

Kai esame sutrikę ir nežinome, kaip ir kas bus toliau..., tenka visi ir vis įsikibti į pasitikėjimą pačiu Kūrėju, ir leistis Jo vedimui gyvenime. Ne savimi, bet Dievu.

Ko gero, tai sunkiausia – patirti nežinomybę, ir leistis vedamu jau kito...

Nes mes visada norime būti patrys savo gyvenimo ar sprendimų, planų šeimininkais, gyventi pagal savo turimą aiškumą: turėti planą ateičiai, matyti prasmę, užsibrėžti tikslus, būti taip ir tokiais, kokiais norime.

Tačiau kartais mes atsiduriame tarsi nesvarumo būsenoje, kaip vėjo blaškomi rudeniniai medžių lapai, skraidantys ore be jokios krypties, ir nežinantys, kur gyvenimo vėjas mus nuneš... Tada labai gerai pajuntame save!

Toks savęs pajautimas mums ypatingai reikalingas! Nors..., pernelyg sunkus.

Juk reikia mums tokio brandinimo, tokios stiprybės ir pasitikėjimo Kūrėju, Jo duotam gyvenimui tvirtumo, kad priimtume viską taip, kaip yra ir turi būti...

Kad gyventume be didelių planavimų, kad tiesiog – gyventume gyvenimą.

Toje nežinomybėje, kurioje kimbame į Kito ranką, apninka ir baimė, ir nepasitikėjimas savimi, ir noras būti tvirtiems, ir ieškojimas galbūt kitų rankų...

Tada stabtelkime ir prisiminkime, – juk mūsų gyvenime ne kartą buvo sudėtingos situacijos, kai atrodė, jog nėra jokios išeities, bet, – tai išgyvenome, atsirado sprendimai, arba – sulaukėme kažko netikėto, kažkas vedė, laikė!

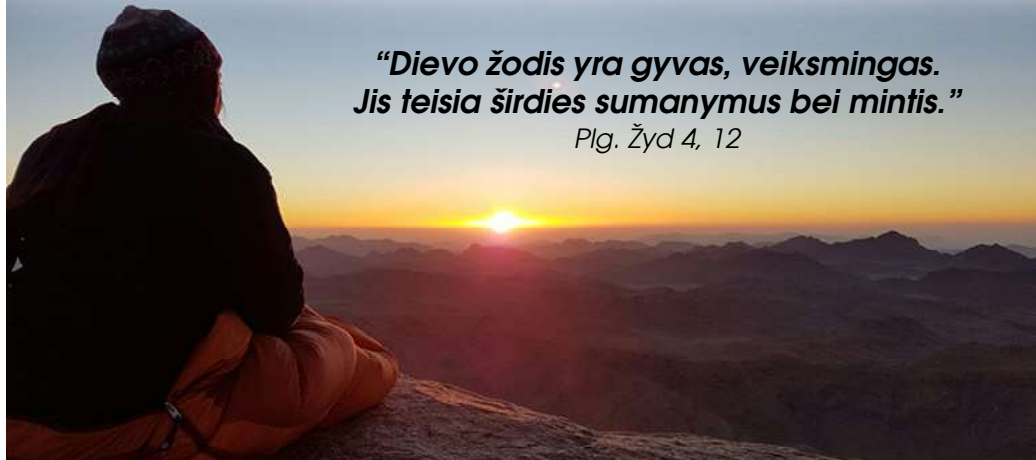
Būtent todėl – pasitikėkime Juo, mūsų gyvenimo Šeimininku! Nežiūrint į nieką. Kūrėjas saugo ir brangina savo vaikus – kaip tėvas savo vaikus. Pasitikėdami Šeimininku mes saugūs, ir galime jau eiti ne pirmi, ir ne vieni, bet pramintu taku.

Pasitikėjimas, su tikėjimu – tarsi švyturys, kuris visada nurodo teisingą kelią. Tai vidinė jėga, kuri nuramina gyvenimo audras, suteikia stiprybės ir ramybės, įkvepia ir įžiebta naujos vilties, siunčia gyvenimui tikrumo ženklus ir pagalbą.

