

PROMIJENI SVOJ ŽIVOT — PROMIJENI SVIJET!

# KONTAKT

## MOĆ SREĆE

Nositelj radosti

## Pjesma u teretani

Neočekivani susret

## Zajednička crta

Troje ljudi – jedna tajna



## UREDNIKOVA RIJEČ SVIJETU I SEBI

*Biblija* nas poučava da svi imamo posebne darove i talente koje nam je dao naš Nebeski Otac, a na nama je da ih razvijamo.<sup>1</sup> Bog nam je povjerio određene sposobnosti i vještine, kao i vrijeme, snagu, um i intelekt, a najveće zadovoljstvo naći ćemo kada ono što imamo upotrebljavamo da bismo ugodili Njemu i

činili stvari koje su u skladu s Njegovim planom.

Bog zove na različite načine i svaki od nas ima vrlo posebnu osobnost. *Biblija* govori o različitim pozivima i službama. Možemo na primjer "pomagati sirotinji i udovicama u njihovoј nevolji,"<sup>2</sup> hranići gladne i posjećivati zatvorenike,<sup>3</sup> biti primjer Krista na radnom mjestu,<sup>4</sup> a pored toga možemo se baviti i očuvanjem i zaštitom okoliša – Božje tvorevine.

Ako budemo činili ono što Bog traži od nas možemo biti sigurni da naš rad neće biti uzaludan. *Biblija* kaže: "Što god činite, od srca činite kao Gospodinu, a ne kao ljudima, znajući da ćete od Gospodina primiti baštinu za nagradu."<sup>5</sup>

Članci u ovom broju govore kako možete voljeti poput Isusa. No, ne smijemo zaboraviti da pored odgovornosti koju imamo prema obitelji i društvu, imamo i odgovornost prema samima sebi. Kao što je to autorica Eleanor Brown rekla: "Odmor i briga o sebi jako su važni. Odvojite vrijeme za obnavljanje duha i tijela. Ne možete služiti drugima ako ste prazni." To je dobar podsjetnik da redovito "punimo sve naše baterije".

Samuel Keating, glavni i odgovorni urednik časopisa *Kontakt*

[www.activated-europe.com](http://www.activated-europe.com)

Širok izbor knjiga, audio i video izdanja poučnoga sadržaja možete naručiti na jednoj od sljedećih adresa:

### Poštanska adresa:

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

Activated Ministries  
P.O. Box 462805  
Escondido, CA 92046-2805, USA  
Toll-free: 1-877-862-3228  
Email: info@actmin.org

Urednici	Samuel Keating
Dizajn	Gentian Suči
Ilustracije	Doug Calder

© 2016 Activated. Sva prava pridržana.  
U izvorniku biblijski stihovi uzeti su iz  
New King James Bible © 1982 Thomas  
Nelson, Inc., a u priređivanju hrvatskog  
prijevoda koristili su se prijevodi  
izdanja Kršćanske sadašnjosti, Zagreb,  
1997. i Hrvatskog biblijskog društva,  
Zagreb, 2007.

A-CR-MG-AM-185-X

1. Prispodoba o talentima, Evanđelje po Mateju 25:14–30.

2. Jakovljeva poslanica 1:27

3. Evanđelje po Mateju 25:35,36.

4. Poslanica Kološanima 3:22.

5. Poslanica Kološanima 3:23,24



# RANI POČETAK

NAPISALA: ROSANE PEREIRA

**NEDAVNO SAM ODVELA SVOG TINEJDŽERA POGLEDATI** eko turistički projekt u veliki kompleks favela Complexo do Alemão u sjevernoj zoni Rio de Janeira. S malom, kabinskrom žičarom prevezli smo se na jedan od obližnjih planinskih vrhova. Odozgo smo mogli vidjeti cijeli zaljev i okolna gorja, a u daljinu su se nazirale kao neke sitne točkice tisuće trošnih baraka. Favele.

"Nevjerojatno je koliko je više siromašnih nego bogatih," reče moj sin u jednom trenutku.

Na putu prema dolje razgovarali smo s misionarkom koja je počela raditi tamo prije nego što je postignut mir, u vrijeme kada su policija i narko karteli svakodnevno vodili oružane sukobe. Jedna druga žena nam je opisala kako je u mладosti svakog dana išla na izvor, po vodu, sve dok njen otac nije uz pomoć susjeda i prijatelja izgradio zajednički bunar. Na sreću, u zadnjih nekoliko godina život se značajno poboljšao u tom rajonu, no priče ovih žena podsjetile su me na grozne uvjete u kojima mnogi i dan danas žive. Ova je ekskurzija ostavila snažan dojam na mog sina koji sada želi pomoći siromašnima u našem gradu.

Smatram da je važno da od najranijih godina učimo djecu da budu pažljiva i obzirna prema drugima. Učini-

mo li to, s vremenom će te vrline postati nerazdvojivi dio njih. Nedavno sam čitala kako su djeca koja su preživjela Drugi svjetski rat naučila solidarnost kroz svakodnevne užase rata. Godinama su dijelila svaku mrVICU kruha, svaki komadić hrane i ta su teška iskušenja zauvijek oblikovala njihov karakter.

Dugo sam vremena podučavala djecu volontera u različitim zemljama i uvjeti u kojima sam radila nisu uvijek bili najbolji. Često nismo imali puno poučnih materijala i igračaka te je stoga bilo vrlo važno da djeca nauče čekati na svoj red te zajedno obavljati različite zadatke, kao pospremanje učionice ili čišćenja stola nakon objeda.

Djeca mogu razviti suošćeće prema drugima kroz sudjelovanje u dobrovoljnem društvenom radu u zajednici, izviđačima, pružanjem pomoći siromašnima i ako ih podučimo tim vrlinama od malih nogu najvjerojatnije će se tako ponašati i tijekom cijelog svog života.

