

## Augot caur neveiksmēm

Piedošana, atlīdzināšana un atgūšanās pēc neveiksmes





---

---

# **Augot caur neveiksmēm**

Piedošana, atlīdzināšana un atgūšanās pēc neveiksmes

David Batty

Studenta rokasgrāmata

5.labojums



# Augot caur neveiksmēm

## Piedošana, atļidzināšana un atgūšanās pēc neveiksmes

### Studenta rokasgrāmata

### 5.labojum

### Autors David Batty

Rakstu vietas, kas tiek lietotas šajā kursā, ir no sekojošām Bībeles versijām.

Panti, kas atzīmēti ar GNB ir no Labā Vēsts Bībeles (Good News Bible), Vecā Derība: autortiesības 1976., Amerikas Bībeles biedrība (American Bible Society). Jaunā Derība: autortiesības 1966., 1971., 1976., Amerikas Bībeles biedrība (American Bible Society). Lietots ar atļauju.

Panti, kas atzīmēti ar NIV ir no Svētās Bībeles jaunās internacionālās versijas (the Holy Bible New International Version®), autortiesības © 1973., 1978., 1984. Biblica. Lietots ar Zondervan atļauju. Visas tiesības aizsargātas. „NIV” un „New International Version” preču zīmes Biblica ir reģistrējusi Savienoto Valstu Patentu un preču zīmju ofisā. Jebkuras preču zīmes izmantošana prasa Biblica atļauju.

Panti, kas atzīmēti ar NLB ir no Svētās Bībeles, Jaunās dzīves versijas (the Holy Bible, New Life Version). Autortiesības © 1969., 1976., 1978., 1983., 1986., Christian Literature International, PO Box 777, Canby, Oregon 97013. Lietots ar atļauju.

Panti, kas atzīmēti ar NLT ir no Svētās Bībeles, Jaunā dzīvā tulkojuma (the Holy Bible, New Living Translation), autortiesības 1996, 2004. Lietots ar atļauju no Tyndale House Publishers, Inc., Wheaton, Illinois 60189. Visas tiesības aizsargātas.

Panti, kas atzīmēti ar –The Message, ir no *The Message*. Autortiesības © 1993., 1994., 1995., 1996., 2000., 2001., 2002. Lietots ar atļauju no NavPress publicistu grupas.

Panti, kas atzīmēti ar TLB ir no Dzīvās Bībeles (The Living Bible), autortiesības 1971., Tyndale House Publishers, Vītona, Ilinoisa. Lietots ar atļauju.

Autortiesības © 2019, Teen Challenge USA.

Šis kurss oriģināli tika publicēts angļu valodā ar nosaukumu - *Successful Christian Living, 5th edition (Panākumiem bagāta kristīgā dzīve, 5.labojum)*.

Šie materiāli var tikt pavairoti un izplatīti lietošanai organizācijā “Teen Challenge”, līdzīgās programmās, vietējās draudzēs, skolās un citās organizācijās un pie individuālām personām. Šie materiāli var tikt arī lejuplādēti no interneta mājaslapas: [www.iTeenChallenge.org](http://www.iTeenChallenge.org) Tiem, kuri vēlas publicēt un pārdot šos materiālus, jāiegūst rakstiska atļauja no Global Teen Challenge.

Šis kurss ir daļa no Grupu studijām jaunai dzīvei, kas izstrādātas lietošanai draudzēs, skolās, cietumu kalpošanās, ”Teen Challenge” un līdzīgās kalpošanās, kas strādā ar jauniem kristiešiem. Šim kursam ir pieejami - Skolotāja rokasgrāmata, Studenta rokasgrāmata, Studiju ceļvedis, Pārbaudes darbs un Sertifikāts. Ja nepieciešams vairāk informācijas par šiem kursiem, sazinieties:

Global Teen Challenge

PO Box 511

Columbus, GA, 31902 USA

Email: [gtc@globaltc.org](mailto:gtc@globaltc.org)

Web: [www.globaltc.org](http://www.globaltc.org) and [www.iTeenChallenge.org](http://www.iTeenChallenge.org)

Teen Challenge Latvija

J.Asara iela 8, Jelgava, LV-3001, Latvija

Phone : +37129726559

Web: [www.teenchallenge.lv](http://www.teenchallenge.lv)

Facebook: Teen Challenge Latvija



Pēdējais revidēšanas datums 01-2020

## Saturs

<b>1.nodaļa</b>	<b>Manas neveiksmes cēloņi .....</b>	<b>4</b>
A.	Dažāda veida neveiksmes .....	4
B.	Ko Dievs dara, kad mana neveiksme ir grēks .....	6
C.	Saprotot savas problēmas .....	8
D.	Neveiksmes sekas .....	10
<b>2.nodaļa</b>	<b>Pirmie soļi, lai atgūtos no neveiksmēm .....</b>	<b>13</b>
A.	Ierastākie reakcijas veidi uz neveiksmi .....	14
B.	Ko man darīt, kad es ciešu neveiksmi? .....	15
C.	Lūdzot piedošanu .....	20
D.	Atlīdzināšana .....	23
<b>3.nodaļa</b>	<b>Kā pieaugt caur savām neveiksmēm .....</b>	<b>27</b>
A.	Pārvari problēmu .....	27
B.	Dzīvo veselīgu dzīvesveidu .....	33
C.	Sper soļus, lai novērstu neveiksmes atkārtošanos .....	36
<b>4.nodaļa</b>	<b>Atkārtošana .....</b>	<b>40</b>
A.	Septiņi iemesli kādēļ atgūšanās ātri pāriet atkārtošanā .....	41
B.	Kas izraisa atkārtošanu? .....	43
C.	Saprotot atkārtošanu .....	44
D.	Ko darīt, kad notiek atkārtošana .....	46

# 1.nodaļa

## Manas neveiksmes cēloņi

Daudzi jaunie kristieši pieviļ Dievu tūlīt pēc tam, kad kļūst par kristiešiem. Viņi var pārkāpt kādu no Dieva likumiem. Piemēram, Krista sadusmojas uz Šarloti un sāk lamāties un kauties. Vairākas stundas vēlāk viņa sāk justies ļoti noskumusi par notikušo. Vēlāk viņa atnāk pie savas draudzenes ar šo jautājumu: “Kas notiks tagad, kad es esmu pievīlusi Dievu? Vai man no jauna jākļūst par kristieti? Vai Dievs man piedos?”

Būt par panākumiem bagātu kristieti nenozīmē to, ka tev ir jābūt perfektam. Mēs visi kļūdāmies. Mēs visi pieviļam. Tomēr mums ir jāmācās no savām neveiksmēm. Tās var kļūt par iespējām tuvoties Dievam. Paskatīsimies uz dažām sfērām, kurās jauni kristieši piedzīvo neveiksmes.

### A. Dažāda veida neveiksmes

Katrs cilvēks piedzīvo neveiksmes kā normālu dzīves sastāvdaļu. Dažām neveiksmēm ir maza vai nav nekādas ietekmes uz tavu dzīvi un tu tās ātri aizmirsti. Citas neveiksmes pārņem kontroli pār cilvēka dzīvi. Tie, kuri ir cīnījušies ar atkarību, zina, cik grūti ir iziet no šī neveiksmju riteņa. Bieži vien atkarības ievēl šo cilvēku visāda veida neveiksmēs.

Dažām neveiksmēm var būt postošas sekas, kas var ietekmēt tevi visa atlikušā mūža garumā, vai pat var izbeigt tavu dzīvi. Cilvēks, kurš nav varējis pagriezt savu mašīnu uz asa līkuma un nobrauca no klints, varbūt tā arī neizdzīvos, lai pastāstītu, kas notika.

Apskatīsim trīs galvenās neveiksmju grupas: (1) neveiksme, kas nav grēks, (2) neveiksme, kas ir grēks, un (3) neveiksme, kas noved pie grēka. Kad mēs skatāmies uz to kāda vieta neveiksmēm ir mūsu dzīvēs, mums jāredz, ka tām var būt ļoti pozitīva ietekme vai arī neveiksmēm var būt ļoti postoša ietekme mūsu dzīvēs.

### 1. Neveiksme, kas nav grēks

Tā kā neviens no mums nav ideāls, mēs visi piedzīvojam neveiksmes kā normālu savas dzīves daļu. Daudzas no šīm neveiksmēm ir normālas parādības - kad bērns pirmo reizi iemācās staigāt, viņš daudzkārt nokrīt šī procesa laikā. Mēs saprotam, ka katra neveiksme ir normāla augšanas procesa sastāvdaļa. Dzīves laikā neveiksmes var būt pozitīva mūsu dzīves sastāvdaļa, jo tās nodrošina izaugsmes iespējas.

#### a. Zaudējums spēlē

Gandrīz jebkurā sporta veidā viena komanda uzvar un viena zaudē. Zaudējošā komanda cieta neveiksmi un neuzvarēja, kaut arī tas nebija tās mērķis. Tu vari zaudēt un tomēr patikt Dievam.

## b. Neveiksme pārbaudes darbā

Daudzi no mums ir pavadījuši vairākus gadus skolā. Varbūt tu esi tas retais cilvēks, kurš nekad nav kļūdījis pārbaudes darbā. Bet lielākā daļa no mums pārējiem kādreiz esam cietuši neveiksmi pārbaudes darbā. Šāda veida neveiksme nav grēks. Ja tu esi darījis visu iespējamo, lai iemācītos pārbaudes darbam, un tomēr kļūdi, tad tas nav grēks.

## c. Neveiksme mērķa sasniegšanā

Tu varbūt plānoji pirms pēcpusdienas piezvanīt savai mammai. Bet kaut kādu iemeslu dēļ tu nepiezvanīji. Tas nav grēks. Vai nu tas ir mazs mērķis vai liels, daži cilvēki tik ļoti baidās no neveiksmēm, ka viņi atsakās kaut ko mēģināt, kur ir iesaistīts risks. Ja tu gribi pieaugt, tev ir jāizvirza kādi mērķi. Ja tu gribi uzlabot savas prasmes konkrētā darba sfērā vai sportā, tev ir jāstrādā pie tā. Neveiksmes risks ir tā vērts, lai izjustu piepildījumu pēc sava mērķa sasniegšanas.

## d. Kļūdas

Ja tu uzvelc dažādas krāsas zeķes, varbūt tu sakaunēsies par šo kļūdu, bet Dievs tev par to nepārmetīs. Ja tu cep kūku un aizmirsi pievienot vienu sastāvdaļu, vienreiz pagāršojot to, tu uzzināsi šo kļūdu. Vai tu esi kādreiz uz ielas kādam mājis, kurš likās, ka ir tavš draugs, bet tad atklāj, ka tu nepazīsti to cilvēku? Mēs visi izdarām kļūdas, kas apkauno mūs, bet, kas nepārkāpj nevienu no Dieva baušļiem.

## 2. Neveiksme, kas ir grēks

Dažas neveiksmes ir grēks, un par tām ir jāparūpējas nekavējoši. Ja tu apjautāsies apkārt, tu iespējams vari atrast kādu, kurš attaisnos tavu neveiksmi un teiks: "Ak, neuztraucies par to. Tā bija tik niecīga neveiksme. Dievu tas neuztrauc." Iespējams, ka cilvēkam ir taisnība. Bet tev ir jāiemācās, kā lietot Bībeli kā savu ceļvedi, lai noteiktu, kuras neveiksmes ir grēks pret Dievu.

### a. Ciest neveiksmi, paklausot Dieva likumiem (un cilvēku likumiem)

Ja tu pārkāpj vienu no Dieva baušļiem, tas ir grēks. Viens no 10 baušļiem saka: "Tev nebūs zagts." Ja tu nozodz naudu no otra cilvēka, tu esi cietis neveiksmi paklausot šim Dieva likumam un esi grēkojis. Dievs redzēja, ko tu izdarīji, un Viņš gaida, ka tu atzīsi, ko tu esi izdarījis nepareizu, un ka tu meklēsi tā cilvēka piedošanu, kuram tu esi nodarījis pāri.

Romiešiem 13.nodaļa skaidri pasaka, ka Dievs gaida, ka mēs paklausīsim likumiem, ko ir izdevusi valdība. Retos gadījumos cilvēka likumi tieši pārkāpj Dieva likumus Bībelē. Bet lielāko daļu valdības likumu var ievērot neejot pretrunās ar Dievu. Kad mēs nepaklausām šiem likumiem, mēs arī nepaklausām Dievam.

#### **Romiešiem 13:1-2 (tulkojums no New Living Translation)**

**Ikvienam ir jāpakļaujas valdošajām autoritātēm. Jo visa autoritāte nāk no Dieva, un tie, kas atrodas autoritātes pozīcijās, tur ir Dieva ielikti. <sup>2</sup> Tātad ikviens, kas sacēlas pret autoritāti, sacēlas pret Dieva iedibināto, un viņi tiks sodīti.**

Dažiem kristiešiem nepatīk daži valdības likumi un tādēļ viņi ignorē tos. Viņi brauc 10-20 km stundā virs noteiktā ātruma ierobežojuma “tādēļ, ka visi tā dara”. Dievs neļauj mums nolemt, kuri likumi mums ir ērti, un tad pārējos, kas mums nepatīk, Viņš neļauj ignorēt. Dievs sagaida, ka mēs cienīsim cilvēku likumus tāpat, kā mēs cienām Viņa likumus. Kad mēs pārkāpjām šos likumus, mēs grēkojam.

### **b. Ja tu ciet neveiksmi darot pareizas lietas**

Dažreiz tu grēko nedarot neko. Jēkaba 4:17 saka, ja tu zini pareizo lietu, kas jādara un nedari to, tu grēko. Īpaši tas tiek teikts par tām lietām, par kurām Dievs saka Bībelē, kas ir pareizi un jādara. Ja tu redzi, ka kāds tiek nepatiesi apsūdzēts, ka nozadzis kaut ko, un tu zini, kurš nozaga to lietu, bet tu neko nesaki, tu grēko.

### **c. Katru reizi, kad padodies kārdinājumam grēkot**

Katru reizi, kad tu padodies kārdinājumam grēkot, tu pievil Dievu un grēko. Dievs ir apsolījis, ka katru reizi, kad mēs tiekam kārdināti, Viņš radīs ceļu, kā izbēgt no kārdinājuma. Skatīt 1.korintiešiem 10:13. Tu nekad nevari pateikt Dievam: “Tas kārdinājums bija pārāk grūts priekš manis, lai tam pretotos. Es tikai izdarīju to, kas bija normāli priekš cilvēka šādos apstākļos.”

Daudzi kārdinājumi ir pārāk lieli priekš mums, lai mēs stātos tiem pretī saviem spēkiem. Bet Dievs ir devis skaidru apsolījumu, ka būs kopā ar mums un palīdzēs mums katrā kārdinājumā, ar kuru sastapsimies. Kad tu zini, ka esi padevies kārdinājumam, nemēģini attaisnot savu uzvedību. Atzīsti savu kļūdu Dieva priekšā un lūdz, lai nākotnē Viņš palīdz tev stāties pretī tam kārdinājumam.

## **3. Neveiksme, kas noved pie grēka**

Dažreiz neveiksmes var nostādīt tevi situācijās, kur vieglākais problēmas risinājums būtu grēks. Filips nepabeidza mājasdarbu uz nākamo stundu. Kad skolotājs prasīja viņa darbu, viņam bija liels kārdinājums samelot un pateikt, ka viņš ir pazaudējis savu uzdevumu.

Gunāram patīk spēlēt basketbolu, bet viņš ienīst zaudēšanu. Kad viņa komanda sāk atpalikt, viņš ātri sadusmojas un meklē veidus, kā izlikt savas dusmas uz citiem spēlētājiem. Kāda tad ir problēmas sakne? Gunāram ir bīstama attieksme. Viņš ir izvēlējis ticēt, ka uzvara ir vienīgais veids, kā izbaudīt basketbolu. Kamēr viņš nemainīs savu attieksmi, viņš turpinās flirtēt ar grēku katru reizi, kad komanda sāk zaudēt.

## **B. Ko Dievs dara, kad mana neveiksme ir grēks**

Dievs vēlas izmantot katru neveiksmi tavā dzīvē kā izaugsmes iespēju. Neatkarīgi no tā, vai tā ir ļoti maza problēma vai milzīga neveiksme, Dievs joprojām tevi mīl un palīdzēs tev redzēt Viņa patiesību šajā situācijā. Ar katru neveiksmi mēs saskaramies ar izaicinājumu - vai mēs esam gatavi rūpīgi pārdomāt, ko Dievs vēlas, lai mēs darītu tagad, kad esam piedzīvojuši neveiksmi? Vai mēs esam atvērti, lai redzētu Viņa viedokli par neveiksmi?



Apskatot to, ko Dievs dara, kad es ciešu neveiksmi, ir svarīgi vispirms apsvērt, par kādu neveiksmi mēs runājam. Ja tā ir neveiksme, kas nav grēks, tad Dieva reakcija atšķiras no neveiksmes, kas ir grēks. Apskatīsim, kā Dievs reaģē, ja mūsu neveiksme ir grēks.

## 1. Dievs ir ļoti bēdīgs, kad tu pievil Viņu

Daudzi cilvēki domā, ka Dievs dusmojas uz viņiem katru reizi, kad viņi grēko. Tā nav taisnība. Dievs ir ļoti bēdīgs, kad tu pievil Viņu – kad tu nepaklausi Viņa likumiem. Dievs nekad nepriecājas, kad cilvēks grēko. Lasot Bībeli, tu redzēsi, ka Dievs neizbauda cilvēku sodīšanu katru reizi, kad viņi grēko. Faktiski, Dievs ir ļoti pacietīgs un žēlsirdīgs. Viņš reti dod mums to, ko patiešām esam pelnījuši – nāvi par katru izdarīto grēku.

## 2. Dievs dos tev vainīgu sirdsapziņu

Viena no Svētā Gara atbildībām ir pārliecināt cilvēkus par viņu grēkiem. Skatīt Jāņa 16:8. Kad pēc grēka izdarīšanas iekšēji jūties vainīgs, saproti, ka Dievs vēlas, lai tu atzīsties savos grēkos un paklausi Viņam.

Katru reizi, kad tu ātri reaģē uz Svētā Gara pārliecināšanu, tavas attiecības ar Dievu kļūs ciešākas. Mums Svētā Gara pārliecināšanai ir jāpiešķir liela pozitīva vērtība. Viņš mums parāda, ka Viņš rūpējas par mums katru reizi, kad Viņš mūs pārliecina par mūsu grēcīgajām neveiksmēm.

## 3. Dievs ir apsolījis tev piedot

Dievs ir apsolījis tev piedot, ja tu atzīsties savā neveiksmē Viņam. Skatīt 1.Jāņa 1:9. Kad tu ciet neveiksmi, tas iekšēji sāp, bet, ja tu izsūdzi savu grēku, Dievs tev piedos un dos tev mieru.

## 4. Dievs disciplinē Savus bērnus

Ebreju vēstules 12.nodaļā ir skaidri pateikts, ka Dievs mūs mīl. Tieši Savas mīlestības dēļ Viņš mūs disciplinē, kad mēs nepaklausām Viņam. Disciplīnas mērķis ir palabot mūsu dzīves un palīdzēt mums atgriezties uz pareizā ceļa. Dievs ir ļoti pacietīgs, Viņš nav dusmīgs Dievs, kurš izliek Savas dusmas uz tevi katru reizi, kad tu pārkāp līniju. Bieži vien Dievs lieto tos, kam ir autoritāte pār tevi, lai disciplinētu tevi. Tas nenozīmē, ka katru reizi, kad kāds no vecākiem vai vadītājs kādu disciplinē, ka viņi to dara tā, kā Dievs vēlas, lai viņi tiktu disciplinēti. Dieva disciplīna vienmēr dod cerību par patiesām izmaiņām tavā dzīvē.

## 5. Dievs mums dod iemeslu, lai mums būtu cerība nākotnē

Ja tu paskaties uz to, kā Dievs izturējās pret Ādamu un Ievu pēc tam, kad viņi sagrēkoja, tu redzi, cik ļoti Dievs viņus mīlēja. Viņi vēl joprojām izcieta sava grēka sekas. Bet Viņš apsolīja, ka nākotnē viņu pēcnācējs (Jēzus Kristus) iznīcinās sātana varu un nodrošinās mums visiem pestīšanas ceļu. 1.Mozus 3:15 satur šo apsolījumu. Visa nodaļa apraksta sekas, ko Ādams, Ieva un čūska piedzīvos savu grēku dēļ.

