

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

CONTACTS

DESPRE TIMP

Și zile aglomerate

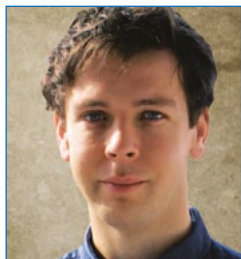
Alege mai puțin

O lecție din Tanzania

Cum mi-am atins visurile

Cu un plan și
cu rezultate





NOTA EDITORULUI CEVA NOU

La revedere 2017 și bine ai venit 2018! Un alt an este în urma noastră, iar altul nou, plin de posibilități, ne așteaptă înainte. Dacă ai un an dificil aștepti cu bucurie să se termine, dar sunt și mulți care probabil nu sunt prea încrezători,

sau chiar îngrijorați, pentru noul an.

Poate nu vedem prea clar ce este înaintea noastră – sau nu suntem siguri că ne îndreptăm în vreo direcție – dar pe măsură ce progresăm s-ar putea să descoperim că Dumnezeu a mers înaintea noastră și ne-a pregătit calea. Simte entuziasmul din vocea lui Dumnezeu în acest pasaj din Isaia: „Nu vă mai gândiți la ce a fost mai înainte și nu vă mai uitați la cele vechi! Iată, voi face ceva nou și-i gata să se întâmple: să nu-l cunoașteți voi oare? Voi face un drum prin pustiu și râuri, în locuri secetoase”.¹

Este imposibil să parcurgi drumul vieții fără să nu lovești câteva hurdături de regrete, de dezamăgiri și de tragedii, iar atunci s-ar putea să te blochezi. Însă Dumnezeu vrea ca fiecare dintre noi să continue către viitorul pe care El ni l-a plănuț. Este un viitor plin de speranță² – dar ca să ajungem acolo trebuie să fim curajoși și să pășim înainte, cu ochii ațintiți pe Iisus, „Căpetenia și Desăvârșirea credinței noastre”.³

Din partea noastră, a tuturor celor de la *Activated* și *ContactS* vă dorim binecuvântarea lui Dumnezeu pentru ca noul an să vă fie cel mai bun și mai fericit.

Samuel Keating
Editor executiv

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:

info@activated-europe.com

Web:

www.activated-europe.com/ro

Editori	Samuel Keating
Tehnoredactare	Gentian Suçi
Traducere	Oana Toșu

© 2018 Activated.

Toate drepturile rezervate.


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

A-RO-MG-AM-204-X

1. Isaia 43:18-19

2. Vezi Ieremia 29:11.

3. Evrei 12:2



DE ELSA SICHROVSKY

CÂNTECUL DE RĂMAS BUN

Nu demult, am lucrat ca recepționeră într-un muzeu. În fiecare zi, cu vreo cinci minute înainte de ora închiderii, prin boxele din muzeu se auzea un cântec lent, romantic. Era semnalul pentru noi, angajații, că era vremea să ne strângem lucrurile, să stingem luminile și monitoarele, să stingem exponatele și să plecăm acasă. Cuvintele erau într-o limbă străină, dar era și o propoziție în engleză în refren: „Să mergem, să mergem, e timpul să spunem la revedere”.

Eu îi spuneam „cântecul de rămas bun” fiindcă era semnalul că puteam să-mi iau la revedere de la munca mea, de la colegi – de la cei pe care îi agream și de la cei pe care nu îi agream – și de la vizitatori. Iar părăsind muzeul cu „Să mergem, să mergem, e timpul să spunem la revedere” în minte îmi era mai ușor să îmi relaxez umerii, să zâmbesc și să îmi continui seara.

Când a venit vremea să-mi schimb slujba de la muzeu cu una dintr-un domeniu complet diferit, mi-a fost greu să mă despart de o slujbă care mi-a plăcut și în care am investit timp și energie. Eram circumspectă să îmi ies din rutină și să mă arunc într-o altă situație cu circumstanțe noi, persoane noi și provocări noi.

În ultima zi de lucru la muzeu am fost puțin tristă când am auzit „cântecul de rămas bun”. Cântecul care odinioară îmi aducea liniștea și calmul inimii mele obosite a atins un punct interior sensibil, fiindcă îl adăugasem mintal la lucrurile care îmi vor lipsi de la acest loc de muncă. Știam că mă așteaptă un loc mai bun de muncă și oportunități mai bune de dezvoltare și progres personal, dar pe moment acele lucruri nu prea erau o consolare când mă gândeam cât de mult îmi plăcea să spun la revedere.

Ajunsă acasă mi-a venit în minte și gândul că, tot așa cum „cântecul de rămas bun” m-a ajutat înainte ca la sfârșitul zilei să mă detașez de munca mea, acum aș putea folosi calmul cântecului ca să privesc în trecut cu recunoștință și înainte cu curaj. Dumnezeu îmi pregătea calea într-un mediu nefamiliar mie și mi se vor întâmpla lucruri bune dacă Îl voi urma cu încredere.

ELSA SICHROVSKY ESTE SCRITOARE LIBER-PROFESIONISTĂ. EA TRĂIEȘTE CU FAMILIA EI ÎN SUDUL TAIWAN-ULUI.

