

ÎȚI POATE OFERI VIAȚA MAI MULT? POTI SCHIMBA LUMEA DIN JURUL TAU?

contacts

CUM SE PLĂMĂDESC RUGĂCIUNILE

Rețetă încercată
și dovedită

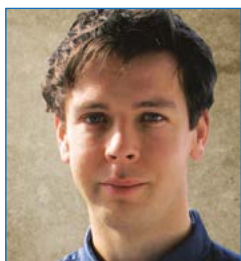
Partenerul meu la spălat vase

Prieten cu Dumnezeu

Pâinea din cer

Pâinea vieții





NOTA EDITORULUI DOPUL DE PLUTĂ ȘI BARA DE OȚEL

Biblia ne spune că „mare putere are rugăciunea fierbinte a celui neprihănit”.¹ Însă majoritatea dintre noi s-au întrebat, probabil, dacă rugăciunile noastre au într-adevăr vreun efect, mai ales dacă ne-am rugat mult și cu ardoare pentru o anumită situație dar nu am

văzut rezultatul dorit.

Când am adunat materiale pentru acest număr al revistei am dat peste această ilustrare:

Într-o fabrică era o bară de oțel de 225 kg suspendată cu un lanț. În apropierea ei era un dop normal de plută suspendat de un fir de mătase. „Când vom reveni aici” spuse ghidul grupului de vizitatori ai fabricii „veți vedea ceva aparent imposibil. Acest dop de plută va pune în mișcare bara de oțel”.

Ghidul porni un mecanism prin care dopul a început să lovească ușor dar repetat bara de oțel, care însă nu s-a mișcat. Vizitatorii au privit câteva minute dopul lovind bara cu regularitate de pendul, apoi și-au continuat turul. După zece minute bara a început să vibreze ușor, iar după o oră, când grupul s-a reîntors, bara grea se balansa ca un pendul de ceas.

Deci, când vei mai simți că rugăciunile nu au niciun efect, amintește-ți de dopul de plută. De cele mai multe ori oamenii și situațiile nu se schimbă peste noapte, chiar și după ce ne-am rugat. Însă fiecare rugăciune este precum o altă lovitură a dopului de plută în bara de oțel. Pare să nu aibă niciun efect însă, în timp, vom observa modul în care Dumnezeu a lucrat, ca răspuns la rugăciunile noastre.

Samuel Keating
Editor executiv

1. Iacov 5:16

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-211-X



PIERDUTĂ ÎN LIVERPOOL

Urechile tale vor auzi după tine glasul care va zice: „Iată drumul, mergeți pe el!” când veți voi să vă mai abateți la dreapta sau la stânga.
– *Isaia 30:21*

DE ROSANÉ PEREIRA

De mică am tot auzit că Dumnezeu este omniprezent. Aveam o idee vagă despre El, ca și cum ar fi un fel de energie cosmică, însă de atunci am avut niște experiențe care mi-au schimbat punctul de vedere.

Pe când aveam 18 ani și trăiam în Londra ca studentă, la începutul anilor '70, am ajuns să-L cunosc pe Iisus într-un mod personal, iar relația noastră a început să se dezvolte. Mă plimbam singură prin parcuri și simțeam de parcă cineva mergea cu mine și vorbea cu mine ca unui prieten bun. Nu mă simțeam singură, ci mai degrabă revigorată.

Odată, niște prieteni de la un club politic de tineret m-au invitat în weekend la o convenție în Liverpool. Eu urmam mai degrabă cultura hippie decât orientarea politică a vremii, însă era o ocazie să vizitez orașul Liverpool și costurile erau la comun, așa că m-am hotărât să merg.

Întrunirea s-a ținut într-o sală de sport mare și a constat din mai multe discursuri pe care nu le mai știu. Eu eram mai interesată de lucrurile legate de Beatles și de aceea, în ultima după-amiază de conferință am

convins un prieten să vină cu mine să vizităm orașul.

Îmi amintesc și acum cerul albastru curat și vremea frumoasă de primăvară. M-am simțit bine, dar pe măsură ce se însera mi-am dat seama că nu știam pe ce stradă era hostelul meu. Casele din zona aceea arătau toate la fel, iar noi închiriam câteva camere în casa cuiva, deci nu era niciun semn în stradă.

Prietenul meu începu să se îngrijoreze, însă nu și eu. Am simțit aceeași prezență ca atunci când mă plimbam prin parcurile din Londra, care mă încuraja că totul va fi bine. Am trecut cam pe lângă 12 clădiri când o voce ușoară parcă mi-a șoptit: *Fă la stânga acum*. Am făcut așa și nu după mult timp i-am văzut pe prietenii cu care călătoream în fața ușii casei în care stăteam. Biblia spune: „Dumnezeu este adăpostul și sprijinul nostru, un ajutor care nu lipsește niciodată în nevoi”,¹ lucru care mi s-a confirmat în acel moment.

