

ÎȚI POATE OFERI VIAȚA MAI MULT? POȚI SCHIMBA LUMEA DIN JURUL TĂU?

CONTACTS

PÂINEA VIETȚII

Ca să nu mai flămânzești
niciodată

Banchetul regelui

Ești invitat!

Cum să îți plănuiești meniul

Și să monitorizezi
ce mănânci





NOTA EDITORULUI NEVOILE ZILNICE

Când Iisus și-a învățat ucenicii cum să se roage, o singură cerință era de natură fizică – „Pâinea noastră cea de toate zilele dă-ne-o nouă astăzi”.¹ Tot restul rugăciunii este fie slavă lui Dumnezeu, fie cereri pentru talente sau binecuvântări spirituale cu ajutorul cărora să-L putem servi și să-I fim mai bine pe plac. Prin faptul că a inclus și o cerere pentru lucruri materiale Iisus recunoaște că noi trăim într-o lume fizică și că Dumnezeu dorește să ne suplinească nevoile fizice. Însă lucrurile sunt mai profunde de atât.

Când femeia samariteană L-a întâlnit pe Iisus la fântâna lui Iacov, El i-a spus că hrana fizică nu era suficientă. „Oricui bea din apa aceasta îi va fi iarăși sete. Dar oricui va bea din apa pe care i-o voi da Eu, în veac nu-i va fi sete”.² Iisus este pâinea și apa vieții, iar prezența Sa în viețile noastre este cu mult mai importantă decât hrana și apa fizică.

Tot așa cum avem nevoie zilnic de hrană și de apă ca să ne menținem în viață, avem nevoie zilnic și de o doză de tărie sufletească. Tot așa cum Dumnezeu se așteaptă de la noi să muncim din greu pentru a ne procura hrana fizică, se așteaptă să depunem efort și la procurarea hranei sufletești citind Cuvântul Său și petrecând timp cu El în rugăciune, în cugetare și în meditație.

Din fericire Dumnezeu dorește să ne dea ceea ce avem nevoie și, mai important, dorește să ni se dăruiască pe Sine. Dumnezeu dorește ca toți oamenii să mănânce din hrana Sa spirituală. Întorcându-ne la Rugăciunea Tatăl Nostru, Iisus și-a învățat ucenicii să se roage nu doar pentru suplinirea nevoilor lor zilnice, dar și pentru ca Duhul Sfânt, „pâinea vie care s-a coborât din cer”³ să fie prezent zilnic în viețile lor.

Sper că articolele din această revistă să te ajute să înveți despre bunătatea Sa și cum să o absorbi, ca să poți și tu „[să guști] și [să vezi] ce bun este Domnul”.⁴

Samuel Keating
Editor executiv

1. Matei 6:11

3. Ioan 6:51

2. Ioan 4:13-14

4. Psalmul 34:8

Noi îți oferim o varietate largă de cărți, materiale audio și video pentru inspirația și hrana ta sufletească.

Pentru comenzi te rugăm să ne contactezi la una din adresele de mai jos.

Adresa:

ContactS
în atenția lui: Christian
C.P. 129, O.P. 72
cod 032468
București

Email:

activated@activated.org

Web:

www.activated.org

Editori	Samuel Keating
Tehnoredactare	Gentian Suçi
Traducere	Oana Toșu

www.auroraproduction.com
© 2015 Aurora Production AG.
Toate drepturile rezervate.

Toate versetele au fost citate din Biblia versiunea Dumitru Cornilescu, excepțiile fiind menționate explicit.

A-RO-MG-AM-172-X



Ciuperca rătăcitoare

DE OLIVIA BAUER

TOCÂND LEGUME PENTRU CİNĂ AM PRINS de două ori câte o ciupercă rătăcită înainte să se rostogolească pe podea.

„Ești așa de bun cu mine, Doamne! am gândit.

Un alt gând în mintea mea era oferta mea pentru închirierea apartamentului, ofertă pe care trebuia să o prezint în acea dimineață. *Te rog să fii bun cu mine și să-i faci să îmi accepte cererea.* – de parcă ar exista momente când Dumnezeu nu ar fi bun.

Mi-am amintit de un cântec al trupei Newsboys postat pe YouTube și intitulat „Blessed Be Your Name” („Binecuvântat fie Numele Tău”).

*Binecuvântat fie Numele Tău
Pe tărâmul îmbelșugat,*

1. Psalmul 34:1
2. Iacov 1:17
3. Iov 1:21

*Unde râurile Tale curg neîncetat,
Binecuvântat fie Numele Tău.
Binecuvântat fie Numele Tău
Când sunt în pustietate,
Sau când umblu în sălbăticie,
Binecuvântat fie Numele Tău.*

Dumnezeu este bun și drept atât la bine cât și la greu. Bunăta-tea Sa se vede atât prin ceea ce ne dăruiește cât și prin ceea ce consideră să nu ne dea, prin ceea ce permite și prin ceea ce ne refuză. Acesta este unul dintre conceptele „mult în puțin”. Cu această atitudine nu poți decât să trăiești o bucurie, o credință, o pace și o stare de recunoștință tot mai mare.

Sper că dacă cuget mai mult asupra acestui adevăr obișnuit și asupra mesajului acestui cântec să îmi pătrundă mai adânc în suflet și să devină mai mult decât o simplă propoziție convingătoare sau un cântec emoționant care îmi vine din când în când în minte, ci

să fie parte din ființa mea.