Progres personal

SUBIECTE DE MEDITAȚIE



Noi toți privim cu fața descoperită, ca într-o oglindă, slava Domnului, și suntem schimbați în același chip al Lui, din slavă în slavă, prin Duhul Domnului. – *2 Corinteni 3:18*

Și-a terminat Hristos lucrarea Sa *pentru* noi? Atunci cu siguranță că își va termina și lucrarea Sa *în* noi. – *John Flavel (c.1627-1691)*

Nu vom ajunge niciodată perfecți decât când vom ajunge în lumea perfectă. – *Matthew Henry (1662-1714)*

Dăruiește-te lui Dumnezeu fără rezerve; cu toată inima, acceptând în fiecare zi tot ce îți vine în cale ca și cum este de la Dumnezeu, ce trebuie primit și trăit de tine. Acesta este un nivel de perfecțiune ce poate fi atins. – *William Law (1686-1761)*

Este bine să fim mulțumiți cu ceea ce avem, dar niciodată cu ceea ce suntem. – *Sir James Mackintosh (1765-1832)*

Idealurile sunt precum stelele – nu le putem atinge niciodată, însă asemenea marinarilor, ne putem trasa cursul după ele. – *Carl Schurz (1829-1906)*

Conștientizarea slăbiciunii noastre este primul pas către repararea pierderii noastre. – *Thomas à Kempis (c.1380-1471)*

Am mare nevoie de Hristos; am un mare Hristos

disponibil pentru nevoia mea. – *Charles Spurgeon (1834-1892)*

Omul nu trebuie să se gândească atât de mult despre ce trebuie să facă, cât despre ce trebuie să devină. Faptele noastre nu ne înnobilează; însă noi trebuie să ne înnobilăm faptele. – *Meister Eckhart (c.1260-c.1328)*

Hai să învățăm să ne maturizăm înainte ca să îmbătrânim. – *John Wimber (1934-1997)*

Nu sunt ceea ce aș putea fi, nu sunt ceea ce ar trebui să fiu, nu sunt ceea ce aș vrea să fiu, nu sunt ceea ce sper să fiu; însă Îi mulțumesc lui Dumnezeu că nu mai sunt așa cum eram și că pot spune împreună cu marele apostol: „Prin harul lui Dumnezeu sunt ceea ce sunt”. – *John Newton (1725-1807)*

Cel mai puternic principiu pentru progres stă în alegerea umană. – *George Eliot (1819-1880)*

Progresul spiritual poate fi precum un roller coaster. Liniștește-te cu gândul că coborârea nu este decât o pregătire pentru urcare. – *Rebbe Nachman (1772-1811)*

Plantează un gând și vei culege o faptă; plantează o faptă și vei culege un obicei; plantează un obicei și vei culege un caracter; plantează un caracter și vei culege un destin. – *Autor necunoscut*

Creșteți în harul și în cunoștința Domnului și Mântuitorului nostru Iisus Hristos. – *2 Petru 3:18*

TOT CE PUTEM FACE

DE ROSANE PEREIRA

La sfârșitul anului, când am făcut o curățenie generală, am găsit o agendă veche. Am citit lista lungă de rezoluții pe care mi le propusesem pentru acel an și am zâmbit. Se pare că am avut așteptări mari de la mine însămi!

Anul acesta, care a trecut, îmi propusesem doar trei rezoluții: Să fiu mai iubitoare și să încurajez mai mult oamenii din jurul meu; să termin un proiect major la care lucram și să încep altul nou; și să îmi fac o listă de rugăciune.

Rezoluțiile despre a fi mai iubitoare și a termina proiecte în lucru erau țeluri curente, însă decizia de a avea o listă de rugăciune a fost un punct de cotitură. În prima zi am scris lucrurile care îmi erau pe inimă. În dimineața următoare mi-am dat seama că am uitat să trec pe listă pe unele rude, iar în ziua următoare mi-am amintit de alte situații care necesitau rugăciune.

Pe parcurs am adăugat și alte situații semnificative, cum ar fi reînnoirea carnetului de conducere sau o consultație medicală, precum și alte cereri pentru familia mea, pentru prieteni și colegi – oameni care aveau nevoie de vindecare, sau de alinare, sau de o slujbă mai bună, sau de o credință mai puternică, și așa mai departe.

Această rezoluție nu a fost atât de grea pe cât am crezut. În fiecare dimineață când mă trezeam îmi luam lista și mă rugam câteva cuvinte pentru fiecare punct. Scriam cereri noi, care îmi veneau în minte, și le tăiam pe cele ce au primit răspuns. Îmi lua mai puțin de zece minute.

Îmi amintea de un poster pe care l-am dat unei prietene, ce avea scris pe el mesajul: „Rugăciunea nu este ultimul lucru pe care îl poți face, ci cel mai important”. Ea l-a prins pe avizierul din fața biroului ei. De fiecare dată când mergeam la ea îl vedeam și îmi vorbea și mie.

Eu am fost mereu o persoană foarte activă, iar rugăciunea nu a fost niciodată punctul meu forte, dar pe parcurs mi-am dat seama cât de puternică este. Decât să avem niște așteptări nerealiste de la noi înșine, mai bine să ne rugăm și să beneficiem de cea mai mare putere existentă, cea care ne poate transforma viețile, ne poate rezolva problemele și ne poate ajuta să vedem lucrurile într-o lumină nouă.

ROSANE PEREIRA ESTE PROFESOARĂ DE LIMBA ENGLEZĂ ȘI SCRIITOARE ÎN RIO DE JANEIRO, BRAZILIA, ȘI MEMBRĂ ÎN ORGANIZAȚIA THE FAMILY INTERNATIONAL.

Cum pot să cresc spiritual în anul ce vine?



RĂSPUNSURI LA ÎNTREBĂRILE TALE

Î. Mulți dintre prietenii mei când își stabilesc obiectivele pentru noul an, majoritatea implică o schimbare fizică, cum ar fi să slăbească sau să depășească un obicei prost. Deși aceste obiective sunt bune, eu, personal, aș dori să pot să urmez pașii necesari ca să progrez spiritual. Aveți vreo sugestie cum pot face lucrul acesta?