Tiesiog grįžkime prie šių minčių, visa tai priminkime patys sau.

**“Dievo žodis yra gyvas, veiksmingas.
Jis teisia širdies sumanymus bei mintis.”**

Plg. Žyd 4, 12

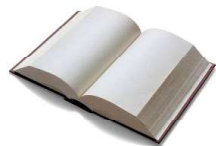


ŠIO SEKMADIENIO MIŠIŲ SKAITINIAI

Iš 17, 8–13; Ps 120, 1–8; 2 Tim 3, 14–4, 2

Psalmės atliepas

Te mums padeda Viešpats, kuris dangų ir žemę sukūrė.



Evangelija pagal Luką (18, 1–8)

Anuo metu Jėzus pasakė savo mokiniams palyginimą, kaip reikia visuomet melstis ir nepaliauti. Jis pradėjo: „Viename mieste gyveno teisėjas, kuris nebijojo Dievo ir nesidrovėjo žmonių. Tame pačiame mieste gyveno ir našlė, kuri vis eidavo pas jį ir prašydavo: 'Apgink mane nuo skriaudiko!' Jis ilgai spyrėsi, bet pagaliau tarė sau: 'Nors aš Dievo nebijau nei žmonių nesidroviau, vis dėlto, kai šita našlė tokia įkyri, imsiu ir apginsiu jos teises, kad, ko gero, ji manęs neapkultų'.“

Ir Viešpats pridūrė: „Įsidėmėkite, ką pasakė tas nesąžiningas teisėjas. Tad nejaugi Dievas neapgintų teisių savo išrinktųjų, kurie jo šaukiasi per dienas ir naktis, ir delstų jiems padėti?! Aš sakau jums: netrukus jis apgins jų teises. Bet ar atėjęs Žmogaus Sūnus beras žemėje tikėjimą?“

Evangelijos komentaras (autorius kun. Alessandro Barelli SDB):

Šiandienos liturgija kviečia mus apmąstyti ištvermę maldoje ir drąsą būti misionieriais. Tikėjimas auga ir lieka gyvas tik tada, kai yra pastovus, dalijamas ir liudijamas gyvenimu.

Pirmajame skaitinyje, iš Išėjimo knygos, matome Mozę, kuris, iškėlęs rankas, užtaria tautą kovoje. Kai jo rankos dėl nuovargio nusvyra, Izraelis ima silpti; bet kai Aaronas ir Hūras palaiko jo rankas, malda tęsiasi ir pergalė pasiekama. Tai nuostabus tikėjimo gyvenimo paveikslas: nė vienas iš mūsų negali melstis ir tikėti visiškai vienas. Net Mozė, Dievo žmogus, turi poreikį kitų pagalbai, kad išliktų tvirtas. Malda yra tarsi nematomas siūlas, laikantis pasaulį, bet šis siūlas stipriausias tada, kai jį audžiame kartu.

Apaštalas Paulius tęsia šią mintį, ragindamas savo mokinį likti ištikimą gautajam Žodžiui. Paulius žino, kad krikščioniškoji misija nėra lengva. Jis žino, kad ateis sunkumų, abejingumo ir priešiško laikai. Tačiau dėl to negalima sustoti. Dievo Žodis, klausomas, apmąstomas ir gyvenamas, suteikia tikinčiajam jėgų išlikti tvirtam net tada, kai viskas aplinkui ima drebtėti.

Evangelijoje Jėzus pasakoja palyginimą apie našlę ir neteisingą teisėją – tai kvietimas į malda. Jėzus užbaigia šiuo klausimu, kuris paliečia pačią širdį: „Bet ar atėjęs Žmogaus Sūnus, beras žemėje tikėjimą?“ (Lk 18,8). Tai klausimas, kuris mus pažadina ir ragina niekada nenusivilti malda. Melstis – tai ne kartoti žodžius, bet patikėti save Dievui, kuris klauso, net ir tylėdamas.