Regele David a pus în practică acest lucru în viața sa: „Voi binecuvânta pe Domnul în orice vreme; lauda Lui va fi totdeauna în gura mea”.¹

Iacov a înțeles lucrul acesta: „Orice ni se dă bun și orice dar desăvârșit este de sus, coborându-se de la Tatăl luminilor, în care nu este nici schimbare, nici umbră de mutare”.² (Dumnezeu nu are toane când este vorba să răspundă la rugăciuni sau să lucreze în folosul meu.)

Iov L-a imortalizat pentru următoarele generații de credincioși: „Domnul a dat și Domnul a luat - binecuvântat fie Numele Domnului!”³

Am prins ciuperca.

Poate prind și apartamentul. Sau poate nu.

Oricum, Dumnezeu este bun.

OLIVIA BAUER LUCREAZĂ CU
O ORGANIZAȚIE NONPROFIT ÎN
CANADA. ■

PÂINEA VIETII



„EU SUNT PÂINEA VIETII”¹ este una dintre cele șapte afirmații „Eu sunt” făcute de Iisus....

Pâinea este considerată un aliment de bază pentru om. ... Pâinea este un aliment atât de obișnuit încât a devenit sinonim pentru hrană în general. Noi folosim chiar expresia „a împărți pâinea” însemnând că ne împărțim mâncarea cu cineva. Pâinea joacă și un rol important în cadrul mesei de Paștele Evreiesc. Evreii trebuiau să mănânce pâine nedos-

pită în timpul sărbătorii de Paști și în următoarele șapte zile pentru a comemora ieșirea din Egipt. Apoi, când evreii au părăsit 40 de ani în deșert, Dumnezeu le-a dat „pâine din cer” ca să-i hrănească.²

Toate acestea se regăsesc în scena descrisă în Ioan 6. Iisus încerca fără succes să se desprindă de mulțime. A traversat Marea Galileii, dar mulțimea L-a urmat. După un timp Iisus l-a întrebat pe Filip despre cum vor hrăni toată acea mulțime de oameni. Răspunsul

1. Ioan 6:35

2. Vezi Exodul 16:4.

3. Ioan 6:35

4. Vezi Ecleziastul 3:11.

5. Vezi Romani 3:23.

6. Vezi Romani 6:23.

7. Vezi Romani 3:10.

8. <http://www.gotquestions.org/bread-of-life.html>

lui Filip, că nu au suficienți bani pentru hrană pentru toți, a demonstrat lipsa lui de credință. În final Andrei aduce înaintea lui Iisus pe un băiat care avea cinci pâini și doi pești. Cu această cantitate mică Iisus a hrănit în mod miraculos mulțimea și chiar au rămas resturi.

După aceea Iisus și ucenicii Lui au trecut înapoi de partea cealaltă a Galileii. Când mulțimea a văzut că Iisus plecase L-a urmat din nou. ... El îi acuză că nu dau importanță semnelor Sale miraculoase ci că Îl urmează doar ca să primească mâncare gratis. Iisus le spune în Ioan 6:27: „Lucrați nu pentru mâncarea pieritoare, ci pentru mâncarea care rămâne pentru viața veșnică și pe care v-o va da Fiul omului; căci Tatăl, adică însuși Dumnezeu, pe El L-a însemnat cu pecetea Lui”. Cu alte cuvinte, ei erau atât de entuziasmați despre mâncare fără să bage de seamă că Îl aveau pe Mesia în mijlocul lor. Iar evreii I-au cerut

lui Iisus un semn că El fusese trimis de Dumnezeu. ... Ei I-au spus că Dumnezeu le dăduse mană din cer în timpul pribegiei lor prin deșert. Iisus le-a răspuns că ar trebui să ceară adevărata pâine din cer, cea care dă viață. Când I-au cerut lui Iisus această pâine, Iisus i-a surprins spunându-le: „Eu sunt Pâinea vieții. Cine vine la Mine nu va flămânzi niciodată; și cine crede în Mine nu va înseta niciodată”.³

Aceasta este o afirmație fenomenală! În primul rând, asemănându-Se cu pâinea Iisus spunea că El este esențial vieții. Apoi, viața despre care vorbea Iisus nu era viața fizică, ci viața eternă. ... El contrastează ceea ce aduce în calitate de Mesia cu pâinea pe care o crease în mod miraculos cu o zi înainte. Acea fusese pâine pieritoare. El este pâinea spirituală ce aduce viața veșnică. ...

Cheia se găsește într-o altă afirmație a lui Iisus, făcută în timpul predicii de pe Munte. În Matei 5:6 Iisus a spus: „Ferice de cei

flămânzi și însetați după neprihănire, căci ei vor fi săturați”. Când Iisus a spus că cei care vin la El nu vor flămânzi iar cei ce cred în El nu vor înseta, El spunea că ne va satisface foamea și setea de neprihănire în ochii lui Dumnezeu. ...

Biblia spune că Dumnezeu a pus în inimile noastre dorința pentru eternitate.⁴ Biblia mai spune și că nu putem face nimic ca să ne merităm locul în Rai pentru că suntem cu toții păcătoși⁵ și că tot ce merităm pentru păcatele noastre este moartea.⁶ Nimeni nu este drept în el însuși...⁷ Când Hristos a murit pe cruce, El a luat asupra Lui păcatele omenirii și le-a ispășit. Când ne punem credința în El, păcatele noastre sunt trecute în contul Lui și în schimb primim dreptate Lui. Iisus ne satisface foamea și setea de dreptate. El este Pâinea Vieții noastre.