R. Din punctul de vedere a lui Dumnezeu, ești o lucrare în curs de execuție. El dorește să ne vadă că facem tot ce putem mai bine ca să progresăm și ne va ajuta, pe cât de mult îl lăsăm să ne ajute. „Căci Eu știu gândurile pe care le am cu privire la voi, zice Domnul, gânduri de pace și nu de nenorocire, ca să vă dau un viitor și o nădejde”¹ declară Domnul. Iată aici cinci modalități prin care să creștem și să ne maturizăm spiritual:

1. Implică-L pe Dumnezeu în luarea deciziilor.

De când suntem mici învățăm prin călăuzirea părintească. Tot astfel, creștem spiritual atunci când învățăm din călăuzirea divină, când venim la El în rugăciune și punem în practică, în deciziile noastre, principiile spirituale din Cuvântul Său.

1. Ieremia 29:11

2. Proverbe 11:24a-25

3. Romani 3:23

2. Exersează-ți credința. Tot așa cum învățăm din experiență, suferind consecința deciziilor greșite sau bucurându-ne de răsplățile alegerilor corecte, tot așa creștem spiritual atunci când credința noastră este încercată și când ajungem să vedem că ea este soluția la problemele vieții.

3. Dăruiește din tine însuși. Atunci când uităm de noi înșine și ne concentrăm asupra nevoilor altora, încercând să-i facem fericiți, Dumnezeu ne poate folosi, ca prin noi să-și exprime dragostea Lui pentru oameni. Și, pe măsură ce revărsăm din noi, Dumnezeu revărsă asupra noastră. „Unul, care dă cu mâna largă, ajunge mai bogat... Sufletul binefăcător va fi săturat și cel ce udă pe alții va fi udat și el”².

4. Recunoaște-ți punctele slabe și încearcă să te schimbi. Nu există persoană care să nu poată îmbunătăți ceva în viața sa. „Căci toți au păcătuit și sunt lipsiți de slava lui Dumnezeu”³. Este umilitor să ne recunoaștem slăbiciunile, chiar și numai față de noi înșine și față de Dumnezeu. Dar dacă reușim și suntem deschiși să primim sfaturi, atenționări și rugăciuni, atunci suntem pe drumul rapid spre progresul spiritual.

5. Acceptă noile provocări. Când ne închidem în fața unor informații și idei noi, ne sistăm creșterea intelectuală. Când ne închidem față de alți oameni, ne sistăm creșterea emoțională. Iar când ne închidem față de noile provocări ale vieții, ne sistăm creșterea nu numai intelectuală și emoțională dar și pe cea spirituală. Progresăm doar pe măsură ce mergem înainte și ne ridicăm la nivelul noilor provocări ale vieții.

UN VIITOR MAI LUMINOS

DE IRENA ŽABIČKOVÁ

Ce poate face un om când speranțele și visurile sale sunt spulberate? Ce poate face un om ca să depășească dezamăgirea și să treacă la alte speranțe?

Acestea au fost întrebările mele când am auzit o veste dezamăgitoare. O prietenă și familia ei urmau să ni se alătore într-un proiect de voluntariat. Eram nerăbdătoare și entuziasmată dar în final, spre dezamăgirea mea, lucrul acesta nu s-a întâmplat.

Când am primit vestea mi-a venit în minte un citat: „Viitorul este la fel de luminos precum sunt promisiunile lui Dumnezeu”. Suna minunat, dar despre care promisiuni era vorba? Mi-am reamintit câteva versete din Biblie: „Toate lucrurile lucrează împreună spre binele celor ce iubesc pe Dumnezeu”.¹ „Încrede-te în Domnul din toată inima ta și nu te bizui pe înțelepciunea ta! Recunoaște-L în toate căile tale și El îți va netezi cărările”.² „Nu vă voi lăsa orfani, Mă voi întoarce la voi”.³ „Urechile tale vor auzi după tine glasul care va zice ‚Iată drumul, mergeți pe el’”.⁴

Meditând asupra acestor versete, o speranță nouă mi-a invadat sufletul. Minte mea a trecut de la nuanțe

mohorâte de gri la o imagine vie, luminoasă și plină de culoare: această situație nu este sfârșitul drumului, nici pentru mine și nici pentru ei. Dumnezeu cunoaște imaginea de ansamblu și are ceva minunat pregătit pentru toți.

Este adevărat că situația a fost dezamăgitoare pentru mine. Însă când am privit-o prin prisma promisiunilor lui Dumnezeu am văzut o pagină nouă deschizându-se pentru prietena mea și familia ei – o pagină plină de posibilități noi și minunate. A început să mă cuprindă entuziasmul și eram nerăbdătoare să văd ce ocazii minunate li se deschideau.

Această situație m-a învățat că dacă lăsăm dezamăgirea să ne cuprindă atunci perspectiva noastră devine încețoșată și ne este mai greu să privim viitorul cu credință și cu încredere. Dar dacă lăsăm razele speranței lui Dumnezeu să strălucească în mințile noastre, ele creează un spectacol de lumini care alungă orice umbră. Atunci se formează speranțe noi, care creează tipare pozitive pentru viitor. Perspectiva noastră pozitivă și plină de speranță ne ajută să vedem posibilitățile și putem pași cu încredere într-un viitor mai luminos.

IRENA ŽABIČKOVÁ ESTE VOLUNTARĂ
PERMANENTĂ PENTRU ORGANIZAȚIA PER UN
MONDO MIGLIORE⁵ ÎN CROAȚIA ȘI ITALIA.