Jaunā Derība ir piepildīta ar Rakstu vietām, kas apraksta Jēzu Kristu kā mūsu Cerību. Viņš ir apsolījis atkal nākt un paņemt mūs, lai mēs pavadītu mūžību ar Viņu. Šis apsolījums nav dots tikai perfektiem cilvēkiem. Tas ir dots visiem mums, kas esam cietuši neveiksmes. Mums ir ne tikai cerība, ka pavadīsim mūžību kopā ar Viņu, bet mums ir arī cerība uz labāku dzīvi šeit šodien. Ar Viņa palīdzību mēs varam atrast brīvību no grēka važām.

Romiešiem 5:1-11	Kolosiešiem 1:21-23
Romiešiem 7 un 8	Titam 1:2
Romiešiem 15:13	1.Jāņa 3:1-3

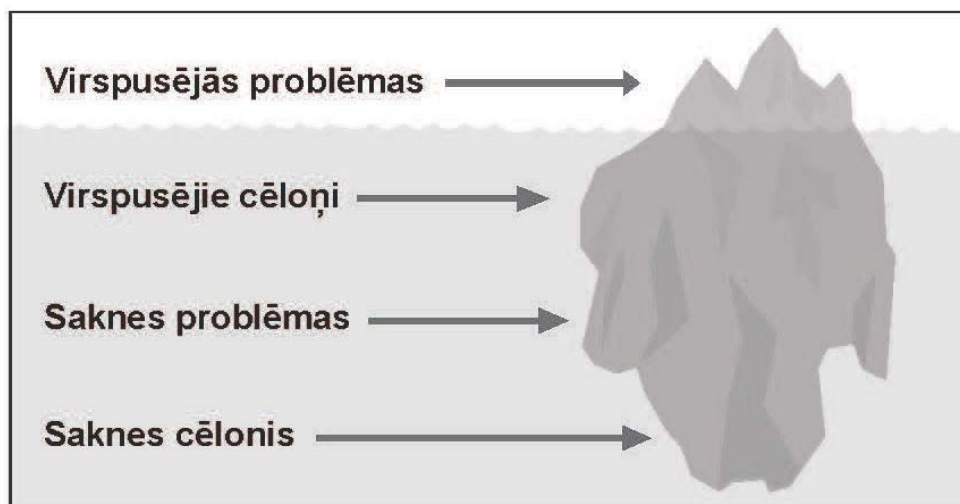
## 6. Dievs ir gatavs palīdzēt tev pieaugt

Dievs ir spējīgs palīdzēt tev pārvarēt sāpīgas neveiksmes. Viņš var dot tev spēku pārvarēt vecus grēcīgus ieradumus. Viņa spēks ir lielāks nekā jebkurš sātana spēks. Tev ir visi iemesli cerēt uz labāku nākotni, ja Kristus valda pār tavu dzīvi.

Dievs var paņemt katru neveiksmi tavā dzīvē un izmantot to, lai palīdzētu tev iemācīties svarīgas mācības priekš visas atlikušās dzīves. Tas nenozīmē, ka Dievs gribēja, lai tu grēko. Bet Dievs var paņemt tavas kļūdas, tavas sliktās izvēles, savu sacelšanos un visas nepatīkšanas, ko tu esi izdarījis savā dzīvē, un padarīt tos par pagrieziena punktiem tavā dzīvē - pagrieziena punktiem uz reālo dzīvi, ko Viņš tev ir apsolījis. Katra neveiksme ir iespēja izdarīt izvēli - vai tu vērsīsies pie Dieva un lūgsi pēc Viņa palīdzības, vai arī tu turpināsi iet savu ceļu, darot to, kas, tavuprāt, ir vislabākais?

## C. Saprotot savas problēmas

Viens no svarīgākajiem pirmajiem soļiem savu neveiksmju risināšanā ir iemeslu atrašana. Dažāda veida problēmas liek cilvēkiem ciest neveiksmi. Zemāk attēlotā ilustrācija parāda - ka tas, kas notiek cilvēka iekšienē, parasti ir lielākā problēmas daļa, nekā tas, kas ir redzams virspusē.



Šī ilustrācija iet kopā ar tabulu nākamajā lapaspusē. Aisberga daļa, kas ir virs ūdens, ir tā daļa, ko visi redz – virspusējās problēmas. Tā aisberga daļa, kas ir zem ūdens, parāda to, kas notiek cilvēka iekšā. Tieši tāpat, kā aisberga daļa, kas atrodas zem ūdens ir 9 līdz 10 reizes lielāka nekā tā, kas ir virs ūdens, tāpat arī problēmas, kas ir cilvēka iekšā, parasti ir daudz lielākas nekā virspusējās problēmas, ko ikviens var redzēt.

Tā aisberga daļa, kas ir tieši zem ūdens virsmas, ir kā mūsu problēmu virspusējie cēloņi - mūsu iekšējās attieksmes. Šāds domāšanas veids parasti rada mums grūtības. Mūsu attieksmes parādās gan caur mūsu rīcību, gan mūsu vārdiem.

Dažreiz neveiksmes vienā tavas dzīves sfērā ir tikai dziļāku problēmu simptoms. Šajā tabulā ir daži piemēri tam, kā iekšējās attieksmes bieži vien izraisa virspusējās problēmas. Ja tu vēlies atbrīvoties no virspusējās problēmas, tad jāmaina arī attieksmi (virspusējos cēloņus). Dažas virspusējās problēmas nevar pārvarēt, kamēr nav vispirms atrisināta saknes problēma. Šī tabula izseko virspusējai problēmai viscaur no tās virspuses līdz saknes iemeslam.

## Problēmas tabula

<b>Virspusējās problēmas</b>  Citi šīs problēmas var redzēt	(Piemēri)  Strīdi Kaušanās Kritizēšana Narkotikas Smēķēšana	(Piemēri)  Zagšana Melošana Patmīlība Lamāšanās Dzeršana	(Piemēri)  Seksa grēki Iekāre Homoseksualitāte Lesbisms Laulības pārkāpšana Asinsgrēks
<b>Virspusējie cēloņi</b>  Iekšējās attieksmes	(Piemēri)  Sacelšanās Neuzticēšanās Mazvērtīgs (jūtas mazāk svarīgs)	(Piemēri)  Bailes Raizes Nedrošība Lepnums	(Piemēri)  Vilšanās Nervozitāte Vaina Kauns
<b>Saknes problēmas</b>  Pamatā personīgie konflikti  Ebrejiem 12:15-17	Rūgtums  (Aizvainojums vai naids)	Materiālas vērtības  (Ieliek savu vērtību lietās, ko var paņemt prom)	Amoralitāte  (Seksa grēki)
<b>Saknes cēlonis</b>  Mana atbilde Dievam  Jesajas 53:6 Jesajas 55:7	Darīt lietas savā veidā, nevis darīt lietas Dieva veidā.  (Pretoties vai noraidīt vēlmi un spēku, ko Dievs dod, lai atbildētu dzīvei tādā veidā, kā Viņš grib, lai es to darītu.)		

Šī tabula ir balstīta uz materiāliem, kas ņemti no *Institute in Basic Life Principles* semināra pierakstiem.

## D. Neveiksmes sekas

Katrai neveiksmei ir konkrētas sekas. Kad tu kļūdieš, var būt pozitīvas un negatīvas sekas. Tava neveiksme var būt iespēja pieaugt. Ja tava komanda zaudē spēli, tas var atklāt tavas komandas vājības un var kļūt par pamācošu pieredzi tam, kā labāk spēlēt nākošajā reizē.

Viena jauna māte, kura vairākus gadus bija narkomāne, aresta rezultātā tika ielikta cietumā. Atrodoties cietumā, viņa beidzot ieraudzīja iznīcību, ko viņas dzīvesveids nodarījis gan viņas, gan bērnu dzīvē. Viņa pieņēma lēmumu mainīties, un pēc atbrīvošanas no cietuma, viņa devās uz Teen Challenge centru un mācījās kā ar Dieva palīdzību pārvarēt savu atkarību.

Neveiksmes sekas nav tas pats, kas sods par katru nepaklausību. Ja tev neizdosies likumā iegriezt automašīnu, tad tu nobrauksi no ceļa. Tās ir tavas neveiksmes dabiskās sekas. Sods nāk tad, kad policija tev uzliek 200 EUR soda naudu par pārgalvīgu braukšanu. Bet sods arī ir tavas neveiksmes sekas. 200 EUR liela soda nauda nav par to, ka tu nobrauci no ceļa, soda nauda ir par pārgalvīgu braukšanu. Valsts likumos ir skaidri pateikts, ka pārgalvīgi šoferi var tikt sodīti. Tātad šoferis ir cietis divas neveiksmes. Viņš cietā neveiksmei pareizā automašīnas vadīšanā. Tajā pat laikā viņš pārkāpa valsts likumu.

Acīmredzot dažādu neveiksmju sekas būs dažādas. Kā jau mēs iepriekš šajā nodaļā redzējām, ka ir dažas neveiksmes, kas nav grēks un citas, kas ir grēks. Dažām neveiksmēm būs dažas sekas, vai vispār nebūs. Citu rezultāts būs paša vai vairāku simtu cilvēku nāve. Ja lidmašīnas pilotam neizdodas pareizi piezemēt lidmašīnu, tad var nomirt simtiem cilvēku. Paskatīsimies uz dažām sekām, kas rodas no neveiksmēm.

### 1. Grēks vada uz nāvi

Kā mēs jau teicām, ne visas neveiksmes ir grēks. Tomēr, kad cilvēks pārkāpj vienu no Dieva likumiem, tās neveiksmes rezultāts ir nāve. Dievs to skaidri saka Romiešiem 6:23, kur ir teikts: **“Jo grēka alga ir nāve, bet Dieva bezmaksas dāvana ir mūžīgā dzīvība caur Kristu Jēzu mūsu Kungu.” (tulkojums no New Living Translation)** Šis pants skaidri parāda, ka nāve ir grēka sekas. Bet Dievs ir nodrošinājis ceļu, kur izvairīties no šīm sekām - pieņemot glābšanas dāvanu, ko piedāvā Jēzus Kristus. Cilvēks, kurš atsakās pieņemt Dieva dāvanu, pavadīs mūžību ellē – mūžīgā nāvē.

### 2. Vaina

Kad cilvēks cieš neveiksme, tam bieži seko vaina. Īpaši tas attiecas tad, kad neveiksme ir grēks. Svētais Gars pārliecinās tevi, kad tu grēko, un Viņa pārliecināšana vienmēr piekritīs Bībeles patiesībai. Ja tu neklausies, tu pat vari Viņu nedzirdēt. Nedomā, ka viss ir normāli un tu vari turpināt darīt to tikai tādēļ, ka nejuties vainīgs.

Dievs runās uz tevi caur tavu sirdsapziņu, bet daži cilvēki sajauc paši savas idejas ar Dieva balsi. Dažiem cilvēkiem ir “pārāk jutīga sirdsapziņa” un viņi jūt lielu vainu par vismazākajām neveiksmēm. Ja viņu mašīnai priekšā izlido putns un tiek nogalināts, viņi jūtās vainīgi par šo negadījumu. Šī vaina nav no Dieva.

### 3. Tukšuma sajūta

Daudzas neveiksmes ir mūsu mēģinājumi atrast laimi vai vieglu risinājumu sarežģītām problēmām. Tā vietā, lai darītu to pēc Dieva prāta, mēs izvēlamies vieglāko ceļu. Kad mēs izlemjam ignorēt Dieva ceļus un ejam paši savu ceļu, mēs neatradīsim apmierinājumu, kas nāk vienīgi no Dieva. Šī nenoteiktā tukšuma sajūta var novest līdz izmisuma un bezcerības sajūtām.

### 4. Disciplīna

Viena no sāpīgākajām neveiksmes sekām ir disciplīna vai sods. Maziem bērniem tas varētu nozīmēt pēriens par mamma vai tēta neklausīšanu. Tie, kuri pārkāpj valsts likumus, var tikt policijas apcietināti un aizsūtīti uz cietumu.

Kā jau mēs minējām iepriekš, Dievs disciplinē mūs arī tad, kad mēs ciešam neveiksmi. Viņš disciplinē mūs tādēļ, ka mīl mūs. (Skatīt Ebrejiem 12:5-11.) Ķēniņš Dāvids grēkoja pret Dievu un vēlāk atzina, ka ir grēkojis. Dievs piedeva viņam, bet arī sodīja viņu par viņa grēku. Izlasi 2.Samuēla 12.nodaļu, lai redzētu gan Dāvida grēku sekas, gan arī sodu par viņa grēkiem.

### 5. Slikti ieradumi

Kad tu laiku pa laikam turpini ciest neveiksmi vienā un tajā pašā jomā, tu vari viegli izveidot sliktu ieradumu. Pēc tam jau ir viegli to attaisnot kā savas personības daļu. “Es kļūstu dusmīgs tāpat, kā mans tēvs. Tas laikam ir iedzimts ģimenē.” Attaisnojumi neliks sliktam ieradumam kļūt par labu. Jo vairāk tu padodies šim sliktajam ieradumam, jo grūtāk kļūst to izmainīt.

### 6. Atkarības

Slikti ieradumi var kļūt tik svarīgi cilvēka dzīvē, ka tie kļūst par atkarību. Šajā brīdī cilvēks ir atkarīgs no šīs darbības – narkotikas, smēķēšana, alkohols, azartspēles vai ēšana, tie ir tikai daži. Viņi jūtas spiesti piepildīt šo vajadzību pēc tās atkarības. Faktiski, atkarība viņus kontrolē.

Viņi upurēs visu, lai tikai mēģinātu apmierināt savu atkarību. Bet, jo vairāk viņi mēģina rast apmierinājumu, jo mazāk viņi to piedzīvo. Viņi ir notverti pārāk lielu neveiksmju tīklā, lai no tā varētu izlauzties. Ne katra neveiksme noved pie atkarību uzvedības, bet daudzi jaunieši šodien piedzīvo atkarību spēku, kas izskatījās ļoti nekaitīgi, kad viņi to sākumā sāka.

### 7. Atmiņas un sāpes no pagātnes

Atmiņas par pagātnes neveiksmēm var kļūt par lielu problēmu. Ja šīs atmiņas turpina vajāt tavu prātu, tās var atturēt tevi mēģināt mainīt savu dzīves veidu. “Es esmu jau ātrāk tik bieži mēģinājis un cietis neveiksmi, kādēļ man vajadzētu mēģināt vēlreiz? Tas ir pārāk sāpīgi, lai atkal riskētu un ciestu neveiksmi.” Tam, kā tu rīkojies ar atmiņām par pagātnes neveiksmēm, būs dramatisks ietekme uz tavu atlikušo dzīvi. Dievs var tev palīdzēt atrast atbrīvojumu un dziedināšanu no šīm sāpēm un atmiņām. Dažreiz šī dziedināšana notiek ātri; citreiz tas prasa rūpīgu kristieša konsultanta palīdzību.

## 8. Dusmas

Daudzas no tikko uzskaitītajām sekām tavā dzīvē ienāks neveiksmes rezultātā - un tev nav spēka apturēt šīs sekas. Bet dusmas ir viena no sekām, kur tev ir spēks izvēlēties. Daudzi cilvēki dusmojas, kad viņiem neizdodas. Šī dusmu reakcija ir bijusi tik sena viņu pagātnes sastāvdaļa, ka viņi to nesaskata kā izvēli - viņi redz savas dusmas kā normālu reakciju uz neveiksmi.

Dusmas var būt vērstas uz sevi par to, ka pats ir šāda neveiksme. Vai arī tavas dusmas var būt vērstas pret citiem cilvēkiem, kuri, iespējams, ir bijuši daļa situācijā, kas noveda pie neveiksmes.

Dievs vēlas, lai tu redzētu, ka tavas izvēles var spēcīgi ietekmēt neveiksmju sekas. Ja tu izvēlies reaģēt ar dusmām, tas bieži vien var pasliktināt situāciju – kā ieliet benzīnu ugunī.

## 9. Izjukušās attiecības

Laulības šķiršana ir bieži sastopama. Ļoti maz cilvēku apprecas ar mērķi dažos gados panākt šķiršanos, tomēr tas notiek visu laiku. Ir daudz dažādu problēmu un neveiksmju, kas noved pie laulības izjukšanas.

Arī draudzību var iznīcināt neveiksmes dēļ. Dažreiz viss, kas tam ir nepieciešams, ir arguments vai neizpildīts solījums.

## 10. Vairāk neveiksmju

Varbūt tu esi nonācis problēmā – un viena neveiksme noved pie citas. Mēģinot vienu labot, tu radi vēl lielāku problēmu. Tāpat kā skolnieks, kurš nespēj savlaicīgi izpildīt klases uzdevumu un pēc tam melo, lai mēģinātu aizsegt patieso viņa iemeslu neveiksmei to izdarīt laikā.

Dažreiz kristieši var nonākt neveiksmē un pēc tam teikt: “Kāda jēga, es vienreiz cietu neveiksmi, tāpēc es varētu arī iet uz priekšu un darīt to vēl.” Jaunietis, kurš ir cietis neveiksmi un skatījies pornogrāfiju, saka: “Nu, es varētu arī to izdarīt vēl, un tad es lūgšu Dievu, lai Viņš man piedod.” Tā nākamās divas nedēļas viņš turpina iet lejup pa šo taciņu, pirms apstājas.

Šī domāšanas veida patiesās briesmas ir tādas, ka tas nesaskaras ar patiesību, ka neveiksme rada lielāku kaitējumu, un jo ilgāk tu uzturies šajā postošajā uzvedībā, jo lielāku kaitējumu tā nodarīs tavā dzīvē.

Nākamajā nodaļā mēs apskatīsim soļus, ko mēs varam veikt, lai sāktu atgūšanos no neveiksmes. Tāpat kā mēs izvēlamies ciest neveiksmi, mēs varam izvēlēties arī atgūties. Mums bieži būs nepieciešama Dieva palīdzība, lai iemācītos stundas, ko Viņš vēlas, lai mēs mācītos no katras neveiksmes. Šajā procesā mums var būt nepieciešama arī citu cilvēku palīdzība.

## 2.nodaļa

# Pirmie soļi, lai atgūtos no neveiksmēm

Lielākajai daļai no mums nepatīk ciest neveiksmi. Mēs gribam būt panākumiem bagāti. Mēs gribam lepoties ar sevi. Bet neviens nav perfekts. Tādēļ nav nepieciešamības saspringt katru reizi, kad tu ciet neveiksmi. Dievam patīk, ja tu dari visu iespējamo. Viņš tevi mīl pat tad, kad tu nedari visu iespējamo. Viņš tevi mīl arī pārāk daudz, lai tev ļautu palikt tādām pašām kāds tu esi šodien.

Tā kā mēs visi ikdienā pieļaujam kļūdas, mums jāmeklē veidi, kā pieaugt caur šīm neveiksmēm. Apskatīsim sīkāk, kā mēs varam pieaugt savu neveiksmju rezultātā.

**Atgūšanās:** soļi, ko spert, lai atgūtos no savām kļūdām. Atgūšanās iekļauj arī mācīties kādus soļus spert, lai neizdarītu atkal to pašu kļūdu.

Visā pārējā šī kursa laikā mēs apskatīsim dažādus soļus, ko tu vari spert, lai risinātu neveiksmi. Divi vārdi, ko mēs bieži lietosim, ir “atgūšanās” un “atkārtošana”. Lietojot terminu “atgūšanās”, mēs atsaucamies uz soļiem, ko spert, lai atgūtos no savas neveiksmes.

Atgūšanās ir ļoti atšķirīga atkarībā no piedzīvotās neveiksmes veida. Ja tu ciet neveiksmi turot grāmatu, kuru nes, un tā nokrīt uz grīdas, “atgūšanās” vienkārši nozīmē pacelt grāmatu, ko tu nometi un turpināt doties savās darīšanās.

Tomēr, ja tava neveiksme bija saistīta ar kāda Dieva likuma pārkāpšanu, atgūšanās ir daudz nopietnāks jautājums. Ja cilvēks nozog automašīnu un šī procesa laikā ietiecas trīs citās automašīnās, ievainojot vairākus cilvēkus – šīs neveiksmes sekas ir daudz vairāk nopietnas. Atgūšanās no šīs neveiksmes prasīs pavisam citus soļus, nekā grāmatas nomešana. Faktiski, ja šī persona vienkārši aizmuka prom no negadījuma vietas, viņš izdarītu vēl vienu noziegumu - atstāt negadījuma vietu.

Kad mēs šajā kursā lietojam terminu “atgūšanās”, mēs iekļaujam visus nepieciešamos soļus, kas jāspert, lai novērstu neveiksmes sekas. Tas var ietvert garīgas sekas - grēka atzīšana ir viens solis. Tas var ietvert attiecību atjaunošanu ar citu personu, kuru neveiksme sāpināja.

