

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

CONTACTS

NEVOIA DE IUBIRE

Calea spre o lume mai bună



Încearcă ceva nou

Exercițiu pentru
trup și suflet

Transformă rezoluțiile în realitate

11 sugestii pentru 2021

NOTA EDITORULUI PRIVEȘTE ÎN URMĂ, PRIVEȘTE ÎNAINTE

În anii trecuți revista *Activated* a prezentat, ocazional, articole cu diferite mici ceremonii de sărbătorire a Noului An la care au participat autorii acestor articole. Spre exemplu, când prietenii se adună să reflecteze împreună la vechiul an și să-și împărtășească speranțele și ideile pentru anul ce vine.¹

M-am tot gândit în ultimele săptămâni la astfel de articole când ne apropiam de 2021. Presupun că pentru mulți oameni fiecare început de an nou pare monumental, știind că multe ar putea fi diferite în acest an față de cel precedent; dar cred că și dacă privim în retrospectivă am fi de acord că a fost un an diferit.

Lucrurile pe care le-am trăit anul trecut au fost unice și tot așa sunt și perspectivele și speranțele noastre pentru anul ce vine. Nu există o formulă generală pentru toată lumea, dar toți am avea de câștigat dacă am petrece această lună descărcându-ne inima lui Dumnezeu despre provocările și dificultățile pe care le-am avut în anul trecut și dacă I-am mulțumi pentru binecuvântările pe care le-am primit.

Proverbe 3:6 spune: „Recunoaște-L în toate căile tale și El îți va netezi cărările”. Odată ce intrăm în noul an, să ne lăsăm cu toții speranțele și planurile în mâinile Sale, știind că El știe ce este cel mai bine pentru noi!

Dumnezeu să vă binecuvânteze și să vă păzească, pe tine și ai tăi, luna aceasta și tot anul!

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	Ronan Keane
Tehnoredactare	Gentian Suçi
Traducere	Oana Toșu

© 2021 Activated.

Toate drepturile rezervate.

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

A-RO-MG-AM-240-X

1. Articole precum „Viața și ceapa”, de Anjali Miles și „În zorii unui an nou”, de Andrew Mateyak.



VIAȚA EDITATĂ

DE SCOTT MONTROSE

După ce m-am chinuit să-mi depășesc nesiguranța și frica de eșec, m-am avântat în larg, mi-am luat tocul și am scris primul meu eseu.

Apoi l-am recitit de câteva ori. Mulțumit de efortul meu modest l-am trimis la o revistă lunară în ideea publicării.

După câțva timp am fost contactat de editorul revistei care mi-a spus că ar dori să publice articolul meu. Mi-a trimis și o copie editată, să o aprob. *Editată!* Privindu-mi lucrarea, acum editată, m-a cuprins un amalgam de sentimente. Mă văzusem deja un scriitor în devenire, iar acum acea imagine mi s-a spulberat, precum se spulberă mirajul înaintea furtunii de nisip.

După șocul inițial am început să gândesc mai obiectiv situația în cauză. Ideea de bază pe care doream să o transmit era încă acolo, imaginea descrisă era intactă iar tonul neschimbat, însă înfloriturile au fost tăiate ca să se evidențieze esența. Versiunea editată era într-adevăr

mai bună.

În timp ce mă gândeam la toate acestea, mi-au căzut ochii pe un inel cu diamant dintr-o revistă deschisă pe masă. M-am gândit la cel care a săpat în stâncă să găsească diamantul și la măiestria mâinilor bijutierului care au transformat diamantul din forma lui brută într-un obiect atât de frumos, atât de valoros și de dorit. Precum un diamant închis în bucata de piatră, eseuul meu inițial nu era produsul final. Conținea diamantul, însă necesita alte mâini dibace care să-l scoată afară, să-l taie și să-l finiseze.

Așa este și viața. Noi am fost creați precum acele opere inițiale care trebuie să treacă prin procesul de editare. Dumnezeu vede în fiecare dintre noi acea scipire

promițătoare, precum editorul care sesizează ideile promițătoare atunci când citește materialele ce-i ajung pe masa de lucru. Apoi Dumnezeu lucrează să ne transforme, pas cu pas, până la articolul în forma finală care merită să fie citit. Ființa noastră este modelată în mod repetat prin alegerile și deciziile pe care le facem, este curățată de superficialitate și înfloritură prin încercările vieții, iar apoi suntem șlefuiți prin interacțiunea noastră zilnică cu ceilalți oameni.

Precum povestea scrisă de mine, la fel și viața mea, în mâinile Marelui Editor, a ajuns să fie mai bună decât varianta inițială – iar El nu și-a terminat încă munca.

SCOTT MONTROSE ESTE
MEMBRU ÎN ORGANIZAȚIA THE
FAMILY INTERNATIONAL ÎN
ORIENTUL MIJLOCIU.

ATINGE-ȚI POTENȚIALUL



Oamenii sunt diferiți și au talente și chemări diferite. Dumnezeu știa ce face când te-a făcut așa cum ești tu și dorește să folosească talentele pe care ți le-a dăruit și să te ajute să ți le dezvolți să poți merge mai departe și să realizezi tot ce poți în situația ta.