Šis sekmadienis sutampa su Pasauline misijų diena, kuri primena, kad ištvermė nėra vien asmeninis nusiteikimas, bet ir visuotinė misija. Popiežiaus pasirinkta šių metų tema – „Vilties misionieriai tarp tautų“. Savo žinioje šiai dienai popiežius rašo: „Mes esame pasiūsti tęsti Jėzaus misiją – būti Kristaus Širdies ir Tėvo meilės ženklui, apkabinančiu visą pasaulį.“ Būti vilties misionieriais reiškia nešti pasauliui Dievo vaidą – tokio Dievo, kuris nepalieka, kuris nepavargsta nuo žmonijos, kuris ir toliau mumis tiki net tada, kai mes patys nustojame juo tikėti. Tai kvietimas neužsisklęsti, bet atsiverti, dalytis, eiti pas kitus.

Ir šiandien pasaulis trokšta vilties. Tarp karų, neteisybių, baimių ir vienvėsių Bažnyčios misija yra priminti, kad Dievas žmogaus nepamiršo. Misionierius nėra tik tas, kuris išvyksta į tolimas šalis – kiekvienas pakrikštytasis yra pašauktas tapti vilties nešėju ten, kur gyvena. Misionierius yra tas, kuris moka kantriai klausytis, kuris sugeba atleisti, kuris neišsigąsta blogio, kuris meldžiasi net ir tada, kai nemato vaisių.

Popiežius mums primena, kad „Kristaus mokiniai yra pašaukti tapti vilties meistrais, atkurti žmoniškumą, kuris dažnai yra išsiblaškęs ir nelaimingas“. Vien žodžių neužtenka – reikia liudijimo, reikia veiksmų, kurie kalba patys: ištiestos rankos, skirto laiko, suteikto atleidimo.

Šiandien prašykime Viešpatį atnaujinti mumyse pasitikėjimą juo, ištvermę ir drąsą būti vilties misionieriais. Tėpaverčia mūsų bendruomenę panašią į Mozę ant kalno – tautą, kuri meldžiasi iškeltomis rankomis, palaiko pavargusius, nenustoja pasitikėti Dievo galia.

Dėkingumo stebuklai

Robert Emmons, parašęs knygą „Ačiū!: Kaip naujasis dėkingumo mokslas gali padaryti jus laimingesnius“ (angl. „Thanks!: How the New Science of Gratitude Can Make You Happier“), teigia, kad, kasdien praktikuodami dėkingumą, savo jaučiamą laimės jausmą galime padidinti net 25%. Sakykime, kad, būdami normalios savijautos, jūs jaučiatės kažkiek laimingi. Pavadinokime tai baziniu jūsų laimės lygiu, savotišku atskaitos tašku. Kai dienos bėgyje jūs išgirstate kažkokių nemalonių naujienų ar jums nutinka kažkas blogo (pavyzdžiui, pametate raktus nuo buto ar sužinote, kad planuojamas etatų mažinimas darbe), jūsų savijauta kuriam laikui subjūra. Tačiau, po kurio laiko, jums įprastą bazinį laimės lygį. Lygiai taip pat, kai dienos metu jums nutinka kažkas gero ir malonaus (pavyzdžiui, sužinote, kad jūsų vaikas gavo vietą išsirinktame darželyje, ar jus paaukštino pareigose darbe), jūsų savijauta kuriam laikui pagerėja, tačiau paskui vėl tampa tokia, kaip visada (irgi grįžta į bazinį laimės lygį). Pasirodo, nepamirštant kasdien jausti ir išreikšti dėkingumą, mes tampame laimesni visą laiką. Tai yra, mūsų normalioje būsenoje jaučiamos laimės lygis auga. Vadinas, dėkingumo dėka jūs pradeda jaustis laimesni nepriklausomai nuo to, ką jums pateikia gyvenimas. Jūsų laimės jausmas darosi vis mažiau paveikiamas išorinių aplinkybių.