SPIŠATELJICA I UČITELJICA ENGLESKOG JEZIKA  
ROSANE PEREIRA ŽIVI U RIO DE JANEIRU, BRAZIL, I  
ČLANICA JE FAMILY INTERNATIONAL. ■



# MOĆ SREĆE

NAPISALA: MARIA FONTAINE

TIJEKOM ŽIVOTA SVI MI KOJI SMO ISUSOV sljedbenici možemo pomoći drugima na razne načine, bilo da to činimo redovito ili povremeno. Svim tim aktivnostima jedno je zajedničko – iskazati drugima ljubav i dobrotu.

Poklanjanje vremena i pažnje ima svoju cijenu, koju samo Isus i mi znamo. No, On nas ne pita olako da žrtvujemo svoje vrijeme ili što god to bilo. Isus zna da su tragovi koje ostavljamo u životima drugih itekako važni i vrijedni svakog truda te da pozitivan

utjecaj može nadići sva očekivanja.

Nedavno me se dojmila kratka video prezentacija koju je skupina kršćana napravila o svom radu u jednom sirotištu. Ti su ljudi očigledno ostvarivali odlične rezultate u svom radu s djecom. S ljubavlju su se odnosili prema njima, učili ih pjesmama, grlili, igrali se s njima i smijali, stvarajući tako nezaboravne uspomene u životima te djece. Osjećala sam kako su njihovi životi bili dodirnuti na jedan opipljiv i stvaran način. Iz tih ljudi jednostavno je zra-

čila Božja ljubav i dobrota.

Naravno, najveća i najtrajnija sreća dolazi primanjem i upoznavanjem Isusa, kao i pomaganjem drugima da Ga i oni upoznaju i prime. Ako to pak u nekim slučajevima nije praktično ili izvodljivo Isus još uvek može upotrijebiti naša djela puna ljubavi i razvedriti živote svima oko nas. Djela puna ljubavi manifestacija su Božjeg Duha koji privlači ljude i pomaže im da se osjećaju sretno i voljeno.

Slijedi nekoliko “stvari” koje nam mogu donijeti mir i sreću. Ovo je velika tema te se stoga ne možemo dodirnuti svih dobrobiti, no želite li saznati više na internetu možete pronaći zanimljive članke brojnih medicinskih i znanstvenih istraživanja.

## 1. Mudre izreke 17:22

2. Jennifer Welsh and LiveScience, "Why Laughter May Be the Best Pain Medicine, (Zašto je smijeh najbolji ublaživač bolova)"*Scientific American*, September 14, 2011; Melanie Winderlich, "10 Reasons Why Laughing Is Good for You," (Deset razloga zašto je smijeh dobar za vas) *Curiosity* (*Discovery Channel*)



## 1. DOBROBITI SMIJEHA

Kralj Salomon je napisao: "Srce veselo pospješuje ozdravljenje, a duh potišten suši kosti."<sup>1</sup> Salomonova tvrdnja nije mogla biti potkrijepljena znanstvenim istraživanjima, no Božji Duh mu je pomogao da pogodi pravo u srž.

Dijeljenje smijeha i igre stvara suočanje, samilost, povjerenje i prisnost među ljudima. Pored toga smijeh u mnogim slučajevima:

- Smanjuje razinu hormona stresa
- Olakšava bol
- Smanjuje agresivnost
- Jača imunitet
- Pridonosi boljoj socijalizaciji
- Pozitivno utječe na razinu šećera u krvi
- Opušta napete mišiće u tijelu
- Enhance your coping skills (Poboljšajte strategiju suočavanja sa stresom)<sup>2</sup>



## 2. DOBROBITI DODIRA

Pored toga što koristi imunitetu, istraživanja su pokazala da dodir smanjuje depresiju i neprijateljstvo, pa čak i poboljšava šanse za preživljavanje kod pacijenata koje boluju od određenih bolesti. Neurolog Shekar Raman, iz Richmonda, Virginia, objašnjava: "Zagrljaj, tapšanje po ramenu, prijateljski stisak ruke bivaju zabilježeni u nagradnom centru središnjeg živčanog sustava i to je razlog zašto imaju moćan utjecaj na ljudsku psihu, i čine nas sretnim i radosnim.

I nije važno da li ste vi osoba koja dodiruje ili ste pak ona koja je dodirnuta. Što se više povežete s drugima, čak i na najmanjoj fizičkoj razini, bit ćeće sretniji." Istraživanja govore da je dodir osnova ljudske komunikacije, stvaranja skladnih odnosa sa drugima i zdravlja.

Profesor psihologije Dacher Keltner, jednom je zgodom govoreci o dobropbitima dodira rekao: "Dobrobiti dodira počinju u trenutku našeg rođenja. Istraživanja sprovedena od strane Tiffany Field, voditeljice tima koji se bavi znanstvenim istraživanjima u tom području pokazuju da novorođenčad koja se miluje, masira i dodiruje 15 minuta dnevno i to u roku od 5-10 dana dobiva 47% više na težini nego prerano rođena djeca koja primaju standardni medicinski tretman."

Istraživanja pokazuju da dodirivanje pacijenata koji boluju od Alzheimerove bolesti može imati ogromni utjecaj na njihovu sposobnost da se opuste, stvore emocionalnu povezanost s drugima i smanje simptome depresije.

## 3. SNAGA SLUŠANJA

Slušanje ima snažan utjecaj na zdravlje, stav, osjećaj samovrijednosti i pogled na život. Odvajanjem vremena za slušanje pokazujete da vam je stalo do nekoga ili nečega, da razumijete i suosjećate, a takav jedan stav može puno dobrog učiniti!