1. Romani 8:28

2. Proverbe 3:5-6

3. Ioan 14:18

4. Isaia 30:21

5. <http://www.perunmondigiore.org>

DE TINA KAPP

DESPRE TIMP



Imaginează-ți cum ar fi să te poți întoarce în timp și să retrăiești orice moment din viața ta? Ce decizii ai schimba? Ce momente te-ai bucura să retrăiești? Cu cine ai petrece mai mult timp?

Recent am urmărit un film intitulat *About Time* (*Despre timp*)¹ în care bărbaii dintr-o anumită familie aveau capacitatea de a se putea întoarce în timp pentru a corecta greșeli sau de a retrăi anumite momente din viețile lor. Sunt sigură că fiecare dintre noi și-a dorit la un moment dat să aibă această putere. Atunci am putea corecta greșeli, am putea schimba alegeri neînțelepte, sau am putea retrace cuvintele sau faptele penibile pe care le-am spus și le-am făcut. Atunci am putea învăța despre oameni și subiecte interesante și am putea încerca ceva de mai multe ori până să vedem ce merge și ce nu merge.

Din păcate nu putem trăi fiecare zi decât o singură dată, iar uneori uităm cât de prețioasă este fiecare zi. Permitted problemelor zilnice și stresului să ne alunge minunatele binecuvântări pe care le avem – prietenia, familia, experiențele și faptul că ne putem crea amintiri pe care să le păstrăm pentru totdeauna.

De multe ori, ceea ce prețuim depinde de punctul

nostru de vedere. Lacul Victoria din Uganda este un minunat și mare lac cu apă dulce din care curge fluviul Nil. Eu am fost acolo cu familia și cu prietenii ca să înotăm, să mergem cu barca și cu schi jet-uri. În Uganda apa este din abundență, de aceea solul este bogat, iar fructele și legumele cresc fără intervenția omului. Apoi au venit la noi niște prieteni din Libia, acolo unde petrolul costă mai puțin decât apa. Ei au spus că dacă mergi cu scuterul prin Libia poți să alimentezi în benzinării gratuit pentru că o cantitate așa de mică de combustibil de care ai nevoie nu merită nici cât ar costa hârtia și cerneala pentru bonul fiscal. Însă o sursă de apă dulce precum Lacul Victoria i-a uimit. Pentru ei apa era mai prețioasă decât petrolul!

Ei s-au mirat de ce Uganda nu este o țară bogată care să exporte masiv produse agricole. De fapt, oamenii din Uganda au tot ce le trebuie și nu prea sunt motivați să găsească modalități de a mări producția agricolă pentru export. Ei nici nu au nevoie să își facă provizii pentru iarnă fiindcă la ei este tot timpul vară.

De cele mai multe ori noi, oamenii, nu apreciem ceea ce ne stă mereu la dispoziție sau avem din belșug. Pentru mulți dintre noi, lucruri precum electricitatea sau apa curentă pot fi atât de normale încât ne este greu să ne imaginăm să trăim chiar și doar câteva ore fără ele, cu atât mai mult pentru perioade mai lungi de timp!

1. Richard Curtis, Universal Pictures, 2013

2. Vezi Luca 12:13-21.



Învață-ne să ne numărăm bine zilele. – Psalmul 90:12

Lucrurile acestea m-au făcut să mă gândesc și despre timp. Este ceva ce nu prea apreciezi decât atunci când nu îl mai ai. Atunci când munca sau viața ne aglomerează programul, sau când vreo boală sau accident amenință să ne ia viața, de-abia atunci suntem atenți la cât de prețios este timpul nostru.

În *About Time*, tatăl își sfătuiește fiul să trăiască fiecare zi de două ori. El îi sugerează să trăiască prima oară cu toată tensiunea și îngrijorările care l-ar opri să observe cât de minunată ar putea fi lumea, iar apoi a doua oară să-și facă timp să se oprească și să observe – să iubească oamenii din jurul lui și să se bucure de toate lucrurile frumoase.

Noi nu avem luxul de a călători înapoi în timp, însă putem trăi și noi fiecare zi, din prima, ca și cum ne-am întors în timp și observăm toate lucrurile minunate din ea.

Nu știi cine a avut inițial ideea acestei analogii, însă este o modalitate bună de a ne reaminti cât de prețios este timpul nostru pe pământ. Să spunem că banca îți pune în fiecare zi la dispoziție 86.400\$ cu condiția că nu îi poți acumula de pe o zi pe alta. În fiecare seară banca îți va anula orice sumă pe care nu ai cheltuit-o pe parcursul zilei.

Adevărul este că în fiecare dimineață ni se pun la dispoziție și nouă 86.400 de secunde, adică 1.440 de

minute sau 24 de ore. În fiecare seară banca timpului notează ca pierdut orice timp pe care nu l-ai investit. Banca timpului nu îți permite să acumulezi de pe o zi pe alta; nici să creditezi mai mult. În fiecare zi banca timpului îți deschide un cont nou iar în fiecare noapte arde documentele referitoare la acea zi. Dacă nu îți folosești depozitul zilei este pierderea ta.

Poate că zici: *Dați-mi cei 86.400 în lei în loc de secunde, vă rog.* Dar câtă valoare au acei bani dacă nu ai timp să îi cheltuiești?

Iisus a spus o poveste despre un om bogat care și-a adunat recolta bogată în hambare și când nu a mai încăput a hotărât să construiască hambare mai mari, ca să păstreze totul pentru el. Dar chiar în noaptea aceea omul a murit și și-a dat seama că nu poate lua nimic cu el!²

După cum spunea Maica Tereza: „Ieri s-a dus. Mâine nu a venit încă. Nu avem decât ziua de azi. Hai să începem.”