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

1. Psalmul 46:1



CEREȚI, CĂUTAȚI, BATEȚI

DE PETER AMSTERDAM, ADAPTAT

Matei capitolul 7, ultimul capitol din Predica de pe munte, conține o serie de afirmații succinte, care sunt idei importante pentru credincioși. Punctul central este rugăciunea, idee ce apare de la începutul Predicii: să nu te rogi ca ipocriții care vor să fie văzuți de alții¹ sau ca păgânii care repetă într-una crezând că astfel rugăciunile lor sunt mai auzite;² ci mai degrabă să te rogi cu convingerea că Tatăl nostru ne iubește și se îngrijește de noi.³

„Cereți, și vi se va da; căutați și veți găsi; bateți, și

vi se va deschide. Căci oricine cere capătă; cine caută găsește; și celui ce bate i se deschide. Cine este omul acela dintre voi care, dacă-i cere fiul său o pâine, să-i dea o piatră? Sau, dacă-i cere un pește, să-i dea un șarpe? Deci, dacă voi, care sunteți răi, știți să dați daruri bune copiilor voștri, cu cât mai mult Tatăl vostru care este în ceruri va da lucruri bune celor ce I le cer!”⁴

Iisus i-a întrebat pe cei prezenți ce ar face dacă copilul lor le-ar cele pâine sau pește, mâncarea de bază în Palestina acelor vremuri. Cu siguranță că nu le-ar da o piatră sau un șarpe în loc de hrana cerută de copilul lor! Iisus folosește, ca în multe alte ocazii, argumentul „de la caz particular la caz general”. Dacă oamenii le dau copiilor lor lucruri bune atunci când cer, oare cu cât mai mult nu va da și Dumnezeu copiilor Săi atunci când Îi cer? Deoarece Dumnezeu este Tatăl nostru și este în esență bun, atunci ne putem simți liberi să-I cerem prin rugăciune tot așa cum un copil cere părinților săi ceva ce are nevoie sau își dorește.

Unii pot spune că rugăciunea nu este necesară, fiindcă există mulți oameni care nu cred în Dumnezeu

1. Vezi Matei 6:5-6.

2. Vezi Matei 6:7-8.

3. Vezi Matei 6:9-13.

4. Matei 7:7-11

5. Matei 5:45

6. Romani 10:12-13

7. John Stott, *The Message of the Sermon on the Mount (Mesajul Predicii de pe Munte)*, 187.

8. 2 Corinteni 12:7-9

9. Psalmul 22:1-2

și nu se roagă dar par că o duc bine. Ei muncesc, sunt plătiți, deci pot să își procure ceea ce au nevoie fără nicio rugăciune.

Scriitorul John Stott a comentat pe acest subiect când a scris despre diferența dintre darurile pe care le primim de la Dumnezeu în calitate de Creator al nostru și în calitate de Părinte:

Trebuie să facem diferența între darurile sale date la creație și cele date la mântuire. Este adevărat că el dă daruri (roadele pământului, copii, mâncare, viață) fie că oamenii se roagă sau nu, fie că oamenii cred sau nu. El dă tuturor viață și suflare.⁵ El trimite tuturor ploaie din cer și anotimpuri roditoare. El face ca soarele lui să răsară atât peste cei buni cât și peste cei răi. El „vizitează” o mamă atunci când se zămisleşte în ea viața și mai târziu când naște. Niciunul dintre aceste daruri nu depinde de faptul că omul respectiv își conștientizează Creatorul și se roagă la el.

Însă darurile lui Dumnezeu de mântuire sunt diferite. Dumnezeu nu acordă mântuirea tuturor la fel, ci își revărsă bogățiile peste cei care îl cheamă. Fiindcă „oricine va chema Numele Domnului va fi mântuit”.⁶ Același lucru se aplică și în cazul binecuvântărilor primite după mântuire, „lucrurile bune” despre care Iisus spune că Tatăl le dă copiilor săi. Nu se referă la lucrurile materiale, ci la binecuvântările spirituale – iertarea zilnică, eliberarea de rău, liniștea sufletească, credința, speranța și dragostea, de fapt sunt lucrările Duhului Sfânt ca binecuvântări ale lui Dumnezeu.⁷

În rugăciunea Tatăl Nostru Iisus ne-a învățat să ne rugăm pentru ambele tipuri de daruri. Pâinea noastră cea de toate zilele este un dar de creație, pe când iertarea și eliberare sunt daruri de mântuire. Noi ne rugăm pentru iertare și eliberare deoarece aceste daruri sunt date doar ca răspuns la rugăciune. Ni se spune să ne rugăm și pentru nevoile materiale, fiindcă este bine să conștientizăm că depindem fizic de Tatăl nostru.

Acestea fiind spuse, să privim la prima parte a pasajului: „Cereți, și vi se va da; căutați și veți găsi; bateți, și vi se va deschide. Căci oricine cere capătă; cine caută găsește; și celui ce bate i se deschide.” Prin asta a spus oare Iisus în mod categoric că orice rugăciune primește un răspuns pozitiv și că vom primi întotdeauna ceea ce ne rugăm?

Unul dintre principiile de bază pentru înțelegerea Scripturii este să comparăm ceea ce se spune într-un anumit verset cu învățătura generală a Scripturii. Din

citirea Bibliei reiese clar că rugăciunile nu își primesc întotdeauna răspuns așa cum ne rugăm. Lucrul acesta reiese din versetele:

Și, ca să nu mă umflu de mândrie... mi-a fost pus un țepuș în carne... De trei ori am rugat pe Domnul să mi-l ia. Și El mi-a zis: „Harul Meu îți este de ajuns; căci puterea Mea în slăbiciune este făcută desăvârșită.”⁸

Strig ziua, Dumnezeule, și nu-mi răspunzi: strig și noaptea, și tot n-am odihni.⁹





Din aceste versete și din altele, apoi luând în calcul și experiența noastră, este clar că Dumnezeu nu răspunde întotdeauna cererilor noastre în felul în care ne-am dori. Tatăl nostru ceresc nu este „servitorul cosmic” care ne stă la dispoziție să ne facă toate plăcerile, iar cuvintele lui Iisus nu ar trebui interpretate să însemne că Dumnezeu ne va da orice ne dorim. Dar chiar dacă unele din rugăciunile noastre nu primesc răspuns așa cum ne-ar plăcea, tot putem avea încredere că El știe ce este cel mai bine.

