

ZMIEŃ SWOJE ŻYCIE. ZMIEŃ SWÓJ ŚWIAT.

ACTIVATED

DZIĘKI ZA WSZYSTKO

Wspaniałe życie

Bądź spokojny

Jak uzyskać to, co
najlepsze od Boga

Pozytywnie wdzięczni

Postawa
wdzięczności



KILKA SŁÓW OD REDAKCJI KRÓL I FILOZOF

Cineas był starożytnym greckim politykiem i przyjacielem króla Epiru Pyrrusa, uważanego za jednego z największych generałów w starożytności. Po dziesięcioleciach spędzonych na zabezpieczaniu własnych posiadłości, nieuniknione było, że król zwróci uwagę na nową potęgę Rzymu i Kartaginy, leżące na zachód od Grecji.

Opowieść głosi, że Kineasz próbował odwieść Pyrrusa od żeglugi do Italii i namawiał go, by zadowolił się dobrami, które już posiadał. „Jeśli bogowie pozwolą nam ich pokonać” - pytał Cineas - „jak skorzystamy z naszego zwycięstwa?”

„Po podbiciu Rzymian, żadne miasto w całej Italii nie będzie w stanie się nam oprzeć”.

„A jak już będziemy mieli Włochy, to co dalej?”

„Sycylia to bogata wyspa i powinna być łutwa do zdobycia” - powiedział Pyrrus.

„Czy to położy kres wojnie?”

„Oczywiście, że nie. Kartagina byłaby wtedy w zasięgu ręki” - powiedział Pyrrus. „Po zdobyciu zarówno Rzymu, jak i Kartaginy, kto na świecie ośmieliłby się nam przeciwstawić?”

„I co wtedy zrobimy?”

„Potem, mój drogi Cineas, odpoczniemy, będziemy jeść i pić, i prowadzić miłe rozmowy”.

Cineas wygłosił kwestię, do której prowadził: „Co ma nas powstrzymać przed zrobieniem tego już teraz, bez powodowania dalszych trudności dla innych lub dla siebie?”

Pyrrus i Cineas popłynęli do Italii i niestety, mimo kilku sukcesów - co dało początek określeniu „pyrrusowe zwycięstwo”, oznaczającym zwycięstwo, które zadaje zwycięzcy tak druzgocące straty, że jest równoznaczne z klęską i niszczy długotrwały postęp - nigdy nie osiągnęli tego ostatecznego pokoju, o którym mówił król.

Łatwo jest przegapić szansę na docenienie i cieszenie się naszymi obecnymi błogosławieństwami, a zamiast tego tak bardzo zająć się realizacją ziemskich celów, że tracimy z oczu królestwo Boże¹ i rzeczy, które naprawdę przyniosą pokój i zadowolenie. Niech historia króla Pyrrusa posłuży nam wszystkim jako lekcja życia o inwestowaniu w rzeczy, które naprawdę mają znaczenie.

1. Patrz: List do Rzymian 14:17

A woman with dark hair tied back, wearing a black long-sleeved top, is shown in profile playing a violin. She is holding the bow across the strings and looking down at her instrument. The background is dark, making the violin and her hands stand out.

AMY JOY MIZRANY

Jak zamieniłam stres na spokój

Miałam do przećwiczenia solówkę i pięć czy sześć utworów na zespół/kwartet, zbliżał się egzamin z muzyki, a także przemówienie (częściowo w lokalnym dialekcie Xhosa), do którego musiałam się przygotować. Mało tego, nie otrzymałam jeszcze od organizatorów ani tekstu przemówienia, ani muzyki, do której miałam napisać harmonię!

Nie lubię się stresować i zazwyczaj nie stresuję się aż tak bardzo, ale tym razem było inaczej. Ciągłe myślenie o tym, co muszę zrobić, mentalnie układając to w kółko. To w rzeczywistości prowadziło do większego stresu i zmartwień, ponieważ kawałki tej niepokojąco skomplikowanej układanki wylatywały z miejsca w mojej głowie, gdy tylko je uporządkowałam.

Ledwo mogłam zrobić cokolwiek bez jakiegoś spustu wyskakującego znikąd, by przypomnieć mi o wszystkich rzeczach, do których nie dotarłam. Kiedy grałam w piłkę nożną, myślałam o długiej liście rzeczy do zrobienia, kiedy chodziłam tam i z powrotem na mojej linii bramkowej, rękawice bramkarza skrzyżowane we frustracji. Nie mogłam cieszyć się czasem spędzonym z rodziną ani studiować, bo byłam tak skupiona na tych wszystkich rzeczach.

Doszło do tego, że miałam ochotę poinformować wszystkich, którzy na mnie liczyli, że po

prostu nie dam rady tego wszystkiego zrobić. I miałabym rację. *Nie mogłam zrobić tego wszystkiego.* Ale gdzie w tym całym stresie był Jezus? Gdzie Go uwzględniłam? Kiedy Go szukałam i prosiłam Go o pokój i siłę? Nie zrobiłam tego.

Ze skruszonym sercem poprosiłam Jezusa, by uspokoił moje zmartwienia i uprościł moją drogę. Prosiłam Go, by dał mi pokój umysłu i jasną ścieżkę, którą mogłabym podążać. I On to uczynił.

Kiedy nadszedł ten dzień, wszystko się ułożyło. Moje solo poszło dobrze, tak jak i inne kawałki, w których grałam. Niektóre z nich były mniej niż doskonałe, ale publiczność była miła i byliśmy szczęśliwi. Nieuchwytna przemowa trafiła w moje ręce dopiero na pół godziny przed tym, jak miałam ją wygłosić, ale udało się. Być może źle wymówiłam kilka słów, ale nie wiele, i śmiałam się z moich błędów razem z publicznością. Na koniec moja mama i siostra wspólnie pracowały nad harmonią muzyczną i wyszło cudownie.