- Slušanje je znak poštovanja.
- Slušanje pomaže ljudima da se osjećaju vrijednim.
- Slušanje je znak ljubavi.
- Slušanje pruža mogućnost za promjenu.
- Slušanje daje podršku.
- Slušanje ruši sve granice i spaja ljudе.
- Slušanje liječi emocionalne boli.
- Slušanje ulijeva samopouzdanje i potiče ljudе da počnu ispočetka.

## 4. UTJECAJ GLAZBE

Slušanje ohrabrujuće glazbe ima veoma koristan učinak na sve tjelesne sustave. Glazba ima iscjeljujući učinak te pozitivno djeluje na psihičko i emocionalno stanje čovjeka, a znanstveno je dokazano da postoje i mnoge dobropbiti pjevanja.



## 5. DOBROBITI POVEZANOSTI LJUDI I ŽIVOTINJA

Kućni ljubimci odličan su lijek protiv depresije i usamljenosti. Mnoga su istraživanja dokazala da terapije kućnim ljubimcima imaju mnogobrojne dobropbiti te da kućni ljubimci pomažu pri psihosocijalnom razvoju djece, skribi za starije i nemoćne osobe, u psihijatrijskim ustanovama, osobama oboljelim od demencije kao i pri rehabilitaciji odraslih i maloljetnih zatvorenika.



Nesposoban za rad nakon operacije na srcu i kronične bolesti koja je slijedila nakon toga, jedan je čovjek otkrio zaštitničku ulogu svojih dviju sijamskih mačaka. Rekao je:

“Kada se probudim u bolovima pomislim da nema smisla ići dalje. Onda mi pogled padne na jednu od mačaka ili one pak skoče na krevet i pomislim: *Baš su slatke i stvarne me razveseljavaju. Krasne su i ja sam taj koji se brine za njih. Odgovoran sam za njihove živote i blagostanje.*”

## 6. RADOST STVARANJE NEČEGA IZ NIČEGA

Različiti oblici ručnog rada kao što su: slikanje, pletenje, heklanje, rezbarjenje drveta, povrtlarstvo ili neke druge aktivnosti tijekom kojih se prave ili izgrađuju stvari korisne su za smanjenje stresa, olakšavanje anksioznosti (tjeskobe) i umanjivanje depresije. Ove vrste aktivnosti vode do poboljšanja psihičkog i duhovnog zdravlja i povećanja zadovoljstva. Kaže se da

ruke koje rade stvaraju spontane, vesele i kreativne misli.

## 7. VAŽNOST IGRE

Poznato je da igra povezuje ljude, bilo da se radi o igranju s djecom ili odraslima. Članak u *Psychology Today*, (na hrvatskom Psihologija danas) je časopis o psihologiji koji pokriva širok spektar tema, kao što su neuroznanost, zdravlje, veze itd. govori o vrijednosti igre. “Igra stvar stanje uma u odraslih i djece, koje utječe na našu sposobnost rasuđivanja, pronicljivost prilikom rješavanje problema, i sve vrste stvaralaštva.”

Djeca kroz igru nauče donositi prve odluke, rješavati probleme, pokazivati samosvladavanje, slijediti pravila. Igra je djeci važna poput sna, i najveći izvor sreće.

Igra opušta odrasle, eliminira stres i napetost, olakšava bol i povećava otpornost prema bolestima. Igre s obitelji i prijateljima također su važne. Brane nas od stresa, stimuliraju naš um i podstiču stvaralaštvo. Želite li imati više energije i biti vitalniji – igrajte se!

## 8. ISCJELJUJUĆA SNAGA PRIRODE

Brojne su dobrobiti prirode - psihičke, emocionalne i fizičke. Ona potiče stvaralačku imaginaciju i kreativnost, kognitivni i intelektualni razvoj, kao i socijalne odnose. Boravak u prirodi blagotvorno utječe na zdravlje, čisti dušu i obnavlja um, podiže raspoloženje i doprinosi poboljšanju kvalitete našeg rada.

Pokažite Božju ljubav, na bilo koji način to želite i Bog će učiniti čudo. Bog se brine za čovjeka i želi zadowoljiti sve njegove potrebe, fizičke i duhovne. Bog će djelovati kroz vas i vaše će rijeći i djela pomoći Njegovog Duha dodirnuti njihova srca i duše. Stoga “Neka svijetli vaša svjetlost pred ljudima da vide vaša dobra djela i slave vašega Oca na nebesima.”<sup>3</sup>

MARIA FONTAINE I NJEN SUPRUG,  
PETER AMSTERDAM, RAVNATELJI  
SU KRŠĆANSKE VJERSKE ZAJEDNICE  
FAMILY INTERNATIONAL. ■

# VRIJEDNO JE SVAKOG TRUDA!

NAPISALA: ISABELLE DE RIVE



**NEDAVNO SMO ORGANIZIRALI NAŠU PRVU lutkarsku predstavu za djecu koja posjećuju svoje očeve u najstrožem zatvoru za muškarce u Mexico Cityju. Ti su zatvorenici izgubili sva prava na pritužbe te ne mogu predate čak niti molbu za premještaj. U toj kaznionici nemaju ništa drugo za raditi doli čekati, dok im kazne ne isteknu do kraja. Tu su također smješteni i oni najokorjeliji kriminalci koje drugi zatvori nisu mogli obuzdati. Prosječna kazna je 30 godina, a 98% zatvorenika je jako siromašna. Više od 50% uopće nemaju posjeta što znači da nemaju nikakve pomoći izvana te su u krajnje očajnoj situaciji da zarade nešto kako bi si mogli priuštiti osnovne životne potrepštine i preživjeti.**

Čim smo ušli naišli smo na skupine mršavih muškaraca obučenih u staru, zamazanu, tamno plavu odjeću. Lica su im bila upijena, a pogledi prazni, tupi, žalosni i očajni. Jedak miris dočekao nas je na svakom koraku, smrad smeća, truleži, kanalizacije. Posvuda osjećaj tjeskobe i beznađa.