Atgūšanās nenozīmē tikai neveiksmes radīto zaudējumu novēršanu - tā ietver arī dzīvesveida maiņu, lai tu nākamnedēļ vairs neatkārtotu to pašu neveiksmi. Neveiksme tavā dzīvē var norādīt uz nepieciešamību pēc būtiskām pārmaiņām tavā dzīvē. Tas var būt kas vairāk nekā tas, ko tu vari izdarīt pats – tev var būt nepieciešama citu cilvēku palīdzība, lai veiktu šīs izmaiņas. Un daudzos gadījumos tev būs nepieciešama Dieva palīdzība, lai veiktu nepieciešamās izmaiņas savā dzīvē.

Dažos gadījumos atgūšanās nav tikai atgriešanās vietā, kur tu biji pirms neveiksmes. Tas ietvers augšanu pavisam citā vietā. Šāda veida radikāla atgūšanās ietver to, ka tu tiec pārveidots Dieva spēkā, lai kļūtu par paklausīgu Jēzus sekotāju. Šāda veida radikāla

atgūšanās nav nepieciešama, ja tu nomet grāmatu, kuru nes. Bet tā var būt vienīgā veida patiesā atgūšanās, kas tev patiesi palīdzēs, ja tava neveiksme ir saistīta ar grēku.

Kad mēs runājam par atgūšanos, mēs ne tikai runājam par to, kā salabot to, ko mēs izjaucām, bet arī par mūsu pareizo attiecību ar Jēzu atjaunošanu.

Otrs jautājums, kuru mēs studēsim, ir “atkārtošana”, un ar to mēs runājam par nākotnes neveiksmēm. Atgūšanās process dažreiz ir bedrains, ar daudziem kāpumiem un kritumiem. Ceturtajā nodaļā mēs tuvāk apskatīsim, kas atkal izraisa neveiksmes pēc atgūšanās no pagātnes neveiksmēm.

## A. Ierastākie reakcijas veidi uz neveiksmi

Ir daudz dažādu veidu, kā reaģēt uz neveiksmēm. Kad tu lasīsi sekojošo sarakstu, mēģini iedomāties vienu vai divus piemērus, kā tu vai cits cilvēks ir pielietojis šīs metodes, lai reaģētu uz neveiksmi.

### 1. Atbrīvojoties tikai no virspusējās problēmas

“Es beigšu tevi saukt par ‘mulķi’,” saka Jānis. Tas, protams, ir solis pareizajā virzienā. Bet, ja Jānis vēl joprojām turas pie necieņas pilnas attieksmes pret citu cilvēku, viņš atradīs citus veidus, kā izrādīt savu necieņu. Ja Jānis domā, ka viņa attieksme pret citu cilvēku ir pareiza, tad viņš nav sapratis Dieva veidu, kā cienīt citus.

Virspusēja problēmu risināšana nenesīs paliekošu izaugsmi. Mums ir jāskatās dziļāk par virspusējo problēmu, ja mēs tiešām vēlamies izbaudīt panākumus.

### 2. Apspiest to

Šī neveiksmju risināšanas metode ir līdzīga mēģinājumam atbrīvoties no aisberga (vai ledus gabaliņa), pastumjot to zem ūdens. Problēma vēl joprojām tur ir, un ir nepieciešama ļoti liela enerģija, lai noturētu to apakšā. Agrāk vai vēlāk, spiediens sakrāsies līdz tādām līmenim, ka tā pati vai cita saistīta problēma atkal izsprāgs uz āru. Varbūt būtu labāk teikt, ka problēma atkal eksplodēs.

### 3. Neslēp neko

Daži cilvēki risina savas neveiksmes vienmēr runājot par tām. Katrai problēmai ir savs laiks un vieta, lai to risinātu, bet ne katra problēma ir publiski apspriežama. Cilvēks, kurš vienmēr iesaistās strīdos un cīņās saka: “Jā, bet tā es iekšēji jūtos. Kāpēc man būtu jāslēpj savas jūtas?”

### 4. Bēdz no problēmas

Daži cilvēki baidās skatīties acīs savām problēmām. Viņi ļauj šīm bailēm kontrolēt viņu dzīves. Viņi neapstājas un neskatās acīs savām neveiksmju sekām, bet viņi visu laiku bēg. Daudzi jaunie kristieši pielietoja šo atbildes metodi uz neveiksmēm pirms viņi kļuva par kristiešiem.



## 5. Ignorēt problēmu

Vai Tev kādreiz ir bijusi problēma, bet tu izvēlējies to ignorēt, cerot, ka varbūt tā pazudīs? Šāda pieeja ļoti bieži nedarbojas. Tu šo pieeju vari salīdzināt ar kuģa stūrmani, kurš priekšā redz milzīgu aisbergu, bet nolemj, ka kursa maiņa ir pārāk liels darbs. Ja tu būtu šī kuģa pasažieris, tu būtu sašutumā par šādu stulbumu - ticēt, ka, ja viņš aisbergu ignorēs, tas pazudīs. Cilvēks, kurš ignorē savas neveiksmes, parasti atkal cieš neveiksmi šajā sfērā.

## 6. Meklēt aizbaidinājumus un attaisnot problēmu

Dažreiz ir izdevīgi meklēt aizbaidinājumus savām problēmām un neuzņemties atbildību par tām. Cilvēkam, kurš izvēlas šādu pieeju savu neveiksmju risināšanā, parasti labi sanāk attaisnot savas kļūdas. Viņam vienmēr ir labs attaisnojums, kāpēc viņš nevarēja izvairīties no kļūdišanās. “Nu, neviens nav perfekts,” tā ir vēl viena parasta šo cilvēku atbilde.

Ja šis cilvēks ir pieķerts atkarībā, ģimenei un tuviniekiem var būt nepieciešams iejaukties, lai nogādātu šo personu pārmaiņu vietā.

## 7. Reaģēt uz neveiksmi Dieva veidā

Bībelē ir ļoti daudz praktisku padomu un daudz piemēru par to, kā pareizi reaģēt uz neveiksmēm. Tālāk šajā kursā mēs studēsim par vairākiem bībeliskiem principiem, kā reaģēt uz neveiksmēm. Mēs arī paskatīsimies kā Dievs var mums palīdzēt izaugt caur mūsu neveiksmju pieredzi.

Diezgan bieži Dieva veids, kā risināt mūsu problēmas, ir sākt ar “aisberga” apakšu, tikt galā ar saknes cēloni. Kad mēs nostabilizējam savas attiecības ar Dievu un sākam dzīvot Viņa veidā, tad mūsu problēmas paliks arvien mazākas un drīz pazudīs. Kad tu nocērt aisberga apakšu, tad arī aisberga virspuse sāk slīkt.

## B. Ko man darīt, kad es ciešu neveiksmi?

Izlemjot, kā reaģēt pēc neveiksmēm, tam būs dramatiska ietekme uz to, vai šī neveiksme tavā dzīvē kļūst par pozitīvu vai negatīvu pieredzi. Tava reakcija tevi tuvinās izaugsmei un briedumam vai arī vedīs tevi dziļāk vairāk problēmās.

Nosakot savu reakciju uz neveiksmi, vispirms ir lietderīgi apsvērt, par kādu neveiksmi mēs runājam. Pirmajā nodaļā mēs sadalījām neveiksmes trīs plašās kategorijās: (1) neveiksmes, kas nav grēks, (2) neveiksmes, kas ir grēks, un (3) neveiksmes, kas noved pie grēka.

Apskatot, kā reaģēt uz neveiksmēm, šajā nodaļā uzmanība tiks pievērsta tām neveiksmēm, ar kurām saistās negatīvas sekas - īpaši neveiksmes, kuras ir grēks. Daži no šiem punktiem attieksies uz visām neveiksmēm, citi attiecas tikai uz neveiksmēm, kas ir grēks.

## Ko man darīt, kad es ciešu neveiksmi?

1. Man jāatzīst, ka es kļūdījos
2. Man jālūdz, lai Dievs man piedod
3. Man jāpiedod sev pašam
4. Man jāpieņem lēmums beigt grēkot
5. Lūgt piedošanu tiem, kuri tika aizvainoti
6. Atrast neveiksmes cēloni
7. Meklēt Dieva ceļu ārā no savas neveiksmes
8. Ļaut citiem pateikt man par manām problēmām
9. Turpināt augt!

### 1. Man jāatzīst, ka es kļūdījos

Ļoti grūti ir pateikt: “Es kļūdījos,” un sātans darīs visu, ko vien var, lai atturētu tevi no tā. Tev nevajadzētu attaisnot problēmu un meklēt tai aizbildinājumus. 1.korintiešiem 10:13 Dievs saka, ka Viņš ir devis mums visu nepieciešamo spēku, lai mēs stātos pretī kārdinājumiem un izbēgtu no tiem. Kad tu pievil Dievu, tu nevari nevienu vainot, izņemot sevi.

Kad tu atzīsti pats sev, ka tu kļūdījies, tas nenozīmē, ka tu esi pēdējais neveiksminieks. Uz neveiksmi ir jāskatās pareizajā perspektīvā. Nepadari to mazāku, nekā tā ir Dieva acīs. Bet mazu kļūdu nepadari par savu lielāko katastrofu. Visa tava dzīve netiks sagrauta dēļ tā, ka tu piededzināji tostermaizi brokastīm.

Ja esi zaudējis spēlē, pasaki pārējiem spēlētājiem: “Mēs zaudējām, bet es joprojām izbaudīju spēlēt kopā ar jums.”

Nosaki vai neveiksme bija grēks. Ja tā bija grēks, tad tev to vajadzēs izsūdzēt Dievam. Ātri atzīsti sev: “Es kļūdījos, bet es vēl joprojām gribu dzīvot ar Dieva mieru savā sirdī.”

### 2. Man jālūdz, lai Dievs man piedod

Tevis ir jādara kaut kas vairāk, kā vienkārši atzīt, ka kļūdījies. Pasaki Dievam, ka tu nepaklausīji Viņam, un lūdz Viņam piedošanu. Tiem ir jābūt kaut kam vairāk kā tikai vārdiem – tev patiešām ir jādomā tas, ko tu saki.

**Jēkaba 4:8-10 (tulkojums no New Life Bible)**

**Tuvojieties Dievam un Viņš tuvosies jums. Nomazgājiet savas rokas, jūs, grēcinieki. Iztīriet savas sirdis, jūs, kuri gribat sekot vienlaicīgi grēcīgajiem pasaules ceļiem un Dievam. (9) Lai jums ir žēl par saviem grēkiem un raudiet to dēļ. Esiet bēdīgi un nesmejieties. Lai jūsu prieks tiek pārvērsts bēdās. (10) Pazemojiet sevi Tā Kunga priekšā. Tad Viņš pacels jūs un palīdzēs jums.**

Tiklīdz kā tu saproti, ka esi grēkojis pret Dievu, tev ir jānāk pie Viņa un jāizsūdz sava neveiksme. Tev nav jāgaida stunda, vai diena, vai līdz nākamajai svētdienai, lai atzītos savā grēkā Viņam. Dievs ir apsolījis, ka Viņš tev piedos, ja tu patiesi lūdz Viņam piedošanu.

### 3. Man jāpiedod sev pašam

Beidziet sevi nosodīt. Dažiem no mums ir ļoti viegli sevi nospiegt. “Es esmu tāda neveiksme.” “Kā es varēju būt tik stulbs?” Visi šie uzbrukumi sev, problēmu neatrisinās. Šie uzbrukumi var nenākt tikai no tevis paša, bet arī no apkārtējiem. Sātans arī pienesīs tavā prātā nosodījuma domas, lai mēģinātu tev atņemt drosmi un atturētu tevi no šīs neveiksmes pārvēršanas izaugsmes iespējā.

Raugies uz neveiksmi no Dieva skatupunkta. Atzīsti, ka tu cieti neveiksmi – neignorē to. Dod sev atļauju nebūt ideālam. Tā vietā, lai pārmetu sev, koncentrējies uz to, lai pievērstu savu uzmanību tam, ko Dievs vēlas, lai tu darītu, reaģējot uz šo neveiksmi.

Centies precīzi saredzēt savu neveiksmi. Nepārspilē tās ietekmi uz savu dzīvi. Bet, no otras puses, arī neignorē to. Piedot sev nozīmē, ka tu turpini pieaugt. Tu neizstājies. Tava dzīve ir tā vērtā, lai dzīvotu to pilnīgi.

Ja Dievs tev ir piedēvis, tad tev vajag piedot sev pašam. Tev vajag redzēt sevi tādā veidā, kādā Dievs tevi redz – cilvēks ar cerību, cilvēks ar potenciālu.

### 4. Man jāpieņem lēmums beigt grēkot

Atzīstot savu neveiksmi Dievam, ir svarīgi mainīt savu attieksmi pret problēmu. Tev ir jāpieņem lēmums pārtraukt darīt to, kas ir grēks.

#### 2.laiku 7:14 (tulkojums no New International Version)

**Ja mani ļaudis, kas ir nosaukti pēc Mana vārda, pazemos sevi un lūgs un meklēs Manu seju un aizgriezīsies no saviem ļaunajiem ceļiem, tad Es dzirdēšu no debesīm un piedošu viņu grēku un dziedināšu viņu zemi.**

Daži cilvēki turpina nepaklausīt Dievam, darot to pašu atkal un atkal. Viņi pat nemēģina pārtraukt grēkot. Tas parāda, ka persona nesaprot patiesu grēku nožēlu. Grēku nožēlošana nozīmē grēka atzīšanu un lēmuma pieņemšanu - pagriezt muguru šim grēkam. Tu pieņem lēmumu sākt darīt to, ko Dievs vēlas, lai tu dari.

Vai tas nozīmē, ka tu nekad vairs necietīsi neveiksmi šajā savas dzīves jomā? Nē. Patiesībā, nesaki Dievam: “Es apsolu, ka nekad vairs to nedarīšu.” Tu pats sagatavo sevi neveiksmei, un sātans nākamreiz, kad piedzīvoysi neveiksmi, pienesīs visa veida vainu un nosodījumu. Tā vietā, lai koncentrētu savu uzmanību uz neveiksmi, vērs savu prātu uz to, kas ir pareizs. Domā par paklausību Dievam un izvēlies rīkoties pareizi. Jo mazāk tu domā par grēcīgajām neveiksmēm, jo mazāk tu tiks kārdināts tām padoties.

Augt caur neveiksmēm nozīmē, ka tev jāuzņemas atbildība disciplinēt savu domu dzīvi.

#### **Filipiešiem 4:8-9 (tulkojums no New International Version)**

**<sup>8</sup>Beidzot, brāļi, kas vien ir paties, kas vien ir cēls, kas vien ir pareizs, kas vien ir šķīsts, kas vien ir jauks, kas vien ir apbrīnojams – ja ir kaut kas teicams vai slavējams – par tādām lietām domājiet. <sup>9</sup>Viss, ko esat mācījušies vai saņēmuši vai dzirdējuši no manis, vai redzējuši manī – praktizējiet to. Un miera Dievs būs ar jums.**

## **5. Lūgt piedošanu tiem, kuri tika aizvainoti**

Dažreiz tava neveiksme bija saistīta ar citiem cilvēkiem, un tava rīcība viņus aizvainoja. Tev ir jālūdz Dievs, lai Viņš palīdz tev noteikt, vai tev vajadzētu runāt ar šo cilvēku par šo situāciju. Ja ir skaidrs, ka viņi ir aizvainoti, tad, iespējams, pareizā lieta ir iet un atzīt, ka tu rīkojies nepareizi, un lūgt viņus piedot tev.

Tomēr, ja viņi nezināja par tavu neveiksmi, tad daudzkārt nav nepieciešams ar viņiem runāt par tavu neveiksmi. Piemēram, ja vīrietim ir iekāres domas pret sievieti, pareizā lieta nebūtu doties un atzīties šai personai un lūgt viņai piedošanu. Pārvarot šo problēmu, vīrietim, iespējams, būs jāmeklē dievbijīgs padoms no drauga vai padomdevēja, kurš viņam var palīdzēt noteikt izaugsmes soļus šīs problēmas risināšanai.

Vēl viena piedošanas procesa daļa ir atlīdzināšana par to, ko esi nozādzis vai iznīcinājis. Sīkāk apskatīsim šo piedošanas un atlīdzināšanas jautājumu vēlāk šajā nodaļā.

## **6. Atrast neveiksmes cēloni**

Uzdod sev jautājumu: “Kāpēc es cietu neveiksmi?” Varbūt tu skaidri nesaproti, kāpēc tu cieti neveiksmi. Lūdz un prasi Dievam, lai Viņš tev palīdz saprast iemeslu. Bieži vien mēs mēģinām dzīvot kristīgu dzīvi paši saviem spēkiem tā vietā, lai paļautos uz spēku, ko Dievs vēlas mums dot. Ļoti viegli ir kļūdīties pieņemot, ka “tagad, kad esmu kristietis, es būšu panākumiem bagāts.” Dievs mums ir nodrošinājis ceļu, kā mēs varam uzvarēt neveiksmes.

#### **Filipiešiem 4:13 (tulkojums no New Living Translation)**

**Jo es varu izdarīt visu caur Kristu, kurš dod man spēku.**

Tev nav spēka izdarīt visu, ko tu gribi; vienīgi tās lietas, ko Dievs ļaus tev darīt. Būs reizes, kad Dievs ļaus tev ciest neveiksmi, jo Viņš grib, lai tu iemācītos, ka tu nevari iet caur dzīvi pats saviem spēkiem. Tu cietīsi neveiksmes tik ilgi, kamēr iemācīsies paļauties uz Viņu.

Dažreiz mēs ciešam neveiksmi tādēļ, ka ļaujam savām cilvēciskajām vēlmēm kontrolēt visu, un tas bieži noved līdz grēkam. Skatīt Jēkaba 1:13-15. Dažreiz mēs grēkojam tādēļ, ka patiesībā negribam darīt to, ko Dievs grib, lai mēs darām. Tā vietā mēs darām to, kas mums šķiet vislabākais.

Tad, kad esi atradis savu neveiksmju cēloni, dari kaut ko ar to! Prasi Dievam, lai palīdz tev atrast risinājumu problēmai, lai tev nevajadzētu atkal un atkal ciest neveiksmes.

## 7. Meklēt Dieva ceļu ārā no savas neveiksmes

Neviena neveiksme nav pārāk sarežģīta priekš Dieva. Viņš vienmēr var palīdzēt tev atrast izeju no tavas neveiksmes. Tā varbūt nebūs vienkārša. Bet Viņa ceļi darbosies. Bībelē ir daudz praktisku padomu un piemēri par cilvēkiem, kuri ir atraduši Dieva ceļu ārā no savām neveiksmēm. Tu nevari atgriezties atpakaļ un izdzēst savas kļūdas. Turpini doties uz priekšu. Atceries, Viņš nekad neuzgriezīs tev muguru.

Dažreiz kristieši savas neveiksmes pārāk garīgo. Uz katru neveiksmi viņi skatās - "Es esmu novērsis savu skatu no Jēzus". Ja tu nenokārto pārbaudes darbu skolā, patiesais iemesls tam varētu būt tas, ka tu nemācījies pietiekami daudz, vai tu mācījies nepareizos materiālus. Spēcīgākas lūgšanas neaizvietos kārtīgu mācīšanos priekš pārbaudes darbiem skolā. Ir savs laiks lūgšanai, un tad ir laiks, kad ir jābeidz lūgt un jāķeras pie darba. Dažas neveiksmes ir slinkuma rezultāts, nevis "sātana uzbrukums".

## 8. Ļaut citiem pateikt man par manām problēmām

Daudziem no mums nav problēmu sastādīt savu neveiksmju sarakstu. Bet dažreiz citi var labāk saskatīt mūsu problēmas, nekā mēs. Sauc tos par saviem "aklajiem punktiem". Nolem, ka tu uzmanīgi klausīsies, kad draugs vai ģimenes loceklis nāk pie tevis un saka: "Tev ir problēma ar ...". Ja tu atbildi ar asu kritiku vai saki viņiem, lai nebāž savu degunu citu darīšanās, tu patiešām sāpini sevi.

Lūkas 18:18-30 stāsta par bagāto jaunekli, kurš nāca pie Jēzus, lūdzot palīdzību. Viņš gribēja pārliecināties, ka pēc nāves viņš ietu uz debesīm. Jēzus jautāja, vai viņš pildīja Dieva baušļus. Jauneklis atbildēja: "Jā." Pēc tam Jēzus pateica, kas ir viņa problēma. Viņa "aklais punkts" bija viņa nauda. Jēzus teica, lai viņš pārdod visu, kas viņam ir, atdod to nabagiem un tad nāk un seko Viņam. Cilvēks aizgāja ar noskumušu sirdi – bet tagad viņš zināja, kas ir viņa problēma.