Jezus może zabrać każdy stres, który odczuwamy, jeśli pamiętamy, by Go szukać i przyłączyć do Niego w godzinie potrzeby. On jest bardziej niż chętny, by odepchnąć wszystkie nasze stresujące myśli i zastąpić je swoim spokojem umysłu. Musimy tylko o to poprosić.



Bardziej jak Jezus: Radość

PETER AMSTERDAM

Chrześcijańska radość jest ściśle związana z wiarą, nadzieją i wdzięcznością. Polega na przyjęciu dalekosiężnej wizji życia, która opiera się na wierze w Boga, zaufaniu do tego, co On powiedział nam przez Pismo Święte oraz świadomości, że nasze ziemskie życie jest tylko początkową fazą naszej wiecznej więzi z Nim.

Nasza radość opiera się na naszej wierze w

1. 1 Piotra 1:3-5 ESV
2. Patrz: 1 List św. Piotra 1:8
3. Patrz List do Rzymian 5:3
4. Patrz 2 List do Koryntian 8:2
5. Patrz 2 List do Koryntian 6,10
6. Patrz: Ewangelia wg św. Jana 15:10-11
7. Patrz Księga Psalmów 33:21
8. Patrz 1 List do Tesaloniczan 5:18
9. Jerry Bridges, *The Practice of Godliness* (Colorado Springs: Navpress, 2012), 129-30

to, czego uczy nas Pismo Święte: że Bóg jest naszym Stwórcą; że chociaż ludzkość jest od Niego odsunięta z powodu naszych grzechów, to On przygotował dla nas drogę pojednania z Nim poprzez ofiarną śmierć Jezusa i przebaczenie naszych grzechów; że poprzez to pojednanie wchodzimy w relację z Nim, w której Jego Duch mieszka w nas, a ta relacja będzie trwała przez wieczność.

Nasza wiara w Boga i głęboka ufność w Jego obietnice zbawienia, pojednania, a ostatecznie wieczności z Bogiem, pomagają nam mieć spokój umysłu i pewną perspektywę. Nasze przekonania rodzą nadzieję, oczekiwanie na dobre rzeczy, które mają nadejść i sprawiają, że żyjemy w radości.

Błogosławiony niech będzie Bóg i Ojciec Pana naszego Jezusa Chrystusa! Według wielkiego miłosierdzia swego sprawił, że przez

zmartwychwstanie Jezusa Chrystusa narodziliśmy się na nowo do żywej nadziei, ku dziedzictwu nieskazitelnemu, niepokalanemu i niegasnącemu, zachowanemu w niebie dla was, którzy mocą Bożą strzeżeni jesteśmy przez wiarę dla zbawienia, gotowego objawić się w czasie ostatecznym.¹

Wdzięczność jest związana z radością. Kiedy jesteśmy wdzięczni za to, co Bóg dla nas uczynił, kiedy skupiamy się na Jego dobroci, miłości i trosce, i jesteśmy zadowoleni z Jego błogosławieństw, wtedy mamy powód do radości. Bycie wdzięcznym za Bożą miłość, błogosławieństwa, obecność i obietnice pomaga nam żyć w radości, z pozytywnym nastawieniem do życia.

Choć go nie widzieliście, miłujecie go. Choć go teraz nie widzicie, wierzycie w niego i radujecie się radością niewymowną i pełną chwały.²

Ponieważ radość jest odpowiedzią na to, kim jest Bóg i jakie błogosławieństwa mamy w Nim, a nie na nasze okoliczności, radość może rozkwitać nawet w czasie bólu i cierpienia.

Radujemy się w naszych cierpieniach.³

Są poddawani wielu próbom i są bardzo ubodzy. Ale są też przepelnieni obfitą radością, która rozlała się w bogatej hojności.⁴

Jesteśmy zawsze szczęśliwi, nawet w chwilach cierpienia.⁵

Nie jest łatwo radować się w naszych smutkach. W rzeczywistości, ogólnie mówiąc, nie jest to naturalne, by być radosnym i ciągle się cieszyć. Wielu z nas pragnie pielęgnować radosnego ducha, ale nie jest to coś, co możemy zrobić we własnej mocy. Radość jest owocem Ducha Świętego i aby ją kultywować, musimy podnieść nasze żagle tak, by tchnienie Ducha poruszało nas w kierunku radości.

Jednym ze sposobów na podniesienie naszych żagli jest czytanie, przyswajanie i życie według nauk Pisma Świętego. Przemawiając do swoich uczniów tuż przed ukrzyżowaniem, Jezus powiedział:

Jeśli będziecie zachowywać moje przykazania, będziecie trwać w miłości mojej, tak jak Ja zachowałem przykazania Ojca mego i trwam w Jego miłości. To wszystko powiedziałem wam, aby radość moja w was była i aby radość wasza

była pełna.⁶

Kiedy czytamy Biblię, Duch Boży używa Pisma Świętego, aby przemówić do naszego serca, aby nas pocieszyć i poprowadzić, dając nam w ten sposób wiarę i nadzieję, które są krokami do radości. Czynimy to, co możemy, trwając w Słowie Bożym, a Duch Święty porusza się w nas, by dać nam radość.

Kultywujemy radość poprzez pokładanie naszej ufności w Bogu. Bycie godnym zaufania jest częścią tego, kim jest Bóg; jest częścią Jego charakteru. W całym Piśmie Świętym jesteśmy napominani, abyśmy pokładali w Nim naszą ufność. Ufać Mu oznacza pokładać w Nim naszą pewność, wiedząc, że On nas kocha i ma na sercu nasz najlepszy interes.

W Nim będzie się radować nasze serce, bo zaufaliśmy Jego świętemu imieniu⁷.