El dorește să fii tot ce te-a creat să fii. Dorește să încerci să-ți atingi potențialul maxim oricare ar fi chemarea ta în viață, sau situația sau contextul în care ești – dorește să-ți iei talentele și experiența personală de viață și să faci ce poți tu mai bine cu ele; să nu fii mulțumit cu jumătăți de măsură ci să dorești

1. Vezi Eclesiastul 9:10.
2. Povestea lui Soichiro Honda poate fi găsită, în engleză: <https://astrumpeople.com/soichiro-honda-biography-a-great-history-of-japanese-car-manufacturer>

cel mai mult și cel mai bine în ce ai de făcut.¹

De ce să nu dai tot ce poți în ceea ce faci? Realizările uimitoare sunt rezultatul a sute, chiar mii, de mici sacrificii și decizii corecte și multă muncă din greu. Orice de valoare în viață costă, iar acest cost vine sub formă de muncă conștiincioasă, zi de zi, pe ploaie sau pe soare, indiferent de cum te simți.

Toți oamenii care au realizat ceva remarcabil au făcut-o după ani de muncă asiduă, sacrificii, viziune, hotărâre și conștiinciozitate. Dacă învățăm și noi lucrul acesta, atunci am aflat secretul să dăm tot ce putem în orice situație ne aflăm, fiindcă am învățat ce înseamnă să profităm la maxim de situația în care ne aflăm, să ne ridicăm la nivelul ocaziei, să fim conștiincioși cu bucata de pământ pe care ne-a încredințat-o Dumnezeu să o

plantăm și să ne atingem recordul personal, prin harul lui Dumnezeu.

John C. Maxwell a exprimat această idee în cartea sa *Developing the Leaders around You*:

Nimeni, spun experții, nu poate alerga o milă în mai puțin de patru minute. Apoi, în 1954, un tânăr student la medicină pe nume Roger Bannister a făcut ceea ce era imposibil și a depășit acea barieră. Azi, orice alergător de nivel mondial poate alerga o milă în mai puțin de patru minute. De ce? Fiindcă un om a hotărât să se îmbunătățească. Un om a hotărât să depună efortul necesar progresului personal. A fost dispus să conducă. Astfel el a creat un climat propice tuturor celor ce i-au urmat.

Depășește obstacolele

Poate că ești descurajat sau



Orice faceți să faceți din toată
inima. – *Coloseni 3:23*

lucrurile nu merg așa bine pentru tine. Iată încă o poveste a cuiva care a luat obstacolele și dificultățile vieții și și-a făcut din ele pietre pe care să calce spre succes.

În 1938, când dl. Honda era încă student, a investit tot ce avea și a început să lucreze la un cilindru piston special pe care l-ar fi putut vinde la Toyota.

A muncit zi și noapte, uneori chiar dormea la atelier, pentru a crea acest piston. A amanetat chiar și bijuteriile soției să-și continue munca.

Când, în final, a reușit să creze cilindru piston, l-a prezentat la Toyota iar aceștia i-au spus că nu le întruște standardele. S-a reîntors în băncile școlii pentru doi ani ca să-și îmbunătățească proiectul. După aceea Toyota i-a acordat contractul.

Dar a venit Al Doilea Război

Mondial și nu a avut ciment să-și construiască o fabrică și să înceapă producția în masă a modelului său. Atunci el și echipa lui au creat un tip nou de ciment cu care să construiască fabrica.

Fabrica Honda a fost bombardată de două ori, iar el a fost nevoit să o reconstruiască. Când au căzut bombele, el și echipa lui au adunat obuzele goale, pe care le-au numit un „cadou de la Președintele Truman” fiindcă era materia primă în procesul lor de fabricație.

În cele din urmă un cutremur i-a dărâmat fabrica și a fost nevoit să-și vândă producția de pistoane la Toyota.

După război Japonia a fost lovită de o criză de combustibil, iar Honda nu-și putea conduce mașina să-și aprovizioneze familia cu mâncare. Așa că a atașat un motor la bicicleta sa să-l ajute să

se deplaseze mai ușor.

Mulți oameni i-au cerut să le facă și lor astfel de „biciclete motorizate”. A avut atâtea cereri încât se gândea să-și deschidă o fabrică și să le producă, însă nu avea capital. Așa că a scris o scrisoare personală tuturor celor 18000 de magazine de biciclete din Japonia și le-a explicat invenția lui. A convins 5000 dintre acestea să-i dea capitalul necesar pentru fabrică.

Dl. Honda a spus odată: „Mulți visează la succes. Eu cred că succesul poate fi atins doar prin eșecuri repetate și prin auto-analiză. Succesul este doar 1% din munca ta, iar restul constă din depășirea cu îndrăzneală a obstacolelor”.²

ACEST ARTICOL ESTE ADAPTAT
DIN ROADMAP, O SERIE DE
ARTICOLE CREȘTINE DESPRE
LEADERSHIP.

PUTERE PENTRU ÎNCĂ UN AN

DE J. R. MILLER¹

Noi trebuie să facem ceva în fiecare an. Fiecare an nou ar trebui să fie ca un pas nou pe o scară, să ne ridice puțin mai sus. N-ar trebui să trăim doi ani la rând la același nivel.