TINA KAPP ESTE DANSATOARE, PREZENTATOARE ȘI SCRITOARE LIBER-PROFESIONISTĂ ÎN AFRICA DE SUD. EA CONDUCE O FIRMĂ DE ORGANIZARE DE PETRECERI CARE AJUTĂ LA STRÂNGEREA DE FONDURI PENTRU CARITATE ȘI PENTRU PROIECTE MISIONARE.

● SCHIMBARE ÎN BINE

Era una din acele zile când mă puteam supăra din orice. Eram tristă, iritată, exageram cu orice inconvenient și nu puteam să mă opresc să nu gândesc negativ despre orice urmare sau consecință. Însă ziua urma să se continue indiferent. Aveam mult de lucru, aveam termene limită, iar o parte din munca mea consta în a mă întâlni cu alții și a le lumina lor ziua. Ai mai fost vreodată într-o astfel de situație?

Atunci am hotărât că trebuie să îmi schimb atitudinea. Mi-am amintit de Joseph Grenny, pe care l-am văzut pe YouTube¹, care prezintă cele mai rele mahalale din Nairobi, acolo unde fete tinere sunt forțate să se prostitueze în efortul de a supraviețui. Apoi prezintă o activitate caritabilă care reușește cu succes să le schimbe viețile.

El menționează șase lucruri majore care ne influențează fizicul și comportamentul: motivarea personală (să faci ceea ce este neplăcut să îți fie plăcut), capacitatea personală (să îți depășești limitele), motivarea socială (să faci față presiunii semenilor), capacitatea socială (să

găsești putere prin colectivitate), motivarea structurală (să dăruiești răsplăți și să ceri oamenilor să își asume răspunderile) și capacitatea structurală (să schimbi lucrurile din jurul tău).²

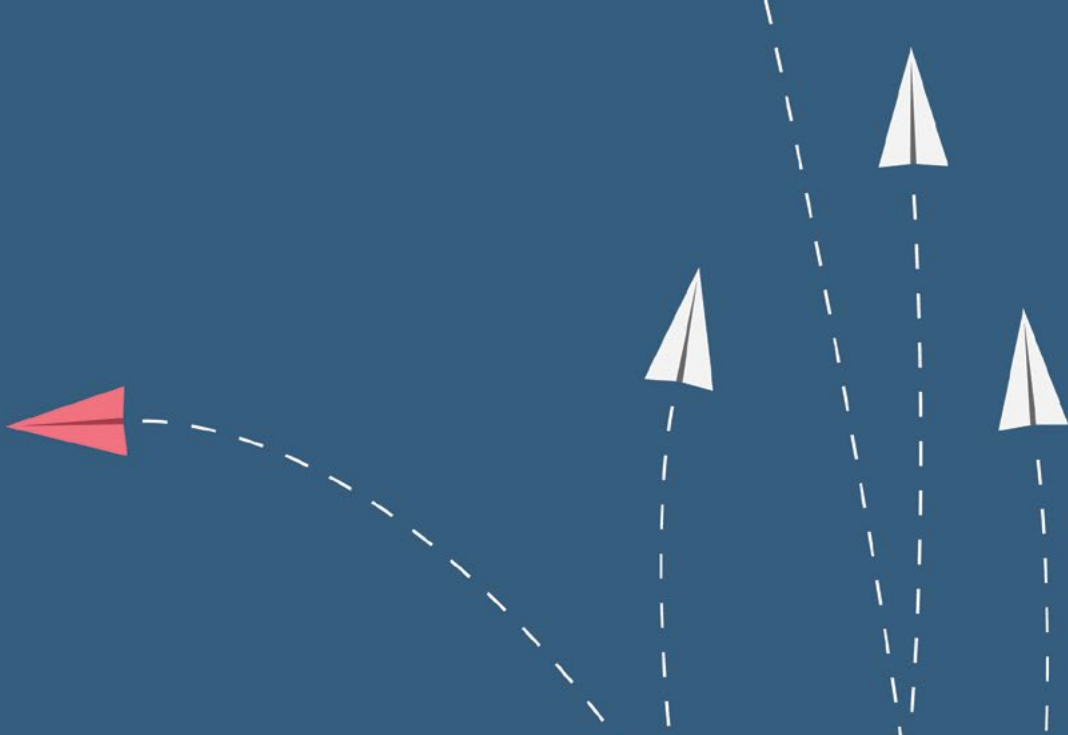
Organizația caritabilă din Kenya folosește toate aceste surse de influență pentru a ajuta la schimbarea vieții a nenumărate femei din mahalale. Meditând asupra prezentării lui Grenny am hotărât să aplic aceste principii atât la munca mea (care este legată de caritate și de influențarea oamenilor în mod pozitiv) dar și la viața mea personală și la strădania mea de a-mi schimba atitudinea.

Eram obosită de mentalitatea mea negativistă, așa că eram motivată să mă schimb.

În legătură cu capacitatea mea personală; am descoperit că dacă mă implic într-o activitate ce îmi captează atenția – cum ar fi să ajut sau să ascult pe cineva, să lucrez la un proiect creativ, sau să scriu într-un jurnal lucruri pentru care sunt recunoscătoare – atunci am puterea să evit sentimentele negative trecătoare și să înlătur norii din mintea mea. Spre exemplu, în ziua de Crăciun, în loc să mă gândesc la toate lucrurile pe care nu le am, m-am oferit voluntară la centrul local pentru persoane fără adăpost. Atunci am întâlnit și am ascultat poveștile unor oameni de cinci naționalități,

1. <https://www.youtube.com/watch?v=6T9TYz5UxI0>

2. Consultă site-ul <http://sourcesofinsight.com/six-sources-of-influence> pentru mai multe informații despre cele șase influențe.



cu trecut foarte diferit și cu povești sfâșietoare. N-ar fi exagerat să spun că a fost cel mai împlinit Crăciun din ultimii zece ani.