Cokolwiek się stanie, dziękuj Bogu z powodu Jezusa Chrystusa. To jest to, co Bóg chce, abyś czynił.⁸

Niezależnie od tego, czy nasze okoliczności są przyjemne czy nieprzyjemne, mamy być wdzięczni. Nie oznacza to, że musimy być wdzięczni za trudne okoliczności, ale raczej, że mamy dziękować w każdej okoliczności, dobrej czy złej. Pismo Święte uczy nas, byśmy dziękowali Panu, że On działa w naszych obecnych okolicznościach dla naszego dobra, wiedząc, że nie da nam ciężarów, które są dla nas zbyt wielkie do udźwignięcia, a Jego łaska jest wystarczająca, byśmy mogli je udźwignąć. Gdy dziękujemy i chwalimy Go, doświadczamy radości, która jest naszym dziedzictwem w Chrystusie⁹.

Jak już widzieliśmy, radość chrześcijańska jest związana z naszym systemem wierzeń i jest jego wynikiem. Wierzmy w Boga jako naszego Stwórcę i Ojca. Wierzmy w Jego Słowo, które mówi nam o Nim, i używamy go, by prowadzić nas w podejmowaniu dobrych decyzji. Mamy trwającą dwukierunkową relację z Nim, która będzie trwała przez całą wieczność. Autor Michael Zigarelli napisał o tym, co to znaczy mieć tę radość:

Z biblijnego punktu widzenia, możemy zdefiniować radość jako „posiadanie codziennego



ma stała radość, to dobroć i cierpliwość”¹¹.

Podczas gdy rzeczy natury duchowej są bardzo trudne do skwantyfikowania lub zmierzenia, a ankieta oczywiście opiera się na interpretacji, stwierdziłem, że ankieta Zigarelli’ego dostarczyła pomocnych wskazówek, wskazując, w jaki sposób praktykowanie poszczególnych cnót wydaje się pomagać we wzroście w Chrystusowości. Odkrył on, że wielu chrześcijan, choć silnie skoncentrowanych na Bogu i wdzięczności, zgłasza poniżej przeciętnej radość w swoim życiu; a według jego ankiety, ludzie ci mają tendencję do zmagania się z życzliwością i cierpliwością. Zauważył, że kiedy bogobojna osoba nie doświadcza stałej radości w swoim życiu, ma tendencję do bycia agresywną w stosunku do innych, ma mało tolerancji na życiowe irytacje i jest mniej hojna.

Wzrastanie w radości wymaga regularnego myślenia i rozważania Bożej dobroci i miłości do nas. Radość jest wynikiem naszego czytania, wiary i działania w oparciu o Słowo Boże, Ducha Świętego mieszkającego w nas oraz ofiary Jezusa za nas. Chrześcijańska radość to życie w świadomych ramach Bożej miłości i troski o nas, stawianie czoła wzlotom i upadkom naszego życia z głęboką wiarą, że On zawsze tam jest, pocieszając nas i troszcząc się o nas; i bycie szczęśliwym, radowanie się, że zawsze jesteśmy pod Jego miłą opieką.

PETER AMSTERDAM I JEGO ŻONA, MARIA FONTAINE, SĄ DYREKTORAMI FAMILIY INTERNATIONAL, CHRZEŚCIJAŃSKIEJ WSPÓLNOTY WIARY. ZAADAPTOWANE Z ORYGINALNEGO ARTYKUŁU.

ducha radości we wszystkich okolicznościach”. Jest to coś więcej niż wewnętrzne zadowolenie, więcej niż radość, więcej niż ogólne zadowolenie z życia¹⁰.

Zigarelli odkrył, że ci, którzy twierdzili, że są „często” lub „zawsze” radośni, wykazywali również więcej innych cech Chrystusowych niż ci, którzy byli „rzadko” lub „tylko czasami” radośni. Wyjaśnił, że „cnoty, na które największy wpływ

10. Michael A. Zigarelli, *Cultivating Christian Character* (Colorado Springs: Purposeful Design Publications: 2005), 49

11. Zigarelli, *Cultivating Christian Character*, 50

Radość w chwili obecnej

JOYCE SUTTIN



Siedziałam cicho, słuchając ptaków, pijąc filiżankę herbaty, czując promienie słońca na twarzy i czułam doskonały spokój. Nie pozwalałam mojemu umysłowi biegać i myśleć o rzeczach, które się wydarzyły. Nie robiłam mentalnych list i nie myślałam o tym, co zamierzam zrobić. Nie czułam wyrzutów sumienia. Nie martwiłam się. Nie starałam się nawet usilnie wyłączyć mojego umysłu. Po prostu wsiąkałam w tę chwilę i cieszyłam się uczuciem Bożej obecności. To skłoniło mnie do zastanowienia się nad tym, jak wiele czasu spędzam w przeszłości i przyszłości, a jak rzadko jestem w pełni zaangażowana w *chwilę obecną*.

Bycie pochwyconym przez te myśli wypełniło moje życie wyrzutami sumienia i zmartwieniami i powstrzymało mnie od docenienia tego, co dzieje się wokół mnie. Z drugiej strony, kiedy skupiam się na teraźniejszości, zauważam cudowny aromat mojej miętowej herbaty i wilgotną trawę pod moim krzesłem. Słyszę pochwalne pieśni ptaków śpiewających po deszczu. Czuję się spokojna, w pokoju i zakochana w życiu.

Zbyt często spędzam czas relaksu dzieląc swoją energię, grając w pasjansa na telefonie, oglądając film lub słuchając podcastów, albo słuchając

radia podczas jazdy samochodem. Mam wiele małych zainteresowań, które pochłaniają mój czas i sprawiają, że nie dostrzegam piękna wokół mnie. Tęsknię też za spokojem, który płynie z pozwalania rzeczom rozwijać się w moim życiu i przyjmowania ich tak, jak przychodzą.