Ar trebui să fim recunoscători că Dumnezeu nu ne răspunde la fiecare rugăciune și nu ne dă exact ceea ce cerem. Dacă ar face-o am ajunge să ne rugăm mai puțin, fiindcă ne-am da repede seama că primind răspuns la fiecare dintre rugăciunile noastre ar urma consecințe neprevăzute și nedorite. Astfel de promisiuni despre răspunsul la rugăciunile noastre nu reprezintă angajamentul lui Dumnezeu că ne va da orice cerem, oricând cerem și exact așa cum cerem. Dacă ar fi așa atunci rugăciunea ar fi o povară mult prea mare pentru

noi să o purtăm.¹⁰ Doar Tatăl nostru atotștiutor, binevoitor, înțelept și iubitor poate ști cum trebuie să fie răspuns rugăciunile, când este bine să își primească răspuns și dacă trebuie să fie răspuns sau nu.

Întorcându-ne la cazul copiilor care le cer părinților diferite lucruri: dacă copilul cere un șarpe în loc de pește atunci părintele, din iubire și grijă, *nu* îi va îndeplini cererea. Părintele știe mai bine și are mai multă înțelepciune și din dragoste pentru copil nu îi va răspunde la această cerere. Părintele nu privește doar cererea specifică ci vede în ansamblu că copilului îi este foame și îi oferă ceva mai potrivit de mâncare. Uneori părinții refuză sau amână îndeplinirea uneia dintre cererile copilului, sau îi dau altceva în schimb, care deși este diferit de ceea ce copilul a cerut totuși îi suplinește nevoia. Tatăl nostru ceresc procedează de obicei la fel când ne răspunde la rugăciuni.

Noi suntem încurajați să ne rugăm – să cerem, să căutăm, să batem – fiindcă astfel primim și găsim și ni se deschid oportunități. În Scriptură sunt numeroase promisiuni că Dumnezeu va răspunde cererilor noastre. Deși nu este specificat de fiecare dată, fundamentul acestor promisiuni este înțelegerea faptului că Dumnezeu este bun, ia în considerare ceea ce este cel mai bine pentru noi, ne iubește foarte mult și dorește să îi prezentăm cererile noastre; și în calitate de Tată iubitor ne va răspunde la rugăciuni după cum știe El că este cel mai bine.

Noi ne rugăm cu credință, știind că Dumnezeu ne răspunde după cum este cel mai bine pentru noi și pentru ceilalți în general, datorită faptului că ne iubește foarte mult. Noi cerem ceea ce avem nevoie și ceea ce ne dorim și avem încredere că, în judecata, înțelepciunea și bunătatea Lui complete ne va răspunde cu da, cu nu sau cu așteaptă. Iar dacă avem încredere că El știe cel mai bine cum să ne răspundă la rugăciuni atunci ne vom ruga și noi așa precum Iisus: „Facă-se nu voia mea, ci a Tă”.¹¹

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

10. Vezi John Stott, *The Message of the Sermon on the Mount*, 187.

11. Luca 22:42



DE BONITA HELE

PÂINEA DIN CER

Aveam cincisprezece ani și așteptam zilele de vineri fiindcă atunci mergeam la plajă. În fiecare săptămână de vară, grupul nostru de tineri improviza un spectacol de cântece și scenete pe faleză ca să împărtășim trecătorilor mesajul de iubire al lui Dumnezeu.

Într-o vineri am primit o donație substanțială de pâine și produse de patiserie de la o brutărie locală. „Hai să le ducem pe plajă” a sugerat cineva. Când am ajuns și am anunțat că servim pâine și patiserii gratis s-a adunat imediat un grup de nevoiași. Majoritatea au primit produsele cu recunoștință, însă vreo doi au comentat că nu aveam un anumit produs preferat de ei. Au refuzat ceea ce aveam de oferit și au plecat cu mâna goală, mormăind în continuare.

Mai târziu ne-a abordat o tânără femeie. Împingea un căruț dublu, încărcat cu doi copii și cu o mulțime de lucruri, parcă avea acolo toată avuția ei materială. „Am auzit că dați pâine”. În vocea ei se simțea disperarea, de parcă viața ei depindea de asta. Un copilăș cu ochii larg deschiși ne privea în liniște din căruț în timp ce bebelușul dormea. Hainele de pe ei păreau destul de noi, însă lucrurile împachetate în fiecare colțișor al căruțului sugerau că femeia nu avea un loc unde să stea.

I-am pus într-o pungă tot ce mai rămăsese – niște briose și două pâini – și i le-am dat. Nici nu s-a uitat în pungă să vadă ce i-am dat, dar mi-a mulțumit cu recunoștință.

Unul dintre prietenii mei a început să discute cu femeia. Eu m-am dus să împachetez dar în treacăt am mai auzit că îi spusese despre un adăpost pentru femei și îi dăduse niște bani ca să ajungă acolo. M-am bucurat că a venit la noi ca să primească puțin ajutor și speranță. M-am gândit și la cei doi care au plecat cu nimic.