Mulți creștini obosec, fizic și moral, în munca și activitățile lor. Rutina este foarte obositoare. Îndatoririle sunt mari și exigente, viața este plictisitoare în monotonia ei, munca pare de multe ori în zadar. Plantăm și nu culegem roadele. Suntem dezamăgiți și descurajați de multe lucruri. Speranțele luminoase de azi sunt înșelătoare precum florile ofilite de mâine.

Uneori suntem descurajați,

copleșiți, contrariați de griji, agitați de nenumăratele lucruri care ne distrag atenția, oboșiți și leșinați de căratul poverii. Ne așezăm cu Biblia noastră iar Dumnezeu ne vorbește cu cuvintele Lui de încurajare:

„Să nu vi se tulbure inima”.²

„Nu te teme, căci Eu sunt cu tine”.³

„Încredințează-ți soarta în mâna Domnului”.⁴

„Vă las pacea, vă dau pacea Mea”.⁵

„Harul Meu îți este de ajuns”.⁶

Și, pe măsură ce contemplăm aceste cuvinte, oboseala se duce; simțim că suntem mai puternici, speranța reînvie, curajul ne revine. Cel care citește Biblia și aude vocea lui Dumnezeu în promisiunile, asigurările, poruncile și sfaturile Sale este întărit mereu de ele.

Însă există ceva și mai bun decât asta. Dumnezeu Însuși vine în viața noastră, cu toată dragostea și harul Său. Profetul ne spune: „El dă tărie celui obosit și mărește puterea

celui ce cade în leșin”. Înseamnă că Dumnezeu transferă din puterea Sa divină celor oboșiți și epuizați de pe pământ. Aceasta este o revelație minunată. Ne spune că, în slăbiciunea noastră, primim puterea lui Hristos, care este transferată din *plinătatea Lui* în *goliciunea noastră*.

S-ar putea să avem și oameni în jurul nostru în momentele dificile, oameni care să ne facă puțin mai puternici prin înțelegerea și iubirea lor, prin încurajarea și susținerea lor, însă ei nu pot să ne transfere din puterea sau din bucuria lor în inimile noastre. Însă Hristos ne dă tărie și împarte cu noi din viața Sa. Ceea ce este viața pentru mlădițe, așa este Hristos pentru noi. Dacă vreo *mlădiță* este rănită sau lovită în vreun fel atunci viața o suplimentează cu seva de viață ca să o vindece. Același lucru face și Hristos. El dă putere celui sleit de puteri. Tăria Lui este perfectă în slăbiciunea noastră. Cu cât nevoia noastră este mai mare, cu atât vom primi mai mult din

1. Publicat în 1913, adaptat. Sursa: https://gracegems.org/Miller/strength_for_a_new_year.htm

2. Ioan 14:1

3. Isaia 41:10

4. Psalmul 55:22

5. Ioan 14:27

6. 2 Corinteni 12:9

7. Isaia 40:31



harul lui Hristos. De aceea există binecuvântări pe care nu ajungem să le cunoaștem decât când ne confruntăm cu dificultățile. Nu vom cunoaște mângâierea lui Dumnezeu până nu cunoaștem durerea. Și când învățăm ce este durerea, învățăm și cum dă Dumnezeu tărie și mângâiere în durere.

Cum ne asigurăm că primim tăria promisă de El? Răspunsul este: „cei ce se încred în Domnul își înnoiesc puterea”.⁷ Ce înseamnă să te încrezi în Domnul? Înseamnă să ai încredere în Dumnezeu cu răbdare, să crezi în iubirea lui Dumnezeu, să accepți călăuzirea lui Dumnezeu, să stai aproape de inima lui Dumnezeu, să trăiești în legătură neîntreruptă cu Dumnezeu, să te sprijini pe brațul Său, să îți iei ajutorul de la El.

Noi trebuie să continuăm cu munca noastră, cu dificultățile noastre, cu ceea ce avem de făcut, dar în același timp să ne încredem, cu răbdare, în Dumnezeu, că El ne

va reînnoi puterea. Noi suntem în comunicare directă cu Cel care a făcut stelele și le-a dat nume și ține tot universul laolaltă, Cel care nu este niciodată sleit de oboseală. El este tot timpul în spatele nostru, cu toată plinătatea vieții Sale, cu toată puterea Sa importantă, și ori de câte ori noi suntem secătuiți de viața din noi suntem instantaneu reumpluți, căci El dă putere celui sleit.

Dumnezeu revarsă lumina Sa peste anul care nu s-a deschis încă. Nu va exista situație în care să nu ai suficientă putere. Dumnezeu nu dă niciodată o *însărcinare* pentru care să nu dea și puterea *necesară*. El nu lasă pe umerii noștri nicio *povară*, fără să nu ne *susțină*. El nu trimite niciodată o *durere*, fără să trimită și *mângâierea* care să o aline. El nu cere niciun *serviciu* fără să ne dea *cele necesare* realizării lui. Trebuie doar să ne asigurăm că avem încredere, cu răbdare, în Dumnezeu și vom primi toată tăria de care avem nevoie pe măsură ce înaintăm, zi după zi.