Dotarło do mnie, że zbyt wiele czasu spędzam na modlitwie, jakbym robiła zakupy spożywcze: Mam potrzeby. Zapisuję je na liście. Staję przed Bogiem i recytuję moją listę, po czym napełniam swój koszyk i biegnę z powrotem do domu. Postanowiłam dziś podjąć świadomy wysiłek, by codziennie spędzać czas, by znaleźć radość w Jego obecności.

JOYCE SUTTIN JEST EMERYTOWANĄ NAUCZYCIELKĄ I PISARKĄ, MIESZKA W SAN ANTONIO, USA.

On zaspokaja tęsknotę duszy i napełnia dobrocią duszę głodną - Psalm 107:9.

Oto dzień, który Pan uczynił; będziemy się radować i weselić w nim" - Psalm 118:24.

Cokolwiek czynicie, słowem lub uczynkiem, wszystko czyńcie w imię Pana Jezusa, dziękując Bogu Ojcu przez niego - Kolosan 3:17

Pozytywnie wdzięczni

CURTIS PETER VAN GORDER

Ostatnio natknąłem się na fascynującą książkę w sklepie z używanymi książkami. *The Secret Life of Water*, autorstwa Masaru Emoto, zakłada, że woda odzwierciedla pozytywne lub negatywne siły, z którymi się styka. Autor wystawił destylowaną wodę na różne wpływy za pomocą mowy, muzyki, fotografii i pisma. Następnie zamroził wodę i sfotografował kryształy. Fotografie sugerują, że pozytywne wpływy, takie jak modlitwy, podnosząca na duchu muzyka i pozytywne

wypowiedzi spowodowały, że woda uformowała piękne kryształy, podczas gdy negatywne wpływy spowodowały, że woda nie krystalizowała się w ogóle lub tworzyła brzydkie wzory.

Daleko posunięte? Być może, ale jego pomysły mogą przynajmniej skłonić nas do zastanowienia się nad tym, jakie wibracje energetyczne generujemy dla innych.

Mieszkając w 14 krajach w ciągu 45 lat, często jestem pytany, który kraj lubię najbardziej. Prawda jest taka, że zazwyczaj jest to kraj, w którym w danej chwili mieszkam. Każdy kraj ma swoje błogosławieństwa i wyzwania, a ja

1. Patrz Księga Psalmów 22:1
2. Patrz Księga Psalmów 22:24,26-27

odkryłem, że trzeba docenić dobre strony każdego z nich, aby móc w pełni cieszyć się doświadczeniem, które życie rzuca mi w danym momencie na drogę.

Jedną z przydatnych umiejętności przetrwania, którą nabyłem mieszkając na Bliskim Wschodzie, było bycie wdzięcznym za wszystko, co mnie spotyka. Dla ludzi z tego regionu powszechne jest konsekwentne dziękowanie Bogu za to, co im się przydarza w danym momencie - niezależnie od tego, czy jest to oczywiście błogosławieństwo, czy też błogosławieństwo w ukryciu, jak pokazano w tej historii:

Znany gawędziarz Juha opowiada, jak pewnego dnia, pomimo trudności związanych ze śmiercią osła, przedłużającą się suszą i rosnącymi cenami na targu, postanowił dziękować Bogu bez względu na wszystko. Wkrótce nadeszła próba, kiedy to podczas pracy w ogrodzie motyką, cierń wbił mu się w but. Po podskoczeniu na jednej nodze i zawołaniu z bólu, przypomniał sobie. *Dzięki Ci, Boże, że moje stare buty zostały zniszczone, a nie nowe.*

Gdy kontynuował plewienie ogródka, rozpełtała się burza piaskowa, która powaliła go na ziemię. Po jej ustąpieniu pomyślał: „*Dzięki Bogu, że burze piaskowe są tak rzadkie!*”

Przed wznowieniem pracy z motyką odłożył sakiewkę z pieniędzmi, w której znajdowały się monety, które oszczędzał na zakup nowego osła. Przechodzący obok złodziej ukradł sakiewkę i mimo gorliwego pościgu, Juha nie zdołał go złapać. Ciężko dysząc, zadał sobie pytanie: *Za co mogę być teraz wdzięczny?* Nie miał odpowiedzi, więc wrócił do pracy z motyką.

Wkrótce podszedł marynarz i powiedział: „Byłem kiedyś twoim uczniem, dopóki nie dołączyłem do załogi statku. Kiedy znaleźliśmy się w strasznym niebezpieczeństwie, kiedy ogromne fale groziły zatopieniem naszego statku, przypominałem sobie, że uczętyś nas dziękować w każdej sytuacji. Zrobiłem to i jestem naprawdę wdzięczny, że moje życie zostało ocalone. Teraz chcę dać ci prezent jako mały dowód mojej wdzięczności.”

Otwierając prezent, Juha odkrył, że zawierał on dokładną liczbę monet, które zostały skradzione. *Tracę pieniądze i odzyskuje je tego samego dnia! Jakie to cudowne! Bóg jest dobry!*

Miałam okazję zastosować tę zasadę w moim własnym życiu, kiedy byłem hospitalizowany przez dziesięć dni z zagrażającą życiu chorobą. Był to bardzo pozytywny i szczególny czas, w którym było wiele chwil na refleksję. To było tak, jakbym został podniesiony w górę przez ramiona Boga i przeniesiony do cichego ogrodu, by medytować nad swoim życiem.