Pâinea din cer este tot așa, distribuită gratuit celor care o cer. Și când nu o las să îmi intre în inimă și să îmi umple sufletul atunci rămân și eu nesatisfăcută.

BONITA HELE ESTE SCRITOARE LIBER-
PROFESIONISTĂ ȘI EDITOR ÎN SUA ȘI MEMBRĂ ÎN
ORGANIZAȚIA THE FAMILY INTERNATIONAL.

.....

Văd mai clar ca niciodată că prima și cea mai importantă îndatorire a mea în fiecare zi este să îmi găsec liniștea sufletească în Domnul. Primul lucru de care trebuie să mă preocup nu este modul cum să îl slujesc pe Domnul, sau cum să îl slăvesc pe Domnul, ci cum să îmi aduc sufletul într-o stare de fericire și cum să îmi hrănesc sufletul. Am văzut că cel mai important lucru pe care trebuie să îl fac este să mă dedic citirii Cuvântului lui Dumnezeu și să meditez asupra lui.
– George Müller (1805-1898)



CUM SE PLĂMĂDESC RUGĂCIUNILE

DE MARIE STORY

Rugăciunea se desfășoară oarecum precum coptul unei pâini: trebuie să amesteci ingredientele, să frământai aluatul, să îl lași să dospescă, apoi să coci pâinea.

Pasul unu: amestecă ingredientele. Când faci pâine nu poți să pui în castron la întâmplare tot felul de ingrediente și să te aștepti să se formeze o pâine. Dacă vrei să obții ceva comestibil trebuie să folosești anumite ingrediente.

Dumnezeu aude fiecare tip și stil de rugăciune și îi place să răspundă chiar și atunci când noi nu prea știm cum sau pentru ce să ne rugăm. Însă dacă cunoaștem „ingredientele” care intră de obicei în componența unei rugăciuni ne dă un sentiment de încredere că ne-am făcut partea, iar restul depinde de Dumnezeu. Iată câteva ingrediente importante:

1) Să te rogi în numele lui Iisus. În Ioan 14:14 Iisus spune: „Dacă veți cere ceva în Numele Meu, voi face”.

2) Să fii hotărât și specific. Să Îi comunici lui Iisus nevoile tale și cum dorești să ți le îplinească. Matei 7:7 spune: „Cereți și vi se va da; căutați și veți găsi; bateți și vi se va deschide”. Ca să „cauți” unde trebuie și să „bați” la ușile potrivite, trebuie să știi ce anume cauți.

3) Să invoci promisiunile lui Dumnezeu. Când Iisus a vorbit cu Tatăl Său, a spus: „Cuvântul Tău este adevărul”.¹ Cuvântul lui Dumnezeu și promisiunile Sale sunt reale și autentice.

4) Să ai credință pentru răspuns. Iacov 1:6-7 spune: „Dar s-o ceară cu credință, fără să se îndoiască deloc: pentru că cine se îndoiește seamănă cu valul mării, tulburat și împins de vânt încoace și încolo. Un astfel de om să nu se aștepte să primească ceva de la Domnul”.

5) Împachetează rugăciunea cu laude și recunoștință. Pavel a scris: „Nu vă îngrijorați de nimic; ci, în orice lucru, aduceți cererile voastre la cunoștința lui Dumnezeu, prin rugăciuni și cereri, cu mulțumiri”.²

Iată câteva ingrediente de bază pentru rugăciune, tot așa cum făina, sarea, apa și drojdia sunt ingredientele



1. Ioan 17:17

2. Filipeni 4:6

3. Vezi Evrei 10:36.



de bază ale pâinii.

Pasul doi: frământăt aluatul. După ce ai amestecat ingredientele trebuie să frământați aluatul. Poate fi destul de greu. Când faci pâine trebuie să apeși, să împături și să rulezi din nou și din nou o bună bucată de vreme.

Noi nu prea privim rugăciunea ca pe o muncă – noi apelăm la rugăciune după ce ne-am muncit să rezolvăm o problemă prin forțele proprii – însă uneori Dumnezeu se așteaptă de la noi să continuăm să ne rugăm până ce primim răspunsul. Luca 18:1 spune: „Iisus le-a spus o pildă ca să le arate că trebuie să se roage necurmat și să nu se lase”.

Pasul trei: lasă să dospescă. Pasul final al plămădirii, înainte de coacerea pâinii, este dospirea. Atunci lași pâinea să crească. Acum nu prea mai ai ce face ca să crească mai repede. Trebuie să ai încredere că aluatul va lucra. Răbdarea este „dospirea” rugăciunii.³

Uneori chiar trebuie să dezumfli aluatul după ce ai așteptat o vreme, apoi să îl lași să crească *din nou*. Și rugăciunea lucrează așa. Ai făcut partea ta în rugăciune, ai avut credință, te-ai rugat regulat, ai avut răbdare, și te trezești cu o lovitură care te dezumflă, un „nu” mare sau un „așteaptă”. Credința te ajută să continui să ai încredere chiar și atunci când rugăciunea ta pare dezumflată. Credința este precum drojdia, care face aluatul tău să crească și după ce a fost bătut. Evrei 11:1 spune: „Și credința este o încredere neclintită” – o dovadă, sau o garanție – „în lucrurile nădăjduite, o puternică încredințare despre lucrurile care nu se văd”.

