ZMIEŃ SWOJE ŻYCIE. ZMIEŃ SWÓJ ŚWIAT.

ACTIVATED



CHRZEŚCIJAŃSKIE UWIELBIENIE

Życie pełne uwielbienia

Wiara jak u dziecka

Nadzieja nieba

Zatrzymaj się i powąchaj kwiaty

Zwolnij tempo
i ciesz się życiem



Wolumin 27.11

KILKA SŁÓW OD REDAKCJI
Droga radości

Mówi się, że radość jest jednym z najwspanialszych darów, jakie otrzymaliśmy od Boga. Może brzmi to nieco przesadnie, ale pomyśl tylko, jak wiele cierpienia doświadczamy, gdy nasze życie staje się ponure, pełne niepokoju lub goryczy! Większość z nas przeżyła już takie trudniejsze chwile, dlatego dobrze wiemy, że utrata radości oznacza utratę czegoś niezwykle cennego. Radość jest skarbem, o który warto dbać, pielęgnować go, chronić i dzielić się nim z innymi.

W sporcie drużyna lub zawodnik, którzy rywalizują z entuzjazmem i prawdziwym zaangażowaniem, mają pewną przewagę nad tymi, którzy grają jedynie z przyzwyczajenia lub dla pieniędzy. Talent, współpraca i dobra taktyka w połączeniu z radością tworzą naprawdę skuteczną receptę na sukces.

Podobnie jest w innych dziedzinach życia, zarówno na najwyższych stanowiskach, jak i przy wykonywaniu najprostszych, codziennych obowiązków. Radość jest niezbędnym składnikiem spełnienia. Bez niej nasza praca, a nawet samo życie, mogą stracić swój smak.

Dwa i pół tysiąca lat temu Nehemiasz, namiestnik Judy, zachęcał swój lud, by nie pogrążał się w smutku, lecz z radością zabrał się do pracy. Izraelici stawali właśnie przed ogromnym zadaniem odbudowania muru, który miał chronić miasto. Jego słowa, zapisane w Biblii, pozostają aktualne również dzisiaj: „Radość Pana jest waszą ostoją" (Księga Nehemiasza 8:10).

Szczęście możemy odnajdywać w prostych przyjemnościach życia i w wdzięczności za to, co mamy, zamiast ciągle zaglądać za płot sąsiada i zastanawiać się, czy tamtejsza trawa nie jest bardziej zielona. Radość odnajdujemy także w dawaniu innym. Czasem możemy podzielić się czymś materialnym, ale równie cenne mogą być nasz czas, uważne wysłuchanie drugiej osoby, okazanie współczucia, czuła modlitwa czy mądra rada w chwili potrzeby. A co najważniejsze, trwałą radość odnajdujemy, gdy szukamy prawdziwych duchowych bogactw, poznając Jezusa i prawdę zawartą w Biblii. Dzięki temu wznosimy się ponad to, co przyziemne i powierzchowne.

Modlimy się, aby lektura tego wydania magazynu *Activated* przyniosła ci inspirację i pomogła wkroczyć na drogę, na której będziesz cieszyć się nie tylko wielkimi radościami życia, ale także najmniejszymi codziennymi błogosławieństwami. Pamiętaj, że radość nie jest czymś, czego mamy doświadczyć dopiero u kresu naszej wędrówki. Towarzyszy nam ona na każdym kroku, dodając sił i umilając drogę przez życie.

© 2026 Activated. 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.

www.activated-europe.com/pl
Redaktor: Gabriel i Sally García
Design: Gentian Suçi
A-PL-MG-AM-310-X

Zatrzymaj się i powąchaj kwiaty



Curtis Peter van Gorder

Urodziłem się jeszcze „przed internetem", dlatego kiedy widzę ludzi gorączkowo stukających w klawiatury swoich telefonów, czasem zastanawiam się, jak poradziliby sobie „dawniej", gdy wysłanie wiadomości wymagało użycia ważącej kilkanaście kilogramów maszyny do pisania, zmagania się z korektorem lub gumką do mazania, wyprawy na pocztę, stania w kolejce po znaczek, a potem czekania tygodnia lub dwóch, aż list dotrze do adresata. Na odpowiedź trzeba było poczekać kolejne tydzień lub dwa!

Dlaczego wszyscy są dziś tak strasznie zajęci? Kiedyś, podczas pobytu w Indiach, nawet kierowca mojej rikszy nie potrafił robić tylko jednej rzeczy naraz. Prowadząc przez zatłoczone ulice, jednocześnie negocjował przez telefon komórkowy warunki jakiejś transakcji. Czy był w ogóle na tyle dorosły, by pamiętać czasy, kiedy rozmowa telefoniczna w miejscu publicznym oznaczała konieczność znalezienia budki telefonicznej, posiadania przy sobie odpowiednich monet i wrzucania kolejnych, jeśli rozmowa trwała dłużej niż trzy minuty?

Zastanawiam się, gdzie podziewa się cały czas, który oszczędzamy, odkąd nie musimy już przechodzić przez te wszystkie czynności. Czy dzięki nowoczesnym wynalazkom, które mają nam ułatwiać życie i oszczędzać czas, nie powinniśmy mieć teraz mnóstwa wolnego czasu?

Może problem polega po prostu na tym, że nie umiemy dobrze gospodarować swoim czasem? Dobrych rad przecież nie brakuje: ustalaj priorytety, deleguj zadania, zaczynaj od najtrudniejszych obowiązków, pozbądź się niepotrzebnego bałaganu w swoim życiu, naucz się mówić „nie".

Ale sprawa jest nieco bardziej złożona. Czasami nie chodzi tylko o to, co robimy, lecz także o to, kim się stajemy. Jak zauważył Rabindranath Tagore: „Ten, kto jest zbyt zajęty czynieniem dobra, nie ma czasu, by samemu być dobrym".

Jak więc możemy nieco zwolnić tempo i bardziej cieszyć się życiem, a jednocześnie dopilnować wszystkiego, co naprawdę trzeba zrobić?

Pewnego dnia, kiedy właśnie wychodziłem na spotkanie, moja wnuczka chwyciła mnie za rękę i z przejęciem zapytała:

– Dziadku, mogę ci pokazać nowe kroki, których nauczyłam się na zajęciach tanecznych?