Zwykle jestem zorientowany na pracę, więc zwolnienie tempa i skupienie się na przetrwaniu było dla mnie nowym doświadczeniem i z pewnością dało mi nową perspektywę na błogosławieństwo zdrowia. Postanowiłem sobie, że kiedy wyzdrowieję, spróbuję dać mojemu ciału trochę współpracy poprzez prowadzenie zdrowszego trybu życia. Stąpienie jednym palcem nad przepaścią między życiem a śmiercią uświadomiło mi, co tak naprawdę jest ważne - miłość do Boga i innych. Nie było to nic, czego bym wcześniej nie wiedział, ale jest duża różnica między wiedzą o czymś, a uczynieniem z tego ważnej części swojego życia.

Starłem się przekazać tę postawę wdzięczności moim dzieciom i wnukom, grając w małą grę przy obiedzie zwaną „*róże i cierń*”. Każda osoba opowiada o czymś dobrym, co spotkało ją tego dnia - róża - i o trudnym, nieprzyjemnym lub wymagającym doświadczeniu - cierń. Odkryłem, że ta gra pobudza rozmowę przy stole o wiele bardziej niż zwykle pytanie: „*Jak minął dzień?*” i otrzymywanie jednowyrazowej odpowiedzi „*dobrze*” lub „*w porządku*”.

Bycie wdzięcznym nie oznacza, że ignorujemy nasze problemy. Król Dawid wołał do Boga, pytając: „*Boże mój, dlaczego mnie opuściłeś? Dlaczego jesteś tak daleko, gdy wołam o pomoc?*”¹. Ale potem Dawid kończy ten sam psalm w pozytywnym tonie: „*On nie zignorował ani nie umniejszył cierpienia potrzebujących. Nie odwrócił się do nich plecami, lecz wysłuchał ich wołania o pomoc. Ubodzy będą jeść i będą zadowoleni. Wszyscy, którzy szukają Pana, będą go chwalić. Ich serca będą się radować z wieczną radością. Cała ziemia uzna Pana i powróci do Niego.*”²

CURTIS PETER VAN GORDER JEST
SCENARZYSTĄ I ARTYSTĄ MIMEM W
NIEMCZECH.



STEVE HEARTS

DZIĘKI ZA WSZYSTKO

Apostoł Paweł mówi w Liście do Rzymian 8:28: „Wiemy, że we wszystkim Bóg działa dla dobra tych, którzy Go miłują, którzy zostali powołani według Jego zamysłu”. W Księdze Przysłów czytamy, że „Krokami człowieka kieruje Pan.”¹. Mimo to, w chwilach, gdy życie staje się skomplikowane i zagmatwane, zastanawiam się, co mogłoby się stać, gdyby sprawy potoczyły się tylko trochę inaczej, i chciałabym móc wrócić i zrobić to od nowa.

Właśnie w takim momencie słuchałem jednego z moich ulubionych filmów, *Pana Przeznaczenia (Mr. Destiny)*. Historia rozgrywa się w dniu, w którym Larry Burrows kończy 35 lat. Dwadzieścia lat wcześniej, Larry uderzył w ostatnim at-bacie podczas meczu o mistrzostwo szkoły średniej w baseballu i od tamtej pory tego żałuje. Więc w te, jego 35 urodziny, które wydają się być zapomniane przez wszystkich, z wyjątkiem jego najlepszego przyjaciela, i pogarsza się, gdy dostaje zwolniony, znajduje się zastanawiając się nad tym meczu baseballowym i życząc sobie, aby był w stanie go wygrać.

Gdy wraca do domu, jego samochód wysiada. Dzwoni po lawetę i udaje się do pobliskiego baru, aby poczekać. Barman, Mike, jest przyjazny i wyrozumiały. Co więcej, wie o Larrym wszystko, łącznie z jego żalem sprzed dwudziestu lat. Mike przyrządza Larry’emu drinka, którego

nazywa „Rozlanym mlekiem”, który przynosi go w czasie, aby mógł żyć tak, jak gdyby wygrał mecz. Znajduje swoje życie całkowicie zmienione w każdym aspekcie. Najbardziej niepokojące jest to, że jest żonaty z kimś innym niż z jego żoną Ellen. Próbuje wszystko „naprawić”, ale w ten sposób naraża na szwank zarówno swoją pracę, jak i życie.

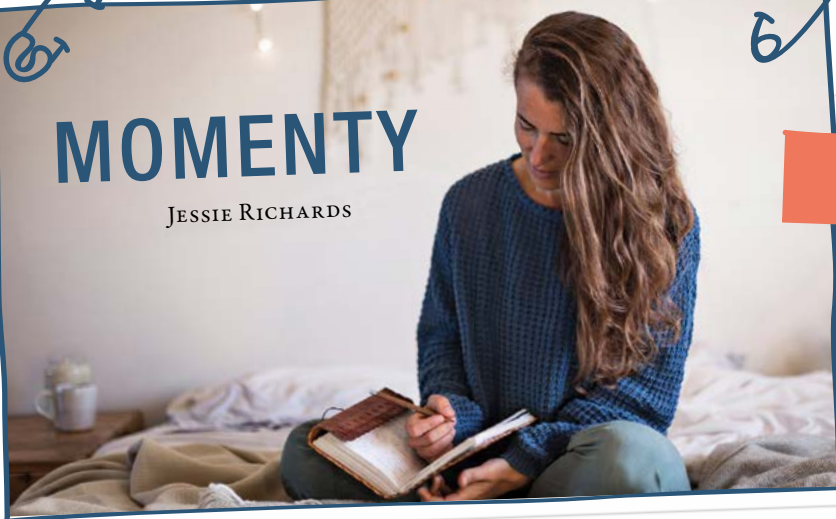
Na szczęście, zanim najgorsze mogło się wydarzyć, znów znajduje się w barze z Mikiem. Jego życie wraca do normy, a on na nowo docenia swoje błogosławieństwa. Po powrocie do domu zastaje niespodziankę w postaci przyjęcia urodzinowego zorganizowanego przez Ellen. Jego szef niespodziewanie wpada i proponuje mu lepsze stanowisko. Co najważniejsze, Larry jest wolny od żalu i zdecydowany żyć pełnią życia, nie skupiając się na tym, co mogło być.