Ja tu ļauj citiem palabot tevi, esi gatavs uz visnegaidītāko. Ja viņi nemirst no šoka, tad viņi dzīvos, lai cienītu tevi, un var pat izveidot ciešāku draudzību ar tevi. Neļauj savam lepnumam atturēt tevi no ieklausīšanās tajā, kas citiem ir sakāms. Viņi var kļūdīties, bet, iespējams, Dievs lieto šo cilvēku, lai norādītu tev uz patiesību. Nevieni nav nomiris no patiesības uzklaušanās. Ja tas, ko viņi saka, ir patiesība, bieži vien Dievs to apstiprina arī tavā sirdī. Tu vari pajautāt citam draugam, vai viņš arī ir novērojis tādu pat problēmu tavā dzīvē.

Daudziem cilvēkiem nesanāk pareizi pateikt, kas ir tavas problēmas. "Lūdzu, dari to maigi," tu saki sev. Ja tu gaidi, kad parādīsies perfekts palīgs, tad tu, iespējams, nomirsi gaidot. Ja tu tiešām vēlies gūt panākumus, tu jautāsi cilvēkiem, lai viņi pasaka, kādas problēmas viņi saskata tavā dzīvē. Neesi pārsteigts, ja viņi sākumā pārbauda tevi. Viņi var aprakstīt kādu nelielu vājību tavā dzīvē vienkārši, lai redzētu tavu reakciju. Ja tu atvērti pieņem viņu palabojumu un nepaliec dusmīgs, viņi varbūt tev pateiks vairāk.

Savu vājo punktu atzīšana prasa lielu drosmi. Prasi Dievam, lai viņš palīdz tev ieklausīties tajā, ko Viņš tev saka caur citu cilvēku kritiku.

## 9. Turpināt augt!

Labākais veids, kā pārvarēt neveiksmi, ir turpināt augt. Ja tu mācies no savām kļūdām, tu esi uz panākumiem bagāta cilvēka ceļa. Neļauj velnam atņemt tev drosmi. Atceries apsolījumu Filipiešiem 1: 6 – Dievs tev dos spēku, kas tev nepieciešams, lai stātos pretī katrai problēmai savā dzīvē.

## C. Lūdzot piedošanu

Apskatīsim sīkāk divus jautājumus, kuriem ir galvenā loma mūsu reakcijā uz neveiksmēm - piedošana un atlīdzināšana.

Iespējams, ka viena no grūtākajām lietām dzīvē, ir iet pie cita cilvēka un lūgt viņam vai viņai piedošanu pēc tam, kad esi izdarījis kaut ko nepareizu. Viens svarīgs solis, lai atgūtos no neveiksmes ir lūgt piedošanu cilvēkam, ko esi aizvainojis.

Sātans darīs visu, kas ir viņa spēkos, lai atturētu tevi no tavu attiecību atjaunošanas ar cilvēku, kuru ir skārusi tava neveiksme. Viņš mēģinās likt tev noticēt, ka otram cilvēkam ir problēma. Viņš apelēs pie tava lepnuma: “Ja tu atzīsi šim cilvēkam, ka tu kļūdījies, viņš tevi tik tiešām pazemos un liks tev izskatīties kā muļķim.”

Ja tu vēlies atgūties no savas neveiksmes un izbaudīt mieru, kas nāk no Dieva, tad viens solis ir lūgt piedošanu tiem, kurus ietekmēja tava neveiksme. Dievs tev dos spēku un gudrību, lai to izdarītu, bet Viņš to nedarīs tavā vietā. Neprasi Dievam brīnumu, lai tev nebūtu jāatzīst tas, ko tu izdarīji nepareizi, un neprasītu viņiem piedošanu.

### 1. Pirms es lūdzu piedošanu

Vai tu esi kādreiz redzējis, kā māte saka savam bērnam, lai viņš saka: “Man ļoti žēl,” kad viņš ir izdarījis kaut ko nekrietnu otram bērnam? Iespējams bērns nomurmināja šos vārdus, skaidri parādot, ka tas nenāca no viņa sirds. Dievs negaida, ka mēs teiksim konkrētus vārdus, nedomājot to, ko sakām.

Pirms tu nožēlo to, ko esi izdarījis nepareizi un lūdz piedošanu ir jāizdara trīs lietas.

#### a. Atzīt sev un Dievam, ka es izdarīju nepareizi

Tev ir jātic, ka tas, ko tu izdarīji, bija patiešām nepareizi. Ja tu neesi pārliccināts, ka esi izdarījis kaut ko nepareizu, tad uz doto brīdi pieņem to, ka esi rīkojies nepareizi. Pastāsti Dievam, ko tu izdarīji. Nemēģini attaisnot sevi vai meklēt aizbildinājumus. Ja tu netici, ka tas, ko tu izdarīji, ir nepareizi, tad, iespējams, tev ir taisnība. Bet, ja otrs cilvēks tika aizvainots ar tavu rīcību, tad tev ir jāmeģina atjaunot attiecības. Tas ir daudz svarīgāk par savas taisnības pierādīšanu. Galu galā, ja tev bija taisnība, Dievs to zina. Bet, ja tu izdarīji nepareizi, Viņš gaida, kad tu to Viņam atzīsi.

Ķēniņš Dāvids Vecajā Derībā sagrēkoja pret Dievu un tad mēģināja noslēpt to, ko viņš bija izdarījis. Izskatījās, ka viņa plānam bija panākumi, līdz kamēr vairākus mēnešus vēlāk atnāca pravietis Nātans un atklāja viņa grēku. Dāvida atbilde ir tūlītēja: “Es esmu grēkojis pret To Kungu,” Dāvids teica. Nātans atbildēja: “Tas Kungs piedod tev; tu nemirsi.” (2.Samuāla 12:13 tulkojums no Good News Bible).

## **b. Zināt skaidri ko es izdarīju nepareizi**

Iespējams, tu esi redzējis, kā kāds lūdz piedošanu par kaut ko, bet viņi sagroza patieso problēmu. "Piedod, ka aizvainoju tevi ar savu atklātību," Marija saka. Bet tu zini, ka patiesā problēma ir tā, ka Marija asi kritizēja šo cilvēku publiski.

Pirms tu ej pie cita cilvēka meklēt piedošanu, pārlicinies, ka tev un Dievam ir vienāds viedoklis par to, ko tu izdarīji nepareizi. Tas nenozīmē, ka tev visos sīkumos ir jāapraksta tas, ko tu izdarīji nepareizi. Bet tev ir jāsaprot, ka zem tavas neveiksmes slēpjas tavs cieņas trūkums, tava kritika, tavi dusmu uzliesmojumi, tava greizsirdība vai tavs lepnums. Esi godīgs pret sevi.

## **c. Plānot ko es teikšu, kad runāšu ar to cilvēku**

Stāsts par pazudušo dēlu Lūkas 15:11-32 sniedz labu piemēru piedošanas meklēšanas procesam. Vispirms dēls apzinās savu grēku un atzīst to Dievam. Tad viņš nolemj atgriezties mājās. Viņš rūpīgi plāno, ko sacīs tēvam, atzīstot savu neveiksmi un grēku. Tad viņš piecēlās un devās mājās. Viņa pirmie vārdi tēvam bija savu grēku atzīšana.

Tev, iespējams, vajadzētu veltīt laiku, lai pierakstītu to, ko tu teiksi cilvēkam, kad runāsi ar viņu. Vispirms vari to pārrunāt ar citu draugu vai padomdevēju, lai pārlicinātos, ka tavi plāni ir ar mērķi.

Vēl svarīgāk ir tas, ka tu velti laiku, lai par to lūgtu un meklētu Dieva palīdzību. Tas nenozīmē, ka pirms runāšanas ar kādu, tev ir jālūdz divas nedēļas. Daudzas reizes, jo ātrāk mēs lūdzam piedošanu, jo ātrāk var sākties dziedināšanas process.

## **2. Nepareizi veidi kādos lūgt piedošanu**

Ir vairāki veidi, kā lūgt piedošanu, kas patiešām parāda, ka mēs neesam patiesi savas kļūdas atzīšanā. Mēs varam prasmīgi aizstāvēt savu lietu un uzvelt vismaz daļu vainas uz otru cilvēku.

### **a. "Ja es izdarīju nepareizi, lūdzu, piedod man..."**

Cilvēks, kurš izmanto šādu pieeju, patiesībā saka: "Es nedomāju, ka es izdarīju kaut ko nepareizi, bet, ja tu domā, ka es izdarīju, tad, lūdzu, piedod man." Cita šīs pieejas versija ir šāda: "Ja es tevi aizvainoju ar savu rīcību, tad, lūdzu, piedod man." Ja tu gribi atjaunot savas attiecības ar citu cilvēku, nelieto vārdu "JA".

### **b. "Es izdarīju nepareizi, bet tu nepareizi..."**

Neattaisno savas kļūdas, sakot otram cilvēkam, ka viņš vai viņa arī izdarīja nepareizi. Tava atbildība ir parūpēties par to, ko tu izdarīji nepareizi. Ļauj Dievam tikt galā ar otru cilvēku attiecībā uz viņa daļu problēmā. Viņam ir lielāka pieredze palīdzot cilvēkiem šajā lietā.

### c. "Tagad, kad es esmu atzinies visā, ko izdarīju nepareizi, tev ir jāpiedod man."

Tikai tāpēc, ka tu atzīsti, ka darīji nepareizi, neliek viņiem reaģēt tā, kā tu vēlies, lai viņi reaģē. Tu vari doties uz šo sarunu ar nereālām cerībām.

Pirms došanās uz sarunu, tu varbūt prātā redzi, kā tieši notiks šī saruna - tu lūgsi viņu piedošanu, un viņi smaidīs un atbildēs: "Viss ir piedots."

Bet tad, kad tev patiešām ir šī saruna, viņu reakcija ir radikāli atšķirīga. Viņi tev nepiedod, un varbūt viņi atgriežas pie tevis ar vēl vairāk dusmām. Ja tu neesi uzmanīgs, viņu negaidītā reakcija var radīt jaunu un lielāku problēmu. Neej prom dusmās sakot: "Viņiem vienkārši nepatika veids, kā es lūdzu piedošanu!" Tev nav tiesību pieprasīt, lai kāds tev piedotu tikai tāpēc, ka tu to lūdzi viņiem.

Piedošana ir divpusējs jautājums – iesaistot vismaz divus cilvēkus. Viens solis ir atzīt, ka izdarīji nepareizi un lūgt viņu piedošanu. Bet viņu reakcija nav zem tavas kontroles. Viss, ko tu vari darīt, ir tava daļa. Ja esi to darījis sirsnīgi, tu joprojām nevari pieprasīt, lai viņi tev piedod. Tev, iespējams, vajadzēs veikt papildu atlīdzināšanas pasākumus, pirms šis cilvēks tev piedos.

### d. "Tagad, kad es esmu atzinies visā, ko izdarīju nepareizi, vienkārši aizmirsti par to."

Tava neveiksmes atzīšana nenozīmē, ka tagad viss ir kārtībā, un mēs varam turpināt attiecības, it kā nekas nebūtu noticis. Tavas neveiksmes atzīšana nenozīmē, ka viņiem tagad tev jāuzticās. Pat ja viņi tev piedod, tas nenozīmē, ka viņi tev uzticēsies.

"Tagad vienkārši aizmirsti par manu pagātnes neveiksmi," var būt mēģinājums ignorēt vajadzību pēc vairāk izmaiņām. Incidents, kurā tu atzinies, var būt tikai aisberga gals.

Tev, iespējams, vajadzēs veikt dažas būtiskas izmaiņas savā dzīvē un savās attiecībās ar šo cilvēku – tas viss no tavas puses var būt smags darbs. Lūgt piedošanu nav burvju nūjiņa, kas ļauj mums izdzēst visas pagātnes sāpes, sakot: "Es izdarīju nepareizi, lūdzu, piedod man."

Saskarties ar savām neveiksmēm nozīmē redzēt tās tā, kā Dievs redz, un reaģēt saskaņā ar Viņa plānu.

## 3. Pareizais veids kā lūgt piedošanu

Ja tu tiešām vēlies atrast mieru ar Dievu un tiem, kurus ir ietekmējusi tava neveiksme, tad esi drosmīgs un saki cilvēkam: "Es izdarīju nepareizi           (pasaki, ko tu izdarīji nepareizi)          . Vai tu man piedosi?"

Kad tu sāc savu atzīšanos ar vārdiem "Es izdarīju nepareizi", tu liec skaidri saprast, ka tu atzīsti, ka izdarīji nepareizi. Kad tu saki cilvēkam, ko tu izdarīji nepareizi, tev nav jāizplūst plašās detaļās. Dari to vienkārši un īsi. Piemēram, "Es nepareizi darīju, neizrādot tev cieņu ar savu runas veidu, kad vakar pēcpusdienā darbā ar tevi runāju." Cits piemērs ir, "Es nepareizi darīju, turot rūgtumu pret tevi. Vai tu, lūdzu, man piedosi?"



Pēc tam, kad esi pateicis, ko tu izdarīji nepareizi, tad lūdz, lai cilvēks tev piedod. Kad tu uzdod šo jautājumu, tu dod cilvēkam iespēju atbildēt tev. Tas ir ļoti svarīgi. Uzdod jautājumu skaidru un vienkāršu.

Pārliecinies, ka tu saņem atbildi no otra cilvēka. Ja viņš vai viņa saka: “Aizmirsti to,” lūdz cilvēkam vēlreiz piedošanu. Pasaki viņam vai viņai, ka Tas Kungs ir pārliecinājies tevi, ka tas, ko tu izdarīji, bija nepareizi, un ka tev ir svarīgi saņemt atbildi. Ja viņi vēl joprojām atsakās piedot tev, tad mēģini maigā veidā pajautāt iemeslu, kādēļ viņi tev nepiedos. Neuzspied šo jautājumu, bet, ja cilvēks vēlas izskaidrot iemeslu, uzmanīgi klausies viņā, nemēģinot sevi attaisnot.

Ja otrs cilvēks tev piedod, tad tu savā sirdī piedzīvosi Dieva mieru. Prieks, kas rodas atjaunojot salauztas attiecības, ir tā vērts lai atzītu savas neveiksmes un meklētu piedošanu.

### **Sal.pam. 17:9 (tulkojums no New Living Translation)**

**Mīlestība uzplaukst, kad tiek piedota vaina, bet kavēšanās pie tās, atdala tuvus draugus.**

Vēl viena lieta, kas palīdzētu stiprināt tavas attiecības ar cilvēku, kuru ir ietekmējusi tava neveiksme, ir lūgt tam pašam cilvēkam palīdzēt tev pārvarēt savu problēmu. Lūdz cilvēkam ieteikumus par to, kā tu varētu atbrīvoties no šīs problēmas. Ja viņš vai viņa piedāvā kādu palīdzību, tad klausies uzmanīgi un nemēģini attaisnot sevi, vai neļauj leņķim atkal iezagties tavā dzīvē.

## **D. Atlīdzināšana**

Kāda ir kristieša atbildība atlīdzināt pagātnes neveiksmes? Kā ir ar visiem grēkiem, ko cilvēks izdarīja pirms kļuva par kristietu? “Dievs piedod un aizmirst,” tu saki. Tā ir taisnība, bet cilvēki neaizmirst tavas neveiksmes.

Kad mēs runājam par atlīdzināšanas tematu, mums ir uzmanīgi jāpatur prātā Dieva prioritātes. Daudzas no Dieva mācībām nav vieglas; faktiski, tev ir neiespējami paklausīt tām bez Viņa palīdzības. Attiecību atjaunošana ar citu cilvēku nedarbosies, kamēr Dievs nedos tam cilvēkam vēlmi tev piedot.

Vissvarīgākais atlīdzināšanas veids, ko tu varētu darīt, ir atjaunot savas attiecības ar Dievu. Tas nozīmē savu grēku atzīšanu un piedošanas lūgšanu Viņam. Ja tev neizdodas atjaunot savas attiecības ar Viņu, tad visam pārējam, ko tu dari, ir maza vērtība.

Otrs vissvarīgākais atlīdzināšanas veids ir atjaunot savas attiecības ar ģimenes locekļiem. Ja tavas pagātnes neveiksmes ir salauzušas komunikāciju un uzticību, tad sper soļus, lai atjaunotu šīs attiecības. Esi uzmanīgs un negaidi, ka ar katru cilvēku notiks tūlītējas izmaiņas. Atceries, ja tu vairākus mēnešus vai gadus esi veltījis tam, lai iznīcinātu attiecības ar šo savas ģimenes locekli, tad var paiet diezgan ilgs laiks, kamēr notiek dziedināšana.

Daudzos gadījumos Tas Kungs vadīs tevi veikt materiālu atjaunošanu par to, ko tu nozagi vai iznīcināji. Vecās Derības likumi par atlīdzināšanu diezgan skaidri saka, ka Dievs tic, ka šī ir nozīmīga risinājuma daļa neveiksmei vai grēkam. Daži cilvēki nolaiž savas rokas izmisumā par domu vien, ka vajadzētu atmaksāt par visiem saviem pagātnes grēkiem. Ja tu tā jūties, tad velti laiku, lai izlasītu Filipiešiem 4:13 un Romiešiem 8:28. Šodien, iespējams, tev nav līdzekļu, lai finansiāli atlīdzinātu par saviem pagātnes grēkiem. Bet tu vari lūgt un noskaidrot,

ko Dievs vēlas, lai tu šodien dari. Tad meklē dievbijīgu padomu, lai tu vari darīt to, ko Dievs tev ir teicis.

## 1. Bībeliskais atlīdzināšanas paraugs

Vecās Derības likumi, kurus Dievs deva jūdiem, skaidri pateica, kādu maksu cilvēkam vajadzēja maksāt par savām neveiksmēm. Jaunajā Derībā ir doti vairāki bībeliski principi, kas attiecas uz mums šodien.

Mateja 5:23-24  
Lūkas 19:1-10  
Galatiešiem 6:1-2

Ja tu tiešām vēlies saņemt Dieva labāko savai dzīvei, tad sāc studēt to, kas Dievam ir sakāms par šo sfēru tavā dzīvē. Dievs tev dos gudrību un sapratni par to, kā labāk kalpot Viņam visās šajās iepriekšējās dzīves sarežģītajās jomās.

### Atmaksāt, no Brian Swails

Kad es nervozi gaidīju, kad tiesnesis mani notiesās, es plānoju savu izbēgšanas ceļu ārā no tiesas zāles. Es domāju: *ja viņš teiks 5 gadus cietumā, es skriešu. Ja mani sašaus, mēģinot aizbēgt, es ceru, ka tas būs nāvējoši.*

Iepriekšējā vakarā biju lūdzis: "Dievs, ja tu mani neieliksi cietumā, es tev kalpošu no visas sirds".

"Brian Swails, es jums piespriežu piecus gadus Mount Pleasant Penitentiary," sacīja tiesnesis. Pirms es varēju noreāģēt, viņš piebilda: "Cietuma sods ir atlikts."

Mans tiesas ieceltais sociālais darbinieks bija kristietis un palīdzēja man nokļūt Teen Challenge Kolfaksā, Ajovā. Teen Challenge vestibilā tajā pašā pirmajā dienā es negribīgi atteicos no cigaretēm, domājot: atteikties no četrām paciņām dienā - es to nevaru izdarīt.

Nākamo nedēļu laikā es cīnījos ar savu atkarību no cigaretēm. Tomēr, apņēmos turēt Dievam doto solījumu, es paliku. Es arī zināju, ka man priekšā stāv 5 gadi cietumā, ja es pametīšu Teen Challenge.

Es biju bijis draudzē tikai pāris reizes mūžā. Tagad es katru dienu lūdzu: "Dievs, lūdzu, dari Sevi man reālu".

Kādu dienu, kad es lūdzu, pār mani nāca miers - vislabākā sajūta, kāda man jebkad bijusi. Vēlāk, kad lasīju savu Bībeli, šie panti parādījās lapā. *O, Dievs, tas ir man, es nodomāju.*

Programmā piecus mēnešus es studēju uzdevumu par liekuļotu kristietību. Dievs mani pārliecināja par manis izdarīto kriminālnoziegumu - nozagt 150 USD no bankomāta. Es biju izdarījis šo laupīšanu vairākus gadus iepriekš, un tagad Dievs man lika veikt atlīdzību. Es nobijos, bet Dievs teica: "Brian, uzticies man."

Es pabeidzu Teen Challenge un devos uz atgriešanās programmu Omahā, Nebraskā. Tur es savam jaunajam direktoram pastāstīju par naudu. Es dabūju darbu un katru nedēļu rezervēju naudu, lai atmaksātu to, ko biju nozadzis.

Es piezvanīju bankas prezidenta sekretārei Des Moines un lūdzu tikšanos un pateicu viņai, ka vēlos atgriezt nozagto naudu. Sekretāre sacīja, ka, ja es atnākšu ar naudu, prezidentam būs jāziņo policijai, kolīdz es atzīšos kriminālnozieģumā.

