skoszonego siana;
Pośród łupin kukurydzy,
Tam gdzie kotłysz się śpiące maki,
Tam gdzie umierają złe myśli a rodzą
się dobre –
Na polach z Bogiem!

—Elizabeth Barrett Browning ■

1. Patrz Ewangelia wg św. Mateusza 18:3



SPOKÓJ NIE RODZI SIĘ Z BRAKU PROBLEMÓW, lecz z obecności Boga.

—*Autor nieznanym*

A sercami waszymi niech rządzi pokój Chrystusowy.

—*List do Kolosan 3:15*

Spokój na duszy wydają się być niemożliwy, kiedy nasze myśli kręcą się wokół stresów dnia codziennego. Nie mniej jednak, taki spokój został nam obiecany, Jezus powiedział nam, „Pokój zostawiam wam, pokój mój daję wam. ... Niech się nie trwoży serce wasze ani się lęka!”¹

Angażowanie Boga oznacza, że powinniśmy powierzyć Mu aktywną rolę w naszym życiu codziennym, co robimy poprzez uznawanie Jego obecności i mocy oraz poprzez proszenie o Jego radę i pomoc w sprawach zarówno drobnych jak i tych poważnych. Daniel, którego historia została opowiedziana w Księdze Daniela w Starym Testamencie, miał właśnie taką

relację z Bogiem, co opłaciło się kiedy stanął w obliczu wyzwania, które większość z nas przyprawia o błądność.

Będąc młodym chłopcem, Daniel został pojmany do niewoli, kiedy Babilończycy podbili Judę. Nie mniej jednak, w końcu zdobył władzę oraz wpływową pozycję na królewskim dworze babilońskim. Kiedy Medowie obalili Babilończyków, Daniel zdobył pozycję starszego zarządcy w czasie panowania Króla Dariusza.

Polityka od zawsze przepelniona była rywalizacją i intrygami, ten okres pod tym względem niczym się nie różnił; dwaj nacelnicy poczuli zazdrość względem Daniela i zaczęli spiskować przeciwko niemu. Przekonali Dariusza, aby zarządził restrykcje dotyczące modlitwy i praktyk religijnych, pod groźbą kary śmierci. Daniel, znany ze swego oddania Bogu, zignorował dekret króla. Dariusz faworyzował Daniela i zrozumiał, że padł ofiarą manipulacji, jednak nie mógł ani zmienić ani zignorować swojego własnego dekretu. Kiedy Daniel został wrzucony do jaskini wygłodniałych lwów, wydawało się, że to

już koniec jego żywota. Jednak następnego ranka Daniel wyłonił się z jaskini bez żadnej rany.²

Angażowanie Boga w nasze codzienne życie pozwala nam przetrwać życiowe zmartwienia w nienaruszonej wierze i pokoju ducha.

Przyjmij drogę pokoju: Modlitwa za nowy dzień zaraz po przebudzeniu się; zatrzymanie się na zmówienie modlitwy, kiedy sprawy stają się napięte, lub gdy pojawia się problem, lub konieczność podjęcia decyzji; poświęcenie kilku minut wieczorem na ciche rozmyślanie – to wszystko to idealne pory na znalezienie spokoju w obecności Boga.


A pokój Boży, który przewyższa wszelki umysł, będzie strzegł waszych serc i myśli w Chrystusie Jezusie.

—*List do Filipian 4:7*

ABI F. MAY MIESZKA W WIELKIEJ BRYTANII. JEST NAUCZYCIELKĄ I PISARKĄ; PISZE TAKŻE DLA *ACTIVATED*. ■

1. Ewangelia wg św. Jana 14:27

2. Patrz Księga Daniela rozdział 6



POZDROWIENIA OD JEZUSA

BĄDŹ SPOKOJNY

Mogę dać ci spokój, który określa zrozumienie,¹ który uspakaja burze, i który pokonuje stres i troski. Mogą pojawić się burze, mogą powstawać fale, możesz być nękanym i otoczony ze wszystkich stron, ale nie utoniesz, ponieważ Ja jestem Panem morza i wszystko jest pod Moją kontrolą.

Zawsze będę z tobą – przez wzgórza, rzeki, góry, równiny, łąki, deszcz, słońce, wiatr, upał i zimno. Przez to wszystko, będę cię kochał, podtrzymywał, i pomagał. A ty będziesz się uczyć, dojrzewać, i doświadczać nowych rzeczy - dogłębnych, transformacyjnych. Poznasz mnie w sposób prawdziwy i osobisty, poznasz też i docenisz dary jakie mam dla ciebie – ich obfitość, doskonałość, oraz trwałość.

Odpocznij we Mnie. Wesprzyj się na mnie. Przyjmij każdy dzień i każde wyzwanie, krok po kroku, chwila po chwili, a Ja ofiaruję ci to czego potrzebujesz za każdym razem.

1. Patrz List do Filipian 4:7