Ten film jest dobrym przypomnieniem, że życie nie jest usłane różami dla każdego. Wszyscy mamy problemy i wszyscy zrobiliśmy rzeczy, które chcielibyśmy móc powtórzyć lub cofnąć. Wszyscy doświadczamy bólu, rozczarowania, a nawet porażki. Ale nie powinniśmy pozwolić, aby te rzeczy powstrzymały nas przed liczeniem naszych błogosławieństw, docenianiem tego, co mamy i podążaniem naprzód z dniem dzisiejszym. Jak mówi Mike do Larry’ego: „To jest twoje życie, Larry. Naucz się cieszyć tym, co masz”.

1. Patrz Księga Przysłów 20:24

MOMENTY

JESSIE RICHARDS



Prowadzę od moich młodzińskich lat jakiś rodzaj dziennika i pamiętnika. Na początku tego roku postanowiłam, że nie tylko będę zapisywała rzeczy o oczywistym znaczeniu, gdy się wydarzą, ale będę pisała przynajmniej linijkę lub dwie *każdego dnia*, niezależnie od tego, czy wydarzyło się coś pozornie godnego uwagi, czy nie. Z przyjemnością mogę powiedzieć, że jestem na dobrej drodze, by zakończyć ten rok z sukcesem.

Interesujące w tego typu dziennikach jest to, że przeglądając miniony rok, jak to ostatnio uczyniłam, przypominają mi się nie tylko „kluczowe” wydarzenia, ale także pamięć o „codziennych” zdarzeniach i chwilach, które w niektórych przypadkach okazały się znaczące.

Bez dalszego zastanawiania się, oto kilka moich wpisów do dziennika na temat chwil w tym roku - skupiając się głównie na tych codziennych.

Moment #1

Jedna z dwóch toalet w domu jest zepsuta od kilku dni, a dziś wieczorem hydraulik w końcu przyjechał. Ale popełnił błąd przy ponownym podłączeniu rur i teraz mój prysznic nie ma ciepłej wody! Wróci jutro, aby włączyć ją z powrotem. Jest to irytujące, ale uświadamia mi, jak gładko moje życie regularnie się toczy i czuję wdzięczność za rzeczy, które zwykle biorę za pewnik - splukiwanie toalet i bieżącą ciepłą

wodę.

Moment #2

Mój lekarz zalecił mi wczesną mammografię z powodu (niebolesnych) torbieli. Tylko po to, żeby się upewnić. Tak też zrobiłam. Nie spodziewałam się, że będę się tak bardzo martwić w tym międzyczasie, dopóki nie dostanę pozytywnego wyniku. Czuję, że teraz oddycham o wiele swobodniej.

Moment #3

Spędziłam dzień z przyjacielem z dawnych lat, którego nie widziałem od kilku lat. To cudowne, że po tak długiej rozłące, w ciągu kilku minut znów byliśmy po tej samej stronie.

Moment #4

Miałam cudowny bieg na plaży. Idealna pogoda. Czas na przemyślenia, na wdzięczność, na obcowanie z własnym sercem i z Bogiem. W pewnym momencie słuchałam hymnu „How Great Thou Art” biegnąc prosto przez stado mew wypełniających przestrzeń nade mną i wokół mnie. Dosłownie. Niesamowite.

Moment #5

Dowiedziałam się, że moja ciocia ma raka jelita grubego. Jest pielęgniarką, niepalącą, wegetarianką i ma dopiero 50 lat. To naprawdę może przytrafić się każdemu, w każdej chwili. Uświadamia mi to, jak cenne jest życie i rodzina.

VIRGINIA BRANDT BERG

BĄDŹ SPOKOJNY

Musiałam pilnie skontaktować się z kobietą, której adresu nie znałam, a każda część mojego jestestwa zdawała się pulsować niepokojem. Czułam, że rozpadnę się na kawałki, jeśli nie uda mi się do niej odezwać. Kiedy modliłam się o to, co robić dalej, nagle przyszła mi do głowy parafraza Pisma Świętego. *Po prostu bądź spokojny. Wycisz się i wiedz, że Ja jestem Bogiem.*

Kiedy usiadłam, uciszyłam ducha i poprosiłam Boga, aby uczynił coś, co zapobiegnie katastrofie, On przemówił do mojego serca. *Po prostu napisz kartkę i zanieś ją do mieszkania, w którym mieszkała wcześniej. Może będzie miała jakiś powód, żeby tam wrócić albo ktoś, kto wie, gdzie się przeprowadziła, znajdzie twoją kartkę i powie jej, żeby się z tobą skontaktowała.*

1. Patrz Księga Izajasza 30:15
2. Patrz Księga Psalmów 46:10
3. Patrz List do Filipian 4,6-7



Napisałem więc list i posłałem do mieszkania, aby go dostarczyć. Gdy tylko dotarłam na miejsce, z kartką w rękę, podjechała osoba, do której chciałam dotrzeć, ale nie mogłam!

Czy to nie cudowne, jak Bóg potrafi rozwiązywać sprawy? Nauczyłam się wtedy, że - jak mówi Słowo Boże - „w cichości i w ufności będzie wasza siła.”¹. W tym szalonym pędzie, jakim stało się współczesne życie, mamy jeszcze większą potrzebę tego boskiego bezruchu, aby wykapać nasze dusze w ciszy. Tylko wtedy, gdy nasze umysły i duchy są ciche i spokojne, możemy poznać Boga. „Bądź spokojny i wiedz,



a cierpienie poniżej ducha. Czy przechodzisz teraz przez trudny okres? Uciszyć się więc i bądź spokojny przed Panem, a On pokaże ci, jak wydobyć słodycz z tej trudności. On nauczy cię wspaniałych lekcji z tej trudności, ale musisz się wyciszyć. To właśnie w tym słodkim, spokojnym oddaniu On jest w stanie przemówić do twojego serca.