Bija bailes tikt arestētam un nokļūt cietumā. Es apsvēru iespēju anonīmi nosūtīt naudu, bet es gribēju paskatīties prezidentam acīs un atdot viņam naudu.

Mans direktors devās kopā ar mani uz banku. Es atzinos savā nozieģumā prezidentam un iedevu viņam naudu. Es viņam teicu, ka esmu kļuvis par kristieti un tagad gribu atlīdzināt. "Man žēl tas, ko es izdarīju," es teicu, "un es lūdzu jūs man piedot."

Nākamās 45 minūtes prezidents uzdeva jautājumus par Teen Challenge un to, kas man lika vēlēties atmaksāt naudu.

Iznākot no bankas, jutos tā, it kā kāds būtu pacēlis 400 mārciņu (apmēram 180 kg) svaru no manām krūtīm. Kaut arī bankas prezidents ziņoja par manu atzīšanos, krimināllietas netika izvirzītas.

Es apzinos, ka man ir jāpieņem tie Bībeles principi, kurus iemācījos Teen Challenge, un tie jāpielieto katru dienu. Kad es strādāju savā darbā, darbinieki mani nevar redzēt, bet Dievs var.

Kad es atskatos uz lietām, ko Dievs ir paveicis manā dzīvē pēdējo 2 gadu laikā, man nāk prātā viena doma – *es nevarētu būt laimīgāks.*

## 2. Soļi atlīdzināšanā

### a. Nododies Dievam

Ja tu tic, ka Dievs vēlas, lai tu atlīdzini par pagātnes neveiksmēm, tad sāk plānot. Uzraksti, ko tu teiksi cilvēkam. Tad lūdz, lai Dievs ved šo cilvēku tavā dzīvē, lai tev būtu iespēja runāt ar viņu. Esi gatavs darīt savu daļu. Dievs darīs Savu daļu.

### b. Atjauno savas attiecības ar cilvēku, kuru aizvaino

Tavam pirmajam mērķim atlīdzināšanā vajadzētu būt jūsu attiecību atjaunošanai ar cilvēku, kuru aizvaino. Rezultāts var būt jaunas draudzības sākums. Tomēr var būt tieši pretēji – tu vari nekad nenodibināt ciešākas attiecības ar šo cilvēku. Atkarībā no tā, kas ir šis cilvēks, iespējams, tu vēlēsies vienkārši lūgt piedošanu, veikt atlīdzību un pēc tam turpināt savu dzīvi.

### c. Atmaksā materiāli par to, ko nozagi vai iznīcināji

Kad tu lūdz piedošanu par savām pagātnes kļūdām, skaidri pasaki, ka atmaksāsi atpakaļ par to, ko tu nozagi vai iznīcināji. Pārrunā savus plānus ar šo cilvēku. Dievs ir apsollījis apmierināt visas tavas vajadzības un šie parādi iederas šajā apsollīgumā. Var paiet vairāki mēneši, pirms tu vari sākt atmaksāt to, ko esi parādā. Ja tev pašlaik ir darbs, tev vajadzētu varēt regulāri atmaksāt kaut ko, kaut vai tas ir tikai EUR 5 nedēļā. Ja tu esi uzticams ar mazumiņu, kas tev ir, Dievs svētīs tevi un turpinās gādāt par tavām vajadzībām.

### 3. Atlīdzināšanas rezultāti

Kad mēs nolemjam paklausīt Dievam, Viņš to redz un apbalvo mūs. Mūsu paklausības Dievam motīvam vajadzētu būt mūsu mīlestības pret Viņu parādīšana. Galvenais iemesls, kādēļ tev vajadzētu atlīdzināt citiem, ir parādīt Dievam, ka mīli Viņu. Mīlēt Dievu ir pati svarīgākā lieta, ko tu vari darīt savā dzīvē.

#### a. Iekšējs miers

Velns darīs visu, kas ir viņa spēkos, lai apmānītu tevi un liktu tev domāt, ka tev nav nepieciešama atlīdzināšana par pagātnes kļūdām. Biedējošas domas var pārpildīt tavu prātu. Bet, ja tu sper šo soli un piedāvā atlīdzināt to, ko tu nozagi vai iznīcināji, Dievs svētīs tevi ar Savu īpašo iekšējo mieru. Viņa miers ir daudz vērtīgāks nekā miljons dolāru. Vainas apziņa un bailes pazud, kad mēs darām to, ko mēs zinām, ka Dievs vēlas, lai mēs darītu.

Kad tu atlīdzini par savām pagātnes kļūdām, tu atklāsi jaunu brīvību skatīties uz savām pagātnes neveiksmēm un tu sapratīsi, ka tās ir atrisinātas. Tev vairs nevajadzēs justies vainīgam par tām – Dievs tev ir piedēvis. Citi iesaistītie cilvēki zina kāda ir tava pārliecība šajā jautājumā tādēļ, ka tu jau esi gājis pie viņiem un mēģinājis atjaunot attiecības.

Nejūties pārsteigts, kad sātans turpina atgriezt šīs pagātnes neveiksmes un apvainot tevi un apsūdzēt tevi. Bībele sātanu sauc par “melu tēvu” un “brāļu apsūdzētāju”. Tu vari teikt sātanam: “Jā, es cietu neveiksmi, bet Dievs man ir piedēvis.” Tad virzi savas domas uz Dievu un pasakies Viņam par mieru, ko Viņš tev ir devis. Tāpat arī pasakies Viņam par mācībām, ko Viņš tev ir palīdzējis iemācīties caur šīm neveiksmēm.

#### b. Tas tev var radīt grūtības

Dažās situācijās cilvēki piedzīvoja patiesas grūtības pēc tam, kad atzina savu grēku un piedāvāja atlīdzināt. Jāzeps to izdarīja un pēc tam pavadīja divus gadus cietumā, jo cilvēki izvirzīja apsūdzības pret viņu pēc tam, kad viņš atzina savu vainu. Jāzeps cietumā turpināja kalpot Jēzum Kristum

#### c. Tas var pārliecināt cilvēkus par to, ka tu esi kristietis

Runāt par kristieša dzīvi var būt viegli. Bet, kad tu aiz saviem vārdiem noliec naudu, cilvēki uz tevi sāk skatīties citādāk. Tagad viņi zina, ka tu esi citādāks. Tas var tev pavērt dažas izcilas iespējas liecināt citiem par to, ko Jēzus ir darījis tavā dzīvē. Tu to vari izdarīt ar saviem vārdiem un rīcību.

#### d. Tev var tikt piedots

Daudzi jaunie kristieši ir piedzīvojuši prieku, kad ir saņēmuši piedošanu pēc tam, kad ir atzinuši savu neveiksmi. Vienā gadījumā cilvēks teica: “Es redzu, ka tu patiešām esi mainījies. Tev nav jāatmaksā man par to, ko tu nozagi.” Citā situācijā - Dominiks gāja atpakaļ uz veikalu, kuru viņš bija aplaupījis vairākus mēnešus pirms viņš kļuva par kristieti. Viņš atzinās tajā, ko viņš bija izdarījis un piedāvāja atmaksāt nodarītos zaudējumus. Viņš pastāstīja veikala īpašniekam par to, kādas izmaiņas Jēzus Kristus darīja viņa dzīvē. Pirms viņu saruna beidzās, veikala īpašnieks piedāvāja viņam darbu.

Tu nezini, kas var notikt, kad tu ej atlīdzināt par savām pagātnes neveiksmēm. Bet zini, ka Dievs būs ar tevi uz katra soļa, ko tu spersi pa šo ceļu.

## 3.nodaļa

# Kā pieaugt caur savām neveiksmēm

Neveiksme ir normāla ikviena cilvēka dzīves sastāvdaļa. Tas, kā mēs reaģējam uz šīm neveiksmēm, noteiks, vai šī neveiksme kļūst par pozitīvu pagātnes daļu vai par iznīcinošu spēku, kas stumj tevi vairāk problēmās un neveiksmēs.

Dievs vēlas izmantot visas problēmas un neveiksmes tavā dzīvē, lai palīdzētu tev augt, lai tu varētu kļūt par cilvēku, kādu Viņš vēlas, lai tu būtu. Viņš ir apsolījis tev palīdzēt. Bet patiesais jautājums ir – vai tu vēlies stāties pretī šīm neveiksmēm savā dzīvē? Vai tu vēlies pieaugt?

Augšana caur neveiksmi ir process, kas ilgst visu mūžu. Tu vari piedzīvot dzīvi, kas piepildīta ar prieku, brīvību un nozīmīgumu. Dievam ir nākotne, kas piepildīta ar cerību priekš tevis. Pakāpieni uz izaugsmi dažreiz var būt ļoti sāpīgi, taču ar Dieva palīdzību tu vari piedzīvot patiesu izaugsmi – reālu atgūšanos.

Šajā nodaļā mēs sadalīsim šo augšanas procesu trīs galvenajos posmos. Pirmkārt, tev jāpārvar problēma vai neveiksme savā dzīvē. Otrkārt, tev jāiemācās dzīvot veselīgu dzīvesveidu - kļūt par to, ko Dievs vēlas priekš tevis. Treškārt, tev jāspēr soļi, kas neļaus tev atkārtot šo neveiksmi.

### Augšanas process caur neveiksmi

1. Pārvarēt problēmu vai neveiksmi savā dzīvē
2. Mācīties dzīvot veselīgu dzīvesveidu
3. Jāspēr soļi, kas neļaus tev atkārtot šo neveiksmi

## A. Pārvari problēmu

Ja vēlies augt caur neveiksmēm, tev jāskatās acīs savai neveiksmei. To ignorēšana nepadarīs tevi par stiprāku cilvēku, vēža ignorēšana smadzenēs, neliks tam aiziet prom.

Otrajā nodaļā mēs apskatījām dažus no pirmajiem soļiem, kas mums jāveic, reaģējot uz neveiksmi. Tagad mēs vēlamies visaptverošāk apskatīt visu izaugsmes procesu. Mēs izpētīsim, kā mēs varam pieņemt neveiksmi un piedzīvot reālu izaugsmi, reaģējot uz to.

## 1. Kāda ir mana attieksme pret neveiksmi?

Kad cilvēki saka: "Attieksme ir viss", tas, iespējams, ir nedaudz pārspīlēts. Bet tas, ko tu domā par neveiksmi, dramatiski ietekmēs to, kā tu reaģē uz to. Velti minūti un pajautā sev: "Kāda ir mana attieksme pret neveiksmēm un it īpaši problēmu, kas manā dzīvē izraisīja neveiksmi?"

Vai tu baidies no neveiksmes? Vai tevi mulsina neveiksme? Vai tā padara tevi dusmīgu - uz sevi vai citiem? Vai neveiksmes tavā dzīvē rada kauna plūdus?

Kad Deivids Vilkersons (David Wilkerson) 1958.gadā pirmo reizi devās uz Ņujorku, viņš jūta, ka Dievs vēlas, lai viņš runā ar septiņiem pusaudžiem, kuri bija tiesāti par Maikla Farmera slepkavību. Mēģinot iegūt tiesneša atļauju, viņš tika izmests ārā no tiesas zāles. Plašsaziņas līdzekļi uzņēma viņa attēlu un ieguva dažus komentārus no viņa. Nākamajā dienā viņa attēls bija avīzē, kurā aprakstīts viņa tiesas procesa traucējums.

Viņš pameta Ņujorku, jūtoties kā neveiksminieks. Viņš varēja atgriezties mājās, apsolut sev: "Es vairs nekad neatgriezīšos Ņujorkā." Vai viņš bija samulsis? Jā. Vai viņa draugi viņu nesaprata? Jā.

Tā vietā, lai aizbēgtu no šīs neveiksmes, viņš turpināja lūgt, meklējot Dieva vadību savai dzīvei. Dievs viņu izmantoja nākamajos mēnešos, lai Ņujorkā sāktu Teen Challenge kalpošanu, kas daudziem jauniem vīriešiem un sievietēm kļuva par attīrīšanu, piedzīvojot Dieva palīdzību un dziedināšanu savās dzīvēs. Tā ir kļuvusi par starptautisku kalpošanu, un burtiski desmitiem tūkstošu cilvēku katru gadu tiek palīdzēti.

Dievs var paņemt tavas dzīves mulsinošās neveiksmes un izmantot tās, lai palīdzētu tev augt. Bet atslēga ir – kāda ir tava attieksme pret neveiksmi? Daži cilvēki saka: "Man ir tāds kauns par savām neveiksmēm."

Ebrejiem 12.nodaļā ir aprakstīta Jēzus attieksme, kad Viņš tika sist krustā. Tas, kas daudzu acīs šķita milzīga neveiksme, bija daļa no Dieva plāna nest glābšanu un cerību visai pasaulei.

### **Ebrejiem 12:2 (tulkojums no New International Version)**

**Pacelsim savas acis uz Jēzu, mūsu ticības autoru un pilnveidotāju, kurš prieka dēļ, kas Viņam priekšā, pacieta krustu, nicinot tā kaunu, un apsēdās Dieva troņa labajā pusē.**

Jēzus neļāva kaunam dominēt pār Viņa reakciju uz problēmām, ar kurām viņš saskārās. Pārāk bieži mēs izjūtam kaunu un mūsu prātos piekrītam tam, kādu vēsti tas nes. Tā vietā mums ir jāpievērš uzmanība Jēzum un Viņa plāniem priekš mūsu dzīves.

Tevis ir jābūt attieksmei, kur tu saki sev un citiem: "Es gribu augt!" Tevis ir jāizveido pozitīva attieksme pret neveiksmēm – nevis, ka vēlies piedzīvot neveiksmes, arī ne tas, ka tu attaisnotu savas neveiksmes. Tavai attieksmei pret neveiksmi jābūt tādai pašai kā Dievam.

Kad tu nicini neveiksmi tik ļoti, ka tu nevēlتي laiku, lai mācītos svarīgas mācības no šīs sāpīgās pieredzes, tu nozodz sev iespējas, kas Dievam ir priekš tevis.

## 2. Nepareiza pārlicība un patiesība

Bieži nepareiza pārlicība ir saistīti ar mūsu neveiksmēm. Viena jauna dāma teica: “Tā kā mājās nesaņēmu nepieciešamo mīlestību un uzmanību, es devos meklēt mīlestību.” Viņa turpināja: “Vēlāk es sapratu, ka es meklēju mīlestību visās nepareizajās vietās.”

Bieži vien mēs esam pieņēmuši nepareizu pārlicību un rīkojušies pēc tās, un tad esam nonākuši problēmu ieslodzījumā. Viena jauna pusaudze uzrakstīja vēstuli Teen Challenge pēc tam, kad viņi bija apmeklējuši viņas skolu. Viņa izteica komplimentus jaunajam vīrietim, kurš bija atradis brīvību no narkotiku atkarības.

Viņa turpināja: “Bet narkotikas man palīdz. Ja viņiem tās nebūtu, es nevarētu turpināt dzīvot.” Viņas nepareizā pārlicība viņu stūma arvien vairāk problēmās, vairāk neveiksmēs, vairāk iznīcībā.

Ar katru neveiksmi, ar kuru tu saskaries savā dzīvē, tev jāuzdod sev jautājums: “Vai es šajā dzīves jomā dzīvoju ar nepareizu pārlicību?” Atbildi var nebūt viegli atrast. Bet patiesā atslēga ir saprast Dieva patiesību un to, kā tā ir saistīta ar šo problēmu.

Dieva patiesība ir cietais pamats, uz kura tu vari izaugt caur savām neveiksmēm. Tev jāatrod Dieva patiesība, kas attiecas uz katru neveiksmi, un savās atbildēs sāk pielietot Viņa patiesību.

Dzīvot ar nepareizu pārlicību ir kā celt māju uz smiltīm. Tiklīdz nāk vēl viena vētra, tu tiks pieķerts vēl vienā neveiksmē.

## 3. Atklāj katras neveiksmes cēloņus, rezultātus un risinājumus

Var būt nepieciešami daudzi izaugsmes soļi, ja tu gatavojies pieaugt caur neveiksmi. Zemāk redzamā tabula parāda katras neveiksmes galvenās daļas. Ir svarīgas mācības, ko tu vari iemācīties par to, kā novērst neveiksmes, izpētot visas trīs jomas – cēloni, rezultātus un risinājumus.



Ja tu īsti nesaproti, kas izraisīja neveiksmi, tad vienkārša risinājumu izpēte neatrisinās problēmu. Vienkārši izpētīt neveiksmes cēloni, bet ignorēt Dieva risinājumus, paredz vairāk neveiksmju uz priekšu.

### **a. Kā Dievs vēlas, lai es reaģēju uz šo neveiksmi?**

Katrai neveiksmei jāpieiet ar paceltu roku pretī Dievam, sakot: “Dievs, man ir vajadzīga tava palīdzība. Es gribu pieaugt, lai varu mācīties no savas neveiksmes. Palīdzi man redzēt, kā Tava patiesība var dot man norādījumus par izaugsmes soļiem, kas man jāspēr šajā dzīves jomā.”

Velti laiku, lai izlasītu cilvēku stāstus Bībelē un redzētu, kā viņi reaģēja uz neveiksmēm. Kā viņu neveiksmes palīdzēja viņiem pieaugt? Vai arī viņiem neizdevās mācīties no savām neveiksmēm?

Bet galvenā patiesība, uz kuru tev jābūvē, ir tā, ka tev jāuzņemas atbildība par savām neveiksmēm. Citu vainošana nepalīdzēs tev pieaugt. Iespējams, citi veicināja problēmas tavā dzīvē, bet tev ir jāizlemj meklēt Dieva ceļu izaugsmei. Ja mainās citi cilvēki, tas nenozīmē, ka tu esi pieaudzis. Tev ir jāpieņem Dieva veids, neatkarīgi no tā, ko citi dara.

### **b. Savu neveiksmju seku novēršana**

Daudzreiz mūsu neveiksmju sekas ir sāpes un sagrautas attiecības. Savu neveiksmju cēloņu novēršana ir svarīga, un tā ir tavas izaugsmes galvenā sastāvdaļa. Bet tev arī jāskatās, kā tava neveiksme ietekmēja citus.

Dažreiz mēs esam tik ļoti iesprūduši savās neveiksmēs, ka mēs neveltam laiku, lai apskatītos kā mūsu neveiksme ietekmēja citus. Dāvida vienas nakts dēka ar Batsebu, iespējams, bija nodrošinājusi labu laiku dažām stundām. Bet Dāvids droši vien nepadomāja par sekām, ko radīs viņa grēks. Batseba palika stāvoklī. Dāvids mēģināja aizsegt savu grēku, atvedot no kara viņas vīru Ūriju. Kad tas nelīdzēja, viņš sarīkoja sazvērestību, lai Ūrijs tiek noslepkavots. Kaitējums turpinājās, ietekmējot daudzus nevainīgus cilvēkus. Bet pats nopietnākais, Dāvida grēks sabojāja viņa attiecības ar Dievu. Visu stāstu tu vari izlasīt 2.Samuēla 11–12.

Galū galā Dāvids atzina savu grēku, bet tas nelika viņa neveiksmes sekām maģiski izzust. Viņam bija jāsadzīvo ar sekām visu savu atlikušo dzīvi.

Iespējams, ka dažas no tavām neveiksmēm ir sabojājušas attiecības ar ģimenes locekli vai draugu. Lai atjaunotu šīs attiecības, var būt nepieciešams laiks un daudz specifiska darba.

Tu vari tiem, kurus ietekmēja tava neveiksme, lūgt sniegt tev godīgas atsauksmes. Palūdz viņiem palīdzēt tev saredzēt savas neveiksmes sekas no viņu redzespunkta. Tāpat kā Dāvids, tu vari atklāt, ka tava neveiksme padarīja tevi aklu un tu neredzēji Dieva patiesību šajā situācijā, it īpaši attiecībā uz to, kā tā ietekmēja citus. Tāpat kā tev ir jāizmanto Dieva patiesība, reaģējot uz savu neveiksmju cēloņiem, tev ir jāizmanto Dieva patiesība, reaģējot uz savu neveiksmju sekām.



### **c. Kādi ir soļi, lai ieviestu Dieva risinājumu šai problēmai?**

Lielākā daļa no mums vēlas ātrus un nesāpīgus risinājumus. Mēs dodam priekšroku burvju nūjiņas pieejai, ka ar vienu nūjiņas mājienu mūsu problēmas izzūd un mēs uzreiz atrodamies ceļā uz panākumiem un briedumu.