Zanim zdążyłem odpowiedzieć: „Przepraszam, kochanie, ale bardzo się spieszę. Pokażesz mi innym razem", w myślach przeniosłem się pięć lat w przyszłość. Usłyszałem, jak wybiega z domu i rzuca przez ramię:

– Pa, dziadku! Nie mam teraz czasu, jestem zajęta byciem nastolatką!

– Oczywiście! – odpowiedziałem. – Pokaż, co potrafisz!

Pięć minut energicznego tańca i nieustannych braw później ruszyłem na spotkanie. Czułem się mniej zestresowany i pełen większego optymizmu.

Znalazłem odpowiedź na moje pytanie. Jeśli tylko zatrzymamy się na chwilę, by powąchać kwiaty, ich zapach pozostanie z nami przez resztę dnia. Będzie nam przypominał, że życie to coś więcej niż nieustanny pośpiech i gonitwa za kolejnym zadaniem.



Chrześcijańskie uwielbienie: życie pełne chwały i wdzięczności

Peter Amsterdam

„Godzien jesteś, Panie i Boże nasz, otrzymać chwałę, cześć i moc, ponieważ Ty stworzyłeś wszystko, a dzięki Twojej woli wszystko istnieje i zostało stworzone" (Objawienie św. Jana 4:11).

Jako chrześcijanie jesteśmy powołani do życia pełnego uwielbienia i oddawania Bogu chwały. Biblia wielokrotnie przypomina nam, jak ważne miejsce zajmują uwielbienie i oddawanie czci Bogu w naszej relacji z Panem. Czytamy w niej, abyśmy wchodzili do Bożych „bram z dziękczynieniem, a do Jego przedsionków z pieśnią pochwalną", abyśmy „dziękowali Mu i błogosławili Jego imię" za Jego dobroć, niezawodną miłość i wierność, które trwają przez wszystkie pokolenia (Psalm 100:4–5).

Uwielbienie jest nieodłączną częścią wypełniania pierwszego i najważniejszego przykazania, które mówi, by kochać Pana całym sercem, całą duszą, całym umysłem i ze wszystkich sił (Ewangelia Mateusza 22:36–38; Ewangelia Marka 12:29–30). Chodzi tu o miłość głęboką, pełną i bezgraniczną, taką, w którą angażujesz całego siebie. To nasza płynąca z głębi serca odpowiedź na zaproszenie do nawiązania osobistej relacji z Bogiem. Ojcu tak bardzo zależy na bliskiej więzi z nami, że posłał swojego jedynego Syna, Jezusa, aby zniwelował przepaść oddzielającą Go od ludzkości (Ewangelia Jana 3:16). Tak wielka jest Jego miłość do nas! I właśnie taką miłością jesteśmy powołani kochać Go w naszej relacji z Nim (1 List Jana 4:19).

Nasza miłość do Boga sprawia, że pragniemy być coraz bliżej Niego (List Jakuba 4:8), budować z Nim głęboką więź i coraz bardziej upodabniać się do Niego (2 List do Koryntian 3:18). Dlatego postanawiamy regularnie poświęcać czas na przebywanie z Nim, modlitwę i czytanie Jego Słowa. Wyrażamy naszą miłość i wdzięczność poprzez uwielbienie i oddawanie Mu chwały, a także przez życie, które przynosi Mu cześć, wywyższa Go i rozsławia Jego imię (Psalm 34:3).

Podczas rozmowy z Samarytanką przy studni Jezus powiedział: „Nadchodzi jednak godzina, a nawet już jest, kiedy prawdziwi



czciciele będą oddawać cześć Ojcu w duchu i prawdzie, bo i Ojciec takich właśnie czcicieli szuka. Bóg jest duchem, więc ci, którzy Go czczą, powinni oddawać Mu cześć w duchu i prawdzie" (Ewangelia Jana 4:23–24). Z tych słów dowiadujemy się, że Bóg, który jest duchem, szuka ludzi pragnących uwielbiać Go w duchu i prawdzie. My, którzy kochamy Boga i chcemy Mu się podobać, również pragniemy oddawać Mu cześć całym sercem, całą duszą, całym umysłem i ze wszystkich sił, ponieważ właśnie tego On pragnie.

Tylko Bóg jest godzien naszego uwielbienia. Uwielbiać Go oznacza darzyć Go głęboką czcią i uznawać Jego prawdziwą wartość. To dostrzegać, wyrażać i otaczać szacunkiem Jego niezrównaną wielkość i doskonałość. „Oddajcie Panu chwałę należną Jego imieniu, oddajcie Panu pokłon w świętej szacie!" (Psalm 29:1–2).

Podstawą Bożej godności i wielkości jest Jego natura i charakter, to, kim On jest. To On stworzył wszystko, co widzialne i niewidzialne (List do Kolosan 1:16). Jest wszechmocny, wszechwiedzący, niezmienny, nieskończony i wieczny. Jest obecny wszędzie. Jest mądrością, prawdą, wiernością, dobrocią, miłością, miłosierdziem, łaską, cierpliwością, świętością, sprawiedliwością i wszystkim, co doskonałe. My, stworzeni na obraz i podobieństwo Boga, posiadamy jedynie niewielką miarę niektórych z tych cech. Bóg natomiast jest ich pełnią. Nieskończenie nas przewyższa i dlatego jest godzien uwielbienia. „Z Niego, przez Niego i dla Niego jest wszystko. Jemu chwała na wieki!" (List do Rzymian 11:36).

Bóg jest nie tylko naszym Stwórcą, ale także Odkupicielem. Otworzył nam, grzesznym ludziom, drogę pojednania z Nim. Uczynił to przez ofiarną śmierć Jezusa na krzyżu, dzięki której zbawienie stało się dostępne dla wszystkich, którzy wierzą w Niego i przyjmują Go jako swojego Odkupiciela. Wybawia nas od grzechu i śmierci (List do Rzymian 5:10–11). Dzięki śmierci i zmartwychwstaniu Jezusa mamy teraz przywilej i zaszczyt bezpośredniego przychodzenia przed oblicze Boga w modlitwie, uwielbieniu i oddawaniu Mu czci.

Im lepiej poznajemy Boga i rozumiemy Jego miłość, moc oraz wszystko, co dla nas uczynił i nieustannie czyni, tym wyraźniej dostrzegamy, że naszą właściwą odpowiedzią na Jego dobroć powinny być uwielbienie i wdzięczność.