MULȚUMIM PENTRU
ACEST ARTICOL SITE-ULUI
GOTQUESTIONS.ORG.⁸ ■

Hristos compară nevoile oamenilor cu sentimentul de foame și sete. Foamea nu este o prefăcătorie. Cei care au simțit foamea știu că indică o nevoie foarte reală și că aduce o suferință chinuitoare. Setea, de asemenea, nu este o chestiune sentimentală; este cu adevărat o încercare. Ce durere este mai cumplită decât setea?

Și inima flămânzește și aproape fără să conștientizeze se plânge: „Dacă cineva m-ar iubi și dacă aș iubi și eu pe cineva care să mă satisfacă pe deplin”. Inimile noastre sunt avidе după iubire. Vânează pe ici și colo dar sunt amarnic dezamăgite. Dar când aud că Iisus Hristos le-a iubit înainte de crearea lumii și că a murit pentru ele, afecțiunea lor găsește în sfârșit odihna. Dragostea lui Iisus alungă orice dorință pentru alte iubiri și ne umple sufletul! El devine Mirele inimii noastre, Iubitul nostru și ne lipsim de celelalte lucruri mai obișnuite. – *Charles Spurgeon (1834-1892), adaptat*



CASTRAVEȚI MURAȚI

DE AKIO MARSUOKA

O PRIETENĂ MI-A ARĂTAT grămada de castraveți mai puțin proaspeți pe care vroia să-i mureze.

„Sunt acești castraveți buni de mâncat?” am întrebat-o.

„Sunt cam uscați, dar grozavi pentru murat!” mi-a răspuns în cunoștință de cauză. Pentru prietena mea este foarte practic să aibă castraveți murați cu care să-și suplimenteze mesele servite în grabă.

Gândindu-mă la acești castraveți cam uscați care urmau să fie transformați în ceva delicios și sănătos mi-am amintit de o poveste pe care o auzisem despre mâncarea kimchi. Deși această mâncare a existat din totdeauna în Coreea, unii consideră că popularitatea ei se datorează lipsurilor din Primul Război Sino-Japonez (1894-1895). Variante noi de kimchi au apărut apoi prin murarea cu multe condimente a diferitelor tipuri de legume care nu mai păreau apetisante sau erau pe punctul de a se strica și astfel transformându-le în ceva comestibil. M-am minunat la faptul că una din mâncărurile mele preferate a fost concepută într-o perioadă de criză alimentară!

Asta îmi amintește și de o situație dintr-o zonă rurală din nordul Americii, acolo unde șerpii cu clopoței și-au făcut apariția nedorită. Sătenii erau speriați de creșterea bruscă a populației de șerpi, iar unii oameni chiar au început să se mute. Alți săteni cu spirit de anteprenoriat au început să folosească pielea de șarpe ca să producă genți și curele. În final s-a în-

tâmplat ca șarpele cu clopoței cu modele de diamant pe spate, cel care inițial fusese o pacoste, să contribuie în mare parte la dezvoltarea economiei acelei zone.

Așa se face că în mijlocul unei situații aparent înfrânte Dumnezeu să folosească exact lucrul rău pentru a aduce ceva bun. Suntem înconjurați zilnic de probleme și de situații neașteptate. Însă Dumnezeu are întotdeauna un plan. Indiferent cât de oribilă poate părea o situație, noi avem un Dumnezeu care nu va da greș niciodată. Când lucrurile nu merg așa cum am plănuțit și când visele ne sunt spulberate, s-ar putea ca El să pregătească ceva mai bun.

AKIO MATSUOKA ESTE MISIONAR ȘI VOLUNTAR DE PESTE 35 DE ANI ATÂT ÎN JAPONIA NATALĂ CÂT ȘI ÎN STRĂINĂTATE. EL LOCUIEȘTE ACUM ÎN TOKIO. ■

Știm că toate lucrurile lucrează împreună spre binele celor ce iubesc pe Dumnezeu și anume spre binele celor ce sunt chemați după planul Său. – *Romani 8:28*



Speranța este puterea de a fi binedispus în situațiile despre care știi că sunt disperate. – *G. K. Chesterton (1874-1936)*



Tărâmul promis se află întotdeauna dincolo de pustietate. – *Henry Havelock Ellis (1859-1939)*



MĂNÂNCĂ, ROAGĂ-TE, STAI ÎMPREUNĂ

DE CURTIS PETER VAN GORDER

NU DEMULT, membrii familiei mele au avut programe diferite și de aceea nu am prea avut ocazia să mâncăm împreună. Simțeam că parcă familia noastră se destrăma – mai ales după ce am vizitat un prieten italian care m-a învățat ce bucurie îți aduce să „împarți pâinea” cu ceilalți.

Masa într-un cămin italian este un eveniment. Nu înseamnă să mănânci pe apucate, ci să petreci timp să povestești, să discuți, să împărtășești dorințe și speranțe. Apoi, chiar când crezi că masa a luat sfârșit, un alt fel delicios de mâncare îți este servit. Și fără să-ți dai seama au zburat două ore sau chiar mai mult. Nu ai nevoie de nici o altă activitate de seară; masa în sine este un eveniment.