Skarbā realitāte ir tāda, ka daudzām mūsu neveiksmēm būs nepieciešami daudzi pārmaiņu soļi. Sāpes bieži mūs motivē mainīties. Bet cik tu esi uzticīgs pārmaiņu disciplīnai - disciplīnai veikt visas izmaiņas, kas vajadzīgas, lai augtu šajā savas dzīves jomā?

Cik izmisīgi tu vēlies augt? Vai tu vēlies veltīt nedēļas, ja ne mēnešus, šajā pārmaiņu procesā?

#### **1) Nofiksē savas acis uz Jēzu**

Pirmā prioritāte, īstenojot Dieva risinājumus savām problēmām, ir “nofiksēt savas acis uz Jēzu”. Skatīt Ebrejiem 12:1-2. Ja tu paļaujies uz savu gudrību, tu, iespējams, nostādi sevi priekš vairāk neveiksmēm.

Dievs tev palīdzēs, ja tu lūgsi Viņa palīdzību. Bet tev joprojām dzīvē ir jāievieš pārmaiņu soļi. Nepietiek tikai lūgt: “Dievs, man ir vajadzīga Tava palīdzība. Lūdzu, novērs šo problēmu manā dzīvē.”

Mums jājautā Dievam: “Kādi ir pārmaiņu soļi, kas man jāšper?” Negaidi dārdošu balsi no debesīm vai eņģeli, kas parādās un izmaina tevi. Tā vietā, iedziļinies Dieva Vārdā, Bībelē un meklē pantus, kas attiecas uz tavu problēmu.

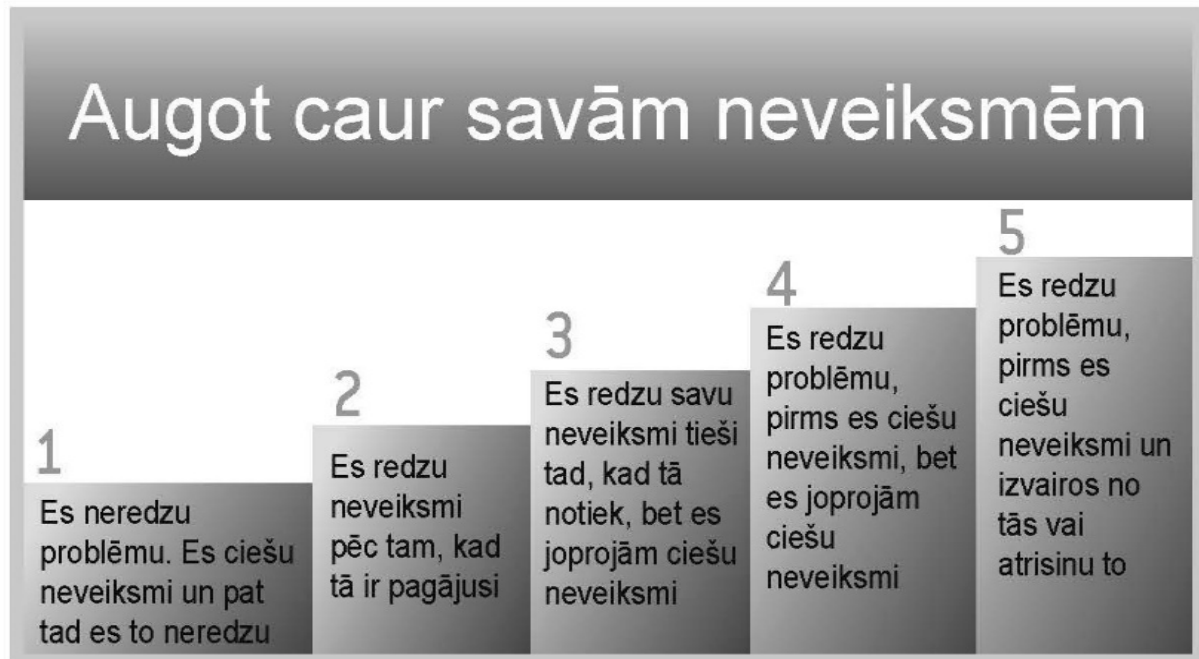
#### **2) Sper ticības soļus**

Tiklīdz kā tu zini ko Dievs vēlas, lai tu darītu, tev joprojām ir vajadzīgs vairāk. Tev ir nepieciešams Dieva spēks, lai tev palīdz. Dievs ir apsolijs dot tev ticību. Ticība ir Dieva spēks, kuru tu vari izmantot, lai izdarītu to, ko Viņš vēlas, lai tu darītu.

Tev jāizmanto Viņa spēks, lai izdarītu katru izaugsmes soli, kas nepieciešams tavā dzīvē. Viņš nespers soļus tavā vietā - tev tie jāšper. Tāpat kā tu nevari staigāt maza bērna vietā. Bērns var daudzkārt nokrist, kamēr iemācās staigāt. Tādā pašā veidā Dievs vēlas, lai tu iemācītos iet to ceļu, kuru Viņš ir priekš tevis iezīmējis.

Un šī izaugsme ir process. Dievs meklē pastāvīgumu. Tev ir jāattīsta neatlaidība. Tas nav viens veiksmīgs solis, un tad vienkārši aizmirst par to.

Dažos gadījumos atkārtotu neveiksmju jomu sekmīgai pārvarēšanai var būt nepieciešams ilgs laiks. Pat ja tu vēlies mainīties, iespējams, ka tu joprojām cietīsi neveiksmi tajā pašā jomā. Šajā diagrammā parādīts process, kam daži var iziet caur, cenšoties atrast patiesu uzvaru savā dzīvē neveiksmju jomā.



### 3) Izstrādā atgūšanās plānu

Dažām neveiksmēm tavā dzīvē var būt vajadzīgas lielas izmaiņas. Tiem, kuriem ir bijušas atkarības, būs nepieciešams papildu darbs, lai piedzīvotu patiesu izaugsmi – patiesu atgūšanos. Izstrādā atgūšanās plānu, uzskaitot praktiskus soļus, kas tev jāspē, un pēc tam katru dienu pievērs uzmanību šiem soļiem. Tavam mērķim jābūt fokusētam, “Kas ir Dievam vislabākais priekš manis?” Nesamierinies ar mazāk nekā vislabākais no Dieva.

Šo atgūšanās plānu varētu saukt par savu pārveidošanas plānu. Dievs vēlas tevi pilnībā izmainīt no iekšpuses uz āru. Viņš vēlas izmainīt tavu sirdi. Viņš vēlas, lai tu atjaunotu savu prātu. Viņš vēlas, lai tu apņemtos sekot Viņam. Viņš vēlas, lai tu piedzīvotu mieru, kas rodas, pateicoties pareizām attiecībām ar Viņu. Ja tev ir atgūšanās plāns, mēs domājam, ka tu patiesi saproti un piedzīvo to, ko nozīmē dzīvot uzvarošu dzīvi katru dienu ar Dieva palīdzību.

#### **Romiešiem 12:2 (tulkojums no New International Version)**

**Neatbilsti vairs šīs pasaules modelim, bet esi pārveidots, atjaunojot savu prātu. Tad tu varēsi pārbaudīt un apstiprināt, kas ir Dieva griba - viņa labā, patīkamā un pilnīgā griba.**

### 4. Neveiksme mani virza

Neveiksme maina tavu dzīvi. Mēs šeit runājam par lielām lietām. Nepareizu zeķu nēsāšana šodien tavu dzīvi neizpostīs. Bet dažas no tavām neveiksmēm ietekmē tevi nozīmīgā veidā. Tu nevari atgriezt atpakaļ laiku un izdzēst neveiksmi vai tās sekas uz savu dzīvi vai citu cilvēku dzīvēm, kurus skārusi tava neveiksme.

Katra neveiksme ir notikusi noteiktā laikā. Tu nevari izmainīt pagātņi, bet tu vari izmainīt to, kā tu reaģēsi nākotnē. Tu vari piecelties no savas neveiksmes, uzzināt, kur atrodies, un noteikt Dieva veidu, kā atgriezties tur, kur Viņš vēlas, lai tu atrastos.



Stāsts par Dāvida grēku ar Batsebu sniedz skaidru piemēru tam, kā šī neveiksme viņu ietekmēja. Dāvids nespēja atgriezties laikā un atgūt Ūriju (Batsebas vīru). Bet Dāvids atzina savu grēku un pēc tam mēģināja rīkoties pareizi, atbildot uz to, ko Dievs vēlējas, lai viņš dara tālāk. Viņš neturpināja grēka ceļu lejup.

Arī Ādama un Ievas neveiksme Ēdenes dārzā mainīja viņu stāvokli dzīvē. Faktiski viņu neveiksme skāra visu pasauli. Viņi nonāca ārpus dārza. Dieva izeja no viņu neveiksmes neietvēra iespēju atgriezties Ēdenes dārzā.

Dažreiz tavas neveiksmes sekas var izraisīt paliekošas izmaiņas tavā dzīvē. Tu nekad nevarēsi atgriezt lietas tā, kā tās bija. Bet Dievam vienmēr ir veids, kā tu vari atgriezties pareizajās attiecībās ar Viņu, un pēc tam turpināt savu dzīvi un darīt to, ko Viņš vēlas, lai tu darītu.

## B. Dzīvo veselīgu dzīvesveidu

Tas, kā izdzīvot caur neveiksmi, ir kas vairāk nekā tikai mācīšanās no savām neveiksmēm, lai mēs nepaliekam iestrēguši šajā neveiksmes vietā. Tas ir kas vairāk par to, kā salabot to, kas mūsu dzīvē ir salauzts.

Un kad mēs sakām: “Dzīvo veselīgu dzīvesveidu”, mēs runājam par kaut ko, kas ir vairāk par fizisko veselību – ēdienu, ko tu ēd, kā arī par vingrinājumiem. Mēs runājam par Dieva uzskatiem par veselīgu dzīvi – fizisko veselību, garīgo veselību, emocionālo veselību, veselīgām attiecībām un daudz ko citu.

Dievs vēlas, lai tu dzīvotu pilnvērtīgu dzīvi – Viņam vienmēr ir bijis plāns tavai dzīvei, cerības piepildīts, liela potenciāla piepildīts. Izaugsme caur neveiksmi nozīmē augšanu pāri neveiksmei – ieugt jaunajā dzīvē, kas Dievam ir priekš tevis. Šeit būs tas, kas Jēzum ir sakāms par šo izaugsmes procesu.

### **Mateja 5:48 (tulkojums no The Message)**

**“Vārdu sakot, Es saku: “Audz”. Jūs esat valstības pavalstnieki. Tagad dzīvojiet kā tādi. Izdzīvojiet savu Dieva radīto identitāti. Dzīvojiet dāsni un žēlīgi pret citiem, kā Dievs dzīvo pret jums.”**

Panākumiem bagāta dzīvošana nenozīmē attīstīt neatkarīgu dzīvi savos spēkos - panākumi, kas balstīti uz paša centieniem. Īsti panākumi ir saistīti ar to, ka atklāj to, ko nozīmē dzīvot attiecībās ar Jēzu. Atklāt un dzīvot dzīvi, kādu Viņš vēlas, lai tu dzīvo – kļūstot par visu to, par ko Viņš tevi radīja.

## **1. Man ir jāatklāj Dieva plāns savai dzīvei**

Neatkarīgi no tā, cik lielas bija tavas pagātnes neveiksmes, Dievam ir plāns tavai nākotnei - labs plāns. Tev jāpiešķir prioritāte tam, lai atklātu Dieva plānu savai dzīvei un izdzīvotu to dienu pēc dienas.

### **Jeremijas 29:11 (tulkojums no New International Version)**

**"Jo es zinu plānus, kas Man ir priekš jums," atzīst Tas KUNGS, "plāni jums uzplaukt un nekaitēt, plāni dot jums cerību un nākotni."**

### **Efeziešiem 2:10 (tulkojums no New Living Translation)**

**Mēs esam Dieva mākslasdarbs. Viņš mūs no jauna ir radījis Kristū Jēzū, tāpēc mēs varam darīt tās labās lietas, kuras Viņš mums jau sen bija iecerējis.**

Tas nozīmē ne tikai atklāt, kāds karjeras ceļš Dievam ir paredzēts priekš tevis – tas ir arī par mazajām lietām katru dienu. Tas ir mācīties redzēt Dievu ikdienas rutīnā un sākt saprast, kas Viņš iepriecina. Viņam patīk, ja tu sarunāties ar Viņu, lai izpaustu pateicību Viņam.

Atklāt Dieva plānu savai dzīvei nozīmē visus savus sapņus un plānus nolikt pie Viņa kājām un teikt: “Dievs, es esmu gatavs darīt visu, ko Tu gribi, lai es daru ar savu dzīvi.” Labākā tavas dzīves nākotne ir sekot Dieva plānam priekš tavas dzīves.

## **2. Attīsti disciplīnas dzīvošanai priekš Jēzus**

Tev ir jāapņemas darīt vairāk, nekā tikai izkļūt no krīzes, kuru izraisīja tava neveiksme. Tev jāapņemas dzīvot jauno dzīvi, kas Dievam ir priekš tevis.

Šai jaunajai dzīvei, kuru Jēzus aicina tevi dzīvot, būs nepieciešama disciplīna – ikdienas disciplīna - un priekš dažiem šis būs daudz lielāks izaicinājums, nekā izkļūt no problēmām, kuras izraisīja mūsu neveiksmes.

Jēzus to skaidri pateica, kad runāja par to, ko nozīmē būt Viņa māceklim – tas nozīmē sekot Viņam. Vārds “māceklis” (disciple – angļu valodā) cēlies no “disciplīnas” (discipline – angļu valodā). Dievs skatās uz mums, lai mēs izdarītu izvēli – ja tu grasies būt Viņa māceklis un sekot Viņam, tev būs jāveic dziļa nodošanās. Tas ir nopietni, nevis kaut kas viegli uzskatāms.

Sekošanai Jēzum jāklūst par tavas dzīves top prioritāti.

### **Lūkas 14:25-27 (tulkojums no New Living Translation)**

**<sup>25</sup>Liels pūlis sekoja Jēzum. Viņš pagriezās apkārt un sacīja viņiem: <sup>26</sup>“Ja jūs vēlaties būt mani mācekļi, tad jums, salīdzinot vajadzētu ienīst visus citus - savu tēvu un māti, sievu un bērnus, brāļus un māsas - jā, pat savu dzīvi. Pretējā gadījumā jūs nevarat būt mani mācekļi. <sup>27</sup>Un, ja jūs nenesat savu krustu un nesekojat man, tad jūs nevarat būt mani mācekļi.”**

Tavas ģimenes izcelsme var būt viena no šīm jomām, kas ir rūpīgi jāizvērtē. Cilvēka uzskatu par “normālu dzīvi” bieži ļoti ietekmē tas, kā tu uzaugi. Daudzi ir uzauguši ļoti disfunkcionālās ģimenēs. Viņiem nav īsta priekšstata par to, kā izskatās “normāla veselīga dzīve no Dieva viedokļa”.

Tavas ģimenes kontekstā var būt daudz attieksmju un izturēšanās, kas jānoraida, kad tu virzies uz priekšu kopā ar Jēzu. Šīs jaunās dzīves, kas Jēzum ir priekš tevis, pieņemšana var pilnīgi atšķirties no tās, kā tevi uzaudzināja.

Sekot Jēzum nozīmē, ka tev būs jāmaina sava attieksme un izturēšanās. Tas nenotiek ar vienkāršu lūgšanu. Tas prasa ikdienas pūles, lai strādāt pie tā, ka Dieva mācība tiktu īstenota tavā dzīvē – un Viņš ir gatavs dot tev Savu spēku to darīt.

Efeziešiem 4:1-3 un Efeziešiem 4:17-32 sīki izskaidro kā izskatās šis ikdienas process. Mums ir “jānovelk” vai jāatbrīvojas no vecā grēcīgā dzīves veida. Tā ir šīs jaunās dzīves ar Jēzu disciplīnu sastāvdaļa.

### **Ebrejiem 12:1 (tulkojums no New International Version)**

**Tāpēc, tā kā mūs ieskauj tik liels liecinieku mākonis, nometīsim visu, kas traucē, un grēku, kas tik viegli sapin, un skriesim ar neatlaidību mums iezīmētajā sacīkstē.**

Tu esi atbildīgs ne tikai par to, lai atbrīvotos no šiem šķēršļiem savā dzīvē, bet tu esi arī atbildīgs par to, lai savai dzīvei “uzvilktu” vai pievienotu pozitīvas īpašības un izturēšanos, kas ir laba Jēzus mācekļa pazīme. Efeziešiem 4 sniedz detalizētus šo īpašību piemērus, ko tev jāpildveido savā dzīvē.

Daudzkārt kristieši ir ļoti pārsteigti par dāvanām un talantiem, kas piemīt dažiem cilvēkiem. Bet Bībele skaidri norāda, ka Dievs ir tas, kurš cilvēkiem piešķir šīs dāvanas. Tātad, ja tu grasies būt pārsteigts par kāda cilvēka dāvanām, esi pārsteigts par Dievu, kurš tās viņiem uzdāvināja.

Tas, par ko mums būtu jābūt pārsteigtiem, ir tas, kādas dāvanas cilvēki atdod atpakaļ Dievam - tas ir tavs raksturs. Kad tu katru dienu centies izdzīvot izaicinājumu būt Jēzus māceklim - tas nav tikai darīšanas un nedarīšanas saraksts - tas ir personisko attiecību ar Jēzu veidošana. Koncentrējies uz dievbijīgu rakstura īpašību attīstīšanu, un tu pieredzēsi bagātīgo, pilnvērtīgo dzīvi, kas Dievam ir priekš tevis paredzēta.

### 3. Izstrādāt robežas veselīgai dzīvei

Veselīga dzīve nozīmē, ka ir veselīgas robežas tavai dzīvei. Mūsdienās ir daudz labu grāmatu par šo tēmu. Viena no labākajām ir *Boundaries: When to Say YES, When to Say NO To Take Control of Your Life* (Robežas: Kad teikt JĀ, Kad teikt NĒ, lai pārņemtu kontroli pār savu dzīvi), autori ir Dr. Henry Cloud and Dr. John Townsend. Viņi skaidro, ka robežas ir vairāk nekā noteikumu saraksts - tās ir vadlīnijas, kurām esi apņēmieš sekot, lai pasargātu sevi no ārpusē radītiem postījumiem, kā arī turētu sevi drošā vietā.

Robežas nav cietums, kurā aplaupīt savu brīvību. Gluži pretēji. Robežas aizsargā tevi, lai tu varētu brīvi dzīvot dzīvi, kuru Dievs vēlas, lai tu dzīvotu. Daži cilvēki saka: "Es gribu būt brīvs. Brīvība nozīmē, ka nav ierobežojumu." Bet šī persona parāda, cik maz viņi zina par reālo brīvību.

Robežu attīstīšana prasa disciplīnu un pēc tam ikdienā dzīvot tajās. Tās palīdz tev koncentrēties uz to, kas patiešām ir svarīgs tavā dzīvē. Šīs robežas var attiekties uz visām tavas dzīves jomām – tava ģimene, tavi draugi, tavs laulātais, tavi bērni, tavs darbs, Dievs un tu pats.

Jose Martinez izgāja no Teen Challenge, atstājot aiz muguras dzīvi ar narkotiku atkarību. Lūdzot Dievu, viņš vaicāja Dievam, kas viņam būtu jādara ar savu dzīvi. Viņš sacīja, ka Dievs viņam teica, lai viņš neatgriežas savā vecajā dzīvesvietā. Jose turpināja stāstīt, ka pagāja desmit gadi, pirms Dievs atļāva viņam doties atpakaļ uz veco dzīvesvietu.

Daži varētu teikt, kas bija nepareizi ar Jose? Izklusās, ka viņš bija diezgan vājš! Patiesība ir tāda, ka Jose šo stāstu stāstīja 20 gadus vēlāk - tagad viņš bija mācītājs un misionārs, kā arī vīrs un tēvs dievbijīgā ģimenē. Robežas palīdz tev augt, lai tu kļūtu par visu, kas Dievam ir priekš tevis.

Daudzas no pagātnes neveiksmēm nākotnē var novērst, ja tu izveido robežas, kas ir pamatotas Dieva patiesībā, un katru dienu dzīvo tajās.

### C. Sper soļus, lai novērstu neveiksmes atkārtosanos

Īsta izaugsme nozīmē to, ka jārisina savas dzīves problēmas un neveiksmes. Īsta izaugsme nozīmē aptvert un dzīvot veselīgu dzīvi, kāda Dievam ir priekš tevis. Daži jauni kristieši saka: "Tagad, kad manā dzīvē ir Jēzus, es kalpošu Viņam visu savu atlikušo mūžu. Es nekad vairs neatgriezīšos pie sava vecā dzīvesveida un neatkārtos savu pagātnes neveiksmes."