Mesajul lui Dumnezeu lumii în astfel de momente este acesta: „Nu sunteți voi cei cu adevărat la comandă. Poate credeți că vă veți pregăti pentru ceea ce urmează, însă nu veți fi niciodată pregătiți. Lumea nu este sub controlul vostru, ci al Meu. Trebuie să apelați la Mine. Nu sunteți suficienți în voi înșivă să vă conduceți viețile. Aveți nevoie de înțelepciunea și de ajutorul Meu”.

În fiecare dezastru, fie că a fost 9/11 sau COVID-19, Dumnezeu le spune oamenilor: „Eu voi pune în cele din urmă un sfârșit la toate acesta. Însă între timp lumea aceasta este frântă și ori de câte ori crezi că nu ai nevoie de Mine și că te descurci, apare ceva care să-ți reamintească că ai nevoie de Mine”.

– Tim Keller



DE GABRIEL GARCÍA V.

NEVOIA DE IUBIRE

„În lumea de durere este nevoie de iubire, o nevoie foarte reală de iubire... Iubește-ți fratele... o nevoie de iubire, o nevoie a inimii”. Aceste cuvinte, traduse din șlagărul cântărețului columbian Juanes, ilustrează nevoia universală de iubire a omenirii.¹ „Everybody

1. *La tierra*, de Juanes cu trupa Ekhyrosis
2. *Love Makes the Worlds Go Round*, de Deon Jackson
3. Filipeni 2:2-4.
4. *Es tiempo de cambiar*, de Juanes

needs love” (Toți avem nevoie de iubire) un alt șlagăr din anii '60.² Iar cu nenumăratele conflicte, violențe, pandemii, precum și „virusii” de egoism, preocupare doar de propria persoană și alte boli ale acestor vremuri, ceea ce avem nevoie cel mai mult este dragostea.

Dragostea care devine reală prin fapte, dragostea care dă o mână de ajutor, care este prietenoasă și bună, care merge în papucii celui alt și găsește modalități să ajute oricând poate. „O nevoie foarte reală de iubire” care să se arate prin fapte

de bunătate față de cei cu care ne intersectăm în cursul zilei, sau în comunicarea noastră virtuală care a devenit normalul acestei perioade COVID-19.

Cred sincer că, dacă am depune cu toții puțin efort să fim mai politicoși, să spunem cuvinte de încurajare, să arătăm politețe socială, să contribuim, atunci „climatul” lumii s-ar îmbunătăți și am respira mai ușurați cu toții. Dacă am încerca să nu fim critici cu oamenii, ci să le vedem valoarea indiferent de condiția lor socială, de

De prea multe ori subestimăm puterea unei atingeri, a unui zâmbet, a unui cuvânt amabil, a răbdării de a asculta, a unui compliment sincer sau a celei mai mărunte dovezi de grijă, deși toate au potențialul de a schimba o viață. – *Leo Buscaglia (1924-1998)*

Dacă ai bunățate în inimă, oferi fapte de bunățate prin care atingi inimile altora oriunde mergi – fie că este planificat sau la întâmplare. Bunătatea devine un mod de viață. – *Roy T. Bennett*

Nu este treaba noastră să facem pe judecătorul, să hotărâm cine merită bunățatea noastră și cine nu. Noi trebuie să fim buni, necondiționat și fără motive ulterioare chiar și atunci, și mai ales atunci, când am prefera să nu fim. – *Josh Radnor (n. 1974)*

Roada Duhului este: dragostea, bucuria, pacea, îndelunga răbdare, bunățatea, facerea de bine, credințioșia, blândețea, înfrânarea poftelor. Împotriva acestor lucruri nu este lege. – *Galateni 5:22-23*

aspectul lor sau de orice prejudecată care ne-ar împiedica, atunci ar exista mai puține reacții violente și mai mult dialog și iertare.

Prietena mea, Margaret, îmi povestea despre un om foarte serios și capricios care lucrează acolo unde are ea o parcare închiriată. Într-o zi ea se chinuia să deschidă poarta cu telecomanda să intre în parcare. Când a cerut ajutorul angajatului de la parcare, acesta i-a răspuns tăios: „Doamnă, nu folosiți bine telecomanda”.

În sfârșit Margaret a învățat cum să folosească telecomanda, însă se tot gândea la atitudinea angajatului de la parcare. De ce se purta așa? Se simțea umilit de oamenii care închiriaseră în acea clădire? Se purtase cineva urât cu el? Oare ce să fie?

Apoi și-a amintit vorba: „Puțină dragoste ajunge departe”. S-a hotărât să acționeze pozitiv: a aflat numele angajatului și îl saluta

întotdeauna binevoitoare, pe nume.

„Bună dimineața, dle Liborio. Ce mai faceți?”

Dacă observa ceva pozitiv ce merita observat, îl menționa, de exemplu: „V-ați tuns; vă stă foarte bine”.

Prin lucruri mărunte îi arăta că îi păsa de el, ca persoană. După câteva luni dl. Liborio a început să se schimbe. Acum este blând și bun, o salută cu căldură când ajunge și chiar mai glumește cu ea.

„Când o persoană glumește cu tine este semn de încredere”, spune Margaret.

Propun o campanie pentru iubire pe sunetele muzicii lui Juanes și a altor muzicieni care ne motivează cu mesajul din cântecele lor. Hai să fim buni, tandri și mai smeriți față de cei din jurul nostru. Dacă credem că suntem mai buni decât alții suntem doar aroganți, după cum a spus apostolul Pavel:

„fiecare să privească pe altul mai presus de el însuși”²³.