Probabil că noi nu avem prea des

1. ex: <http://edis.ifas.ufl.edu/fy1061>

2. <http://elixirmime.com>

ocazia să ne bucurăm de un festin în stil italian, dar chiar și cu viețile noastre ocupate putem găsi cu siguranță o modalitate de a mânca împreună. Există multe studii care arată beneficiile meselor în familie.¹ Ocazia de a vorbi în jurul mesei întărește legăturile de familie și crează o atmosferă caldă, de siguranță și de apartenență. O mâncare gătită în casă este mai bogată nutritiv și mai ieftină decât mâncarea de fast-food. Membrii tineri ai familiei învață bunele maniere – cum să ceară politicos mâncarea, cum să nu pună coatele pe masă și cum să savureze încet mâncarea – toate fac parte din plăcerea experienței. Competențele ligvistice sunt consolidate prin ascultarea și istorisirea de povești în jurul mesei. Mâncatul împreună ajută și la sporirea interesului întregii familii pentru pregătirea mâncării – o altă modalitate bună de a da copii-

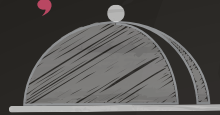
lor un început bun în viață.

Indiferent de componența familiei tale – chiar și dacă ești singur – îți va face bine pentru digestie dar și emoțional să te oprești și să te bucuri de mâncarea ta. Mesele sunt de asemenea momente prielnice de a ne ruga pentru anumite nevoi specifice și de a ne arăta aprecierea față de Dumnezeu pentru ceea ce a făcut deja pentru noi.

Vizita mea în Italia m-a inspirat să-mi reunesc familia la masă cât mai des posibil. Ceea ce primim din aceste momente este mai mult decât mâncare. Primim legături de dragoste, de bucurie și de tovarășie de durată.

CURTIS PETER VAN GORDER ESTE SCENARIST ȘI ACTOR DE PANTOMIMĂ² ÎN MUMBAI, INDIA, ȘI MEMBRU ÎN ORGANIZAȚIA THE FAMILY INTERNATIONAL. ■

CUM SĂ ÎȚI PLĂNUIEȘTI



MENIUL



DE PETER AMSTERDAM, ADAPTAT

CREȘTINII CARE SUNT INTERESAȚI SĂ PROGRESEZE SPIRITUAL ȘTIU că este foarte important să petrecă timp citind și absorbind Cuvântul lui Dumnezeu. Din Biblie învățăm despre iubirea lui Dumnezeu pentru omenire, despre mesajul lui Iisus și despre cum să trăim în armonie cu Dumnezeu și cu ceilalți oameni.

Dacă ne stabilim un timp zilnic pentru citirea Bibliei avem ocazia să luăm zilnic legătura cu Dumnezeu. Ne deschidem pentru a primi instrucțiunile, călăuzirea și ajutorul Său în problemele și dificultățile vieții. Ne reamintește de codul moral după care încercăm să ne modelăm viețile și ne dă călăuzirea necesară când trebuie să luăm o decizie. Este un element cheie pentru cei care caută să fie precum Iisus, deoarece din Biblie auzim învățăturile Lui, vedem exemplul Lui de iubire și luăm legătura cu Tatăl Său, legătură deschisă prin sacrificiul Său pentru noi.

În fiecare zi suntem invadați de o varietate lar-

gă de informații din diverse surse care încearcă să ne influențeze într-o direcție sau alta. Dacă citim în fiecare zi ceea ce a spus Dumnezeu ne ajută să navigăm prin acest vârtej informatic. Ne sporește capacitățile spirituale de a discerne între adevăr și fals. Ne ajută să ne păstrăm inima focalizată pe lucrurile importante, să trăim o fericire adevărată, o pace interioară și să fim în concordanță cu Dumnezeu și cu voia Sa. Ne ajută să supraviețuim și să depășim tot ce ne aduce viața în cale.¹ Dacă stăm în Cuvântul lui Dumnezeu ne ajută să fim în contact regulat cu Duhul Său. „Cuvintele pe care vi le-am spus Eu sunt duh și viață”.²

Nu este ușor să-ți găsești zilnic timp pentru lectură – necesită auto-disciplină. Precum exercițiile fizice care ne mențin condiția fizică și ne îmbunătățesc performanțele, timpul regulat petrecut citind Cuvântul lui Dumnezeu ne întărește sufletul și ne face creștini mai puternici, creștini înrădăcinați so-



DIGERAREA

De Charles Spurgeon, adaptat

Există momente când singurătatea este mai bună decât socializarea, iar liniștea mai înțeleaptă decât vorbăria. Am fi niște creștini mai buni dacă am sta mai mult singuri, așteptând după Dumnezeu, și am acumula tărie sufletească pentru slujba Lui prin meditare asupra Cuvântului Său. Ar trebui să cugetăm asupra lucrurilor legate de Dumnezeu deoarece așa ne luăm hrana spirituală din ele.

Trupurile noastre nu sunt susținute doar prin ingerarea mâncării ci și prin digerarea ei. Tot așa și sufletele noastre nu sunt hrănite doar prin ascultarea aleatoare a adevărului divin. Pentru a ne fi în întregime de folos, ascultarea, citirea, sublinierea și învățarea necesită toate o digerare interioară, iar digerarea interioară a adevărului implică în mare parte meditația asupra lui.

Aceasta să fie rezoluția noastră: „Mă gândesc adânc la poruncile Tale”.³ ■



lid în adevărul și în dragostea lui Dumnezeu. Legătura pe care ți-o vei dezvolta cu Dumnezeu te va ajuta să fii călăuzit de Duhul și în interacțiunea ta zilnică cu oamenii, în deciziile pe care trebuie să le iei și în capacitatea ta de a face față tentațiilor.

Nu există o formulă exactă pentru cât de mult trebuie să citești zilnic, sau ce porțiuni din Biblie să citești. Cheia este să îți rezervi acest timp ca să citești și să-l respecti chiar și în zilele aglomerate. Dacă îți stabilești și urmezi un anumit plan pentru citirea Bibliei aceasta te va ajuta să perseverezi cu cititul și să răzbați chiar și porțiunile mai dificile din Scripturi. S-ar putea să-ți fie de folos și dacă folosești o Biblie cu un limbaj mai contemporan.