Co powinien zrobić wierzący w czasach trudności/ciemności? Pierwszą rzeczą do zrobienia jest nie robić *nic*, stać spokojnie. Jest to sprzeczne z ludzką naturą, ale jest to mądra rzecz do zrobienia. Jest takie powiedzenie: „Kiedy jesteś zdenerwowany, nie spiesz się”. Innymi słowy, kiedy nie jesteś pewien, czy wiesz, co robić dalej, nie spiesz się ślepo do niczego, mając nadzieję na najlepsze.

Były chwile, kiedy wpadałam w duchową mgłę i tak bardzo chciałam zrobić coś we własnej mocy. Czułam, że muszę rozplątać splątane przewody lub znaleźć rozwiązanie jakiegoś problemu. Musiałam coś *zrobić*. Moja ludzka energia czuła, że musi się pospieszyć i zająć się tym problemem. Ale nauczyłam się, że chociaż czasami ludzka energia może trochę pomóc, to o wiele lepiej jest zakotwiczyć swoją łódź i pozwolić jej przez jakiś czas kołysać się na cumach i po prostu zaufać Bogu!

Bądź spokojny i zobacz, co Bóg uczyni. Włóż swoją rękę w dłoń Boga i pozwól Mu wyprowadzić cię w jasne słońce Jego miłości. Bądź spokojny. Pozwól Mu wykonać pracę za ciebie. „O nic się nie troszczcie, ale we wszystkim przez modlitwę i błaganie, z dziękczynieniem” - stając nieruchomo przed Bogiem - „niech wasze prośby będą przedstawione Bogu, a pokój Boży, który przewyższa wszelkie zrozumienie, strzec będzie waszych serc i umysłów przez Chrystusa Jezusa.”³.

VIRGINIA BRANDT BERG (1886-1968)
BYŁA AMERYKAŃSKĄ EWANGELISTKĄ I
PISARKĄ. WIĘCEJ O JEJ ŻYCIU I PRACY
MOŻNA PRZECZYTAĆ NA STRONIE
[HTTP://VIRGINIABRANDTBERG.ORG](http://virginiabrandtberg.org).
ZAADAPTOWANE Z ORYGINALNEGO
ARTYKUŁU.

że Ja jestem Bogiem”².

Wiele ludzi mylnie mniema, że spokój, o którym ten werset mówi jest rodzajem kontrolowanego napięcia, wyćwiczonego opanowania, i że oni mogą kompresować niepokój w jakiś sposób. To nie jest ten rodzaj spokoju, o którym mówimy! Bezruch Boga nie jest zwykłą biernością. To prawdziwy spokój ducha, który przynosi największą jasność myśli i to właśnie w tym spokoju poznajemy Bożą wolę i plan.

Wiem z doświadczenia, że boski spokój często przychodzi poprzez próby i testy. Jak to możliwe? Próby i sprawdziany ujarzmiają duszę,



CHANDRA REES

Nieobecność sprawia, że serce staje się miłsze

Kilka miesięcy po narodzinach naszego trzeciego dziecka odkryłam, że walczę o wyjście z „poporodowego dołka”. Moja codzienna rutyna zamieniała się w ciąg obowiązków i terminów, które w moim odczuciu nigdzie mnie nie prowadziły, nie wspominając już o noworodku, który nieustannie domagał się mojej opieki. Mój umysł czuł się ciągle zmęczony, a serce było ciężkie. Nie potrafiłam określić, co sprawiało, że czułam się przygnębiona.

Dla kontrastu, mój mąż wszedł w fazę motywacji. Wcześniej wstawał, uczył się i pracował, zawsze szukał sposobów, aby jak najlepiej wypełnić chwile w ciągu dnia. Ponieważ w moim życiu nie było takiej samej motywacji, zaczęłam się do niego dystansować. Przypuszczam, że w pewnym sensie byłam zazdrosna o jego postępy i byłam zła na siebie, że nie udało mi się wyjść z tego załamania tak szybko, jak bym chciała.

W końcu zebrałam się na odwagę i powiedziałam mojemu mężowi o moim emocjonalnym upadku, postanawiając, że przynajmniej pomoże mu to zrozumieć, dlaczego nie wydaje mi się, że bym wzięła życie za rogi. Wysłuchał mnie cierpliwie i po prostu stwierdził, że choć zastanawiał się nad tym, chciał dać mi czas na uporanie się z tym, z czym przyszło mi się zmierzyć. Chociaż nie doświadczyłam natychmiastowego odbicia, poczułam ulgę, że wyraziłam to, przez co

przechodziłam, choćby dlatego, że byłam w stanie ująć w słowa to, z czym się borykałam.

W tym samym tygodniu mój mąż wyjechał z miasta na kilka dni w podróż służbową. To był pierwszy raz, kiedy nie było go w domu od czasu narodzin naszego trzeciego dziecka. Byłam zdumiona odbiciem ducha, którego doświadczyłam w ciągu tych kilku dni i jak bardzo prawdziwe stało się dla mnie powiedzenie „nieobecność sprawia, że serce staje się miłsze”. Zamiast rosnącego dystansu, który odczuwałam między nami, poczułam odnowioną miłość i podziw dla niego. To było tak, jakbym dokładnie widziała, gdzie on pasuje do mojego świata - jako mąż, ojciec naszych dzieci i przyjaciel.