Unutar kaznionice mali štandovi s ručnim radovima, a pored njih štandovi s hranom i mali kiosci. Za štandovima su zatvorenici kao i u kioscima. Posjetitelji kupuju kada uđu unutra. Mnogi muškarci stoje naslonjeni na zidove, sami, ukočenih beživotnih pogleda dok im život prolazi u izdržavanju kazne, u tuzi i depresiji.

Neki su nam ponudili svoju pomoć sa opremom. Bili

su besposleni i željeli su biti dio nečega, pripadati nečemu, osjećati se korisnim ili su pak očekivali da će dobiti nešto zauzvrat.

Drugi su pak uživali u gorko-slatkom iskustvu obiteljskih posjeta.

Postrojenja su prljava i oronula, boja se ljušti sa zidova, oprema stara i dotrajala. Cijeli svijet ovih ljudi obojen je u prljave nijanse tamno plave, sive i crne boje.

Ulazimo u poveću prostoriju gdje je već sve spremno za početak programa. Vadimo knjige i bojice koje smo donijeli za djecu. Počinjemo s prezentacijom i pored 50-ero djece, njihovih majki i očeva, određeni broj drugih zatvorenika nam se također pridružuje. S vremenom ozračje postaje opuštenije i čuje se smijeh i veseli žamor razigrane djece i odraslih i na trenutak se zaboravlja realnost života.

Zatvor napuštamo u nostalgičnom raspoloženju. Naš je posjet bio kao kap vode u moru potreba, no donio je smijeh, radost i ljubav.

ISABELLE DE RIVE JE OSNIVAČ I RAVNATELJ NEPROFITNE ORGANIZACIJE U MEKSIKU KOJA RADI SA SOCIJALNO UGROŽENIM I OSJETLJIVIM GRAĐANIMA I ZATVORENICIMA. ■

# PJESMA U TERETANI

NAPISAO: CHRIS MIZRANY



**JUTROS SAM SE JEDVA IZVUKAO  
IZ KREVETA.** Ni sunce se još nije  
ustalo pa zašto bih ja morao?

Dok mi je glavom prolazila neka,  
samo meni poznata logika obukao  
sam se, zgrabio torbu i nevoljko krenuo  
ka izlaznim vratima.

Nadam se da će me podržati i  
suosjećati sa mnom kada vam kažem  
da sam se uputio u teretanu.

Čekaj malo! reći ćete. *Vježbanje je super stvar. Uzbudljivo je biti u teretani.* Čovjek se umori, ali i osvježi. No, osobno se nisam baš tako osjećao tog jutra. Nakon užasno napornog tjed-

na nisam imao ni najmanju želju da  
se rano ustanem.

Unatoč svojoj mrzvoljnosti odrađio  
sam svoje vježbe, istuširao se i  
krenuo kući. Mislio sam o danu pred  
sobom te sam bio potpuno mentalno  
odsutan. A onda sam začuo pjesmu.

Ne poznajem druge teretane, no u  
ovoj teretani još nitko nije zapjevao.  
Bilo je tu i tamo nekog pjevušenja.  
No, ovo je bilo pravo pjevanje, sa-  
mopouzdano i jasno. Netko je pjevao  
meni nepoznatu pjesmu, no razaznao  
sam jednu riječ *Isus!* A onda je počeo  
pjevati obradu pjesme “Thy Word Is  
a Lamp unto My Feet.” (Tvoja riječ  
nozi je mojoj svjetiljka)

Bio sam bez riječi. U nekoliko mi-

nuta taj me je tip nadahnuo i posramio. Svjedočio je svoju vjeru na jedan jednostavan, moćan način. Kao što je to Dwight L. Moody rekao: “On je propovijedao iz svoje *Biblike* koja je bila uvezena u kožu njegovih cipela.”

Kada je završio pjevanje nasmijao  
se i rekao: “Želim vam svima prekras-  
an dan!” Potom je uezio svoju tor-  
bu i jednostavno otisao. Možete mi  
stvarno vjerovati kada vam kažem da  
mi se dan korjenito promijenio i to  
na bolje! Ispričao sam to svojoj za-  
ručnici, prijateljima, obitelji i pozna-  
nicima. A sada to govorim i vama.

Naučio sam nekoliko stvari iz  
ovog iskustva:

1. Evanđelje po Mateju 6:19,20.

2. [www.HelpingHandSA.org](http://www.HelpingHandSA.org)

“Čini dobro koliko god je u tvojoj moći – svim sredstvima koja su ti na raspolaganju – na svim putevima kojima ideš – na svakom mjestu na kojem boraviš – u svaku dobu u koje djeluješ – svim bićima koja susrećeš – i to toliko dugo koliko živiš.” – John Wesley (1703.–1791.)

“Smisao vašeg života je ukazati na Njega. Što god radili, Bog želi biti slavljen i veličan, jer je cijela ova stvar Njegova.” – Francis Chan (rođen 1967.)

“Kome treba najviše ugađati?” Obitelji? Prijateljima? Učiteljima ili nadređenima? A što o onome koji nas je stvorio od praha zemaljskog, koji nas je iz gline oblikovao i udahnuo u nas svoj vlastiti dah života koji je oblikovao cijeli svemir?

– James D. Maxon (rođen 1977.)

“Kršćanstvo nije vjera zadovoljnih, ležernih ili sramežljivih. Ono zahtjeva i stvara junačke duše poput Wesleya, Wilberforcea, Bonhoeffera, Ivana Pavla II., i Billy Grahama.” Svaki je od njih pokazao, na sebi osebujan način, snažni i moćni utjecaj poruke Isusa Krista.

– Mitt Romney (rođen 1947.)