Jak wyrażać uwielbienie

Jako chrześcijanie jesteśmy powołani do uwielbiania Boga zarówno w osobistej modlitwie, jak i we wspólnocie. Bóg oczekuje, że będziemy czasem oddawać Mu cześć razem z innymi wierzącymi (List do Hebrajczyków 10:24–25), „śpiewając psalmy, hymny i pieśni duchowe, z wdzięcznością w sercach wobec Boga" (List do Kolosan 3:16). Kiedy groma-

dzimy się, aby wspólnie wielbić Pana i modlić się, Jezus obiecał: „Gdzie są dwaj albo trzej zgromadzeni w imię moje, tam jestem pośród nich" (Ewangelia Mateusza 18:20).

Jednak wspólne uwielbienie nie wystarczy. Jesteśmy również powołani do osobistego, indywidualnego oddawania Bogu czci. W Ewangeliach czytamy, że Jezus często wstawał wcześnie rano i udawał się na ustronne miejsce, aby spędzać czas sam na sam ze swoim Ojcem (Ewangelia Marka 1:35; Ewangelia Łukasza 6:12). Bliska relacja z Bogiem wymaga, abyśmy przebywali z Nim na modlitwie i w uwielbieniu, odpowiadali na Jego miłość miłością, czcią i szacunkiem, chwalili Go i dziękowali Mu, a także znajdowali w Nim swoją radość (Psalm 37:4).

Uwielbienie to coś więcej niż ustalona rutyna modlitwy, śpiewania i oddawania Bogu chwały. To duchowe wchodzenie w Bożą obecność. Uwielbienie stanowi fundament naszej relacji z Bogiem, a postawa wdzięczności powinna przenikać nasze nastawienie, sposób patrzenia na świat i nasze myśli (List do Filipian 4:8). Księga Psalmów jest pełna słów uwielbienia, które możemy powtarzać podczas naszych osobistych spotkań z Panem.

Wdzięczność również jest nieodłączną częścią uwielbienia. Wyrażamy ją, dziękując Bogu za Jego dobroć i niezliczone błogosławieństwa. Co więcej, jesteśmy zachęcani, aby zawsze dziękować Bogu za wszystko i w każdej sytuacji (List do Efezjan 5:20; 1 List do Tesaloniczan 5:18). Nasze życie powinno być „pełne wdzięczności" (List do Kolosan 2:7). Jest tak wiele powodów do wdzięczności! Kiedy świadomie je dostrzegamy i dziękujemy Panu za wszystkie otrzymane dobrodziejstwa, wdzięczność stopniowo staje się częścią naszej natury.

Uwielbienie powinno być obecne w naszej rozmowie z Bogiem przez cały dzień. Kiedy przyglądamy się Jego stworzeniu, możemy oddawać Panu cześć, chwalić Go i dziękować Mu za Jego niezawodną miłość i wspaniałe dzieła (Psalm 107:8). Kiedy rozważamy Jego Słowo, przypominamy sobie o błogosławieństwach, którymi nas obdarzył, o miłosierdziu, jakie nam okazał, i o łasce, której tak hojnie nam udziela, również wtedy możemy Go uwielbiać (Psalm 8:3–5).

Kiedy wysławiamy Jego moc, obecność i wszechwiedzę, przypominamy sobie, że On zawsze jest przy nas, wie o nas wszystko, stworzył nas i zna najgłębsze myśli oraz zamiary naszych serc. Świadomość tych prawd może umocnić nasze postanowienie, by jak najlepiej żyć zgodnie z Jego Słowem, traktować innych z miłością i postępować wobec nich tak, jak sami chcielibyśmy być traktowani (Ewangelia Łukasza 6:31).

Jednym z ważnych sposobów oddawania czci Panu jest służenie Jemu i innym ludziom. Apostoł Paweł nazwał takie ofiary „świętymi i miłymi Bogu" oraz „prawdziwym i właściwym uwielbieniem" (List do Rzymian 12:1). W innym miejscu napisał: „Ta służba [...] obfituje w liczne dziękczynienia składane Bogu" (2 List do Koryntian 9:12). Jezus zachęcał nas, abyśmy pozwolili świecić naszemu światłu przed ludźmi, tak by widzieli nasze dobre uczynki i oddawali chwałę Ojcu, który jest w niebie (Ewangelia Mateusza 5:16).

Uwielbienie nie jest jedynie czynnością, którą wykonujemy od czasu do czasu. To styl życia oparty na miłości do Boga, służeniu Mu i oddawaniu Mu chwały, a także na dzieleniu się Jego miłością i prawdą z innymi. Kiedy przychodzimy przed Jego oblicze z wdzięcznością i uwielbieniem, wyrażamy naszą głęboką miłość do Niego, darzymy Go czcią i szacunkiem, a naszym życiem przynosimy Mu chwałę, oddajemy Mu cześć w taki sposób, jakiego pragnie: w duchu i prawdzie.

Im częściej mówimy o tym, kim jest Bóg i czego dokonał, tym bardziej Jego obecność staje się rzeczywistością w naszym codziennym życiu. Coraz lepiej rozumiemy też, jak niezmierzona jest szerokość, długość, wysokość i głębokość Jego niezawodnej miłości do nas (List do Efezjan 3:18–19).



ŚWIECA ROZŚWIETLAJĄCA MROK

Marie Knight

Kiedy życie jest piękne, ptaki śpiewają, a słońce świeci, chwalenie Boga przychodzi nam zupełnie naturalnie. W takich chwilach wdzięczność i uwielbienie same wypływają z serca. Ale czy powinniśmy chwalić Boga tylko wtedy, gdy wszystko dobrze się układa?

Biblia mówi: „W każdym położeniu dziękujcie, taka jest bowiem wola Boża w Chrystusie Jezusie względem was" (1 List do Tesaloniczan 5:18).

Może się wydawać przesadą myśl, że mamy chwalić Boga „we wszystkim", nawet w trudnych chwilach. Jeśli jednak „wiemy, że Bóg współdziała we wszystkim ku dobremu z tymi, którzy Boga miłują" (List do Rzymian 8:28), możemy dziękować Mu za wszystko, co spotyka nas w życiu.

Biblia opisuje wiele osób, które w najciemniejszych momentach swojego życia zwracały się do Boga z modlitwą i uwielbieniem. Ich historie przypominają nam, że chwalenie Boga nie jest jedynie odpowiedzią na odniesione zwycięstwo. Często właśnie ono staje się drogą, która do tego zwycięstwa prowadzi.