Ideal ar fi să citești în acea parte din zi când ai mai puține distracții, poate dimineața devreme, înainte să-ți începi ziua, sau seara târziu după ce toate s-au încheiat. Liniștea și absența activităților din jurul tău facilitează cugetarea asupra celor citi-

te. Dar dacă nu îți poți rezerva un timp liniștit poți citi și pe fugă, în orice moment îți este disponibil, sau poți asculta Biblia audio în timp ce ești în mișcare. Este o luptă să te ții de studiul Cuvântului, însă dacă o faci va conta foarte mult în viața ta.

Când citești Biblia sau ascuți pe alții explicând-o, cugetă la ceea ce citești. Dacă un pasaj îți vorbește, citește-l din nou. Gândește-te la el; întrebă-te de ce ți-a vorbit ție și ce ar putea încerca Dumnezeu să-ți spună prin el. El dorește să ne vorbească fiecăruia dintre noi direct, iar prin meditare asupra pasajelor citite creăm o oportunitate pentru Cuvântul Său să vorbească inimii noastre.

Fă-ți timp să comunici cu Dumnezeu prin Cuvântul Său. Îți va schimba viața.

PETER AMSTERDAM ȘI SOȚIA SA, MARIA FONTAINE, SUNT DIRECTORII ORGANIZAȚIEI THE FAMILY INTERNATIONAL, O COMUNITATE CREȘTINĂ DE CREDINȚĂ. ■

1. Vezi Matei 7:24-25.

2. Ioan 6:63

3. Psalmul 119:15



Banchetul regelui

DE ROSANE PEREIRA



MAMA MEA GĂTEA DE OBICEI CEVA SPECIAL DUMINICA. Încă îmi amintesc fereastra mare din sufragerie, masa deschisă în centrul camerei, mâncarea delicioasă și conversația veselă în familie.

De obicei noi mergeam la biserică, la activitățile duminicale pentru copii, de la ora 10, în timp ce mama stătea acasă și gătea iar tata aranja prin casă. O poveste pe care mi-o amintesc din acele activități de copii este pilda lui Iisus despre regele care și-a invitat nobilii la un festin, însă cu toții s-au scuzat că nu pot participa. Atunci regele i-a invitat pe cerșetori și pe săraci, care au venit bucueroși.¹ Deși pe vremea aceea nu am înțeles mesajul mai profund al acestei

povești, m-a impresionat mult.

Mâncarea este de obicei legată de unitate, de sentimentul de a ne simți bine și de a petrece. Când eram adolescentă era un cântec cunoscut care spunea cam așa: „Am arat câmpul și am semănat sămânță bună. Dar este hrănită și udată de mâna Dumnezeului cel mare.... Toate lucrurile bune din jurul nostru ne-au fost trimise de Sus. Deci, să-I mulțumim Domnului... pentru toată dragostea Sa”.² Chiar și în perioada când nu am mai crezut, acest cântec îmi umplea sufletul cu bucurie.

Apoi, nu după mult timp, am început să cresc din nou în credință iar în final m-am alăturat activităților creștine. Acum câțiva ani, când problemele mele păreau fără număr, am început să gândesc că Dumnezeu m-a părăsit, dar apoi am dat de pasajele „Am necurmat pe Domnul înaintea ochilor mei”,³ „Te iubesc cu o iubire veșnică”,⁴ și „Nicidecum n-am să te las, cu niciun chip nu te voi părăsi”.⁵

De-a lungul vieții Cuvântul lui Dumnezeu m-a ajutat de nenumărate ori să progrez și să-i înțeleg mai bine pe Dumnezeu și pe ceilalți oameni. Uneori cuvintele Lui sunt precum o gustare, alteori o masă îmbelșugată, cum erau specialitățile de duminică ale mamei. Sunt foarte recunoscătoare că Regele m-a invitat pe mine la banchetul Său și că eu l-am acceptat invitația!

ROSANE PEREIRA ESTE PROFESORĂ DE ENGLEZĂ ȘI SCRITOARE ÎN RIO DE JANEIRO, BRAZILIA, ȘI MEMBRĂ ÎN ORGANIZAȚIA THE FAMILY INTERNATIONAL. ■

VINO ȘI MĂNÂNCĂ!

„Veniți de prânziți” le-ai spus Tu ucenicilor Tăi după învierea Ta,⁶ iar acum îți extinzi invitația tuturor. Eu accept. Doresc să Te cunosc și să Te primesc. Doresc să stau la masa Ta și să mănânc cu Tine în Paradis.

1. Vezi Luca 14:16-23.

2. Stephen Schwartz. *Godspell*, 1971.

3. Psalmul 16:8

4. Ieremia 31:3

5. Evrei 13:5

6. Ioan 21:12



HRĂNEȘTE-MĂ!

DE CHRIS HUNT

„NU E DREPT! Ei primesc mai mult ca noi.”

„Ne este destul de greu și așa. De ce *ei* sunt mai favorizați?”

„Care este diferența dintre noi? Doar limba!”

Astfel de comentarii se auzeau printre oamenii ce așteptau la coadă să primească mâncare prin programul organizat de biserica primară pentru comunitatea lor crescândă de membrii. Putem citi în Fapte: „În zilele acelea, când s-a înmulțit numărul ucenicilor, evreii care vorbeau grecește cârteau împotriva evreilor, pentru că văduvele lor erau

trecute cu vederea la împărțirea ajutoarelor de toate zilele”¹.