**1** Uvijek možete pozitivno utjecati na nekoga. Tamo u teretani, onaj je mladić promijenio moj stav i blagoslovio me svojom spremnošću da oda počast Bogu. On nije imao pojma što se događalo u mom životu, i nije ni trebao znati. Iz dana u dan se susrećemo s ljudima i kroz te odnose ostavljamo tragove jedni na drugima. Ako možemo pokazati radost ovom umornom svijetu i ljubaznost i druželjubivost ovom “ne baš uvijek” druželjubivom društvu, onda možemo mijenjati i živote.

**2** Bog zna kako nas može ohrabriti i kada to treba učiniti. Mene je ohrabrio kada mi je to najviše bilo potrebno i čuo sam onu pjesmu u pravo vrijeme. Bog ima savršen “timing” i nikad ne kasni.

**3** Nikad nemojte suditi po vanjštini. Mislim da sam puno puta propustio nešto zaista veliko u životu samo zato jer sam prebrzo donosio zaključke i sudove o ljudima.

Pročitao sam da većina ljudi odmjerava nepoznatu osobu u prvih 30 sekundi susreta. Jednu sam stvar naučio iz toga, a to je da budem dobar primjer jer možda neću dobiti drugu šansu da dokazujem istinitost svoje vjere.

**4** Mislite na “veliku sliku”. Jedna pjesma, jedna ljubazna riječ, jedan osmijeh, jedno dobro djelo, jedna poruka, jedan mail, jedan savjet, jedno tapšanje po

leđima, jedan zagrljaj može imati konstruktivan utjecaj koji je daleko veći od napora potrebnog da se jedna od tih stvari učini. Te vječne nagrade ne mogu biti izmjerenе zemaljskim mjerilima. Stoga, budimo voljni uložiti dugoročno, čak i naročito jer rezultate nisu odmah uočljivi.<sup>1</sup>

Budimo slika i prilika Krista, i potrudimo se živjeti po načelima Njegove ljubavi. Budimo poput Isusa... čak i u rano, sneno jutro.

CHRIS MIZRANY JE WEB DIZAJNER, FOTOGRAF I MISIONAR. ČLAN JE UDRUGE HELPING HAND U CAPE Townu, u Južnoj Africi.<sup>2</sup> ■



# OSTAVŠTINA

NAPISALA: ANNA PERLINI

NEKOĆ JE BIO VISOK i odisao je samopouzdanjem i autoritetom. U mladosti je posvetio svaki slobodan trenutak, uključujući i praznike, kršćanskoj misiji mladih. Osobno se preobratio u ranim dvadesetim i bio je vrlo gorljiv u svojoj novonađenoj vjeri. Organizirao bi ljetne tabore u planinama za skupine mladih ljudi koji su odrastali u teškim godinama nakon Drugog svjetskog rata i kojima je bila potrebna očeva figura ili stariji brat.

A potom su se pojavili novi izazovi. Njegova vlastita dječja su odrasla i pretvorila se u idealiste, buntovnike koji su odlučno željeli promijeniti status quo te je izgledalo kao da su odlučili odbaciti sve što ih je naučio. Ne znaajući kako reagirati na sve to zatvorio se u sebe i otudio od njih, naročito od svoje najstarije kćerke koja je rano napustila rodno ognjište i donijela neke odluke koje nije mogao razumjeti. Srce mu se slomilo, no svoje je jade zadržao duboko u sebi.

Nije joj više mogao pogledati u oči i sljedećih pet godina živio je u tuzi i jadu. U međuvremenu, ona se udala i rodila djecu. A onda je jednoga dana konačno smogao snaže da je posjeti i upozna svog zeta i dvoje unučadi. Posjeta je bila vrlo kratka, no prvi korak je bio poduzet, a sljedeći su bili lakši.

Obitelj se ponovno počela okupljati što me je podsjetilo na dolazak proljeća nakon duge, hladne zime. Nitko nije želio govoriti o prošlosti, sve je bilo oprošteno i učinjene

greške zauvijek su pale u zaborav. Nismo se svi odjednom počeli u svemu slagati, no niknuo je novi osjećaj uvažavanja i bezuvjetne ljubavi među nama.

Znam ovo jako dobro jer sam ja ta najstarija kćerka. Kada sam razgovarala s majkom i rođacima svi su mi rekli da su bili svjedoci nevjerojatne transformacije i čovjek koji je jednom bio revnosten, no često i beskompromisani vjernik, postao je milostiv i pun ljubavi.

Kada su moja vlastita djeca odrasla, znate li tko me je više puta ohrabrio da ostanem s njima i pokažem im razumijevanje i bezuvjetnu ljubav? Moj otac. Na svojoj sam koži iskusila da mu nije bilo jednostavno i sada ga puno više razumijem.

Sada mu je skoro 90 godina. Ledja su mu pogrbljena i ne hoda brzo kao nekada. No, još uvijek čita, piše, svakodnevno se moli i pomaže sirotinji. Njegova su vrata uvijek svima otvorena. Suze mu naviru na oči kada gleda zalazak sunca. Ima petero djece, 14-ero unučadi i 9-ero praunučadi.

Njegova je ostavština ogromna te ga zbog toga iz mlijega zovemo "Patrijarh". No, mislim da je njegov najveći primjer bio onoga dana kada me je zamolio da mu oprostim.