Dawid był nieustannie ścigany przez króla Saula. Zdarzały się chwile, gdy tracił odwagę, a pewnego razu wyznał nawet z rozpaczą: „Zginę pewnego dnia z ręki Saula" (1 Księga Samuela 27:1). Nie pozostał jednak w tym przygnębieniu na zawsze. Jego pisma pełne są uwielbienia i wdzięczności wobec Boga. W Psalmie 42:12 napisał: „Czemu rozpaczasz, duszo moja, i czemu drżysz we mnie? Ufaj Bogu, bo jeszcze sławić Go będę, zbawienie moje i Boga mojego".

Hiob w ciągu jednego dnia stracił cały swój majątek i dzieci. Jednak nawet pogrążony w żałobie pamiętał o Bogu i powiedział: „Pan dał, Pan wziął, niech będzie imię Pańskie błogosławione" (Księga Hioba 1:21). A w końcu Bóg przywrócił mu wszystko w podwójnej mierze.

Paweł i Sylas zostali uwięzieni za głoszenie Ewangelii w imieniu Jezusa. Bito ich, wrzucono do najgłębszej części więzienia i zakuto w dyby. Mimo tak trudnego położenia Biblia mówi, że „około północy Paweł i Sylas modlili się, śpiewając hymny Bogu" (Dzieje Apostolskie 16:25). Chwalili Boga w ciemnościach, choć cierpieli i byli obolali. To, co wydarzyło się później, było prawdziwym cudem! Więzieniem wstrząsnęło trzęsienie ziemi. Otworzyły się nie tylko drzwi cel, ale także kajdany wszystkich więźniów! Mimo to nikt nie uciekł. Wszyscy pozostali na miejscu. W rezultacie strażnik więzienny i cała jego rodzina uwierzyli w Jezusa Chrystusa i przyjęli chrzest (zob. Dzieje Apostolskie 16:25–34).

Uwielbienie jest jak świeca rozświetlająca mrok naszego życia. Umacnia naszego ducha, zaprasza Boga, by był przy nas, i przypomina nam, że On jest większy niż jakakolwiek trudność, z którą możemy się zmierzyć.

WYBIERAJ ŻYCIE

Steve Hearts

W Księdze Powtórzonego Prawa 30:19 Bóg mówi: „Biorę dziś przeciwko wam na świadków niebo i ziemię. Położyłem przed tobą życie i śmierć, błogosławieństwo i przekleństwo. Wybierz więc życie, abyś żył ty i twoje potomstwo". Oczywiście, kiedy przyszedł Jezus, wziął na siebie na krzyżu przekleństwo grzechu i śmierci, które ciążyło nad nami wszystkimi (List do Galacjan 3:13).

Jezus mówi nam w Ewangelii Jana 10:10: „Złodziej przychodzi tylko po to, aby kraść, zabijać i niszczyć. Ja przyszedłem po to, aby miały życie i aby miały je w obfitości". Choć Jezus przez swoje dzieło dokonane na krzyżu złamał władzę szatana nad nami, szatan, ów „złodziej", wciąż jeszcze nie został usunięty ze świata. Nadal krąży jak lew ryczący, szukając, kogo by pożreć (1 List Piotra 5:8). Dlatego



wciąż możemy wybierać między życiem w obfitości, które Jezus przyszedł dać wszystkim, którzy w Niego wierzą i przyjmują Go do swojego serca, a śmiercią i zniszczeniem, jakie niesie ze sobą nieprzyjaciel.

Chciałbym podzielić się kilkoma przykładami tego, co wybór między życiem a śmiercią oznaczał dla mnie na przestrzeni lat i co nadal oznacza w moim życiu.

Zacznę od mocy naszych słów. W Księdze Przysłów 18:21 czytamy: „Śmierć i życie są w mocy języka, a kto go używa, spożyje jego owoc". Rozumiem te słowa tak, że niezależnie od tego, jak postanowię używać swojego języka, czy będę nim budować innych, czy ich ranić, czy wnosić życie, czy śmierć, ostatecznie zbiorę owoce własnego wyboru. To poważne ostrzeżenie, które motywuje mnie, by każdego dnia prosić Boga o pomoc w tym, aby moje słowa niosły innym życie, miłość i zachętę.

Z pewnością nie zawsze postępowałem w tej dziedzinie właściwie, ale moje błędy stały się dla mnie źródłem wielu cennych lekcji. Na przykład jako muzyk, który prowadził kilka zespołów wokalnych i muzycznych, nauczyłem się, jak ważne jest ostrożne dobieranie słów, zwłaszcza gdy udzielam innym konstruktywnej krytyki. Chociaż zawsze miałem dobre intencje i zależało mi na tym, by zachęcić współpracujących ze mną ludzi do doskonalenia swoich umiejętności, czasami bywałem zbyt bezpośredni. Moje uwagi, choć miały pomóc, potrafiły zaboleć, a kilka osób poczuło się przez nie bardzo zniechęconych. Na szczęście mogłem ich przeprosić i naprawić sytuację. Dzięki temu odzyskali pewność siebie i na nowo nabrali ochoty do wspólnego muzykowania. Pan nadal uczy mnie, jak mówić prawdę z miłością (List do Efezjan 4:15).

Staram się również coraz bardziej wystrzegać plotkowania i mówienia o innych za ich plecami. W ten sposób używałbym przecież swojego języka do szerzenia śmierci zamiast życia.

Ważne jest także, bym wypowiadał nad własnym życiem prawdę Bożych obietnic, zamiast poddawać się negatywnemu myśleniu i pesymizmowi.

Wybieranie życia może też oznaczać gotowość do przebaczenia tym, którzy nas skrzywdzili, zamiast żywienia do nich urazy. Nie jest to łatwe, ale Słowo Boże mówi, że powinniśmy przebaczać sobie nawzajem, tak jak Bóg w Chrystusie przebaczył nam (List do Efezjan 4:32). Alternatywą jest zgorzknienie i uraza, które prowadzą na drogę śmierci i zniszczenia. Mogą one skalać zarówno mnie, jak i innych ludzi (List do Hebrajczyków 12:15).