Apoi aveam nevoie de puțină susținere socială și de motivare. În acel moment nu era nimeni în viața mea cu care să vorbesc despre programul meu de schimbări și nu aveam niciun grup care să mă susțină. Însă Iisus este mereu disponibil pentru mine să mă asculte și să mă susțină în încercările mele. Așa că am decis că îmi găsesc încurajarea necesară prin comunicarea zilnică cu El, până când El îmi va aduce în viața mea și oameni care să mă susțină.

Următoarea sursă de influență a fost și mai dificilă. Ce puteam face? Am decis ca o dată pe săptămână, dacă fusese o săptămână bună și mi-am atins obiectivele de schimbare, să mă răsplătesc făcând ceva ce îmi plăcea – o ieșire, un desert, o activitate preferată, etc.

Ultima sursă de influență era mediul fizic din jurul meu. Mie îmi place mult să citesc și găsesc mereu citate deosebite în cărțile pe care le citesc. Așa că am agățat pe perete o tablă în formă de inimă, cu niște cretă, și am început să scriu citate. După ce memoram un citat îl ștergeam ca să fac loc altuia nou. Mi-am amenajat și o parte de perete pentru „mâzgăleli”, unde să agăț citate de motivare, fotografii, sau mesaje încurajatoare

de la prieteni.

Acestea au fost cele șase surse de influență pentru mine! Așa am încercat să testez metoda și am aflat curând dacă ceva s-a schimbat. A fost o aventură și o călătorie satisfăcătoare, fiindcă m-am recreat și am schimbat unele obiceiuri pe care le avusesem de treizeci de ani de viață. Au existat și momente dificile și situații ocazionale în care am căzut în vechea mea stare melancolică; totuși, mișcarea de schimbare a fost în general înainte.

Recent am urmat un curs de instructor personal în care am învățat că dacă cineva urmează o dietă chiar și numai 60-70% din timp se consideră de obicei a fi un succes, fiindcă noi, ființe imperfecte, nu vom atinge niciodată nivelul de 100% din cum vrem să fim; însă dacă persistăm și nu renunțăm, ajungem de obicei la destinația noastră, chiar dacă ne ia mai mult decât am plănuit la început.

Sunt convinsă că nu există aproape nimic ce nu putem schimba în bine, fie în ceea ce privește lucrurile din jurul nostru sau atitudinea noastră, cu puțină hotărâre, puțină abilitate și cu ajutorul lui Dumnezeu!

MAG RAYNE CONDUCE O ASOCIAȚIE DE
VOLUNTARIAT ÎN CROAȚIA.



DE MARIE ALVERO

ALEGE MAI PUȚIN

Eu și soțul meu am petrecut un an într-un mic oraș din Tanzania. Când spun „mic oraș” mă refer la un oraș cu două semafoare, un supermarket, fără restaurante semnificative, o singură clădire cu două etaje și fără niciun loc de distracție! Am locuit într-o casă simplă care avea doar mobilierul și necesitățile de bază.

Mutarea noastră în Tanzania a fost motivată de ocazia de a participa la o acțiune umanitară prin care se încerca îmbunătățirea vieții persoanelor cu dizabilități dăruindu-le mobilitate și ajutându-i să devină independenți și să-și câștige traiul. În cei doi ani dinaintea mutării noastre, ne-am căsătorit, am avut un copil și am petrecut câteva luni cu strângerea de fonduri ca proiectul nostru să devină realitate, sau cel puțin o semi-realitate.

În prima noastră noapte în „orașul nostru” a fost o pană de curent. Lucrul acesta este ceva obișnuit în zonele rurale din Africa și poate ține de la câteva minute până la câteva zile. Aceasta a ținut câteva ore și a fost pentru noi ca un avertisment că lucrurile nu vor merge așa cum ne-am plănuț noi. Puteam să ne străduim oricât de mult, dar nu am fi avut prea mult succes împotriva realităților vieții din acea zonă.

Așa că, pentru prima oară după mulți ani, a trebuit să încetăm ritmul. Am adoptat un nou ritm de viață care implica lucruri precum mersul zilnic pe jos până la magazin, spălatul rufelor și al scutecelor de pânză. Ne-am adaptat la a nu avea internet, TV sau filme, e-mailuri „urgente”, ședințe de lucru urgente, sau mașini cu care să te grăbești să ajungi în diferite locuri. Viețile noastre nu mai includeau urgențele. Chiar dacă simțeam că aveam o urgență, nu puteam mișca ceva mai repede decât se putea mișca.

La început a fost frustrant! Fiecare pas al fiecărui proces era atât de încet! Iar în final, oricât de mult mi-am dorit să schimb modul de operare al orașului, cea care s-a schimbat am fost eu. Viața mea a încetinit încât am ajuns să apreciez cerul albastru și pământul roșu care se întindea peste tot în jurul nostru. Am început să mă împrietenesc cu sătenii voioși. Am început să nu îmi mai lipsească filmele și internetul. Am învățat să mă bucur de mâncărurile și hainele cele mai simple și de un stil de viață neaglomerat.