Cred și eu, sincer, precum Margaret, că fiecare doză de bunățate, de politețe și de respect față de alții va ajunge departe să recupereze dragostea care s-a pierdut dintre noi. Peste tot, oriunde mergem, să aducem viața din cuvintele lui Juanes: „Este timpul să schimbăm în toate gândurile noastre ura cu iubirea. Este timpul schimbării”.⁴

Arătând oamenilor iubire, Îl arătam pe Iisus, care poate apoi lucra în viețile lor și îi poate motiva să ni se alature în campania noastră pentru iubire. Împreună putem contribui să schimbăm această lume rece și insensibilă într-una caldă, un loc mai iubitor, ceva mai asemănător cu raiul.

GABRIEL GARCÍA V. ESTE
EDITORUL TRADUCERII ÎN LIMBA
SPANIOLĂ A REVISTEI ACTIVATED.



DE MARIA FONTAINE

ACUM ȘI PENTRU TOTDEAUNA

Odată cu începutul de an mulți privesc înainte cu o oarecare îngrijorare pentru ceea ce le rezervă viitorul, lor, familiilor lor și prietenilor, cât și lumii în general. Este încurajator de știut că, indiferent de ceea ce ne rezervă viitorul și indiferent de problemele și dificultățile cărora le vom face față, Iisus dorește să ne ajute. Dacă L-ai primit pe Iisus ca Mântuitor, atunci poți conta pe grija Lui specială.

Am descoperit că unele dintre cele mai impresionante pasaje din Evanghelia sunt capitolele 14-17 din Evanghelia după Ioan. Iisus petrecea timp cu cei mai apropiați ucenici vorbind cu ei, învățându-i, rugându-se pentru ei și încurajându-i – pregătindu-i pentru faptul că El urma să părăsească curând tărâmul fizic și explicându-le că Duhul

Său va rămâne în continuare cu ei.

Le-a reamintit că El era calea lor către Rai¹ și că va pregăti acolo un loc pentru ei.² Le-a promis să le răspundă la rugăciuni.³ Le-a spus despre Duhul Sfânt.⁴ Le-a promis o pace sufletească supranaturală.⁵

I-a învățat despre importanța faptului să rămână aproape de El în spirit, ca să poată trăi așa cum și-ar fi dorit El pentru ei.⁶ I-a numit prietenii Lui.⁷ I-a încurajat să dăruiască și altora dragostea și adevărul Său și le-a promis să-i răsplătească pentru aceasta prin faptul că le va răspunde la rugăciuni și va lucra El însuși prin ei.⁸ Le-a promis har și pace în mijlocul problemelor și a afirmat cu siguranță că El învinsese deja lumea⁹ – „lumea” reprezentând toate lucrurile lipsite de Dumnezeu care subjugă acum lumea temporală.

Apoi s-a rugat pentru ucenicii Săi. „Nu Te rog să-i iei din lume, ci să-i păzești de cel rău [Diavolul]. Ei nu sunt din lume, după cum nici Eu nu sunt din lume. Sfințește-i prin adevărul Tău: Cuvântul Tău este adevărul. Cum M-ai trimis Tu pe Mine în lume, așa i-am trimis și Eu pe ei în lume”.¹⁰

Nu este ușor să trăiești în lume și să nu fii aruncat încoace și încolo de „valorile” necazurilor acestei lumi, dar nici imposibil să rezști. Secretul este să te uiți țintă la Iisus, „Căpetenia și Desăvârșirea credinței noastre”¹¹ și să te încrezi în El să te țină la suprafață.¹²

El a promis să fie cu tine, acum și pentru totdeauna, la bine și la greu,¹³ și nimic nu te poate despărți de El și de grija Lui iubitoare.¹⁴

MARIA FONTAINE ȘI SOȚUL EI, PETER AMSTERDAM, SUNT DIRECTORII ORGANIZAȚIEI THE FAMILY INTERNATIONAL, O COMUNITATE CREȘTINĂ DE CREDINȚĂ. ADAPTAT DUPĂ ARTICOLUL ORIGINAL.

1. Vezi Ioan 14:6.

2. Vezi Ioan 14:2-3.

3. Vezi Ioan 14:13-14.

4. Vezi Ioan 14:16,26.

5. Vezi Ioan 14:27.

6. Vezi Ioan 15:1,3-5.

7. Vezi Ioan 15:15.

8. Vezi Ioan 15:8,16.

9. Vezi Ioan 16:33.

10. Ioan 17:15-18

11. Evrei 12:2

12. Vezi Matei 14:25-31.

13. Vezi Evrei 13:5.

14. Vezi Romani 8:37-39.



CARANTINĂ PENTRU SUFLETUL MEU

DE JOYCE SUTTIN

Nu mi-am dat seama cât de ocupată eram până când nu m-am oprit. Nu mă gândisem cât de important era pentru mine să merg în diferite locuri și să fiu în jurul oamenilor până când nu am mai putut. Nu m-am gândit niciodată că mă stresez cu activități până când, datorită restricțiilor cu COVID-19, nu am mai avut activități și a trebuit să stau acasă.