Pasul patru: coacerea pâinii. După ce ai pus pâinea în cuptor, trebuie să aștepți din nou. Aceasta s-ar putea să fie partea cea mai grea din procesul rugăciunii – să

aștepți răspunsul. Pâinea începe să miroase – simți că Dumnezeu lucrează – însă mai este nevoie de timp și, cu cât ai cerut ceva mai substanțial, cu atât durează mai mult până vezi răspunsul. Chiflele se coc în câteva minute, pe când o pâine mare durează aproape o oră. Însă dacă durează mai mult asta nu înseamnă că nu vei primi nici o pâine; înseamnă doar că trebuie să ai răbdare.

Odată ce pâinea este în cuptor trebuie să ai încredere că se coace. Dacă tot deschizi cuptorul și te uiți la ea nu se va coace mai repede. Evrei 11:6 spune că, dacă vii la Dumnezeu cu o cerere, trebuie să crezi „că El răsplătește pe cei ce-L caută”. Trebuie să îți lași cererea acolo și să aștepți până sună ceasul lui Dumnezeu.

La unele pâini durează mai mult până se coc. Unele pâini necesită mai puține ingrediente, altele au o gamă mai largă de elemente. Unele pâini se fac mai repede, altele necesită un proces mai lung – chiar și o zi sau două – până să fie pregătite de coacere. Tot așa este și cu rugăciunile noastre. Adună toate ingredientele necesare pentru rugăciune, lasă-le la „dospit” cu credință și ai încredere în Dumnezeu pentru rezultatul final.

MARIE STORY TRĂIEȘTE ÎN SAN ANTONIO, SUA, UNDE LUCREAZĂ CA ILUSTRATOR LIBER-PROFESIONIST ȘI CONSILIERĂ VOLUNTARĂ LA UN CENTRU PENTRU PERSOANE FĂRĂ ADĂPOST.



Noi considerăm rugăciunea ca o etapă de pregătire înaintea muncii, sau de liniștire după muncă, însă rugăciunea este etapa esențială a muncii. – Oswald Chambers (1874-1917)

Apogeul rugăciunii este conversația în dublu sens, iar pentru mine partea cea mai importantă este să ascult replicile lui Dumnezeu. – Frank C. Laubach (1884-1970)

RUGĂCIUNI DE DOUĂ MINUTE

DE CHRIS MIZRANY



De multe ori mă chinui să-mi fac timp pentru rugăciune. Deși eu și soția ne rugăm în fiecare dimineață și seară, neglijez de multe ori să „vorbesc cu Iisus” de-a lungul zilei, mai ales atunci când apar dintr-o dată lucruri neașteptate. Știu că am nevoie de rugăciune, însă este greu, *foarte* greu, să-mi fac timp pentru rugăciune.

Apoi am auzit de regula de 2 minute.¹ Iată cum funcționează.

Multe dintre lucrurile pe care le amânăm nu sunt chiar așa de greu de făcut; este posibil să le facem, doar că evităm să le începem din diferite motive, în mare parte fiindcă „nu avem timp”.

Regula de 2 minute contracarează amânarea și lenea și ne motivează mai ușor să începem. Regula are două părți:

PARTEA 1: DACĂ DUREAZĂ MAI PUȚIN DE DOUĂ MINUTE FĂ-O IMEDIAT.

Există multe lucruri pe care le-am putea duce la îndeplinire în două minute, sau chiar mai puțin. Spre exemplu, să ne spălăm vasele imediat după ce

am mâncat, să punem rufe în mașina de spălat, să ducem gunoiul, să punem câteva lucruri la locul lor, să trimitem un email etc.

Deci, regula spune că dacă ceva necesită mai puțin de două minute să o facem imediat. Se aplică și la rugăciune? Cu siguranță!

PARTEA 2: CÂND ÎȚI ÎNSUȘEȘTI UN OBICEI NOU NU TREBUIE SĂ ÎȚI IA MAI MULT DE DOUĂ MINUTE.


Ne putem îndeplini toate țelurile în mai puțin de două minute? Bineînțeles că nu, însă *fiecare țel poate fi început în două minute*. Rugăciunile lungi și desperate sunt bune și cu siguranță necesare, însă un început bun îl reprezintă și rugăciunile scurte, fără amânare.

Deci, cum mă ajută asta să mă rog mai mult? Ei bine, în loc să aștept până am mai mult timp pentru rugăciune încerc să trimit rugăciuni scurte de-a lungul zilei – ori de câte ori apare o nevoie, pe cât posibil. Biblia promite că Iisus mă aude întotdeauna, așa că procedez bazându-mă pe acest adevăr.² Și știi ceva? Cred că obiceiul meu pentru rugăciune s-a pus în mișcare.

CHRIS MIZRANY ESTE DESIGNER WEB, FOTOGRAF ȘI MISIONAR CU HELPING HAND ÎN CAPE TOWN, AFRICA DE SUD.

1. *Getting Things Done*. David Allen

2. Vezi 1 Ioan 5:14-15.



LUMÂNĂRI ȘI RUGĂCIUNI

DE JOYCE SUTTIN

Există unele versete pe care le găsesc cam dificile pentru mine. Spre exemplu: „Rugați-vă neîncetat”.¹ Mă gândesc de multe ori la acest verset și am învățat că este foarte important să te rogi. Și eu mă rog mult, dar nu mă rog încontinuu și de multe ori am muștrări de conștiință că nu mă rog suficient.