ANNA PERLINI JE SUOSNIVAČ UDRUGE ZA BOLJI SVIJET (PER UN MONDO MIGLIORE),<sup>1</sup> HUMANITARNE ORGANIZACIJE KOJA DJELUJE NA PROSTORIMA BALKANA OD 1995. GODINE. ■

1. <http://www.perunmondomigliore.org>



NAPISAO: KEITH PHILLIPS

# ZAJEDNIČKA CRTA

VOLIO BIH KADA BISTE MOGLI SRESTI TROJICU LJUDI KOJI SU PROŠLE GODINE OSTAVILI SNAŽAN DOJAM NA MENE. Prvi je bio pomoćnik konobara koji je, iako u invalidskim kolicima, očistio moj stol s takvim oduševljenjem i voljom da me uopće nije iznenadila izjava njegovog poslovode koji je u jednom trenutku rekao da je upravo tog mladića smatrao za svog najboljeg radnika. "Mislim da se većina ljudi vraća u naš restoran ne zbog hrane, nego zbog njega," rekao je šaleći se.

Drugi je bio slijepi prosjak, veselog osmijeha i srdačnog blagoslova. Potražim ga kad god sam u toj četvrti. Isus je rekao da je blaženije davati nego primati i moj slijepi prijatelj posvuda širi Božju ljubav i preobraća ljude.

Treća osoba je srednjovječna blagajnica čiji je pozdrav "Želim vam lijep i ugordan dan" poslije Bog zna koliko sati na nogama bio toliko iskren da je zaista uljepšao moj dan. Bio sam svjestan da je isto pozdrav uputila svakom kupcu, no to uopće nije bilo

važno. Ja sam se toga dana davio i ona me je spasila.

Te tri osobe imaju nešto na čemu im svi možemo zavidjeti. Nije to sredina i okolnosti u kojima žive već njihova iznimna ljubaznost i vesela priroda. Kao andeli u ljudskom obliku, ovi vitezovi dobre volje nam poručuju: "Pridružite nam se!"

U potrazi za njihovom tajnom, tražio sam neku dodirnu točku, neku zajedničku crtu njihovog uspjeha – da se uzdignu ne samo iznad svojih problema već da podignu i druge. Uvidio sam da su svi iskreno zahvalni na onome što imaju te ne troše vrijeme na kukanje i pusto sanjarenje o nekom drugaćijem životu. Takva vrsta pobjede dolazi iz vjerovanja u Božju ljubav i Njegova obećanja. Bog zna što je najbolje za nas!

KEITH PHILLIPS JE 14 GODINA RADIJE KAO UREDNIK ČASOPISA *KONTAKT*, TOČNije OD 1999. PA SVE DO 2013. GODINE. SADA ZAJEDNO SA SVOJOM SUPRUGOM CARYN POMAŽE BESKUĆNICIMA U SAD-U. ■

"Iako smo nepotpuni, Bog nas voli – potpuno. Iako smo nesavršeni, Bog nas voli – savršeno. Premda smo izgubljeni i zalutali, Božja ljubav nas okružuje – potpuno. Bog voli slobodljene, tužne i odbačene."

– Dieter F. Uchtdorf (rođen 1940.)



Na svijetu postoje dvije vrste ljudi – oni koji instinktivno traže svaku prigodu da budu "žrtve" i oni koji traže svaku prigodu da se uzdignu iznad svojih problema, bez obzira gdje se trenutno nalazili u životu ili što se događa oko njih. Svi smo mi snažni pojedinci. Upotrijebimo tu snagu i stvorimo nešto predinvino!"

– Christopher Hawke



NAPISALA: JESSIE RICHARDS

# Pozitivno *radno* okruženje

**NEDAVNO SAM IMALA SLOBODAN DAN** te sam nakon dugo vremena odlučila otići u zoološki vrt. Životinje su fascinantne i uživala sam gledajući ih, a pored toga sam i naučila mnoge interesantne stvari. Uočila sam i nešto što nisam primijetila dok sam odlazila u zoo-vrt kao mala. Životinje su bile tužne jer su živjele u zatočeništvu. Sigurna sam da u tom vrtu dobro skrbe za njih, no može li bilo koji kavez, bez obzira koliko prostran bio, zamijeniti prostranstvo prirode?

U zadnje vrijeme puno sam razmišljala o čimbenicima koji čine naše radno okruženje zdravim i radosnim, ili otrovnim i jadnim. Ne želim reći da su ljudi u otvorenim uredima u

kojima svi zaposlenici sjede zajedno, a odvojeni su tek manjim pregradama nalik majmunima koji žive u svojim kavezima, no mislim da se neki od njih upravo tako osjećaju.

Tijekom posljednjih godina pročitala sam nekoliko knjiga o organiziranom i poticajnom okruženju i neke od njih su me oduševile. Sve govore o zajedničkim ključnim konceptima no iz različitih perspektiva. U jednoj piše da je sloboda ili samostalnost u radu jedan od najznačajnijih čimbenika koji utječu na motivaciju i zadovoljstvo u radu. Suprotno, nedostatak slobode u donošenju odluka koje utječu na nečiji rad je jedan je od najvećih demoralizatorskih čimbenika u

današnjim radnim okruženjima.

Knjiga *Reinventing Organizations* (Ponovno stvaranje organizacija)<sup>1</sup> opisuje brojne organizacije koje su u zadnjih nekoliko godina implementirale programe koji mijenjaju paradigme industrijske era na kojima se temelje mnoge korporativne operacije. Organizacije budućnosti temelje se na samoupravljanju i cjelevitosti tj. povećanju autonomnosti i slobode na radnom mjestu. One žele omogućiti djelatnicima kvalitetniji život na radnom mjestu i, sljedstveno tome, obogatiti njihov život u cjelini.

Kaže se da ako odaberemo posao koji volimo, niti jedan dan nećemo trebati raditi. Ne slažem se baš s tim. To je lijepa ideja i drago mi je da to nekima uspijeva. No, ja sam realista i jasno mi je da nećemo svi uspjeti dobiti takav posao. U drugu ruku, većina nas provodi osam ili više sati

1. Frederic Laloux, Nelson Parker: Brussels, 2014

2. Dennis Bakke, PVG: Seattle, 2005

3. Daniel Pink, *Drive* (Pokretač): *The Surprising Truth About What Motivates Us*, (Iznenađujuća istina o tome što nas motivira) Riverhead Books: New York, 2010



na radnom mjestu te stoga vjerujem da bismo trebali barem malo uživati u onome što radimo čak i kada nemašo "idealan" posao. Trebao bi postojati neki smisao, osjećaj ispunjenosti, pripadnosti i zajedništva.