Wybieranie życia może również oznaczać wytrwałość w dążeniu do celu, nawet jeśli początkowo coś nam się nie udaje lub nie osiągamy oczekiwanych rezultatów. Nie powinniśmy po prostu godzić się z porażką i rezygnować. Wierzę, że częścią pełnego, obfitego życia, które Jezus przyszedł nam dać, jest możliwość rozwinięcia całego naszego potencjału i stania się tymi, do czego powołał nas Bóg. Pojedyncze niepowodzenia są naturalną częścią procesu wzrastania i uczenia się. Jeśli jednak pozwolimy, by porażki nas powstrzymywały, utrudnimy sobie osiągnięcie tego celu. Dzięki Bożej łasce uczę się stawiać czoła niepowodzeniom, wyciągać z nich wnioski i iść dalej, ku dalszemu rozwojowi i zwycięstwu.

Wybieranie życia może także oznaczać skupianie uwagi na Jezusie, Jego wierności i obietnicach, nawet wtedy, gdy wydaje się, że ciemność nie może być już większa. Niedawno na przykład otrzymałem smutną wiadomość o śmierci bliskiej przyjaciółki. Ogarnął mnie głęboki żal, ale po pewnym czasie postanowiłem, tak jak Dawid, znaleźć pokrzepienie w Panu (1 Księga Samuela 30:6). Wiedziałem przecież, że moja przyjaciółka przyjęła Jezusa i że teraz jest już w niebie. Dlatego przeniosłem swoją uwagę z bólu i poczucia straty na pełną miłości, pocieszającą obecność Ducha Świętego. Właśnie tam odnalazłem potrzebny mi pokój i ukojenie.

To prawda, że w niebie doświadczymy doskonałej miłości, ale wiem też, że Jezus nie przyszedł dać nam życia dopiero w przyszłym świecie. Już teraz, tutaj, ma dla nas wiele dobrych rzeczy! Apostoł Paweł zapewnia nas: „Bóg zaś może sprawić, aby obfitowała w was wszelka łaska, byście, mając zawsze wszystkiego pod dostatkiem, obfitowali we wszelkie dobre dzieła" (2 List do Koryntian 9:8).



Rozważanie Słowa Bożego

Simon Bishop

Słuchałem kiedyś krótkiego rozważania na temat tego, jak ważne jest pozytywne nastawienie do samego siebie i sposób, w jaki do siebie mówimy. Jednym z przytoczonych w nim przykładów był Psalm 42:5: „Czemu się smucisz, duszo moja, i czemu drżysz we mnie? Ufaj Bogu, bo jeszcze będę Go wysławiać, On jest moim zbawieniem i moim Bogiem".

Czytając dalszą część tego psalmu, można zauważyć coś ciekawego. Dawid, gdy bezpośrednio zwraca się do Boga, często wyraża swoje rozczarowanie i przygnębienie. Jednak kiedy mówi do samego siebie, jakby dodawał sobie otuchy i przypominał, na czym powinien skupić swoje myśli. Dawid nie tłumił swoich uczuć. Zamiast jednak pogrążać się w nich, przemieniał je w modlitwę.

Kierowanie swoimi myślami i uczuciami w pozytywną stronę nie zawsze jest łatwe. Wiele osób może mieć z tym trudności, ponieważ próby pozytywnego myślenia w chwilach przygnębienia mogą wydawać się sztuczne lub nieszczere. W rzeczywistości często chodzi po prostu o samodyscyplinę i siłę woli. Kiedy zrozumiemy, że pozwalanie uczuciom na przejmowanie kontroli nad naszym świadomym myśleniem może nam szkodzić, a przynajmniej odbierać nadzieję, łatwiej będzie nam nad tym pracować.

Tak, potrzebujemy samodyscypliny. Jednak bycie chrześcijaninem i pokładanie ufności w Bogu nie oznacza, że musimy tłumić swoje uczucia. Możemy raczej skierować je na właściwe tory, powierzając je Bogu. A kiedy już to zrobimy, powinniśmy świadomie uczyć się mówić do siebie z nadzieją i w pozytywny sposób.

Jednym ze sposobów, które mogą nam w tym pomóc, jest praktykowanie chrześcijańskiej medytacji, czyli rozważania Słowa Bożego. Często, gdy ludzie słyszą słowo „medytacja", kojarzą je z medytacją wschodnią, która polega na świadomym opróżnianiu umysłu. Medytacja chrześcijańska jest jednak czymś zupełnie przeciwnym. Jesteśmy zachęcani, by napełniać nasze myśli i skupiać uwagę na Słowie Bożym. „O, jakże miłuję Twoje Prawo! Przez cały dzień rozważam je" (Psalm 119:97). „Niechaj księga tego Prawa nie oddala się od twoich ust, lecz rozważaj ją dniem i nocą, abyś pilnował wypełniania wszystkiego, co w niej jest napisane. Wtedy bowiem powiedzie ci się na drodze i osiągniesz powodzenie" (Księga Jozuego 1:8).

Oto kilka fragmentów Pisma Świętego, które szczególnie lubię rozważać:

- Szukam Pana i nie brak mi żadnego dobra (Psalm 34:10).

- Pan jest dobry, a Jego miłosierdzie trwa na wieki (Psalm 100:5).

- Bóg przywraca mi zdrowie i leczy wszystkie moje rany (Księga Jeremiasza 30:17).

- Bóg leczy moje złamane serce i opatruje moje rany (Psalm 147:3).

- Bóg jest wielki i pełen mocy (Psalm 147:5).

Wiara jak u dziecka

Ester Mizrany



„Mamusiu, podoba mi się Królestwo Niebieskie!" powiedziała moja dwuletnia córeczka Lily, wtulając się we mnie pod kołdrą.

„Mamusiu, chcę narodzić się z nieba".

Pomyślałam sobie, jak głęboka myśl zrodziła się w tak małym serduszku!

„Wiesz, kochanie, możesz narodzić się z nieba. Jeśli wierzymy w Jezusa, Biblia mówi, że rodzimy się na nowo. Czy masz Jezusa w swoim serduszku?".

„Tak! Jezus jest w moim serduszku. On mnie kocha. A pewnego dnia będę w niebie z tatusiem i z tobą".

„Zgadza się, pewnego dnia wszyscy będziemy razem z Jezusem w niebie".

„Tak, chcę być w niebie z Jezusem".

Ta rozmowa z moją małą córeczką skłoniła mnie do refleksji.