Indiferent cât de bune sunt intențiile mele, mintea îmi fuge la alte lucruri. Mă rog scurt înainte să conduc, sau să mănânc, sau să dorm, sau când sunt trează. Mă rog când cineva îmi cere să mă rog pentru el. Am o listă de rugăciuni zilnice. Mă rog pentru oamenii care îmi vin în minte. Dar indiferent cât de mult mă rog, sau cât de lungă sau de profundă este rugăciunea mea, niciodată nu va fi „neîncetat”.

Recent fiica mea a mers cu avionul în Europa. A avut un zbor lung, cu escale, și am vrut să mă rog continuu pentru ea până am știut că a ajuns în siguranță la destinație. Am găsit o lumânare parfumată numită „Șoaptele îngerului” și mi-a plăcut ideea că, deși eu nu puteam să mă rog continuu, îngerii ei se vor ruga pentru ea neîncetat. Așa că am pus lumânarea într-un loc vizibil și sigur, am aprins-o și m-am rugat pentru călătoria ei, apoi mi-am văzut de treburile zilei. De fiecare dată când treceam pe lângă lumânare mă rugam

pentru ea. Iar lumânarea a continuat să ardă până ce ea a ajuns în siguranță.

Poate că rugăciunile noastre sunt precum acea lumânare. Crediința și încrederea noastră în Dumnezeu sunt precum mirosul de tămâie ce se ridică către tronul Său. Poate că și Lui îi place mirosul rugăciunilor noastre tot așa cum mie îmi place mirosul acelei lumânări parfumate. Este un gând minunat că mirosul rugăciunilor noastre ar putea să umple sălile raiului tot așa cum aroma lumânării umple casa mea.

Deci, am decis să nu mă mai îngrijorez tot timpul că nu mă rog. Fac ce pot și încerc să mă rog pe cât posibil. Când sunt foarte disperată aprind o lumânare aromată și îmi încredințez gândurile și rugăciunile mele lui Dumnezeu. Apoi am încredere în El să facă restul, cu viața mea și cu viețile celor pe care îi iubesc, lăsând toate grijile mele în seama Lui deoarece știu că El se îngrijește de mine. Astfel înțeleg versetul „Rugați-vă neîncetat” în contextul că încerc, pe cât pot, să mă rog continuu, însă mă și încred în mila lui Dumnezeu atunci când nu este „neîncetat” și Îi mulțumesc în orice situație.

JOYCE SUTTIN ESTE PROFESOARĂ PENSIONARĂ ȘI SCRIITOARE ȘI TRĂIEȘTE ÎN SAN ANTONIO, SUA.

1. 1 Tesaloniceni 5:17

PARTENERUL MEU LA SPĂLAT VASE

DE SALLY GARCÍA



Unele dintre cele mai semnificative momente pe care le-am trăit cu Dumnezeu au fost pe când spălam vasele. Aveam de mulți ani obiceiul să îmi încep dimineața cu lectură creștină și rugăciune. Însă, inevitabil, minutele treceau, trebuia să mă ridic din pat și să îmi încep ziua, deși parcă simțeam că nu terminasem cu partea spirituală. Parafrazând un vechi imn „Stăteam în grădină cu el, însă în jurul meu ziua deja începuse”.¹

Așa că îi spuneam lui Dumnezeu *Terminăm mai târziu* și treceam la spălatul vaselor după micul dejun. Dar nu îmi prea place să spăl vasele, așa că uneori pun niște muzică inspirațională, dar de cele mai multe ori lucrez în liniște și îmi las mintea să zboare. Mă gândesc la evenimente și mă întreb *cum și de ce* s-au întâmplat unele lucruri. Mă gândesc la fiica mea și la familia ei și la alți prieteni dragi, iar după un timp gândurile mele se transformă în rugăciuni.

Atunci îmi mai apare câteodată și un alt gând *nou*, ceva la care nici nu m-am gândit până atunci. Poate fi o perspectivă nouă de a privi o situație, sau o încurajare, o idee nouă, sau o soluție la o problemă cu care mă confrunt. Uneori nici nu este un gând, ci doar o liniște interioară și un sentiment de încredere și de recunoștință.

Când mi se întâmplă așa, pentru mine este evident

că nu este ceva scornit de mine; cred că inspirația mi-a venit de la Dumnezeu, care i-a șoptit sufletului meu. După cum a spus Billy Graham: „Pot să-ți spun că Dumnezeu este viu pentru că am vorbit cu El de dimineață”.

SALLY GARCÍA ESTE EDUCATOARE, MISIONARĂ ȘI MEMBRĂ ÎN ORGANIZAȚIA THE FAMILY INTERNATIONAL ÎN CHILE.

.....

Uită-te la exemplul uimitor al Fratelui Lawrence. El a fost un bucătar umil într-o mănăstire franceză din secolul XVII, dar a putut transforma până și slujba cea mai plictisitoare, de spălat vasele, într-o slujbă pentru Dumnezeu și într-o ocazie de a-și clădi relația cu Dumnezeu. El a spus:

„Cheia prieteniei cu Dumnezeu nu este să schimbi ceea ce faci, ci să îți schimbi atitudinea față de ceea ce faci. Ceea ce faci în mod obișnuit pentru tine începe să faci pentru Dumnezeu, fie că mănânci, faci baie, muncești, te relaxezi sau duci gunoiiul?”