Da bi se postojeća industrijska struktura promijenila u strukturu koja se temelji na ljudima potrebna je suglasnost rukovodstva tvrtke. Nisam glavni izvršni direktor ili neki viši menadžer pa što dakle ja, jednostavni srednji menadžer može učiniti da uljepša svoje radno mjesto i od njega učini pozitivnije i produktivnije radno okružje?

*Joy at Work* (Radost na poslu)<sup>2</sup> opisuje tvrtku utemljenu na četiri vrijednosti – integritetu, poštenju, društvenoj odgovornosti i zabavi. Autor tvrdi da radost na poslu počinje s inicijativom i kontrolom pojedinca. Osobno nemam potpunu kontrolu, no uvjek

mogu poduzeti inicijativu. Mogu učiniti neke stvari kako bih stvorila zdravije radno okruženje. Jednu stvar uvjek mogu kontrolirati a to je moj odnos prema ljudima i način na koji motiviram svoj tim.

Odlučila sam preispitati vlastite prepostavke o radu općenito, ljudskoj prirodi, mojoj ulozi i osobnoj motivaciji, određenim ljudima. Temeljim li svoje odnose na radnom mjestu na mišljenju da "moje kolege stavljam vlastite interese ispred zajedničkih te su stoga sebični" ili pak na ideji da "moje kolege žele upotrijebiti svoje talente i vještine kako bi doprinijeli uspjehu tvrtke i poboljšali svijet?"

Znam što me motivira. Znam da je su to "autonomija, majstorstvo i svrha."<sup>3</sup> Ja bih to pak rekla ovako – imati neovisnost donijeti odluke koje utječu na moj život, moći naučiti nove stva-

ri i usavršiti ono što već znam i raditi nešto korisno, nešto vrijedno truda. Mislim da većinu mojih kolega motiviraju iste stvari. Pokušavam vjerovati da ljudi kao ja, koji rade u neprofitnim organizacijama čiji je cilj služenje javnosti, misle dobro i brinu za svoju organizaciju i zajednicu u kojoj žive te nastoje obaviti svoj posao savjesno i kvalitetno. I u redu je ako sam samo ja jedina sretnija i manje stresna osoba u tom uredu, zato jer pozitivno gledam na druge, vjerujem da svi imaju dobre namjere i pokušavam promijeniti stvari za dobrobit sviju. To je dobar početak, zar ne?

JESSIE RICHARDS SUDJELOVALA JE U PRODUKCIJI ČASOPISA KONTAKT OD 2001. DO 2012. GODINE, A PISALA JE I LEKTORIRALA MATERIJALE I ZA DRUGE KRŠĆANSKE PUBLIKACIJE I WEB STRANICE. ■

# BOLJE NAM JE ZAJEDNICA



**BOLJE JE DVOJICI NEGO JEDNOME;** jer za svoj trud dobiju dobru plaću. Jer padne li jedan, digne ga opet njegov drug.—*Propovjednik 4:9,10*

Više vas ne nazivam slugama, jer sluga ne zna što radi njegov gospodar; nego sam vas nazvao priateljima, jer sam vam objavio sve što sam čuo od svoga Oca.—*Evangelje po Ivanu 15:15*

Nitko ne može zviždati simfoniju, potreban je orkestar da je izvede.  
— *Halford Luccock (1885.–1961.)*

Nijedan član posade nije hvaljen zbog neujednačenog ritma veslanja.  
— *Ralph Waldo Emerson (1803.–1882.)*

Kada bih mogao sve probleme riješiti sam, riješio bih ih, rekao je *Thomas Edison (1847.–1931.)*, kada su ga zapitali zašto ima tim sastavljen od 21 asistenta.

Okupiti se – dobar početak.  
Ostati zajedno – napredak.  
Raditi zajedno – uspjeh.  
— *Henry Ford (1863.–1947.)*

Radije bih hodala s prijateljem u mraiku, nego sama na svjetlu!

— *Helen Keller (1880.–1968.)*

Prijatelj se može uzeti za remek djelo prirode. — *Ralph Waldo Emerson*

Pravi je prijatelj osoba na čije se rame uvijek možete osloniti.— *Hugh Black (1868.–1953.)*

Prijateljstvo zahtjeva uzajamnost, stalno viđanje i druženje, jer ako toga nema ono ne može ni nastati a još manje opstati. — *Sveti Franjo Saleški (1567.–1622.)*

Oh, udobnost, taj neizrecivi osjećaj ugode kada se osjećamo sigurno s nekim; kada ne trebamo vagati misli niti mjeriti riječi već ih možemo slobodno i bez straha izgovoriti, žito kao i pljevu, znajući da će ih vjerne ruke uzeti i pregledati, te zadržati što je vrijedno zadržati, a ostatak nježno otpuhati.  
— *Dinah Mulock Craik (1826.–1887.)*

Najljepše otkriće do kojeg pravi prijatelji dolaze je da mogu rasti zajedno bez otuđivanja.— *Elisabeth Foley*

Ni ljubav, ni prijateljstvo ne mogu prijeći preko staze naše sudbine, a da na njoj ne ostave svoj trag. Otisci što ih ostavlja čovjek na čovjeku vječni su.