Be laimės jausmo dėkingumas suteikia ir kitų gėrybių. Tyrimai rodo, kad dėkingi žmonės yra kūrybiškesni ir greičiau atsitiesia po nesėkmių bei nelaimių. Jie pasižymi stipresne imunine sistema (reiškia, rečiau serga) ir jų socialiniai santykiai yra stipresni nei tų, kuriems dėkingumas yra mažai pažįstamas jausmas. Nancy Digdon teigimu, dėkingumas gerina ne tik gyvenimo, bet ir miego kokybę. Jei jus kankina nemiga ir turite sunkumų užmigti, skirkite vakarais, atsigulę į lovą, 15 minučių dėkingumo dienoraščio rašymui. Tai sutelks jūsų mintis į teigiamus dalykus, šitaip jūs greičiau užmigsite ir miegosite ilgiau bei geriau.

Laimingų santykių pagrindas – dėkingumas

Kadangi joks žmogus nėra izoliuotas nuo aplinkinių, socialiniai santykiai vaidina svarbų vaidmenį kiekvieno mūsų gyvenime. Kuo geriau mes sutariame su žmonėmis, kuo labiau patenkinti esame turimais santykiais, tuo laimesni jaučiamės. Kuo laimesni mes, tuo daugiau aplinkinių irgi galime padaryti laimingais. Žmonės patinka bendrauti su tais, kurie spinduliuoja gyvenimo džiaugsmą. Kaip ką tik aptarėme, dėkingumas veda į laimę. Saros Algoe teigimu, jis veda ir į stabilių santykių kūrimą bei išlaikymą. Kai mes išmokstame dėkoti, mūsų elgesys tampa malonus aplinkiniams. Žmonės pradeda jaustis vertinami, kas yra svarbu ir reikšminga kiekvienam be išimties.

Jei jau dėkingumas toks svarbus susirandant draugų, tai nekeista, kad jis vaidina ne mažiau svarbų vaidmenį ir tarp romantiščių partnerių. Gyvenant kartu yra svarbu teigiamai reaguoti, kai partneris jums atsiveria. Tai reikšminga intymumo dalis, įtakojanti santykių stabilumą. Dėkingumas yra net tik teigiama reakcija į partnerį, bet ir jo įvertinimas, jo svarbos pripažinimas. Kai mes pasakome ačiū savo artimiausiajam už tai, ką jis atnešė į mūsų gyvenimą, mes leidžiame jam jaustis suprastam ir vertinamam. Mūsų dėkingumas skatina jį ir toliau elgtis taip, kad mes turėtume pagrindą dėkoti. Būtent dėl to dėkingumas poroje taip glaudžiai siejasi su šeimynine laime, intymumu ir palaikymu. Mokslas tai patvirtina. Saros Algoe su kolegomis tyrimas rodo, kad dėkingumo išreiškimas didina romantiščių santykių artumą bei pasitenkinimą jais. Šie mokslininkai tyrė kartu bent tris mėnesius gyvenančias poras ir nustatė, jog partnerio išreikštas dėkingumas moterų tarpe didino pasitenkinimą santykiais, o vyrų tarpe didino santykių artumo jausmą bei pasitenkinimą santykiais.

Jei manote, kad trys mėnesiai kartu yra per mažas laiko tarpas, kad galima būtų kalbėti apie šeimyninės laimės stabilumą (pradžioje poros ir taip patenkintos santykiais, nesvarbu,





Misijų sekmadienis

Šiandien prisiminimo ir maldos už misijas, misionierius sekmadienis. Esame kviečiami prisiminti mūsų misijų – mes visi esame misionieriai. Nepamirškime to, visų misionierių ir tų vietų, kuriose darbuojamės kaip misionieriai, darome gerus darbus, kur norime nešti gėrį ir gerumą. Misionierio veikla – tai Dievo žodžio, Dievo gerumo nešimas kitiems, savų gyvenimu ten, kur esame.

Šiandien savo aukas skiriame Bažnyčios misijoms paremti.

Spalio mėnuo – Rožančiaus maldos mėnuo

Spalio mėnuo – Švč. M. Marijos garbei skirtas mėnuo, kurio metu į Dievo Motiną Mariją kreipiamės su Rožančiaus malda, apmąstydami pagrindines tikėjimo paslaptis (slėpinius). Ši malda kilo iš senos vienuolių, atsiskyrėlių maldos tradicijos, yra paremta Biblijos žodžiais ir įvykiais.