Atunci am decis să mă informez mai amănunțit despre ce este infecțios și ce nu. Îmi spălăm viguros mâinile, conștientă de ce am atins și cu ce mână am manevrat lucruri ce ar putea avea microbi. Dezinfectam scrupulos mânerulele ușilor și întrerupătoarele, spălăm pe jos, coseam măști și mi-am creat o rutină strictă pentru când plecăm de acasă. Am făcut toate acestea să mă protejiez pe mine și pe cei dragi din casa mea.

Dar am început să petrec și mai mult timp la televizor urmărind știrile. Am căutat online să aflu ce

se mai întâmplă și ce ne-ar fi putut rezerva viitorul. Pe lângă toate eforturile mele, probabil că am petrecut prea mult timp căutând lucruri cu care să mă distrez și care să-mi țină ocupată mintea, fiindcă era așa de greu să stai și să nu faci nimic. Mi-a luat ceva să mă obișnuiesc cu noua rutină de viață, mai liniștită și mai simplă, să învăț să fiu mai selectivă cu ceea ce vizionez și ceea ce ascult și să-mi limitez timpul pe care îl petrec gândindu-mă la pandemie.

Așa că am petrecut mai mult timp în grădina mea. Am avut grijă de răsadurile mici și le-am urmărit înmugurind înaintea ochilor mei. În lumea cea nouă și mai liniștită, era mai puțin trafic și avioane și puteam auzi cântecul păsărelor și clopotele bisericii. Am învățat despre puterea sanctuarului, să am un loc unde să merg, fără oameni în jurul meu, fără mass-media, acolo unde să mă pot proteja să nu mă molipsesc de frica și anxietatea din lume.

Odată ce lumea mea s-a micșorat, viața mea interioară s-a

mărit. Estompând alte gânduri am putut comunica cu Dumnezeu în inima mea și am putut găsi un loc de liniște în mijlocul furtunii. M-am simțit ca și cum aș fi trecut prin urechea acului despre care a vorbit Iisus! și am intrat în împărăția cerească, lăsând în urmă niște greutate și îngrijorări care mă incomodau, ca să văd viața puțin mai clar.

Deci, deși mă rog cu disperare pentru cei care suferă, cei care mor și cei care și-au pierdut pe cineva drag, sau venitul și siguranța, și continui să mă rog pentru protecția mea, am fost binecuvântată să găsesc un loc în care să-mi protejiez în carantină sufletul de atacurile virale de frică și anxietate. În cele mai dificile momente de întuneric, lumina lui Dumnezeu strălucește mai puternic să ne ghideze și să ne treacă de toate.

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

1. Vezi Matei 19:24.



DE MILUTIN BUNČIĆ

ÎNCEARCĂ CEVA NOU

Te-ai gândit vreodată să te apuci de un sport nou, să înveți să cânti la un instrument muzical sau pur și simplu să ieși din zona ta de confort și să faci ceva nou și diferit? Poate că dorința a fost mereu acolo dar a existat întotdeauna ceva care să te oprească? Ei bine, lasă-mă să-ți spun o poveste scurtă și adevărată.

Cu ceva timp în urmă m-am confruntat și eu cu o situație foarte provocatoare. Presiunea la locul de muncă era enormă și în cele din urmă mi-a afectat viața personală. Simțeam că aveam nevoie de ceva să mă provoace fizic încât să fiu prea obosit să mă mai gândesc la muncă și să pot să mă relaxez.

Am hotărât să mă înscriu la un club sportiv local. Aveam pe atunci 49 de ani, iar unii mă considerau prea bătrân să încep un regim fitness. Antrenorii te epuizau, iar eu eram atât de ieșit din formă că de-abia puteam face câteva flotări

la început. Îmi amintesc că de-abia m-am mai mișcat să ajung până acasă după primul antrenament.

Mi-a fost teamă să nu arăt prostește că mă antrenez cu alții mai tineri și mai atletici decât mine, însă oamenii pe care am ajuns să-i cunosc la antrenamente erau prietenoși, relaxați și susținători. Motto-ul lor era „Nu renunța niciodată” și mi se pare că Dumnezeu m-a trimis acolo să-mi întărească atât trupul, cât și sufletul.

Am început cu două antrenamente pe săptămână, iar după trei luni am început să merg de trei ori pe săptămână. După șase luni mergeam de cinci ori pe săptămână. Sănătatea mea s-a îmbunătățit considerabil.

După cum sperasem, exercițiile fizice erau atât de intense încât nu mai puteam să mă gândesc la problemele mele în timp ce mă antrenam. M-am simțit mai

puternic fizic și mai bine spiritual și am ajuns într-o stare mai bună să-mi înfrunt problemele.


Bineînțeles că cel mai bun mod de a-ți întări sufletul este prin citirea Cuvântului lui Dumnezeu, însă El folosește uneori și alte lucruri să ne ajute, iar în acest caz au fost exercițiile fizice. Dumnezeu este mereu de partea noastră fiindcă ne iubește. Se preocupă de interesele noastre și dorește să ne ajute să ne atingem țelurile. Însă nu poate face partea noastră pentru noi, fie că înseamnă să mergi la sală, să iei chitara la care nu ai mai cântat de ani de zile, să începi acel proiect pe care l-ai tot amânat, sau oricare ar fi situația.