Viața nu este de obicei dreaptă. Aproape 800 de milioane de oameni se culcă flămânzi în fiecare seară, mulți dintre aceștia copii,² în timp ce aproape o treime din cumpărăturile alimentare din unele țări dezvoltate ajung aruncate la gunoi.³ În vârful piramidei sunt bucătarii de top care gătesc mâncăruri somptuoase pentru cei bogați și celebri. Te costă cu ușurință câteva sute de lire să cinezi într-un restaurant londonez de top, în vreme ce foamea este în creștere chiar și în Marea Britanie.⁴ Sute de bănci de alimente, organizate de obicei de organizații de credință, dăruiesc milioane de porții de mâncare anual pentru ca părinți și copii să nu meargă la culcare flămânzi. Pare o contradicție să vezi o asemenea lipsă de hrană în cea de-a șaptea cea mai bogată țară din lume dar, bineînțeles, lucrul acesta nu se întâmplă doar în Marea Britanie. Distribuția inegală a resurselor este o problemă globală.

Deci, da, viața este de obicei nedreaptă, dar asta nu înseamnă că noi

n-am fi responsabili să ne facem partea ca să ne schimbăm lumea. Să privim la primii creștini și la distribuția inegală a resurselor. Lucrurile nu au fost lăsate așa: apostolii au recunoscut problema, au numit niște oameni competenți, s-au rugat ca Dumnezeu să le dea înțelepciune și i-au lăsat să rezolve situația.⁵ Rezultatul: „Cuvântul lui Dumnezeu se răspândea tot mai mult”,⁶ și nu mai apare nici o mențiune de ceartă pentru mâncare.

Puțini dintre noi suntem în poziția politică de a putea influența în mod radical organizarea țării noastre, cu atât mai puțin lumea, însă cu toții putem face ceva, așa cum a făcut bunul samaritean – un individ care a ajutat un alt individ. Atât este nevoie: un pachet de mâncare, o găleată de orez,⁷ o donație, o masă pentru un vecin singur. Orice acțiune prin care chiar și o singură persoană nu mai este flămândă este un progres.

CHRIS HUNT TRĂIEȘTE ÎN MAREA BRITANIE ȘI CITEȘTE REVISTA *ACTIVATED* (DUPĂ CARE SE TRADUCE REVISTA *CONTACTS*) DE LA PRIMUL NUMĂR DIN 1999. ■

1. Fapte 6:1

2. Vezi <http://www.stophungernow.org/hunger-facts>.

3. Vezi <http://www.unep.org/wed/2013/quickfacts>.

4. Vezi http://www.trusselltrust.org/resources/documents/foodbank/6323_Below_the_Breadline_web.pdf.

5. Vezi Fapte 6:2-6.

6. Fapte 6:7

7. Vezi <https://www.facebook.com/ricebucketchallenge>.

PACHETELE DE ZIUA RECUNOȘTINȚEI

DE JULIE VASQUEZ



CU O ZI ÎNAINTE DE ZIUA RECUNOȘTINȚEI am văzut un articol despre „Operațiunea curcanul” aici în Austin, Texas. Organizația chema voluntari ca să ajute la servirea și împachetarea mâncării pentru cei mai puțin norocoși, care nu aveau o cină minunată ca a mea de care să se bucure. Curcan, cartofi piure, sos, umplutură, jeleu de afine, mazăre și morcovi, caserolă de fasole verde, plăcintă de dovleac... și asta era doar începutul!

În dimineața următoare, eu și prietena mea ne-am pornit de dimineată să ne oferim voluntare. Am ajuns la restaurantul imens și am văzut imediat o mulțime de alți voluntari. Era o coadă lungă de mașini care așteptau să intre în parcare deja plină și o mulțime de oameni, parcă cu sutele, așteptau în afara restaurantului ca să primească instrucțiuni. Nu mă așteptam la așa ceva.

Am aflat mai târziu că erau peste 1500 de voluntari, o adevărată provocare doar să le dai tuturor ceva de făcut, însă organizatorii – și ei voluntari – au făcut o treabă

bună cu organizarea. Erau echipe care tăiau carnea, altele care pasau cartofii, fiecare aspect al mesei de Ziua Recunoștinței era aranjat, plus organizarea donației de haine și paltoane. Copiii desenau pe cutiile de ambalat mâncarea, adăugând un strop de veselie și de personalitate pachetelor. Eu am ajuns să conduc echipa „plăcinta”.

Pe la jumătatea dimineții, cu plăcinta tăiată și împachetată, m-am alăturat echipei care ambala mâncarea de cină. Fiecare voluntar lua o cutie goală, o ducea pe la toate mesele de servire, o închidea și o dădea echipei de distribuție. Așteptam de ceva vreme în rând așa că am început să conversez cu o doamnă din spatele meu. Am simțit instantaneu o conexiune între noi și am vorbit mai bine de o oră despre viețile noastre, despre călătoriile noastre și despre familiile noastre.

În câteva ore, câteva mii de pachete de mâncare fuseseră pregătite, servite și ambalate iar șoferii voluntari le-au luat ca să fie distribuite nevoiașilor. Cânta

muzica, atmosfera era electrică de entuziasm și de un spirit puternic de camaraderie. După curățenie oameni au început să plece la casele lor, la fel și noi.