Ewangelia jest tak prosta, że nawet moje dwuletnie dziecko potrafi ją zrozumieć. Jezus powiedział w Ewangelii według św. Łukasza 18:17: „Kto nie przyjmuje królestwa Bożego jak dziecko, ten nie wejdzie do niego".

Często zadaję sobie pytanie: Jak mogę przyjmować Bożą prawdę tak jak dziecko? Jak uwolnić się od obaw i niepewności, które towarzyszą dorosłym, i po prostu wierzyć z dziecięcą ufnością? Moje dzieci mają w sobie cechy, których mogę się od nich uczyć.

Miłość: Kochają bez ograniczeń i uprzedzeń, tak jak Jezus uczył nas miłować naszych bliźnich (Ewangelia według św. Mateusza 22:39), a nawet naszych nieprzyjaciół (Ewangelia według św. Mateusza 5:44).

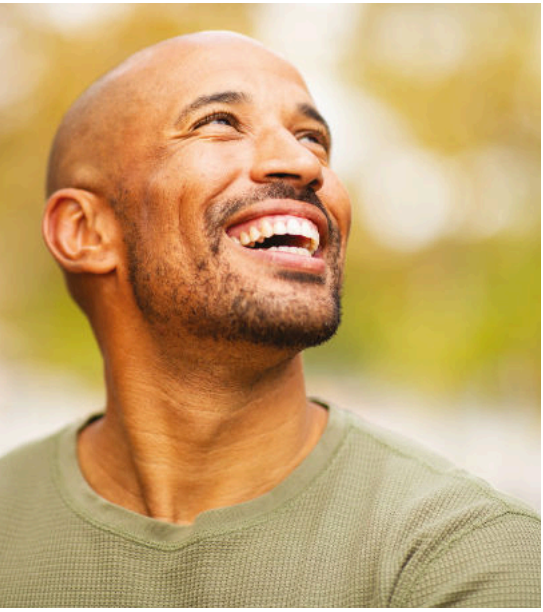
Ciekawość: Są ciekawe świata i zadają wiele pytań, a jednocześnie przyjmują odpowiedzi, których im udzielamy, ufając, że mówimy im prawdę. „Rzeczy ukryte należą do Pana, Boga naszego, a rzeczy objawione do nas i do naszych synów na wieki, abyśmy wypełniali wszystkie słowa tego Prawa" (Księga Powtórzonego Prawa 29:29).

Zaufanie: Ufają mi i swojemu tacie, wierząc, że będziemy się o nie troszczyć i zaspokajać ich potrzeby. Biblia przypomina nam o tym w Liście do Filipian 4:19: „A Bóg mój według bogactwa swego zaspokoi wszelką potrzebę waszą w chwale, w Chrystusie Jezusie".

W przeciwieństwie do moich dzieci często pozwalam, by przytłaczały mnie niepokój i troski. Czasami niemal zapominam, że lekarstwem na nie jest wiara w Jezusa i prawdziwa nadzieja na życie w niebie. Z tych dwóch rzeczy nigdy nie powinniśmy wyrastać.

RADUJCIE SIĘ W PANU

Marie Alvero



„Radujcie się zawsze w Panu! Powtarzam: radujcie się! Niech wasza łagodność będzie znana wszystkim ludziom. Pan jest blisko! Nie martwcie się o nic, ale w każdej sytuacji, przez modlitwę i błaganie, z dziękczynieniem przedstawiajcie swoje prośby Bogu. A pokój Boży, który przewyższa wszelkie zrozumienie, będzie strzegł waszych serc i myśli w Chrystusie Jezusie.

W końcu, bracia i siostry, myślcie o tym, co prawdziwe, co szlachetne, co sprawiedliwe, co czyste, co miłe, co godne uznania, co jest cnotą i zasługuje na pochwałę" (List do Filipian 4:4–8, NIV).

Wskazówki Pawła nie zawsze łatwo wprowadzać w życie, ale stanowią one istotę naszej chrześcijańskiej wiary. Życie z Jezusem to życie, w którym doświadczamy pokoju i radości. Jednak ósmy werset pokazuje nam również, że musimy świadomie kierować naszymi myślami, aby skupiać umysł na tym, co pomaga nam pielęgnować tę radość i pokój.

Ludzka natura nie skłania nas automatycznie ku temu, co prawdziwe, szlachetne, sprawiedliwe, czyste, miłe i godne uznania. Przyznajmy, że lubimy sensacyjne plotki. Chętnie słuchamy opowieści, w których przedstawiamy siebie jako bohaterów albo ofiary. Kurczowo trzymamy się też złudzenia, że wszystko mamy pod kontrolą.

Czasami można odnieść wrażenie, że naśladowcy Jezusa powinni być znani z nieustannego optymizmu. Zawsze uśmiechnięci, zawsze szczęśliwi. We współczesnym świecie taka postawa zaczęła się jednak kojarzyć z udawaniem. Przekonanie, że chrześcijanin nie dostrzega niczego negatywnego ani złego i widzi wyłącznie pozytywne strony życia, nie ma nic wspólnego z tym, o czym mówi Paweł. Nie zachęca on do toksycznego optymizmu, który każe ignorować rzeczywistość.

Paweł mówi nam, abyśmy radowali się w Panu. Tak, świat jest pełen chaosu, ale Bóg nad wszystkim panuje! Tak, czasami cierpimy, ale Bóg pozostaje wierny! Tak, bywamy przestraszeni i niespokojni, ale nasza nadzieja jest w Panu! Możemy doświadczać prawdziwej radości i pokoju tylko wtedy, gdy skupiamy nasze myśli na tym, kim jest Bóg i czego Jezus dokonał za nas na krzyżu.

Umiejętność koncentrowania się na tym, co dobre, prawdziwe i sprawiedliwe, wypływa z poznania Boga i pozwolenia Mu, by to On zajmował najważniejsze miejsce w naszych sercach i umysłach. Wyobraź sobie, że jesteś na rozległej, otwartej przestrzeni w słoneczny dzień. Łatwo wtedy skupić uwagę na słońcu. Czujesz jego ciepło, widzisz jego światło, nic go nie zasłania, ani budynki, ani drzewa.

Podobnie jak słońce, Bóg jest większy niż wszystkie twoje problemy, a nawet niż problemy całego świata. Możemy więc radować się w Panu, ponieważ wiemy, że On dotrzyma wszystkich swoich obietnic.