Cea mai mare schimbare pe care mi-a adus-o acel an a fost în căsnicia mea. Munca noastră nu ne mai aglomera viețile așa că am putut să ne cunoaștem mai



Secretul fericirii, vezi tu, nu constă în a căuta mai mult, ci în a dezvolta capacitatea de a te bucura de mai puțin. – *Socrate (d. 399 îdH)*

Fii mulțumit cu ceea ce ai; bucură-te de felul în care sunt lucrurile. Când îți dai seama că nu lipsește nimic, atunci toată lumea îți aparține. – *Lao Tzu (d. 531 îdH)*

Societatea de consum pare un fapt de neschimbat al vieții moderne. Dar nu este. Faptul că acest sistem a fost făcut sugerează că îl putem și remodela ca să creăm un sistem mai sănătos, mai durabil, cu un țel mai satisfăcător decât simpla acumulare de lucruri. – *Rachel Botsman (n. 1978)*

Sufletele noastre nu sunt flămânde după faimă, confort, bogăție sau putere. Sufletele noastre sunt flămânde după semnificație, după sentimentul că ne-am dat seama cum să trăim astfel încât viața noastră să conteze. – *Harold Kushner (n. 1935)*

bine. De multe ori seara nu prea aveam ce să facem decât să petrecem timp calitativ împreună. Stăteam pe întuneric (fiindcă la lumină camera s-ar fi umplut de fânțari) și ne puneam unul altuia întrebări despre speranțele și visurile noastre, despre ceea ce ne place, ce dorim, ce sperăm și de ce ne temem. Fără lucrurile vieții moderne care distrag atenția, relația noastră ca ucenici ai lui Hristos, ca prieteni și ca iubii a progresat cu fiecare zi.

Când eram în SUA aveam multe motive să ne grăbim. Aveam comoditățile civilizației – supermarketurile, restaurantele, internetul, drumurile pavate și medicina modernă – cât și dificultățile – nu aveam

timp să stăm liniștiți și trăiam o viață prea agitată ca să ne conectăm cu adevărat cu alți oameni.

Acum mă gândesc de multe ori cu jind la anul acela din Tanzania. Apreciez amintirea liniștii, conexiunii și a plăcerilor simple. Datorită acelei perioade caut și acum viața mai simplă.

Noi ne simțim presați să începem fiecare an cu rezoluții de a fi sau a face mai mult – mai multe lucruri, mai multă grabă, mai multă cheltuială, mai multe câștiguri. Însă inima și sufletul meu prosperă cu mai multă conexiune, mai multă liniște și mai multă bucurie.

Rugăciunea mea, la începutul acestui an, este pentru curaj, să pun frână în fața grabei și a acumulării – să dau sufletului meu timp să se conecteze cu Dumnezeu și cu alții, trupului meu timp să se odihnească și să se reîncarce și minții mele timp să progreseze și să se bucure.

MARIE ALVERO A FOST MISIONARĂ ÎN AFRICA ȘI MEXIC. ÎN PREZENT EA ARE O VIAȚĂ FERICITĂ ȘI OCUPATĂ, ÎMPREUNĂ CU SOȚUL ȘI COPIII EI ÎN TEXAS, SUA.





DE CHALSEY DOOLEY

CUM MI-AM ATINS VISURILE

Cu cinci ani în urmă, când am început să îmi planific cum să îmi ating țelurile, mi s-a părut imposibil să le ating. Însă m-am rugat cu promisiunea: „Cel ce v-a chemat [Dumnezeu] este credincios și va face lucrul acesta”¹, iar cu ajutorul Său am mers mai departe. Planul meu era să scriu și să creez mii de pagini de cărți pentru copii, cărți calitative de încurajare a credinței.

Iată dificultățile cu care m-am confruntat:

- Aveam grijă non-stop de copiii mei care erau de vârstă mică și aveau nevoi speciale și nu mai aveam deloc timp personal pentru mine.
- Nu aveam pregătirea profesională pentru asta.
- Nu aveam rude în apropiere care să mă ajute.
- M-am confruntat cu probleme de sănătate.
- Aveam resurse limitate.

Aveam, totuși, unele atuuri:

- Echipament: un laptop, internet, un dictafon și un aparat foto.
- Un soț care mă susținea.
- Copii cu o dorință nesfârșită de povești noi.
- Prieteni care să îmi susțină proiectul și să mă ajute: să scrie, să corecteze sau să contribuie cu grafică și fotografii.

Iată metodele mele de a-mi face treaba:

- Rugăciune și iar rugăciune și susținerea prin rugăciune din partea altora. (Când mă rog lucrurile se întâmplă. Când nu mă rog și cred că progresul se va întâmpla de la sine, lucrurile stagnează.)
- Thomas Edison spunea odată că succesul său se datora faptului că „nu s-a uitat la ceas”. Oricând

aveam timp, chiar și numai câteva minute, mă puneam pe treabă, indiferent de dispoziția în care mă aflam sau dacă era zi sau noapte.

- Vizualizam țelul final și eram convinsă că îl puteam realiza.
- Am învățat din mers, ținând cont de observațiile, de preocupările și de sugestiile copiilor mei, a celor ce îmi citeau lucrările, ale profesioniștilor, prietenilor vechi și chiar și a celor pe care nu i-am întâlnit niciodată în persoană și cu care țineam legătura doar prin internet.
- Să îmi păstrez concentrarea.
- Să îmi păstrez optimismul și starea de mulțumire de sine, să caut ocaziile ce îmi stau la dispoziție, să descopăr ceva nou în fiecare zi.
- Să nu îmi fac planuri grele, fiindcă de obicei acestea nu se împlinesc, ci să Îl las pe Iisus să mă călăuzească pas cu pas.

Rezultatul:

Am scris peste 1200 de fișiere (ceea ce înseamnă mii de pagini) de cărți noi pentru diferite vârste, povești ilustrate, postere, materiale educative și multe altele, care sunt disponibile pe site-ul meu. Visul de a pune la dispoziția oamenilor o multitudine de materiale proaspete de inspirație și educație a devenit o realitate – și una care sporește cu fiecare zi.