Tas var izklausīties garīgi, taču tā noteikti nav brieduma pazīme. Cilvēks, kurš saka, ka viņš vairs nekad neklūdīsies, nedzīvo patiesībā. Persona, kurai ir stingra saikne ar realitāti, saka: "Ja vien Dievs man nepalīdz, es esmu pārliecināts, ka turpināšu piedzīvot neveiksmes. Ja es mēģinu dzīvot savu dzīvi saviem spēkiem, es to noteikti saļaušu."

Ja vēlies nākotnē gūt uzvaru, tev ir jāapzinās savas vājās puses un arī jāapzinās, ka tu dzīvo karā esošā pasaulē - garīgā karā. Sātans ir gatavs tevi iznīcināt. Viņš necīnās godīgi. Viņš ir melis. Viņš centīsies tevi maldināt un liks tev novērsties no Dieva, kas ir vislabākais priekš tevis.

Bet vairāk nekā garīgi uzbrukumi, kas nāk no sātana, mēs saskaramies arī ar problēmām kā normālu dzīves daļu. Katra problēma ir jauna iespēja kļūdīties - vai arī mēs varam pielietot Dieva patiesību katrā problēmā un turpināt augt. Dzīve ir vairāk nekā problēmas, taču viens no visnoderīgākajiem veidiem, kā sagatavoties panākumiem bagātai nākotnei, ir būt godīgam par savu vajadzību pēc Dieva palīdzības, lai stātos pretī gaidāmajam.

## 1. Izveido atkārtošanas novēršanas plānu

"Kamēr es mīlu Jēzu, man būs labi," sacīja viens jauniešs. Mīlēt Jēzu ir svarīgi, taču lielākajai daļai no mums nepieciešami īpaši konkrēti plāni, lai pasargātu sevi no turpmākām neveiksmēm. Atkārtošanas novēršanas plāna sastādīšanas mērķis ir palīdzēt uzlabot mūsu izpratni par briesmām, kas mūs sagaida.

### Atkārtošana

Slīdēt atpakaļ vecajos neveiksmju paraugos.

Gadus pirms 2001. gada mērs Rudy Giuliani Ņujorkas pilsētā pavadīja daudz laika un izlietoja daudz naudas, apmācot pilsētas darbiniekus par iespējamām nākotnes katastrofām. Daži cilvēki to kritizēja kā laika un naudas izšķiešanu - līdz 2001. gada 11. septembrim. Kad teroristi uzbruka Ņujorkai, tika ievēroti ārkārtas rīcības plāni, kā rezultātā tika izglābtas daudzas dzīvības.

Mums ir jāizmanto Dieva patiesība, lai identificētu problēmas, kas, iespējams, būs mūsu nākotnē. Mums jāpēta un jāsaprot veidi, kā novērst to, ka šīs problēmas mūs pārņem. Mums jāplāno, kā mēs reaģēsim, kad šie kārdinājumi nāks.

Par to nav vienkārši jādomā. Tev jāuzraksta savs atkārtošanas novēršanas plāns. Šim plānam ir jābūt tādām, ko tu regulāri pārskati - pat katru dienu.

Viens jauns vīrietis piedzīvoja neveiksmes seksuālā grēka jomā. Kā daļu no sava atkārtošanas novēršanas plāna viņš izveidoja 30 iemeslu sarakstu, kāpēc viņš nekad nevēlas atgriezties pie tās grēcīgās darbības. Katru rītu, tiklīdz viņš piecēlās, viņš pats sev skaļi nolasīja šo sarakstu.

Tas nebija pilnīgais šī jaunekļa risinājums - tā bija tikai viena daļa no viņa atkārtošanas novēršanas plāna.

Vēl viena darbība, kas var palīdzēt novērst atkārtošanu, ir rūpīgi apsvērt neveiksmes sekas. Varbūt, ja ķēniņš Dāvids būtu veltījis laiku, lai apsvērtu sava grēka sekas tajā naktī, kad viņš ieraudzīja Batsebu, viņš būtu sapratis, ka dažas baudas minūtes nav tās neticamās traģēdijas vērtas, kas notiktu, ja viņš izvēlētos grēkot.

Atkārtošanas novēršanas plānā jāiekļauj simptomu vai signālu saraksts, kas brīdina, ka nepatīkšanas notiks, ja tu nemainīsies. Daži skatās uz alkoholiķi un saka: "Viņš šodien atkārtoti iepriekšējo, jo sāka atkal dzert." Bet atkārtošana nesākās šodien - bija daudz soļu, lai nonāktu līdz pirmajam dzērienam - viens pētījums liecina, ka ir 37 galvenie soļi uz atkārtošanu. Skatīt 54.-66. lpp. grāmatā *Counseling for Relapse Prevention* (Padomdošana atkārtošanas novēršanai), autori Terence T. Gorski un Merlene Millere (Herald House - Independence Press).

Atkārtošanas novēršanas plānā jāidentificē vājās vietas tavā dzīvē un jāievieš konkrēti darbības soļi, lai pasargātu sevi no neveiksmes un turpinātu ceļu uz atgūšanos - ceļu, pa kuru Dievs vēlas, lai tu ietu.

## 2. Nosaki iespējamās ierosinātājus

Viens no galvenajiem soļiem, lai novērstu neveiksmes nākotnē, ir noteikt cēloņus, kas noveda pie neveiksmes tavā pagātnē. Tas var būt jebkas - tas var būt cilvēks. Atrodies šī cilvēka tuvumā, tu nonāc ievainojamības vietā. Tā var būt vieta - it īpaši tā, kas agrāk bija daļa no tava dzīvesveida, kur notika tavi grēki un neveiksmes. Cēlonis var būt smarža, doma, attēls, dziesma, stresa pilna pieredze, algas čeks, sajūta - dusmas vai nedrošība. Gandrīz jebkas var būt ierosinātājs, cēlonis tavā dzīvē.

Tev ir jāidentificē tavi iespējamie ierosinātāji - pieraksti tos. Tad sāc meklēt Dieva veidu, kā reaģēt uz šo ierosinātāju. Tas var būt bēgšana, kā to darīja Jāzeps Vecajā Derībā. Varbūt vajag palikt un stāties pretī ar Dieva patiesību, kā to darīja Jēzus Mateja 4.nodaļā, kad sātans kārdināja Viņu grēkot.

Šie ierosinātāji var sākt zaudēt varu pār tevi, kad tu apņemies sekot Dieva ceļam, reaģējot uz tiem.

## 3. Attīsti atbildības attiecības

Ja tu savā nākotnē plāno novērst neveiksmes, tev būs jābūt atbildības attiecībām. Tev jābūt vienai vai vairākām personām, kurām tu dod atļauju būt pilnīgi godīgiem pret tevi par to, ko viņi redz tavā dzīvē. Tu vari izskaidrot, par kurām savas dzīves jomām vēlies atskaitīties, atbildēt viņiem.

Teve regulāri jātiecas ar šiem cilvēkiem, un viņiem tev jāuzdod ļoti specifiski jautājumi un jāgaida, kad tu sniegsi ļoti konkrētas atbildes.

Šāda veida attiecības darbosies tikai tad, ja esi apņemies būt godīgs pret viņiem. Tu vari viegli noslēpt patiesību no viņiem. Bet kuru tu sāpini? Sevi!

Lai turpinātu augt, ir svarīgi, lai tev būtu atbildības attiecības ar drošu cilvēku. Tas nav kaut kas priekš dažām nedēļām pēc neveiksmes. Atbildības attiecības ir galvenā dzīves sastāvdaļa ikvienam, kurš vēlas turpināt augt.

Neveiksme ir ne tikai jauno kristiešu problēma. Daudzi vadītāji, kuri daudzus gadus ir kalpojuši Dievam, ir snieguši traģiskus piemērus tam kā neveiksme var ietekmēt cilvēkus jebkurā vecumā. Viena galvenā iezīme daudziem no šiem vadītājiem, kuri cieta neveiksmi, ir tā, ka viņiem savā dzīvē nebija atbildības attiecību.



## Secinājums

Dievam priekš tevis ir liela nākotne, un izaugsme caur neveiksmi ir daļa no izaicinājuma, ar kuru mēs visi saskaramies. Sabalansēta izaugsme visās tavas dzīves jomās ir panākumiem bagātas kristīgās dzīves atslēga.

Ja cilvēks visu savu laiku pavada, attīstot savu fizisko ķermeni, un neko nedara, lai izaugtu psiholoģiski vai garīgi, viņam draud nepatikšanas. Jābūt līdzsvaram starp garīgo pasauli un fizisko pasauli. Mums jāiemācās paturēt prātā šos abus, reaģējot uz katru situāciju, ar kuru mēs saskaramies.

Jēzus Kristus dzīve lieliski atspoguļo līdzsvarotu dzīvi. Sabalansēta izaugsme ir panākumiem bagātas kristieša dzīves atslēga. Svētais Gars var palīdzēt tev augt caur katrai problēmai un neveiksmei, lai tu varētu būt panākumiem bagāts kristietis. Tu to nevari izdarīt, ja tev nav Viņa palīdzība.

## 4.nodaļa Atkārtošana

Kriss atkal atgriezās pie narkotiku lietošanas dienā, kad viņš pabeidza narkotiku ārstēšanas programmu. Tātad kad sākās viņa atkārtošana?

Jaunais tēvs Džo no jauna atgriezās pie narkotikām sešus gadus pēc narkotiku ārstēšanas programmas pabeigšanas. Dažu nedēļu laikā pēc narkotiku lietošanas atjaunošanās viņš iegāja Teen Challenge atjaunošanas periodā. Džo paziņoja, ka visus sešus gadus esot brīvs no narkotikām viņš juties neērti. Tikai tad, kad viņš bija narkotiku iespaidā, viņš jutās normāli.

### Atkārtošana

Slīdēt atpakaļ vecajos neveiksmju paraugos.

Diāna nāca no daudz bērnu ģimenes, un vairums viņas brāļu un māsu bija atkarīgi no narkotikām. Galu galā viņa devās uz detoksikācijas (attīrīšanas) programmu un atbrīvojās no narkotikām, pēc tam iesaistījās 30 dienu programmā. Pēc šīs programmas pabeigšanas viņa turpināja ikdienas disciplīnas, lai turētos pa gabalu no narkotikām, ēstu pareizi, atpūstos un dzīvotu veselīgi. Bet iekšpusē viņai joprojām bija tukšuma sajūta.

Kad viņa runāja ar savu padomdevēju par šo tukšumu, viņš teica: “Ak, tev vienkārši jāiemācās kā ar to sadzīvot.” Par laimi Diānas draugs viņai pastāstīja, kā Jēzus varēja piepildīt šo tukšumu un Diāna pieņēma lēmumu atdot savu dzīvi Jēzum. Drīz tukšumu piepildīja patiens prieks un patiens miers. Divdesmit gadus vēlāk Diāna joprojām dzīvo brīva no narkotikām un joprojām ir dziļi iemīlējusies Jēzū.

Kas tad šiem trim cilvēkiem bija atšķirīgs? Kāpēc atkārtošana ietekmē cilvēkus atšķirīgi? Kas izraisa atkārtošanu? Kā to var novērst? Kādas ir agrīnas brīdināšanas pazīmes atkārtošanai? Kas tev jādara, ja notiek atkārtošana?

Šie ir daži no jautājumiem, kurus apskatīsim šajā nodaļā. Ir svarīgi atcerēties, ka Dievs ir lielāks par jebkuru atkarību vai dzīvi kontrolējošu problēmu. Viņam ir risinājumi visām problēmām, ar kurām mēs saskarsimies savās dzīvēs. Visu šo problēmu vidū, Viņš joprojām tur solījumu, ka Viņš nekad mūs neatstās un nepametīs.

Mēs iegūstam skaidru priekšstatu par Jēzus bažām par šo jautājumu, kad mēs skatāmies uz to, ko viņš teica cilvēkam, kuru tikko dziedināja.

### **Jāņa 5:14 (tulkojums no New International Version)**

**Vēlāk Jēzus viņu satika pie tempļa un teica viņam: “Redzi, tev atkal ir labi. Beidz grēkot vai arī kaut kas sliktāks var notikt ar tevi.”**

Ja Jēzus ir palīdzējis tev pārvarēt pagātnes neveiksmes, neiznieko visu, ko viņš ir paveicis, un neatgriezies pie pagātnes grēcīgajiem ceļiem. Jēzus izteica to pašu, runājot par cilvēku, no kura bija izdzinis dēmonu, bet tad šī persona neļāva Dievam ienākt un piepildīt viņa dzīvi.

### **Mateja 12:43-45 (tulkojums no New Living Translation)**

<sup>43</sup> “Kad ļauns gars atstāj cilvēku, tas nonāk tuksnesī, meklējot atpūtu, bet neatrod nevienu. <sup>44</sup> Tad tas saka: “Es atgriezīšos pie cilvēka, no kura esmu nācis.” Tā tas atgriežas un atrod savas bijušās mājas tukšas, izslaucītas un kārtībā. <sup>45</sup> Tad gars atrod vēl septiņus citus garus, kas ir ļaunāki par to, un tie visi ieiet cilvēkā un tur dzīvo. Un tā tam cilvēkam ir sliktāk nekā iepriekš. Tāda būs šis ļaunās paaudzes pieredze.”

Mums jābūt ļoti uzmanīgiem, lai pieņemtu visu palīdzību, ko Jēzus mums piedāvā. Viņš ir gatavs palīdzēt, pat kad mēs klūpam.

## **A. Septiņi iemesli kādēļ atgūšanās ātri pāriet atkārtotā**

### **1. Maģiska domāšana**

Ir tik viegli noticēt, ka visas tavas problēmas tiek novērstas, ja šodien tev nesāp. Maģiskā domāšana daudziem ir liela problēma. Ja viņi ir pārdzīvojuši tūlītēju krīzi, ko ir izraisījusi viņu neveiksme vai atkarība, viņi to redz kā zīmi, ka viss ir kārtībā. "Man klājas labi. Es pats ar to varu tikt galā. Es esmu atbrīvots." Tomēr viņi nav spēruši reālus soļus, lai novērstu savus pagātnes neveiksmju cēloņus.

### **2. Atturēšanās no vides pret patiesām pārmaiņām**

Atkarīgais, kurš iesaistās atvēršanās programmā, var pārļautz fiziskās lietošanas ciklu savā dzīvē. Vairs nespējot iegūt narkotikas, viņi iziet caur detoksikāciju un attīra ķermeni no narkotikām.

Bet vienkārši iziet detoksikācijas procesu nav pilnīgs risinājums narkotiku atkarīgajam - tas ir tikai viens no pirmajiem soļiem, lai atgūtos. Patiesas pārmaiņas ir daudz dziļāks process, nekā šodien vienkārši nelietot narkotikas.

Dažiem cilvēkiem viņu dalība no narkotikām atbrīvošanas programmā ir atturēšanās no vides - viņi nelieto tikai tāpēc, ka viņiem nav piekļuves narkotikām. Bet, tiklīdz viņi pamet atvēršanās programmu, viņi tūlīt pat dažu stundu, dienu vai nedēļu laikā atgriežas pie lietošanas. Patiesas pārmaiņas ir daudz vairāk nekā atturība no vides.

### **3. Vecie draugi**

Viens no ātrākajiem ceļiem uz atkārtotā ir atkārtota saikne ar veciem draugiem, tiklīdz esi pabeidzis atgūšanās programmu. Īsta atgūšanās ir saistīta ar grūtām izvēlēm, un viena no tām attiecas uz to, kā tu attieksies pret saviem pagātnes draugiem. Tas prasa patiesu

apņemšanos izvēlēties pārtraukt šīs vecās draudzības un veidot jaunas draudzības ar Dieva piekrišanu.

## 4. Vecas problēmu atrisināšanas stratēģijas

Problēmas arī turpmāk būs tavas dzīves galvenā sastāvdaļa - gan atrodoties atgūšanās programmā, gan arī aizejot no tās. Viens no galvenajiem iemesliem, kāpēc cilvēki iekļūst problēmās un atkarībās, ir stratēģijas, ko viņi izmanto, reaģējot uz šīm problēmām. Ja tu turpini izmantot šos vecos reaģēšanas modeļus, tu, iespējams, beigsi ar atkārtošānu.

Ja tavas neveiksmes pagātnē izraisīja tev stresu, vai tu tiešām esi iemācījies, kā tikt galā ar šo stresu jaunā veidā - veidā, kā Dievs vēlas, lai tu rīkotos? Viens jauns kristietis bija veiksmīgi izgājis Teen Challenge un brauca mājās no darba intervijas citā štatā. Viņa automašīna sabojājās un ar visu šī brīža stresu viņš atgriezās pie vecās metodes, kā rīkoties ar to, devās un piedzērās.

Viens no vissvarīgākajiem atgūšanās posmiem ir iemācīties jaunus veidus kā reaģēt uz problēmām. Tas prasīs Dieva palīdzību.

**Sal.pam. 3:5-6 (tulkojums no New International Version)**

**<sup>5</sup>Uzticies Tam KUNGAM ar visu savu sirdi un nepaļaujies uz savu paša saprašānu;**

**<sup>6</sup>visos savos ceļos atzīsti Viņu, un Viņš iztaisnos tavus ceļus.**

## 5. Neveiksme lietojot Dieva spēku

Atkārtošāna notiek tad, kad tu mēģini dzīvot savā spēkā. Ja tu grasies dzīvot atgūstoties, tev katru dienu ir jāapzinās savas vājās puses un jāiemācās kā paļauties uz Dieva spēku. Tas prasa vairāk nekā informāciju tavā galvā.

## 6. Neatrisinātas problēmas

Atkārtošāna var viegli notikt, ja tavā pagātnē ir neatrisinātas problēmas. Iespējams, ka esi paveicis labu darbu, lai tās noslēptu, kamēr atradies atgūšanās programmā, bet, ja tu tās nerisini, tas tikai paātrina atkārtošānu nākotnē.

## 7. Savas dzīves sadalīšana

Noslēpumi ir atkārtošānas galvenā sastāvdaļa. Ja tu visu savu dzīvi nenodod Kristum, tad tu esi uz atkārtošānas ceļa. Tu vari būt ļoti atvērts, ļaujot Dievam tev palīdzēt noteiktās dzīves jomās, taču joprojām turoties pie citām. Tavā prātā ir ļoti viegli izveidot dažādas jomas - šī joma ir atvērta Dievam, un šī ir mana mazā privātā zona.

Mēs esam apskatījuši septiņus dažādus iemeslus, kāpēc daži cilvēki ātri atkārtoti un atgriežas pie vecā dzīvesveida ar neveiksmēm. Tomēr ne visas atkārtošānas rodas dienas vai divu laikā. Daži cilvēki lēnām savā dzīvē pieļauj sīkumus, kas viņus sāk saindēt. Mēnešu vai pat gadu laikā viņi atkāpjas no dedzības, kas viņiem kādreiz bija pret Jēzu. Apskatīsim tuvāk atkārtošānu un to, kas to izraisa.

## B. Kas izraisa atkārtošānu?

Ja tu gatavojies pārvarēt atkārtošānu vai novērst atkārtošānu, tev jāsaprot, kas tavā dzīvē izraisa atkārtošānu. Atkārtošānai nav vienkārša iemesla. Tā var atkārtoti ienākt cilvēka dzīvē caur daudzām dažādām durvīm.

### 1. Tu nevari piedzīvot atkārtošānu, ja nekad neesi piedzīvojis atgūšanos

Jauneklis, kurš atkal devās atpakaļ lietot narkotikas dienā, kad viņš izgāja no programmas, rada patiesu jautājumu - vai viņš kādreiz ir piedzīvojis patiesu atgūšanos? "Sausais dzērājs" ir izplatīts apraksts, ko lieto alkohola atkarības jomā. Tas nozīmē, ka cilvēks šodien nelieto alkoholu, bet no iekšpuses joprojām domā kā alkoholiķis. Viņa pasaules uzskats joprojām notiek caur alkoholiķa domāšanu.

Edijs ir vēl viens jauns vīrietis, kurš nekad nav gājis cauri narkotiku ārstēšanas programmai. Pēdējo trīs gadu laikā viņš lieto narkotikas, bet ne katru dienu. "Es varu apstāties jebkurā laikā, kad gribu," viņš saka. Un viņš to dara - bieži mēnešiem ilgi. Bet tad kaut kas notiek, un viņš "paslīd" un atkal lieto.

Edijs neuzskata sevi par atkarīgo, jo viņš salīdzina sevi ar narkomāniem, kuri katru dienu lieto narkotikas. Bet patiesībā Edijs neatkārtā ik pēc 30 dienām, jo viņš nekad nav īsti atgūvis. Edijs tic Dievam un dodas uz draudzi. Edijs ir tas, ko daudzi sauc par "funkcionālu atkarīgo". Viņa atkarība ir reāla - kaut arī Edijs neuzskata, ka ir atkarīgs. Un viņš joprojām var funkcionēt sabiedrībā - viņš joprojām var iegūt darbu - viņam ir bijuši trīs jauni darbi pēdējos 12 mēnešos.