Iisus dorește să fie prietenul tău cel mai bun și partener de încredere. Invită-L în inima ta:

Dragă Iisus, Te rog să vii în viața mea și să stai alături de mine. Ajută-mă să Te cunosc mai bine și să mă apropii de Tine prin citirea Cuvântului Tău. Amin.

1. „In the Garden”, de Charles Miles, 1913

2. <http://www.crosswalk.com/faith/prayer/practicing-god-s-presence-in-2017.html>

TREI ÎNVĂȚĂMINTE PENTRU ÎNCURAJAREA CREDINȚEI

DE MARCUS VERNIER

Totul a început într-o dimineață, când nu am fost de acord cu ceva ce spusese soția mea. Treceam printr-o perioadă în care eram iritat și găseam nod în papură cu toți din jurul meu. Era să îi dau un răspuns tăios dar m-am abținut și am formulat în minte o rugăciune prin care am întrebat dacă ar trebui să continui. Răspunsul a fost „Nu”! S-a întâmplat atât de repede în mintea mea, dar a generat o reacție în lanț care în final mi-a deschis ochii la ceva nou.

Curând după aceea am mai învățat ceva. Încheiam rapoartele contabile lunare ale afacerii noastre, ceea ce poate fi o provocare uneori, fiindcă sunt destul de complexe și necesită răbdare și perseverență. Atunci a apărut un detaliu nou care mi-a întrerupt firul gândirii. Deși ceea ce făceam era urgent și important, pur și simplu nu puteam să trec de acel factor nou.

Cu sufletul întristat am început să caut pe internet, pe Facebook, etc. În cele din urmă, descurajat, m-am recules și m-am rugat pentru ce să fac. Iar soluția a venit aproape imediat. Dacă m-aș fi rugat de la început nu mi-ar mai fi luat atâta timp și stres.

Cuvântul lui Dumnezeu ne încurajează:

1. Psalmul 55:22
2. Psalmul 46:1
3. Vezi Evrei 4:11.

„Încredințează-ți soarta în mâna Domnului și El te va sprijini”.¹ Dar cum ne-am putea încredința soarta în mâna Lui dacă Îl ținem la distanță? Nu i-o putem da decât dacă este lângă noi, sau chiar *în* noi. Cu cât suntem mai aproape, cu atât mai ușor ne este să ne încredem în El și să-I încredințăm grijile și poverile noastre și să comunicăm cu El. „Dumnezeu este adăpostul și sprijinul nostru, un ajutor care nu lipsește niciodată în nevoi”.²

Ceea ce îmi amintește de perioada cât am trăit în Hong Kong, când obișnuiam să iau un feribot ca să ajung în centru. Când încetinea și se apropia de poziția de acostare, se tot scutura puternic până era legat și asigurat de zidul portului. În asta constă a treia lecție: necesită efort să ajungi să îți găsești liniștea prin rugăciune, așa cum ne încurajează Cuvântul lui Dumnezeu.³ Însă așa ajungem să fim legați în siguranță de cel care are toate răspunsurile și care ne poate ajuta să avem succes, chiar și în ciuda slăbiciunilor noastre.

MARCUS VERNIER ESTE MEMBRU ÎN ORGANIZAȚIA THE FAMILY INTERNATIONAL ÎN TAIWAN. EL ESTE MISIONAR, DAR ÎȘI URMEAZĂ ȘI PASIUNILE DE PICTOR ÎN ACUARELĂ ȘI DE SCRITOR.

CINE STĂPÂNEȘTE TIMPUL?

DE ELSA SICHROVSKY



Nu demult m-am destăinuit unei prietene că mă simt copleșită de stres și de griji în legătură cu munca mea. Ea mi-a sugerat să petrec mai mult timp în meditație despre bunătatea lui Dumnezeu și să studiez Cuvântul Său. „Dar nu am timp!” am protestat.

„Cum adică nu ai timp?” m-a întrebat ea, cu o licărire în ochi.

„Vreau să spun că nu am o groază de timp la dispoziție!” i-am răspuns, puțin deranjată și surprinsă.

„Deci nu ai *stăpânire* pe suficient timp? Ca și cum ai spune că ai stăpânire pe lumina soarelui. Dar tu nu spui niciodată asta fiindcă știi că Dumnezeu a creat soarele. De ce nu privești timpul ca pe un *dar* sau un *împrumut* de la Dumnezeu, decât ca ceva ce *stăpânești*?”

„Ei bine... doar că...” m-am încurcat eu. Nu mi-am dat seama niciodată că priveam timpul ca pe ceva ce „stăpâneam”. Însă era adevărat. Ideea ca Dumnezeu să îmi *împrumute* sau să îmi *dea* niște timp părea absurdă; mai degrabă eram obișnuită să gândesc că eu eram cea generoasă, care îi dădeam *Lui* din prețiosul *meu* timp! Cu cât mă gândeam mai mult îmi dădeam seama cât de înrădăcinată era acea idee în subconștientul meu. Cât de des am spus: „El (sau ea) îmi irosește timpul!”

Ziua următoare am mai vorbit cu prietena mea. Am

discutat despre atitudinea mea posesivă asupra timpului, care m-a făcut să mă concentrez doar asupra ideilor, țelurilor și dorințelor mele, înlăturându-L pe Dumnezeu din deciziile mele. Fără ajutorul Lui să-mi fluidizeze programul și stilul de viață, mă chinuiam să fac față îndatoririlor mele. Nu-i de mirare că eram stresată și simțeam că nu „am” timp să comunic cu Creatorul meu.