În drum spre casă am povestit cu prietena mea despre cum ne-a fost fiecăreia. Am observat un grup de oameni fără adăpost pe lângă autostradă și am observat că aveau cutii cu mâncarea pregătită de noi. Am vorbit despre oamenii alături de care lucrasem – un pompier, o doamnă care organiza profesional evenimente de binefacere și a ajutat ca lucrurile să meargă mai ușor, apoi evidentele cupluri de vârstnici, persoana ce lucra la catering și insista ca toți voluntarii să poarte plase de păr și așa mai departe. Erau oameni de toate profesiile, tineri și vârstnici, bogați și săraci – cu toții dispuși să-și doneze câteva ore din ziua lor liberă pentru a sărbători nenumăratele noastre binecuvântări.

A doua zi cineva m-a întrebat cum a fost la voluntariat și ce mi-a rămas cel mai puternic în minte a fost întâlnirea cu doamna la coada de servire. Mă bucur că nu am ratat această întâlnire, dar trebuie să spun că aș fi putut-o rata foarte ușor. Vezi tu, m-am simțit puțin nelalocul meu în acel loc. Unii oameni veniseră cu familia sau cu un grup de prieteni și povesteau cu ei, dar eu nu cunoșteam pe nimeni în jurul meu. Nu știu de ce uneori uit că ceilalți oameni sunt ca și mine. Uneori mi se pare că toți ceilalți își au situația sub control, sunt 100% fericiți, nu au probleme, au viața bine plănuită și au suficienți prieteni. În acea zi mi s-a reamintit cât de neadevărat este de obicei lucrul acesta și că oricine (sau aproape oricine) caută să interacționeze cu alții, să fie prietenos și poate chiar să aibă o legătură mai profundă.

Ceea ce am primit eu de Ziua Recunoștinței a fost să mi se reamintească să fac primul pas. Să mă deschid față de alții. Să inițiez o conversație. Să-I dau lui Iisus o șansă să pună pe cineva în calea mea care are nevoie de un prieten și cu care, probabil, în timp, voi putea să-mi împărtășesc credința. Dacă fac ceea ce pot – să depun puțin efort, să acționez – oricât de puțin, pot avea încredere în El să mă mențină într-o poziție de utilitate indiferent de limitările mele personale.

JULIE VASQUEZ ESTE SCRITOARE INDEPENDENTĂ
ȘI TRĂIEȘTE ÎN AUSTIN, SUA. ■

REȚETA PENTRU FERICIRE

DE GABRIEL GARCÍA V.

ÎNAINTE CA SĂ ÎNCEPI, pune-ți un șorț rezistent la pete care să te protejeze de picăturile de amărăciune și de acreala vieții. Într-un castron dintr-un material rezistent, capabil să reziste la lovituri, căderi și ciobiri, amestecă următoarele ingrediente:

2 linguri pline de recunoștință
1 ½ linguri de satisfacție
un bulgăre de generozitate
3 picături de sirop concentrat de optimism
un strop de zâmbet luminos
o sămânță de credință
o cană din Elixirul Fericii

Asezonează cu o cantitate generoasă de umor sănătos.

Amestecă toate ingredientele cu entuziasm și servește-le la o masă mare și veselă, suficient de mare încât să încapă toți cei pe care îi întâlnești.

GABRIEL GARCÍA V. ESTE EDITORUL
EDIȚIEI ÎN LIMBA SPANIOLĂ A REVISTE
ACTIVATED ȘI MEMBRU ÎN ORGANIZAȚIA
THE FAMILY INTERNATIONAL ÎN CHILE. ■





HRANA NECESARĂ

MOMENTE DE LINIȘTE

DE ABI MAY

**HRANA ESTE UNA DIN-
TRE NEVOILE DE BAZĂ ALE
OAMENILOR**, de aceea este de
înțeles că hrana apare timpuriu în rela-
tarea relațiilor noastre cu Dumnezeu.
În Geneza, plantele și copacii fuseseră
dăruite oamenilor pentru hrană: „V-am
dat orice iarbă care face sămânță... și
orice pom care are în el rod cu sămânță:
aceasta să fie hrana voastră”.¹

GĂTITUL

De la masterchef până la casnică
care gătește pentru familia ei și stu-
dentul care își încălzește pachetul
de tăiței instant pentru prânz, pre-
gătutul hranei face parte din rutina

noastră zilnică. În cultura biblică
gătitul era o treabă de femeie, cu
excepția mâncării folosite în cere-
moniile religioase.

Sara a pregătit o mâncare pentru
îngerii care l-au vizitat pe soțul ei,
Avraam,² iar Marta fusese ocupată
cu pregătirea mâncării pentru Iisus
în timp ce sora ei, Maria, stătea cu
Iisus și Îl asculta.³

Odată, Iisus Însuși a gătit: „Când
s-au coborât [ucenicii] pe țărm, au
văzut acolo jărat de cărbuni, peș-
te pus deasupra și pâine. „Veniți de
prânziți”, le-a zis Iisus.... Iisus S-a
apropiat, a luat pâinea și le-a dat; tot
așa a făcut și cu peștele”.⁴

Uneori se menționează anumite
ingrediente sau condimente: „Poți
mânca ce-i fără gust și fără sare?
Are vreun gust albușul unui ou?”.⁵

Există ocazional chiar și câte o
rețetă: „Îngrămădește multe lem-
ne, aprinde focul, fierbe bine car-
nea, fă fiertura groasă, ca să se ardă
și ciolanele”.⁶

PETRECERILE

Nimic nu se compară cu o cină
delicioasă împreună cu prietenii.
Meniul festinului de trei zile pentru
sărbătorirea urcării pe tron a Rege-
lui David conținea pâine și smochi-
ne, stafide, ulei, vin, vite și oi.⁷