Edija ģimenei nav jākoncentrējas uz viņa atkārtošānu - viņiem ir jāpanāk, lai viņš nonāktu vidē, kur viņš var saņemt nepieciešamo palīdzību dzīves atkarības novēršanai.

Vēl viens students aizgāja pēc tam, kad divas dienas bija Teen Challenge. "Viņš atkārtāja," teica cits students. Bet divu dienu pavadīšana Teen Challenge nepabeidz atgūšanās procesu.

### 2. Neveiksme risinot pagātnes problēmas

Ir daudz cilvēku, kuri iet caur atgūšanās programmu un gūst reālus panākumus savā personīgajā izaugsmē. Viņi patiešām ir ceļā uz atgūšanos. Bet, kad viņi atgriežas sabiedrībā un saskaras ar tām pašām vecajām vai jaunajām problēmām, viņi atkal nonāk neveiksmē, un daži atkal pie narkotiku lietošanas.

Viņiem nav izdevies attīstīt efektīvas problēmu risināšanas prasmes, tāpēc viņi atgriežas pie saviem vecajiem problēmu risināšanas veidiem un nonāk atpakaļ vecajos reaģēšanas modeļos. Drīz viņi ārstē sāpes ar tiem pašiem vecajiem risinājumiem - narkotikas noņem sāpes un rada mieru. Tas ir kļūdainais risinājums un īslaicīgais atvieglojums, ko narkotikas radīja, drīz būs daudz vairāk problēmu.

Vai tas nozīmē, ka viņu laiks, kas pavadīts atgūšanās, bija lieki izšķērdēts? Vai viņiem vēlreiz ir jāiziet visa programma? Varbūt nē. Kas viņiem ir jādara, viņiem jāsaņem palīdzību to problēmu risināšanā, kas turpina izraisīt neveiksmes. Var būt īpašas viņu dzīves jomas,

kurās viņiem jāaug, lai viņi varētu gūt panākumus, kādus Dievs vēlas. Tomēr citiem šīs neveiksmes ir simptoms tam, ka viņi nekad nav nodevuši savas dzīves Jēzum un nav ļāvuši Viņam kļūt par viņu dzīvju Vadītāju. Kamēr viņi nepakļaujas Jēzum, viņi, iespējams, turpinās ceļu uz vēl lielākām neveiksmēm.

### 3. Citas atkarības un dzīvi kontrolējošas problēmas

Daži ir guvuši patiesus panākumus, risinot konkrētu atkarību savā dzīvē. Tomēr viņi ir ignorējuši citas nopietnas problēmas savā dzīvē. Ja šīs citas problēmas netiek risinātas, tās drīz skars personu, kura ir pabeigusi no narkotikām atgūšanās programmu. Šīs problēmas var kļūt par durvīm, kas vedīs šo personu atpakaļ verdzībā, kur drīz kļūst viegli atkal lietot narkotikas.

Tāpat, kāda ir nākotne tiem, kurus ieslodzījusi atkarība? Vai ir cerība, ka viņi kādreiz var būt patiešām brīvi? Dieva apsolījumi ir specifiski. Viņš vienmēr radīs aizbēgšanas veidu, kad mūs kārdinās. Viņa spēks ir vairāk nekā pietiekams, lai stātos pretī ikvienam dzīves izaicinājumam.

Pamata iemesls, kāpēc cilvēki atkārtojas, ir tas, ka viņi nedzīvo pareizās attiecībās ar Jēzu. Mums visiem trūkst pilnības. Bet, ja tu patiesi koncentrēsi uz Jēzu, Viņš tev palīdzēs.

Atkārtošānu var novērst. Atgūšanās var būt patiesa un paliekoša. Sīkāk apskatīsim atkārtošānu un atgūšanos.

## C. Saprotot atkārtošānu

"Es nezinu, kas notika," sacīja Edijs. "Es devos apciemot šo puisīti, un pirms aizbraukšanas mēs kopā lietojām narkotikas." Kad tu klausies Ediju, tas ir kā noslēpums, ko viņš nesaprot. Kad kāds, kā Edijs, piedāvā šāda veida skaidrojumu, tu vari būt pārliecināts, ka viņš nesaprot atkārtošānu vai atgūšanos.

### 1. Kāds ir ceļš uz atkarību?

Ceļš uz atkarību ir piepildīts ar maldiem. Persona, kas atrodas ceļā uz atkarību, dzīvo ar maldīgiem uzskatiem. Atkarību ieslodzītie savas problēmas nerisina tā, kā Dievs vēlas.

Tie, kas ir ieslodzīti atkarībā, ir izvēlējušies dzīties pakaļ kaut kam, domājot, ka tas nesīs prieku vai gandarījumu - taču tas ir nepareizs ceļš - tas nenoved pie patiesa prieka. Tas ir lēts aizstājējs.

Jeffrey VanVonderan aprakstīja atkarības šādā veidā: "Kīmiska [atkarība] ir stāvoklis, kas rodas no procesa, kad dzīves vajadzību apmierināšanai arvien vairāk pievēršas kīmijas lietošanai." (*Good News for the Chemically Dependent* (Labās ziņas ķīmiski atkarīgajiem), Jeffrey VanVonderan, Thomas Nelson Publishers (Tomasa Nelsona izdevniecība), 19. lpp.)

Tu vari aizstāt pasvītrotos vārdus ar jebkuru citu lietu, un tev būs tāds pats rezultāts: azartspēles, smēķēšana, iekāre, vara, pārtika, sekss, darbs, attiecības, utt.

Jo vairāk cilvēks mēģina apmierināt savas dzīves vajadzības ar jebkuru no šīm lietām, jo vairāk viņi tiks ieslodzīti savā atkarībā. Nevienam no šiem patiesībā nevar apmierināt savas dzīves vajadzības. Tikai Jēzus to var izdarīt.

Tāpat vienīgais veids, kā panākt, lai šis paziņojums patiešām darbotos tavā labā, ir šāds: atkarība no Dieva ir stāvoklis, kas rodas no procesa, kurā arvien vairāk vērsas pie Dieva, lai apmierinātu dzīves vajadzības.

Dievs ir vienīgais ceļš, kā likt tam darboties. Viņš radīja tevi ar vajadzību pēc Viņa. Tikai Viņš ir perfekti piemērots visām tavas dzīves vajadzībām. Mēģinot piepildīt šo vajadzību ar kaut ko citu, tas vienkārši rada vairāk problēmu un nekad nesniedz ilgstošu gandarījumu. Bet Jēzus ienesīs tavā dzīvē patiesu gandarījumu.

## 2. Kas ir atgūšanās?

Šī kursa trešajā nodaļā tika sīki apskatīts šis priekšmets. Atgūšanās ir saistīta ar ko vairāk kā tikai atkarības izraisīto uzvedības apturēšanu. Atgūšanās nozīmē dzīvot tādu dzīvi, kādu Jēzus priekš tevis ir ielāgojis. Jēzus vēlas pilnībā pārveidot mūsu dzīves - aizstājot garīgo nāvi ar garīgo dzīvību. Bet Jēzus arī vēlas, lai mēs mainītu savas dzīves veidu un sekotu Viņam. Atgūšanās ir veco attieksmju un izturēšanās modeļu atmešana. Tas ietver arī jaunu attieksmju un izturēšanās modeļa "uzvilkšanu", kas iezīmē kristieša dzīvi.

Atgūšanās nav notikums - tas ir process. Mateja 16:24 Jēzus sacīja, ka, ja tu vēlies būt mans māceklis, nāc, seko man. Tā nav vienkārša dramatiska pieredze - tas ir aicinājums sekot Viņam visu atlikušo mūžu.

Personai, kuru Dieva spēks ir atbrīvojis no atkarībām, ir jāsaprot, ka viņi joprojām ir neaizsargāti pret kārdinājumu. Viņiem ir jābūt centīgiem, lai viņi turētu Dievu pirmajā vietā katrā savas dzīves jomā.

## 3. Kas ir atkātošana?

Kā mēs jau paziņojām iepriekš, tu nevari piedzīvot atkātošanu, ja vien vispirms neesi piedzīvojis reālu atgūšanos.

Šeit ir atkātošanas definīcija, kuru izstrādāja divi cilvēki, kuri strādā ar alkohola atkarības ārstēšanu. Šī definīcija ir piemērota jebkurai atkarībai.

"Atkātošana nesākas ar pirmo dzērienu. Atkātošana sākas, kad cilvēks no jauna aktivizē noliedzuma, izolācijas, paaugstināta stresa un pasliktinātas spriestspējas modeļus." Avots: *Counseling for Relapse Prevention* (Padomdošana atkātošanas novēršanai) autori Terence T. Gorski un Merlene Miller (Herald House - Independence Press).

Atkātošana nav viena negaidīta paslīdēšana - tas ir process, virkne lēmumu, kas ved uz pēdējo soli - atgriešanās pie atkarības, lai kāda tā būtu.

Daudzi no agrīnajiem soļiem uz atkātošanu bieži vien netiek pamanīti atveseļojošā atkarīgā dzīvē. Ja viņi nemācēs noteikt šos agrīnos soļus uz atkātošanu, viņi, visticamāk, nonāks atpakaļ atkarībā.

Bet kristietim ir vēl viena atkārtotības dimensija. Var palikt brīvs no narkotikām, bet pagriezt muguru kalpošanai Jēzum. Viņu atkārtotība nav fiziska, atpakaļ narkotiku lietošanā, bet gan garīga.

Skumjš fakts ir tas, ka daži no narkotikām atkarīgie ir atraduši brīvību no savas atkarības ar Dieva palīdzību, un pēc tam izlēmuši, ka viņi vēlas dzīvot paši savu dzīvi. Viņi pagrieza savu muguru Dievam. Tātad viņi ir brīvi no narkotikām, labi funkcionē sabiedrībā, bet traģiski ir ceļā uz elli - tas nav ļoti labs risinājums ilgtermiņā. Jēzum bija daži ļoti prātīgi vārdi priekš šādiem cilvēkiem.

### **Mateja 16:26 (tulkojums no New Living Translation)**

**Un kāds ir tavs ieguvums, ja tu iegūsti visu pasauli, bet pazaudē pats savu dvēseli? Vai kaut kas ir vērtīgāks par tavu dvēseli?**

Viens no pirmajiem atkārtotības soļiem ir no jauna aktivizēt nolieguma modeļus, kas bija daļa no vecā dzīvesveida. Šis noliegums šai personai apgrūtinā redzēt citus soļus, ko viņi sper ceļā uz atkārtotību.

Kāds varētu jautāt: “Kas ir jādara, lai notiktu atkārtotība?” Praktiski nekas. Neveiksme turpinot ikdienas dzīves soļus priekš Jēzus, rada cilvēkam arvien lielāku iespēju atkārtot.

## **D. Ko darīt, kad notiek atkārtotība**

Ja atrodi atkārtotības vietā, ir vairāki soļi, kas tev nekavējoties jāspēr.

### **1. Nekavējoties pārtrauc**

Jo ilgāk tu turpini savu atkārtotības uzvedību, jo lielāku kaitējumu tā nodarīs tavā dzīvē. Attēlo atkārtotību kā ugunsgrēku savā mājā. Jo ātrāk tu nodzēsīsi uguni, jo ātrāk tu apturēsi tā nodarīto kaitējumu.

Atkārtotība vienmēr rada bojājumus. Maldināšana, kas nāk ar atkārtotību, ir tāda, ka “tikai viena reize” nevienam nesāpēs.

Kāds jauns vīrietis dalījās, cik smagi viņš ir cīnījies ar kārdinājumu atkārtot, bet viņš galu galā padevās. Kad viņš piedzīvoja atkārtotību, viņš sev sacīja: “Labi, es arī varētu to darīt pāris nedēļas un dabūt ārā no savas sistēmas. Tad es nožēlošu grēkus un atgriezīšos pie Dieva.”

Tā ir ļoti bīstama stratēģija cīņā ar atkārtotību. Jo ātrāk tu pārtrauksi šo izturēšanos, jo ātrāk varēsi atgriezties ceļā uz atgūšanos. Gaidīt divas nedēļas, lai sāktu atgūšanos, ir līdzīgi kā ļaut savai mājai degt divas nedēļas, pirms izsaukt ugunsdzēsējus.

### **Romiešiem 6:16 (tulkojums no New International Version)**

**Vai jūs nezināt, ka, kad jūs piedāvājat kādam sevi klausīt viņam kā vergiem, jūs esat vergi tam, kam paklausāt - vai esat grēka vergi, kas noved pie nāves, vai paklausībai, kas ved pie taisnības?**

Kamēr tu ņem dalību šajā atkarību izraisošajā uzvedībā, tu esi tās vergs. Bet, ja tu izvēlies kļūt par “paklausības vergu” – par Jēzus mācekli, tas noved pie taisnības.



## 2. Iegūt palīdzību

Atkārtošana ir nopietnu problēmu pazīme tavā dzīvē. Viens no atkārtošanas simptomiem ir samazināt situācijas nopietnību. Tev var vajadzēt iekļūt kādā atgūšanās programmā, lai salauztu atkarību.

Kad esi pārtraucis atkarību izraisīto uzvedību, tev rūpīgi jāizvērtē, kas bija agrīnas atkārtošanas pazīmes. Daudzas reizes cilvēks, kas ir piedzīvojis atkārtošanu, nevar ļoti labi novērtēt šīs agrīnās atkārtošanas pazīmes. Ir atbalsta grupas un padomdevēji, kas var palīdzēt šajā procesā.

Katram no atkārtošanas simptomiem tavā dzīvē nākotnē jāklūst par pieturas zīmi. Kad redzi šo simptomu, tev jāpasaka sev, kas tas ir - zīme, ka tu atkal esi ceļā uz atkārtošanu.

Identificējot šos atkārtošanas simptomus, tev jāidentificē īpašas atgūšanās stratēģijas, ko izmantot šajā savas dzīves jomā. Ja tu zini, ka tev ir problēmas ar noliegšanu, tad izveido ikdienas stratēģiju, lai koncentrētos uz atvērtību Dieva patiesībai. Palūdz savam atbildības cilvēkam pateikt tev katru reizi, kad viņš redz tevi slīdam nolieguma modeļos.

## 3. Pārstrādā savu atgūšanās stratēģiju

Atkārtošana ir realitātes pārbaude, kur tev nepieciešama palīdzība. Nepietiek ar to, ka sevi nomoka un saka: „Es nekad to vairs nedarīšu! Uzticieties man!” Šiem vārdiem nav lielas nozīmes, lai sevi pasargātu no turpmākas atkārtošanas.

Tev rūpīgi jāizvērtē problēmas, kas tev sagādā neveiksmi. Kādi bija iemesli, kas tevi ietekmēja? Identificējot šos jautājumus, tu vari sākt izstrādāt konkrētāku atgūšanās stratēģiju, piemērojot īpašus Bībeles principus katrai no šīm savas dzīves vajadzībām.

Tiem, kuriem ir atkārtošana pēc Teen Challenge absolvēšanas, parasti nav vajadzīgs ilgs laiks, lai identificētu sarakstu ar pašiem pamata atgūšanās soļiem, kas bijuši atmeti - Bībeles ikdienas lasīšana un lūgšana, draudzes apmeklēšana, iesaistīšanās atgūšanās atbalsta grupā, nav atbildības persona, ar kuru regulāri tikties, un daudz kas cits.

## 4. Sāc smago atgūšanās darbu

Atgūšanās ir smags darbs, un Dievs ir gatavs palīdzēt. Bet Viņš nepamās pār tevi ar burvju nūjiņu, kas liktu acumirkli pazust visām tavām problēmām. Mēs vēlamies ātru labojumu, bet mums jāmeklē reāli risinājumi, kas novedīs pie reālas izaugsmes.

### **Galatiešiem 5:24-25 (tulkojums no New International Version)**

**<sup>24</sup>Tie, kuri pieder Kristum Jēzum, ir krustā situāti grēcīgo dabu ar tās kaislībām un vēlmēm. <sup>25</sup>Kopš mēs dzīvojam no Gara, sekosim līdz Garam.**

Tev ir jāizdara izvēle - ja Jēzus ir tavas dzīves Kungs, tad tev jādara tas, kas teikts šajā pantā - krustā sists - lai nonāvētu grēcīgo dabu ar tās kaislībām un vēlmēm.

Pāvils to raksturo kā cīņu - ikdienas cīņu. Tev var nākties katru dienu pienaglot to veco dabu atpakaļ pie krusta. Jo katru dienu tā var rāpties lejā no krusta. Tev jāvērs savas acis uz Jēzu un jāsaka: “Jēzu, es vēlos, lai Tu un Tu vienīgais esi manas dzīves Vadītājs.” Tas ir ceļš uz panākumiem, ceļš uz brīvību, ceļš uz reālu izaugsmi. Tev ir jāiet kopsolī ar Svēto Garu. Šis ir ceļš uz reālu pārveidošanos.

## 5. Nodibini atbildības attiecības

Tev ir nepieciešama citu palīdzība, kuri atrodas personīgā stabilitātē. Tev ir nepieciešams kāds, kurš tevi sauks pie atbildības un uzdos grūtus jautājumus. Šai personai ir jābūt kādai, kurai tu vari uzticēties. Noslēpumi tevi nākotnē iznīcinās, tāpat kā tavā pagātnē. Ja tu nevari būt atklāts pret šo cilvēku, tad tu jau esi uz atkārtotības ceļa.

## 6. Turpini augt!

Neatkarīgi no tā, cik reizes tu kļūdieš, turpini celties augšā. Turpini nākt pie Dieva un lūgt Viņa palīdzību. Izaugsme ir ceļš uz briedumu un piepildījumu. Dievs izmantos tavas neveiksmes, lai mācītu tev mācības, kas tev jāiemācās, lai augtu. Vai tu vēlies ļaut Viņam mācīt tev Viņa mācības?

Šī cīņa augt ir cīņas vērtā. Jēzus gāja pie krusta, nerūpējoties par kaunu, kas nāca pār Viņu, jo Viņa acis bija vērstas uz balvu, kas Dievam bija priekš Viņa. Tu vari rīkoties tāpat - vērst savas acis uz Jēzu un neļauj nekam liegt tev piedzīvot visu, kas Dievam ir paredzēts priekš tevis.

## Secinājums

Tātad, kāda ir tava attieksme pret šodien piedzīvoto neveiksmi? Vai tu esi gatavs stāties pretī savām neveiksmēm un mācīties no mācībām, kuras Dievs vēlas, lai tu iemācītos? Šajā kursā mēs apskatījām dažāda veida neveiksmes un to, kā mēs varam reaģēt. Dažas neveiksmes ir grēks un rada nopietnas sekas. Mums vajadzīga Dieva palīdzība.

Nekļūsti apsēsts ar to, ka nekad nekļūdīsies. Vienā vētrainā naktī uz Galilejas jūras mācekļi baidījās, redzot Jēzu staigājam pa ūdeni. Pēteris atbildēja, lūdzot atļauju nākt pie Jēzus. Jēzus uzaicināja viņu nākt, un drīz Pēteris gāja pa ūdeni - piedzīvojot brīnumu! Bet, pietuvojies Jēzum, viņš pievērsa uzmanību vētrainajam ūdenim un sāka grimt. Viņš sauca uz Jēzu pēc palīdzības.

Šeit tu viegli varētu nosodīt Pēteri par viņa neveiksmi. Bet Pēteris un pārējie 11 mācekļi demonstrē divu veidu neveiksmes. Pēterim neizdevās staigāt pa ūdeni. Viņš kļūdījās kaut ko darot. Pārējie 11 mācekļi kļūdījās nemēģinot. Viņi nekad nepameta laivu.

Daži cilvēki ir tik ļoti apsēsti ar neveiksmēm, ka nekad nemēģina. Labāk mēģināt un kļūdīties, nekā nekad nemēģināt. Labāk būt apsēstam ar sekošanu Jēzum, kaut arī tu daudzārt ciet neveiksmes, nekā nekad nemēģināt. Dievam ir cerību piepildīts solījums tiem, kas cieš neveiksmes.

### **Sal.pam. 24:16 (tulkojums no New international Version)**

**Lai gan taisnais cilvēks krīt septiņas reizes, viņš atkal ceļas, bet ļauno noliec pie zemes nelaieme.**

Turpini celties. Vērs savas acis uz Jēzu. Mācies mācības, ko Viņš vēlas, lai tu iemācītos. Neļauj bailēm no neveiksmes nozagt tev visu, kas Dievam ir priekš tevis.