CHALSEY DOOLEY SCRIE MATERIALE DE INSPIRAȚIE PENTRU COPII ȘI PENTRU CEI CE SE OCUPĂ DE ÎNGRIJIREA LOR ȘI SE OCUPĂ PERMANENT DE EDUCAREA PROPRIILOR COPII. EA TRĂIEȘTE ÎN AUSTRALIA. CONSULTĂ SITE-UL EI WWW.NURTURE-INSPIRE-TEACH.COM PENTRU MAI MULTE INFORMAȚII DESPRE CĂRȚILE EI.

1. 1 Tesaloniceni 5:24



ÎNTÂLNIREA ANUALĂ

DE ANNA PERLINI

Într-o zi, cu trei ani în urmă, tatăl meu ne-a invitat pe noi toți, cei cinci copii ai săi, căsătoriți și părinți la rândul nostru, să îl însoțim pe el și pe mama într-o călătorie în Țara Sfântă. Tata avea pe atunci 85 de ani și nu mai călătorise de câțiva ani, cu atât mai puțin să zboare cu avionul. Până atunci cred că se simțise bătrân, puțin îngrijorat și temător, și închisese cumva acel capitol din viața lui. Însă în acea zi s-a întâmplat ceva, o combinație între dorința lui de a vizita din nou locurile unde a crescut prea-iubitul său Iisus și bucuria de a face o călătorie în familie, ceea ce nu mai făcusem de când eram noi copii.

Nu ne-a luat mult să acceptăm! Cu câteva luni înainte de călătorie ne-am întâlnit toți șapte de câteva ori ca să stabilim detaliile și să ne pregătim. Tata s-a documentat și a creat pentru noi un ghid de călătorie personalizat pentru cele nouă zile pe care le vom petrece în Israel, Palestina și Iordan. Fiecare a primit responsabilități: tata era „patriarhul”, mama era asistenta responsabilă cu medicamentele și vitaminele, unul dintre frații mei ținea un jurnal, altul s-a ocupat de aspectele practice, una dintre surori era contabilă excursiei, iar cealaltă a ajutat cu documentarea istoricului. Pentru că știam

engleza, eu eram responsabilă cu traducerea.

A fost multă agitație și eram cu toții emoționați până în dimineața când ne-am urcat în avion, iar cele nouă zile au fost magice, de neuitat, am vizitat locuri deosebite, am avut aventuri neașteptate, am avut discuții lungi și profunde, și multă distracție. Nu am fost întotdeauna o familie armonioasă, însă cu timpul am câștigat înțelepciune și înțelegere. Am reușit să discutăm despre trecut cu înțelegere și blândețe și chiar cu puțin umor. Ne-am întors din această călătorie mai bogați sufletește și mai uniți ca familie.

De atunci am făcut în fiecare an câte o călătorie în familie – nu chiar atât de lungă ca prima, însă fiecare a fost unică în felul ei. Indiferent cât de ocupați suntem, toți știm că aceasta este una dintre cele mai importante priorități ale noastre.

Acum copiii mei de-abia așteaptă ca eu și soțul meu să îi ducem în astfel de călătorii, iar alții dintre rudele noastre și din cercul de prieteni au început să facă la fel.

ANNA PERLINI ESTE COFONDATOARE A ORGANIZAȚIEI UMANITARE PER UN MONDO MIGLIORE,¹ ACTIVĂ ÎN BALCANI DIN 1995.

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



DE LA IISUS CU DRAGOSTE

LA RĂSCRUCE DE DRUMURI

Este minunat să fii la o răscruce pentru că ai atât de multe opțiuni în fața ta. Poți merge înainte, te poți întoarce de unde ai pornit, sau poți urma o altă direcție nouă.

Eu folosesc răscrucele vieții pentru a le da oamenilor posibilitatea să repare anumite greșeli făcute în trecut și să pornească în direcția cea bună. Pentru alții este o ocazie de a urma o altă direcție, una nouă, care i-ar putea face și mai fericiți și i-ar putea duce chiar mai departe. Iar pentru alții, răscrucele sunt ocazii de a găsi confirmarea că se îndreaptă înspre direcția bună, ceea ce le întărește convingerea. În fiecare situație, răscrucea este o ocazie, deoarece dacă Îmi ceri să te călăuzesc, atunci Eu îți voi arăta ce cale să urmezi.

Poate că te voi conduce spre ceva ce nu ai făcut niciodată până atunci. Poate chiar ceva ce te temi să faci. Sau poate ceva ce faci de ani de zile. Îți voi da tot ce ai nevoie pentru drum, oricare ar fi

acela pe care te-am călăuzit să pășești. Pe măsură ce pășești pe acest drum pe care ți l-am arătat, îți voi da și ceea ce ai nevoie pentru următorul pas. Dacă ai nevoie de mai multă credință, cere-Mi și îți voi întări credința. Dacă ai nevoie de mai mult curaj, cheamă-Mă și îți voi întări inima. Dacă ai nevoie de mai multă tărie sau perseverență ca să înfrunți noile provocări, caută-Mă și ai încredere în Mine. Pas cu pas, pe măsură ce Mă urmezi, Eu voi continua să te ajut.

Deci, în loc să te temi de aceste răscruce, ai putea să le aștepti cu anticipație, știind că Eu sunt la dreapta ta și pot să te sfătuiesc, să te călăuzesc și să te ajut. Eu îți cunosc inima și știu cum vei fi cel mai fericit și mai împlinit. Dacă tu nu știi, întreabă-mă pe Mine, iar Eu îți voi arăta direcția cea bună, apoi începe să pășești în acea direcție. Eu sunt întotdeauna cu tine, indiferent unde te afli și ce faci. Sunt lângă tine la orice pas. Te iubesc și nu te voi dezamăgi.