Kiedy twój umysł próbuje cię oszukać



Sam de la Cruz

W dzisiejszych czasach oszuści są dosłownie wszędzie. Można odnieść wrażenie, że im bardziej rozwija się technologia, tym bardziej przebiegłe stają się ich metody. Spędzam dużo czasu przy komputerze, więc z biegiem lat nauczyłem się całkiem dobrze rozpoznawać próby oszustwa. Mimo to pewnego dnia, kiedy pracowałem nad tekstem, nagle cały ekran mojego komputera zrobił się czerwony, a na nim pojawił się migający, wielkimi literami napis:

„UWAGA! TWÓJ KOMPUTER JEST ZAINFEKOWANY! NATYCHMIAST ZADZWOŃ POD TEN NUMER, W PRZECIWNYM RAZIE STRACISZ WSZYSTKIE DANE!"

Przyznam, że serce zabiło mi mocniej. Przez ułamek sekundy niemal dałem się nabrać. Ale zaraz potem wziąłem głęboki oddech, przewróciłem oczami i zrobiłem to, czego nauczyło mnie doświadczenie. Kliknąłem mały krzyżyk „X", zamykając fałszywy komunikat, i wróciłem do pracy. Oszustwo udaremnione!

Niestety, nie wszyscy reagują w ten sposób. Wiele osób wpada w panikę, dzwoni pod wskazany numer, a zanim się zorientuje, przekazuje swoje dane karty kredytowej lub numer ubezpieczenia społecznego jakiemuś człowiekowi siedzącemu w słabo oświetlonej piwnicy.

Kiedy się nad tym zastanawiałem, uświadomiłem sobie, że czasami nasz własny umysł również stosuje podobne sztuczki. Podsuwa nam komunikaty, które brzmią pilnie i całkiem wiarygodnie: „Nie jesteś wystarczająco dobry!", „Wszyscy cię oceniają!", „To i tak nigdy się nie uda!". I zanim zdążymy się zorientować, już dajemy się na nie nabrać.

Niedawno nasza organizacja non profit otrzymała pismo z urzędu informujące, że ktoś zadzwoni do mnie, aby zapytać o status zatrudnienia jednego z naszych pracowników. Nic wielkiego, prawda? Ale mój umysł miał na ten temat zupełnie inne zdanie. W ciągu kilku minut uruchomił się w nim pełny tryb katastroficzny. Zacząłem wyobrażać sobie najgorsze scenariusze: kontrole, kary, stosy dokumentów do wypełnienia. Krótko mówiąc, zwykłe urzędowe pismo zamieniłem w swojej głowie w prawdziwy kryzys.

Owszem, telefon zadzwonił. I wiecie co? Osoba po drugiej stronie okazała się bardzo życzliwa i naprawdę pomocna. Rozmawialiśmy przez dziesięć minut, wszystko sobie wyjaśniliśmy i na tym sprawa się zakończyła. Żadnych dramatów. Żadnej katastrofy. Mój umysł po prostu po raz kolejny urządził mi swój zwyczajowy podstęp, przekonując mnie, że za chwilę wydarzy się coś strasznego, choć w rzeczywistości wszystko było w porządku.

Nasz umysł potrafi sprawić, że widzimy góry tam, gdzie w rzeczywistości są tylko niewielkie pagórki. Nie musimy jednak dawać się zwodzić takim myślom. Biblia mówi: „O nic się już nie martwcie, ale w każdej sprawie wasze prośby przedstawiajcie Bogu w modlitwie i błaganiu, z dziękczynieniem" (List do Filipian 4:6).

Jaka płynie z tego lekcja? Zatrzymaj się na chwilę, weź głęboki oddech i sprawdź fakty. A przede wszystkim zaufaj Panu. On widzi wszystko z szerszej perspektywy, ucisza nasze obawy i pomaga nam nie ulegać ani oszustwom tego świata, ani podstępom własnego umysłu.

NA PUSTYNI

Marcela Cedeño Madrigal

Życie jest podróżą przez różne pory i etapy. Niektóre z nich są pełne dobrobytu, obfitych plonów i ożywczych promieni słońca. Inne przynoszą burze, szare chmury i chłodne dni. Są też takie, które przypominają pustynię: gorące, suche, zakurzone i opustoszałe.

Ja również znalazłam się na pustyni. W bardzo trudnym okresie mojego życia straciłam radość życia i nadzieję na lepsze jutro.

Przebywanie na pustyni może jednak stać się okazją do prawdziwego poznania Boga. „Zaprowadzę ją na pustynię i tam będę mówił do jej serca" (Księga Ozeasza 2:14).

Czym innym jest wiedzieć o Bogu, a czym innym naprawdę Go znać. W dobrych chwilach łatwo jest mówić, że znamy Boga, ale mogę powiedzieć, że poznałam Go również na pustyni. Tam byłam tylko ja i Bóg. Właśnie wtedy werset, który wcześniej wydawał mi się tak piękny, nabrał zupełnie nowego znaczenia. Tam nauczyłam się całkowicie polegać na Bogu. Tam poczułam prawdziwe pragnienie i zapragnęłam wody życia wiecznego (Ewangelia Jana 4:15).

Na mojej pustyni odnalazłam Jezusa, mojego Dobrego Pasterza, który z miłości zatrzymał mnie, dotykając moich stóp, bym przestała tak pędzić przed siebie. Im trudniejszy stawał się mój pobyt na pustyni, tym lepiej rozumiałam, jak bardzo potrzebuję zaufać Bogu i pozwolić Mu przeprowadzić mnie przez ten czas. Ci, którzy przeszli przez pustynię, nigdy nie pozostają tacy sami. Nasze duchowe oczy otwierają się i uczymy się polegać na Bogu!

Jeśli dzisiaj znajdujesz się na pustyni, mocno trzymaj się Bożej dłoni. Ufaj, że Jego plany wobec twojego życia są dobre, że żadna trudna sytuacja nie jest większa od Tego, który cię podtrzymuje i nigdy cię nie opuści. Wykorzystaj ten czas na pustyni, aby odnowić swoją wiarę i pozostawić za sobą wszystko, co powstrzymuje cię przed dalszą drogą lub odwraca twoją uwagę od tego, co naprawdę ważne. Proś Boga, by dodał ci sił. Poznawaj Go coraz głębiej i pozwól Mu sprawować władzę nad swoim życiem. On wie, kiedy otworzyć przed tobą drogę wyjścia z pustyni. A kiedy to zrobi, twoje usta wypełnią się śmiechem, serce miłością, a życie radością. Będziesz wspominać kryzys, który skłonił cię do szukania Boga, i z wdzięcznością będziesz Mu dziękować!