Ideea este, dacă eu am putut, poți și tu. Ridică-te și începe.

MILUTIN BUNČIĆ ESTE
PROFESOR DE ENGLEZĂ,
TRADUCĂTOR PROFESIONIST ȘI
INTERPRET ÎN UNGARIA.

DE KEITH PHILLIPS

SCHIMBAREA DIN INTERIOR



Majoritatea oamenilor sunt într-un fel sau altul nesatisfăcuți de ei înșiși – lucru care nu este întru totul rău. O anumită nemulțumire este necesară progresului. Ca să ne atingem potențialul maxim trebuie să visăm la ceva mai mult decât ce suntem în prezent. Problema este că mulți dintre noi ne oprim la vise. De ce crezi că este așa?

Presupun că, de cele mai multe ori, nu credem că avem ce ne trebuie să ne transformăm visele în realitate. Și, de cele mai multe ori, așa este. Putem schimba unele lucruri prin voința noastră sau dacă lucrăm mai din greu, cum ar fi să atingem un anumit număr de vânzări la serviciu, sau să slăbim o măsură la rochie sau pantaloni. Dar cum rămâne cu schimbările mai mari, cum ar fi schimbările *profunde* care ne-ar face mai fericiți și oameni mai buni? Astfel de

schimbări sunt mai greu de atins.

Ne spunem că nu suntem suficient de buni. Că avem prea multe defecte și facem prea multe greșeli. Am încercat de prea multe ori și am eșuat mereu. Ce mai contează? Nu suntem în stare!

Iisus le-a rezumat foarte bine atunci când a spus: „Lucrul acesta este cu neputință la oameni, dar nu la Dumnezeu; pentru că toate lucrurile sunt cu putință la Dumnezeu”.¹ Secretul este să ne punem în mâna lui Dumnezeu și să-L lăsăm pe El să facă imposibilul pentru noi și prin noi și uneori chiar în ciuda lipsurilor noastre. Poate că suntem ne semnificativi și slabi și incapabili, însă există un Dumnezeu foarte mare și puternic și capabil care ne întinde o mână de ajutor. Cu ajutorul Său îți este mai ușor decât ți-ai fi imaginat să reușești acele schimbări „imposibile” pentru tine.

„Omul poate alege să meargă înapoi spre ceva sigur, sau înainte spre progres. Progresul trebuie ales din nou și din nou; teama trebuie depășită din nou și din nou. – Abraham Maslow (1908-1970)”

„Deși nimeni nu poate merge înapoi și realiza un început nou, oricine poate începe acum și realiza un nou sfârșit. – James R. Sherman”

„Și El [Hristos] mi-a zis: „Harul Meu îți este de ajuns; căci puterea Mea în slăbiciune este făcută desăvârșită...” Când sunt slab atunci sunt tare. Pot totul în Hristos care mă întărește. – 2 Corinteni 12:9-10; Filipeni 4:13”

1. Marcu 10:27



TRANSFORMĂ REZOLUȚIILE ÎN REALITATE

DE RONAN KEANE

Iată câteva sugestii cum să îți transformi rezoluții pentru Noul An în schimbări de durată în viața ta:

1. Fă-ți o listă cu țelurile tale și selectează-le pe primele trei sau cinci care sunt mai importante pentru tine. Roagă-te ca Dumnezeu să te călăuzească în alegerea lor. El știe cel mai bine.

2. Fii realist. Un țel ar trebui să te întindă la maxim, dar nu peste puteri. Hotărăște și un timp limită în care să-ți atingi fiecare din țelurile propuse.

3. Nu încerca să realizezi totul dintr-o dată. Încearcă, o perioadă, să-ți atingi țelul numărul unu. Apoi treci la țelul numărul doi, fără să pierzi progresul realizat la numărul unu și așa mai departe.

4. Roagă-te. Rugăciunea aduce în ecuație ajutorul spiritual de care ai nevoie pentru a-ți atinge țelurile.

5. Lucrează împreună cu Dumnezeu. Schimbările implică depășirea unor vechi tipare de gândire și de comportament. Lucrul acesta nu este niciodată ușor, însă schimbarea în bine este totdeauna posibilă dacă îi ceri lui Dumnezeu să te ajute și dacă urmezi călăuzirea Sa.

6. Monitorizează-ți progresul. Ține o evidență cu progresul realizat folosind un jurnal sau un grafic. Monitorizarea progresului te poate ajuta, de asemenea, să-ți identifice punctele slabe.

7. Acceptă ajutorul altora. Spune-i unui prieten despre planul tău și cere-i să te ajute. Atunci când trebuie să dai cuiva socoteală te motivează să te ții de plan chiar dacă îți este greu.

8. Nu lăsa greșelile să te descurajeze. Vei întâmpina și regrese și zile mai slabe, dar privește-le ca

pe niște avertismente că nu te poți descurca de unul singur. Apropie-te de Dumnezeu și depinde mai mult de ajutorul Său. Ziua de mâine este o ocazie nouă de a face lucrurile mai bine!

9. Pregătește-te pentru un proces de lungă durată. Dacă vrei serios să te schimbi vei accepta să perseverezi indiferent cât de mult durează.