În următoarele zile am observat că modul meu greșit de abordare îmi influența și modul în care îmi priveam familia, slujba, lucrurile pe care le aveam și multe alte aspecte din viața mea de zi cu zi. Cuvântul „al meu” era în fiecare colțișor al inimii mele. În loc să fiu recunoscătoare și generoasă cu tot ceea ce *mi s-a dat*, eu adunam cu egoism tot ceea ce simțeam că *mi se cuvine*. Ori de câte ori mi se părea că Dumnezeu nu îmi răspundea la rugăciuni și nu îmi dădea ceea ce îmi doream, fumegam că „Dumnezeul *meu*” nu făcea ceea ce doream, când doream – ca și cum El era „servitorul meu”.

Nu mi-a fost ușor să-mi schimb gândirea și nici acum nu pot spune că am ajuns la final, dar am învățat să spun precum psalmistul: „tot ce este în cer și pe pământ este al Tău”.¹

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

1. 1 Cronici 29:11



DE MARIE ALVERO

RUGĂCIUNEA SIMPLĂ

Cu câțiva ani în urmă viața mea era foarte nesigură. Și în mijlocul acelor pierderi, crize și stres am început să pun sub semnul întrebării totul, până și baza credinței mele. Înainte mă simțeam foarte confortabilă cu rugăciunea, dar după aceea a devenit un chin. În unele zile eram supărată pe Dumnezeu, în unele zile simțeam că nu pot avea încredere în El, iar în altele nici nu mai știam ce simțeam.

Apoi mi-a venit ideea să citesc în fiecare zi, dimineața, niște Psalmi. Nu am ajuns prea departe și mi-am dat seama că Psalmii sunt o carte de rugăciuni. Regele David și-a împărtășit, necenzurat, cu Dumnezeu toate gândurile și emoțiile sale. Nu a așteptat până putea să le prezinte „cuviosos”. Dacă avea inima frântă, vorbea despre asta. Dacă era copleșit de bucurie, o împărtășea cu Dumnezeu prin laude.¹

În Psalmul 139 David îi spune lui Dumnezeu: „Unde mă voi duce departe de Duhul Tău și unde voi fugi departe de fața Ta? Dacă mă voi sui în cer, Tu ești acolo, dacă mă voi culca în Locuința morților, iată-Te și acolo; dacă voi lua aripile zorilor și mă voi duce să locuiesc la marginea mării, și acolo mână ta mă va călăuzi și

dreapta Ta mă va apuca”.²

Când era sigur că are nevoie de ajutor se ruga: „Doamne, eu am strigat către Tine și m-am rugat Domului, zicând: 'Ce vei câștiga dacă-mi verși sângele și mă cobori în groapă? Poate să Te laude țărâna? Poate ea să vestească credințioșia Ta? Ascultă, Doamne, ai milă de mine! Doamne, ajută-mă!’ ”.³

Nu sună ca o comunicare din inimă a cuiva care Îl cunoaște pe Dumnezeu? A cuiva care este intim și încrezător, autentic, disperat și recunoscător în același timp. David a adus înaintea lui Dumnezeu orice simțea. El a cerut orice a avut nevoie. Am hotărât să mă inspir după el.

Nu contează că rugăciunile mele nu mai sunt formale. Vreau să îmi exprim disperarea, speranțele, rănile, cererile, bucuriile, supărările, temerile și nevoile folosind orice cuvinte și sentimente am. Și, mai presus de toate, vreau să continui să vorbesc cu Dumnezeu. Chiar dacă nu înțeleg. Chiar dacă răspunsurile vin încet.

Rugăciunea este pur și simplu să vorbești cu Dumnezeu. David scrie „Căci nu-mi ajunge cuvântul pe limbă și Tu, Doamne, îl și cunoști în totul”.⁴ Dumnezeu știe deja ce este în inima ta, așa că nu trebuie să le „înflorești” pentru El.

MARIE ALVERO A FOST MISIONARĂ ÎN AFRICA ȘI MEXIC. ÎN PREZENT EA TRĂIEȘTE FERICITĂ ȘI ACTIVĂ CU SOȚUL ȘI COPIII EI ÎN TEXAS, SUA.

1. Se crede că Regele David este autorul a mai bine de jumătate din Psalmi – 78 din 150.
2. Psalmul 139:7-10
3. Psalmul 30:8-10
4. Psalmul 139:4



NU DE LA IISUS CU DRAGOSTE TREBUIE SĂ FII PERFECT

Mulți oameni nu se roagă decât când au probleme, iar atunci constată că credința lor este slabă și că au pierdut relația cu Mine din cauză că nu Mi-au dat prea multă importanță înainte să îi lovească problemele. Simt că sunt ipocriți sau că nu merită să vină la Mine în rugăciune și nu știu ce să facă sau de unde să înceapă ca să îndrepte lucrurile.

Dacă ai simțit și tu vreodată asta, atunci nu te îngrijora. Nu trebuie să fi perfect ca Eu să îți răspund la rugăciuni. Eu îi ajut pe toți cei ce Mă cheamă cu credință și cu disperare smerită. Pur și simplu apelează la Mine când ai nevoie, fă pace cu Mine mărturisindu-ți păcatele și primind iertarea Mea; și crede că Eu am grijă de tine și de tot ce ține de tine. Iar lucrul acesta poate însemna începutul unei relații complet noi cu Mine, în care vei vedea mai multe răspunsuri la rugăciuni și te vei simți mai aproape de Mine.