Modlę się, aby Bóg dał ci cierpliwość potrzebną do przetrwania pustyni, przez którą teraz przechodzisz. Niech umocni twoją wiarę i odnowi twoje siły, abyś mógł cieszyć się nowym życiem, które tylko On może ci podarować. Możesz być pewien, że kiedy wyjdziesz ze swojej pustyni, będziesz gotowy przyjąć wszystkie nowe i wspaniałe błogosławieństwa, które Bóg dla ciebie przygotował.





Życie przypomina jazdę kolejką górską

Rosane Cordoba

Niedawno obchodziłam swoje 70. urodziny i pomyślałam: „No cóż, teraz wreszcie będę mogła odpocząć, czytać i pisać, pielęgnować moje rośliny, chodzić na spotkania grupy seniorów, uczestniczyć w nabożeństwach i życiu kościoła, odwiedzać moje siostry, a kiedy dzieci i wnuki będą mnie odwiedzać, po prostu cieszyć się ich obecnością. Od tej pory życie będzie już lekkie i przyjemne".

Słodka iluzja! Niedługo potem moja 80-letnia siostra zachorowała i musiałam zaangażować się w opiekę nad nią. Pojawiło się też kilka innych, mniejszych nagłych sytuacji i musiałam przyznać: „Życie jest naprawdę niezwykłe, zupełnie jak jazda kolejką górską. Pełno w nim wzlotów i upadków. Pan daje nam chwile odpoczynku i wytchnienia, ale przychodzą też trudne okresy, kiedy musimy mierzyć się z problemami, podejmować niełatwe decyzje i doświadczać złamanego serca. W takich chwilach musimy mocno trzymać się Pana. To On czuwa nad nami i mocno nas zabezpiecza, abyśmy nie wypadli z naszej życiowej kolejki".

Z wiekiem uczymy się, że zawsze warto zwolnić tempo i nie spieszyć się z działaniem, dopóki nie upewnimy się, że nasze plany są zgodne z Bożą wolą. Apostoł Paweł zachęca nas: „O nic się już nie martwcie, ale w każdej sprawie wasze prośby przedstawiajcie Bogu w modlitwie i błaganiu z dziękczynieniem" (List do Filipian 4:6).

Pamiętam, jak szukałam mężczyzny, za którego mogłabym wyjść za mąż. Miałam wtedy bardzo wysokie wymagania. Po pewnym czasie powierzyłam jednak swoją wolę Panu i pomodliłam się: „Jezu, proszę, postaw na mojej drodze dobrego człowieka, kogoś, kto będzie Cię kochał tak samo mocno jak ja i kto będzie chciał służyć Ci z takim samym oddaniem". Niedługo potem poznałam mojego męża i przeżyliśmy razem wspaniałe lata. Był troskliwy, wierny, pogodny i pełen wiary. Zasadę powierzania swoich pragnień i decyzji Bogu stosowałam również w wielu innych sprawach, zarówno tych wielkich, jak i całkiem drobnych.

Często modlę się słowami modlitwy o pogodę ducha, dobrze znanej w środowiskach terapeutycznych:

„Boże, obdarz mnie pogodą ducha, abym godziła się z tym, czego nie mogę zmienić, odwagą, abym zmieniała to, co zmienić mogę, i mądrością, abym potrafiła odróżnić jedno od drugiego". Innymi słowy, proszę: „Panie, pokaż mi, co powinnam teraz zrobić, a czego nie robić. Co należy do mnie, a co powinnam pozostawić w Twoich rękach. Wskaż mi też najlepszy sposób, by przejść przez tę sytuację".

Po siedemdziesięciu okrążeniach wokół słońca i tylu doświadczeniach związanych z tą niezwykłą kolejką górską, jaką jest ludzkie życie, mogę z całą pewnością powiedzieć, że warto przez całą naszą życiową podróż szukać Bożej woli. Bóg daje to, co najlepsze, tym, którzy pozostawiają wybór Jemu!



Od Jezusa z miłością

ZMIEŃ PERSPEKTYWĘ

Wdzięczne uwielbienie pomaga ci spojrzeć na wszystko z innej perspektywy i patrzeć na życie przez pryzmat wiary, mając pewność, że we wszystkim zrealizuję swoje dobre zamierzenia (Księga Izajasza 46:10). Bez względu na to, w jakiej sytuacji się znajdziesz, możesz ufać, że zawsze jestem przy tobie. Nawet gdy będziesz przechodzić przez najciemniejszą dolinę, będę z tobą (Psalm 23:4).

Wielbienie Mnie nie oznacza patrzenia na świat przez różowe okulary. To wyrażanie zaufania do Mnie i uznanie Mojej suwerennej władzy. To świadomy wybór, by patrzeć na życie z wiarą i wdzięcznością. Dlatego gdy twoje serce przytłaczają troski, problemy lub stres, przyjdź do Mnie i wejdź w Moją obecność z dziękczynieniem i uwielbieniem (Psalm 100:4). Pozwól, by Moja radość wypełniła twoje serce i odnowiła twoją odwagę oraz siły. Uwielbienie i oddawanie Mi czci przynoszą radość, a Moja radość będzie twoją siłą (Księga Nehemiasza 8:10).

Spojrzenie na życie przez pryzmat uwielbienia może przemienić trudny dzień w dobry dzień. Wystarczy, że postanowisz kierować swoje myśli ku temu wszystkiemu, co dobre, prawdziwe, szlachetne, piękne i godne pochwały, a czego tak wiele jest wokół ciebie (List do Filipian 4:8). Skupiaj na tym swoje myśli, a Moja radość da ci siłę, by wznieść się ponad wyzwania i trudności codziennego życia.

Uwielbienie unosi twojego ducha w Moją obecność. Pomaga ci spojrzeć na wszystko z większym optymizmem i dostrzec prawdziwą perspektywę, opartą na wierze i świadomości, że wszystko współdziała ku dobremu dla tych, którzy Mnie miłują (List do Rzymian 8:28).