Mam nadzieję, że będę mogła nieść moją wdzięczność za błogosławieństwa mojego życia - mojego męża, moje dzieci, miłość i szczęście, które rozjaśniają mój świat - przez wszystkie moje dni, nawet te dni, kiedy wszystko wydaje się szare i ponure. Wspominanie i docenianie miłości, która wypełnia mój świat, dodaje otuchy mojemu duchowi. Przypomina mi, jak bardzo jestem błogosławiona.

CHANDRA REES JEST NIEZALEŻNĄ
AUTORKĄ KSIĄŻEK DLA DZIECI I MATKĄ
PIĄTKI DZIECI W USA.

DWIE TAJEMNICE



MARIE ALVERO

Każdy ma jakieś wyobrażenie o tym jak wygląda dla nich pokój i zadowolenie. Ja myślę o zielonych wzgórzach i domku w lesie z pięknym ogrodem. Myślę o spędzaniu wieczorów na huśtawce na werandzie, patrząc na zachodzące słońce, dzieląc się rozmową z przyjaciółmi i rodziną. Myślę o zdrowym saldzie na naszym koncie oszczędnościowym. W moim „szczęśliwym świecie” wszystkie moje dzieci prowadzą produktywny, satysfakcjonujący życie i będą dorastać, by założyć szczęśliwe, zdrowe rodziny, a wszyscy moi bliscy kwitną. To brzmi jak dobre życie i po prostu wiem, że byłabym wzorem zadowolenia!

W rzeczywistości świat jest w rozsypce, moje dzieci czasami walczą, ja i mój mąż czasami nie jesteśmy ze sobą zsynchronizowani, pieniędzy nie zawsze jest pod dostatkiem, często jesteśmy zmęczeni, są rzeczy, których nie lubimy, ale które musimy zrobić, i rzeczy, które chcielibyśmy zrobić, ale rzadko nam się to udaje. I chociaż mam werandę, nie spędzam wielu wieczorów, kołysząc się na niej spokojnie.

Ale ostatnio ponownie czytałam Ewangelie i interesujące jest obserwowanie podejścia Jezusa do życia. Można się wiele nauczyć z Jego przykładu, ale dwie rzeczy, które odnoszą się do tego tematu, rzucając mi się w oczy:

Znał swego Ojca na tyle dobrze, by Mu

zaufać.

Regularnie oddał się od hałasu i zgiełku.

Jestem przekonana, że kiedy doświadczam niepokoju, frustracji, niezadowolenia, przytłoczenia lub stresu, odpowiedź będzie można znaleźć pod jedną z tych dwóch rzeczy. Nie oznacza to, że nie ma nic praktycznego, czego można by się nauczyć, zmienić lub zrobić, ale prawdopodobnie będzie to zakorzenione w jednej z tych rzeczy. To jest proste, ale nie łatwe. Na szczęście życie dostarcza codziennych okazji, aby ćwiczyć i stawać się lepszym.

Oto kilka przykładów odosobnienia Jezusa:

„[Pomimo prośby Jezusa, aby Jego cuda pozostały w tajemnicy], wieść o Nim rozeszła się jeszcze bardziej, tak że tłumy ludzi przychodziły, aby Go słuchać i zostać uzdrowionym ze swoich chorób. Jezus jednak często oddał się w samotne miejsca i modlił się.”¹

„Jezus wycofał się ze swoimi uczniami nad morze.”²

„Gdy Jezus usłyszał [że Jan Chrzciciel został ścięty], sam odpłynął stamtąd łodzią na miejsce odludne.”³

A oto przykład zaufania Jezusa do Boga, wypowiedzianego w najtrudniejszym momencie Jego życia:

„Ojcze, jeśli taka jest Twoja wola, zabierz ode mnie ten kielich cierpienia. Jednakże nie moja, lecz Twoja wola niechaj się stanie.”⁴

1. Patrz: Ewangelia wg św. Łukasza 5:15-16.

Zobacz też Ewangelia wg św. Marka 1:45.

2. Patrz Ewangelia wg św. Marka 3:7

3. Patrz Ewangelia wg św. Mateusza 14:13

4. Patrz Ewangelia wg św. Łukasza 11:22:42

MARIE ALVERO JEST BYŁĄ MISJONARKĄ W AFRYCE I MEKSYKU. OBECNIE PROWADZI SZCZĘŚLIWE, PRACOWITE ŻYCIE Z MĘŻEM I DZIEĆMI W ŚRODKOWYM TEKSASIE, USA



POZDROWIENIA OD JEZUSA

JESTEM TU DLA CIEBIE

Zwróćcie się do mnie w waszej samotności. Kocham cię bardzo i jestem tu dla ciebie zawsze i przez cały czas. Jestem waszym stałym towarzyszem, waszym najlepszym przyjacielem.

Kiedy czujesz, że nikt się o ciebie nie troszczy i nie ma miłości, którą można by znaleźć, to jest czas, aby wycofać się w Moją obecność i znaleźć pokój. Kiedy jesteś zniechęcony i czujesz się jak bałagan, spójrz w Moją twarz i zobacz, jak się do ciebie uśmiecham, bo kocham cię takim, jakim jesteś. Kiedy czujesz się zmartwiony lub sfrustrowany, uciekaj do Mnie. Będę twoim doskonałym towarzyszem. Kiedy czujesz, że

nikt nie może zrozumieć trudności, których doświadczasz, to jest czas, by przyjść do Mnie. Ja *zawsze* rozumiem. Skup swoje uczucia na Mnie, a Ja wypełnię każdą twoją potrzebę.

W tych szczególnych chwilach, kiedy zbliżacie się do Mnie, wasza miłość do Mnie i świadomość Mojej obecności w waszym życiu będzie rosła w siłę, a wasza więź ze Mną będzie głębsza niż jakakolwiek ziemską miłość czy związek, jaki kiedykolwiek mógłby być. Z tej jedności ze Mną wyrosnie twój największy i najtrwalszy pokój, spełnienie i zadowolenie.