10. Vizualizează-ți victoria. Vizualizează periodic cum va fi viața ta odată ce ți-ai atins țelul. Imaginează-ți avantajele și cât de fericit, de sănătos sau de productiv vei fi atunci.

11. Recompensează-te pentru fiecare țel atins. Răspлата cea mai mare va fi sentimentul de împlinire și beneficiile pe care le vei culege în urma schimbării pe care ai reușit să o realizezi, însă o mică recompensă materială poate face procesul mai agreabil.



DE MARIE ALVERO

SCHIMBAREA

Poți începe această călătorie de transformare invitându-L pe Iisus în inima ta cu o simplă rugăciune:

Dragă Iisus, cred că Tu ești Fiu lui Dumnezeu și că ai murit pentru mine, ca eu să fiu iertat pentru lucrurile rele pe care le-am făcut și să trăiesc o eternitate cu Tine în rai. Te rog să vii în viața mea și să mă ajuți să învăț să depind de Tine. Amin.

Am citit ceva zilele trecute și îmi stă de atunci în minte: „Sistemul pe care îl ai azi îți dă exact rezultatele pe care le obții azi”. De atunci mă provoc să reacționez diferit față de cum aș fi făcut în mod obișnuit.

Spre exemplu, eu și soțul ne contrazicem cam despre aceleași câteva lucruri și cam în același fel. Uneori simt că sunt ca o reluare a certei precedente. Într-o sâmbătă seara mă simțeam copleșită de toate frustrările și emoțiile obișnuite. Știam exact cum vor evolua lucrurile, frustrarea, răbufnirea și în final, scuzele.

Dintr-o dată m-am gândit: „*Ce-ar fi să sar direct la partea cu scuzele?*” Mi-am schimbat expresia feței, mi-am cerut scuze sincere și

am câștigat meritul contribuției mele la situația noastră. I-a luat un minut soțului meu să mă creadă, însă a lăsat și el repede supărarea și ne-am regăsit seara plăcută. Am fost bucuroasă că am încercat ceva nou.

Un alt exemplu are de-a face cu nesfârșitele discuții încinse pe mediile de socializare. Din nou, mi-a venit ideea să încerc ceva radical diferit. Am ieșit de pe toate mediile de socializare și mi-am șters aplicațiile de pe telefon. Mi-am făcut o listă cu articole și cărți de citit pe anumite subiecte și am început să le citesc să fiu mai informată.

M-am gândit: *Dacă caut adevărul spre care să mă conducă promisiunile lui Dumnezeu' singura modalitate este să mă educ singură, să învăț să ascult și să văd încotro mă conduce.* Încă nu am o înțelegere cuprinzătoare a unor lucruri și sunt sigură că este un proces continuu,

însă cred că progrez și nu mai sunt blocată și neajutorată.

Cuvântul lui Dumnezeu ne promite puterea Lui pentru schimbare: „Dacă este ceva în Hristos, este o făptură nouă”.² „Și noi să trăim o viață nouă”.³ „Să vă îmbrăcați în omul cel nou”.⁴

Aceste versete se referă la transformarea pe care o suferim când devenim ucenici ai lui Iisus, însă „vechi” nu înseamnă doar ce am fost înainte de a-L cunoaște pe Iisus; reprezintă și ceea ce suntem acum fără călăuzirea Lui. Reacțiile mele obișnuite, slăbiciunile și obiceiurile nu sunt cele care mă definesc; ceea ce contează este ce sunt după ce Iisus mă transformă.

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. Vezi Ioan 16:13, 2 Timotei 2:15, Iacov 1:5.
2. 2 Corinteni 5:17
3. Romani 6:4
4. Efeseni 4:24



DE LA ISUS CU DRAGOSTE

DIFERENȚA

Imaginează-ți o pădure – luxuriantă, adâncă, ademenitoare. Tu intri în ea și privești în jur și te aștepti să fii impresionat, așa cum ai mai fost impresionat de natură și în alte ocazii, însă de data aceasta păsările nu cântă, vântul nu adie printre frunze, iar râul nu curge peste pietre. Totul stă nemișcat, înghețat în timp, fără viață. Te afli în pădure, însă poate fi la fel de bine o simplă pictură agățată pe perete.

Acum imaginează-ți aceeași scenă, însă de data aceasta cu toate lucrurile la care te aștepti – ciripitul vesel al păsărelelor, susurul izvorului, foșnetul frunzelor, adierea vântului prin părul tău, mirosul pădurii după ploaie, ceața răcoroasă și mușchiul crescut pe poteca de sub picioarele tale.

Diferența dintre aceste două păduri este precum diferența dintre a cunoaște *despre Mine* și a *Mă cunoaște cu adevărat*; este precum diferența dintre a fi auzit, sau a fi citit, despre Mine în comparație cu a avea o relație directă și personală cu Mine. Una este statică, cealaltă vibrantă și plină de activitate și de dragoste. Una este deșertă, cealaltă îți satisface simțurile. Una poate că te ajută să fii o persoană mai bună, însă cealaltă te împlinește.

Dragostea Mea te așteaptă. De ce nu ai face un pas să simți toate câte am pregătit pentru tine? Poți ajunge la Mine cu o simplă rugăciune. Pur și simplu deschide-ți inima, iar Eu voi fi acolo.