Šlienavos bažnyčioje Rožančiaus malda meldžiamės pusę valandos prieš sekmadienio 9 val. Eucharistijos šventimą (šiai maldai vis pagelbsti Ada, nuoširdžiausia pagalbininkė mums maldoje. Visi sakome AČIŲ jai!).

Darbo dienomis Rožančiaus maldai, Šlienavos bažnyčioje, susirenkame pusę valandos prieš vakaro Eucharistijos šventimą. Kadangi ne kiekvieną dieną Eucharistijos šventimas vyksta, todėl savaitės Eucharistijos šventimo tvarką visada rasite skelbimų lentoje.

Prisiminkime DOSNUMO KREPŠELĮ!

Jau kuris laikas esame be *Dosnumo krepšelių*, jų niekam nedovanojame, turbūt tai darome asmeniškai. Tokia dovana sunkiau gyvenantiems, kad ir vienkartinė, – yra didelė. Pagalvokime apie tai... Ir vėl atnaujinkime šią mūsų gerumo akciją. Bažnyčios "Caritas" vėl mus kviečia į šią akciją.

Bažnyčiose rasime tam ir popierinių *Dosnumo krepšelių*.



ŠV. KOMUNIJOS, IŠPAŽINTIES IR SUTVIRTINIMO SAKRAMENTAMS RUOŠIMASIS

Į pasiruošimo sakramentams Katechezijų susitikimus renkamės: Šlienavos bažnyčioje – penktadieniais, 19 val., ir Piliunos koplyčioje – šeštadieniais, 16 val.

Taip pat kviečiame ir visus kitus žmones dalyvauti šiuose Katekizmo, susipažinimo ar pasigilinimo į krikščioniško gyvenimo savitumus, tiesas, susitikimuose. Nesvarbu kokio amžiaus esate. Susitikimuose laukiami visi visi!



dėkoja vieni kitiems ar ne), jūs klystate. Cameron Gordon su bendradarbiais daug dėmesio skyrė ilgą laiką kartu gyvenančioms poroms. Šie mokslininkai tiriamaisiais pasirinko maždaug 20 metų kartu gyvenančius žmones ir siekė išsiaiškinti, kaip dėkingumas susijęs su jų pasitenkinimu santykiais. Paaiškėjo, kad tiek jaučiamas, tiek išreikštas dėkingumas didino paties dėkingojo pasitenkinimo santuoka jausmą. Įdomu tai, kad jaustas dėkingumo jausmas didino ir partnerio pasitenkinimą, tačiau dėkingumo išreiškimas neturėjo jam įtakos. Manoma, kad dėkingumo išraiška šeimose gali būti ne visada nuoširdi, todėl ji ne visada ir atneša tiesioginių teigiamų pasekmių. Pavyzdžiui, jūsų padėka vyrui „Ačiū, kad išnešei šiukšles“ jam gali skambėti kaip sąžinės priekaištas, kad tai jis padarė per vėlai, ne vakar ar užvakar, kaip prašėte, o tik šiandien. Todėl nepaprastai svarbu yra ne tik dažnai kartoti ačiū, bet ir labai nuoširdžiai tai jausti. Netikras dėkingumas neatneša naudos ne tik porų santykiuose, bet ir visais kitais mūsų jau aptartais atvejais. Formaliu ačiū savo laimės nepasididinsi. Tačiau kaip išmokti dėkingumo, jei jo kol kas nejauti?

Bus daugiau.

Šlienavos Švč. M. Marijos Apsilankymo parapija. Įm. kodas: 191289430,

Banko sąskaitos Nr.: LT367300010002243406.

Viršužiglio A. Panemunės parapijos filija. Įm. kodas: 192065766.

Banko sąskaitos Nr.: LT52401004100290040.

Tel.: 0 688 37142, el. paštas: rimas.pilypaitis@gmail.com. Šį leidinį paruošė kun. Rimas.