Membrilor bisericii timpurii le
făcea plăcere să petreacă timp îm-
preună și să mănânce împreună:
„Toți împreună... frâneau pâi-
nea acasă și luau hrana cu bucurie
și curăție de inimă”.⁸

Dacă sărim la punctul culmi-
nant al Bibliei găsim un alt ban-

- | | | |
|-----------------------------|--------------------------|----------------------|
| 1. Geneza 1:29 | 8. Faptele 2:46 | 14. Psalmul 119:103 |
| 2. Vezi Geneza 18:6-8. | 9. Apocalipsa 19:9 | 15. Matei 4:4 |
| 3. Vezi Luca 10:40. | 10. Vezi Matei 14:15-16 | 16. Ieremia 15:16 |
| 4. Ioan 21:9,12-13 | 11. Vezi Marcu 14:12-25 | 17. Luca 12:23 |
| 5. Iov 6:6 | și Luca 24:28-31. | 18. Psalmul 145:15 |
| 6. Ezechiel 24:10 | 12. Deuteronom 10:17-19. | 19. Ecleziastul 3:13 |
| 7. Vezi 1 Cronici 12:38-40. | 13. Matei 25:35,40 | 20. Vezi Matei 5:6. |



chet la care sunt invitați toți credincioșii: „Ferice de cei chemați la ospățul nunții Mielului!”.⁹

ÎMPĂRȚIREA

Iisus s-a arătat interesat de toate nevoile celor din jurul Lui. Când ucenicii au vrut să trimită o mulțime de oameni să-și caute de mâncare, El a insistat: „N-au nevoie să plece, dați-le voi să mănânce”.¹⁰

Iisus a mâncat cu ucenicii Săi atât înainte de moartea Sa cât și după învierea Sa.¹¹

Face parte din responsabilitatea noastră să ne împărțim hrana cu alții: „Domnul... iubește pe străin și-i dă hrană și îmbrăcăminte. Să iubiți pe străin”.¹²

Iisus ne-a spus că dacă dăruim celor flămânzi atunci Îi dăruim Lui: „Căci am fost flămând și Mi-ați dat de mâncat; Mi-a fost sete și Mi-ați dat de băut... ori de câte ori ați făcut aceste lucruri unuia din acești foarte neînsemnați frați ai Mei, Mie Mi le-ați făcut”.¹³

MAI DULCE CA MIEREA

Însăși Cuvântul lui Dumnezeu este asemuit cu o hrană sufletească: „Ce dulci sunt cuvintele Tale pentru cerul gurii mele! Mai dulci decât mierea în gura mea!”.¹⁴

Iisus cita din Vechiul Testament când a spus: „Omul nu trăiește numai cu pâine, ci cu orice cuvânt care iese din gura lui Dumnezeu”.¹⁵

Profetului Ieremia a îndrăgit hrana spirituală: „Când am primit cuvintele Tale, le-am înghițit; cuvintele Tale au fost bucuria și veselia inimii mele”.¹⁶

DARUL LUI DUMNEZEU

„Viața este mai mult decât hrană”¹⁷ însă Dumnezeu știe că avem nevoie de hrană: „Ochii tuturor nădăduiesc în Tine și Tu le dai hrana la vreme”.¹⁸

Chiar și plăcerea de a mânca este unul din darurile lui Dumne-

zeu pentru noi: „Dar și faptul că un om mănâncă și bea și duce un trai bun în mijlocul întregii lui munci este un dar de la Dumnezeu”.¹⁹

Indiferent cine suntem sau unde locuim, hrana este ceva important pentru fiecare dintre noi. O cultivăm sau o cumpărăm, o preparăm și o mâncăm. Și chiar dacă nu relaționăm atât de bine cu istoria trecutului, cu eroii, miracolele și evenimentele nepământești din Biblie, când vine vorba de mâncare, cu toții putem înțelege. Este la nivelul și la înțelegerea noastră, tot așa cum dorește și Dumnezeu să fie în viețile noastre. El se preocupă să ne satisfacă foamea, atât literal cât și spiritual.²⁰ Iată un gând bun de digerat.

ABI MAY ESTE SCRITOARE
INDEPENDENTĂ ȘI PROFESOARĂ
ÎN MAREA BRITANIE. ■

FLĂMÂND ȘI ÎNSETAT

„Ferice de cei flămânzi și însetați după neprihănire, căci ei vor fi saturați”.¹ „Cei ce mă caută cu tot dinadinsul mă găsesc”.² „Mă veți căuta și Mă veți găsi, dacă Mă veți căuta cu toată inima”.³ Lasă vocea Mea să te călăuzească și să te țină aproape de Mine.

Fii atent la vocea Cuvântului Meu⁴ deoarece cuvintele Mele sunt puternice. Ele sunt viața, ele sunt adevărul, ele sunt energia. Ele îți vor da tăria și harul pentru a putea continua. Ele îți vor da călăuzirea și sfatul de care ai nevoie. Ele te vor susține când te vei simți obosit sau slăbit și te vor susține când vei simți că ești pe cale să leșini. Ele îți vor da liniștea de care vei avea nevoie când te vei simți confuz și obosit. Îți vor da energia și harul când vei simți că nu mai poți continua.

„Păstrează cuvintele mele și ține la tine sfaturile mele”.⁵ Roagă-te și voi veni la tine. Îți voi răspunde la chemare. „[Eu] te [voi] călăuzi neîncetat, îți [voi] sătura sufletul”.⁶

1. Matei 5:6

2. Proverbe 8:17

3. Ieremia 29:13

4. Vezi Psalmul 103:20.

5. Proverbe 7:1

6. Isaia 58:11