— *François Mauriac (1885.–1970.)*

Nema te vremenske i prostorne razdvojenosti koja može poljuljati ili uništiti prijateljstvo ljudi koji se istinski cijene.— *Nepoznati autor*

Sa svakim prijateljem umire i dio mene, i dio mene pokopan je s njime, no njihov doprinos mojoj sreći, snazi i razumijevanju ostaje sa mnom da me održi u ovom promijenjenom svijetu.  
— *Helen Keller*

Uspomene žive vječno,  
uspomene nikad ne umiru  
Pravi prijatelji ostaju zajedno,  
Pravi prijatelji nikada ne kažu  
zbogom.  
— *Nepoznati autor*

Radost mome srcu donosi prijateljeva ljubav, a ne njegovi darovi.  
— *Sveti Aelred (1110.–1167.)* ■

# Tajne uspješnih međuljudskih odnosa

NAPISAO: CHRIS HUNT



**BIBLIIJA JE PRAVA RIZNICA DUHOVNIH I PRAKTIČNIH SAVJETA** u kojoj često nalazimo primjere bliskih međuljudskih odnosa. Martin Luther je rekao da se cijeli život jednog kršćanina sastoji od odnosa prema ljudima koji ga okružuju.<sup>1</sup>

Dakle, što nam *Biblija* govori o uspješnom odnosu s ljudima.

## UVIJEK TRAŽITE DOBRO U DRUGIMA

i razmišljajte o tim stvarima. "Uostalom, braćo, neka vam je na umu što je god istinito, što je časno, što je pravedno, što je sveto, što je ljubazno, što je pohvalno, što je god kreposno i što je god hvale vrijedno!"

—*Poslanica Filipljanimu 4:8*

## BUDITE LJUBAZNI PREMA DRUGIMA I PONAŠAJTE SE PREMA NJIMA ONAKO KAKO BISTE ŽELJELI DA SE I ONI PONAŠAJU PREMA VAMA.

Sve, dakle, što hoćete da vama ljudi čine, činite i vi njima! Jer je to sadr-

žaj Zakona i Proroka.

—*Evangelje po Mateju 7:12*

Dužni smo mi jaki nositi slabosti slabih, a ne ugađati sebi. Svaki od nas neka ugađa bližnjemu, da napredujemo u dobru.

—*Poslanica Rimljanima 15:1,2*

## BUDITE NJEŽNI I OBАЗRIVI PREMA DRUGIMA.

Neka nikoga ne grde, neka se ne svadaju, nego neka budu obazrivi i neka prema svim ljudima pokazuju svoju krotkost. —*Poslanica Titu 3:2*

## BUDITE PRILAGODLJIVI.

Stoga nastojmo oko onoga što promiče mir, i uzajamno izgrađivanje!

—*Poslanica Rimljanima 14:19*

Doista, premda sam slobodan od sviju, svima sam sebe učinio slugom da ih više pridobijem. Židovima sam bio kao Židov da pridobijem Židove; onima koji su pod Zakonom bio sam kao pod Zakonom, premda sam nisam pod Zakonom, da pridobijem one koji su pod Zakonom. Onima koji su bez Zakona kao da sam bez Zakona, da pridobijem one koji su bez zakona. Slabima sam bio slab da

slabe pridobijem; svima sam bio sve da svakako neke spasim.

—*Prva poslanica Korinćanima 9:19–22*

## UVIJEK PRAŠTAJTE.

Tada pristupi k njemu Petar i zapita: "Gospodine, ako moj brat pogriješi protiv mene, koliko puta da mu oprostim? Do sedam puta?"

Isus mu odgovori: "Kažem ti, ne do sedam puta, nego do sedamdeset puta sedam." —*Evangelje po Mateju 18:21,22*

## PODRŽAVAJTE JEDNI DRUGE

Nosite bremena jedni drugih, i tako ćete ispuniti Kristov zakon!

—*Poslanica Galaćanima 6:2*

Radujem se i veselim se sa svima vama. —*Poslanica Filipljanimu 2:17*

Zato mi, od onoga dana kad to ču-smo, ne prestajemo za vas moliti i prosići da se ispunite poznavanjem Božje volje, u svakoj mudrosti i du-hovnoj razboritosti.

—*Poslanica Kološanima 1:9*

1. "The Freedom of a Christian," (O slobodi kršćanina) *Luther's Works*, ed. Harold J. Grimm and Helmut T. Lehmann (Philadelphia: Muhlenberg Press, 1957), p. 365

A photograph of a young man and woman hugging each other. The woman is smiling broadly, showing her teeth, while the man has his eyes closed. They are both wearing casual clothing: she in a grey sweater and he in a red plaid shirt.

OD ISUSA, S LJUBAVLJU!

# DODIRNI DRUGE MOJOM LJUBAVLJU

Prije nego što zaspisjeti se koliko te volim. Pokušaj brojati svoje blagoslove i uvidjet ćeš da sam te blagoslovio na bezbroj načina. Blagoslovio sam te ljudima koje sam stavio u tvoj život, kao i stvarima koje sam ti podario. Svaki čovjek i svaka stvar izraz su Moje ljubavi prema tebi.

Zamolio bih te da razmisliš i o ljubavi koju si ti dao/la. Kako si danas pokazao/la ljubav prema drugima? Što si učinio/la kako bi i oni osjetili Moju ljubav? Ne zaboravi da Ja nemam glasa niti ruku doli tvojih kako bih dodirnuo srca ljudi i privukao ih k Sebi. "Što ste učinili jednomu od ove moje najmanje braće, to ste meni učinili."<sup>1</sup>

Kad god slijediš glas srca svog, onaj mali osjećaj koji ti govori da pokažeš ljubav onima koje sam doveo na tvoj put, nagradit će te. Ne možeš dati ljubav, a da je i sam/a ne osjetiš. "Dajite i dat će vam se."<sup>2</sup>

---

1. Evanđelje po Mateju 25:40

2. Evanđelje po Luki 6:38