

ÎȚI POATE OFERI VIAȚA MAI MULT? POȚI SCHIMBA LUMEA?

contacts

COPACI ÎN DEȘERT

Lasă rădăcinile tale să
crească cât mai adânc

Pentru o
viață fericită

Unde să găsești
tărie și speranță

Profesorul călător

O altfel de vindecare



NOTA EDITORULUI O SCHIMBARE DE PLAN

Ne-am pornit să mergem să vizităm o prietenă dragă la spital. Era un drum lung cu autobuzul și cu metrourl și doream să ajungem înainte să se termine programul de vizită. Înainte să coborâm la metrou ne-am oprit să ne luăm o cafea la pachet. Lângă era un bărbat care cerșea după monede. Mai vorbisem cu el de multe ori și înainte. L-am întrebat dacă ar vrea și el o cafea. Ne-a zâmbit cu zâmbetul lui caracteristic (cu câțiva dinți lipsă) și a acceptat bucuros. Atunci ne-am dat seama că el se gândise că îl invităm să stea cu noi la o cafea. Bineeee. Schimbare de plan.

Ne-am așezat cu el la o masă și a început să ne depeze povestea lui. Cu ani în urmă suferise un accident la muncă în care se lovise la cap, ceea ce l-a făcut incapabil de muncă, apoi a fost diagnosticat cu schizofrenie, instabilitate și în final a ajuns să trăiască pe stradă. Simțeam că această conversație este importantă pentru el, de aceea nu am menționat că, de fapt, noi ne cam grăbeam. Pentru el timpul parcă se opriese în loc ca să se bucure de acea ceașcă de cafea cu prieteni.

Noi am ajuns destul de târziu la spital. Toți ceilalți vizitatori ai prietenei noastre plecaseră deja, iar ea ațipise. Am stat puțin în liniște lângă patul ei, întrebându-ne ce să facem mai departe, când ea și-a deschis ochii și a fost bucu-

roasă să ne vadă. Am avut un timp bun și liniștit cu ea, fără să ne distragă atenția ceilalți vizitatori care se perindaseră pe la ea mai devreme. Fusesse un moment bun ales de Domnul. Ne-am bucurat că am fost flexibili în privința planurilor noastre din acea zi.

Oare simți și tu câteodată că viața ta a ajuns o listă nesfârșită de îndatoriri – majoritatea urgente și concurând pentru vârful listei? Revista din această lună prezintă câteva articole despre priorități. Articolul Mariei Alvero aduce idei interesante și practice despre cum să sortezi cerințele vieții.

Apoi, cum să reacționăm când planurile noastre sunt puse în așteptare? Lucrul acesta se poate întâmpla dintr-o dată oricui dintre noi. Să schimbăm viteza? Joyce Suttin ne împărtășește din experiența ei când lista ei de îndatoriri a fost anulată. Articolul principal, Pentru o viață fericită, adresează provocările cu care ne confruntăm și răspunsurile pe care le găsim în Cuvântul lui Dumnezeu pentru călăuzirea și întărirea noastră. Și multe altele! – Precum și câteva articole care te pun pe gânduri despre iertare.

Noi îți dorim să te bucuri de revista acestei luni cu subiect variat, în care oameni din întreaga lume și-au împărtășit experiențele și gândurile lor. Dumnezeu să te binecuvânteze!



COPACI ÎN DEȘERT

CURTIS PETER VAN GORDER

Venind de la luxuriantele păduri tropicale umede mereu verzi de unde locuisem în Uganda, Africa, am fost copleșit de contrastul terenurilor stâncoase din Orientul Mijlociu. În orice direcție te uitați erau doar pietre, cu diferite nuanțe de pământiu. Mi s-a spus că în această zonă se filmaseră câteva filme cu subiecte spațiale pentru că terenul seamănă mult cu cel de pe Marte. Însă, cu toată pustietatea lui, acest teren are o frumusețe a lui unică.

Un lucru care te învață deșertul este să apreciezi orice este verde. În această zonă grădinarii lasă să crească chiar și buruienile acolo unde nu deranjează alte plante, deoarece orice verde este de apreciat ca o alinare a ochiului după atâta pământiu.

După câteva săptămâni de la sosirea noastră am fost invitați într-o tabără de beduini ca să împărțim pachete de ajutoare. După ce ne-am întâlnit cu acești oameni ospitalieri și descurăreți am avut ocazia să călărim prin zonă. Un lucru care mi-a atras atenția au fost copacii care creșteau din loc în loc, în unghiuri ciudate,

printre pietre.

În ciuda mediului ostil în care ploaia cade doar câteva zile pe an, acești copaci rezistă. Cum fac asta? Secretul constă în rădăcinile lor adânci. Și la ce folosesc aceste petece de verde într-un ocean de pietre? Am aflat mai târziu că florile și fructele acestor copaci sunt hrană pentru multe vietăți sălbatice. Le dau și umbră, opresc vântul și le adăpostesc. Și, bineînțeles, ajută la împădurirea zonei și previne eroziunea.

Acești copaci dovedesc un nivel ridicat de rezistență, fiind toleranți la condițiile dure, precum seceta. Se regenerează rapid după vreun incendiu. Dau lăstari dacă sunt tăiați sau mâncați de animale. Surprinzător pe cât pare, prosperă în solul sărac și uscat de calcar.

Poate să fi fost o șoaptă în vânt care a vorbit atunci inimii mele spunându-mi: „Fii precum acest copac și dăruiește o pată de verde în lumea această deșertă în care trăiești. Pentru asta trebuie să-ți lași rădăcinile să crească cât mai adânc”.

PENTRU O VIAȚĂ FERICITĂ

Noi, fiindcă suntem creștini, nu suntem scutiți de problemele, de provocările și de dificultățile vieții de zi cu zi și de stresul pe care acestea le produc. Diferența este însă în faptul că noi avem speranța creștină, înrădăcinată în relația noastră personală cu Dumnezeu, mântuirea noastră prin credință în Hristos și promisiunea unui viitor etern în Rai. Noi știm cum se termină povestea chiar dacă trecem printr-o perioadă dificilă (1 Tesaloniceni 4:13-18). Știm, de asemenea, că Dumnezeu are un scop în toate prin câte trecem și că El a promis să lucreze toate lucrurile spre binele nostru (Romani 8:28).

În Evanghelia după Ioan citim în același verset că Iisus le-a spus ucenicilor Săi – și ucenicilor Săi din toate timpurile – că în El pot avea pacea dar și că „în lume veți avea necazuri”. Apoi i-a încurajat spunând că și El a biruit lumea (Ioan 16:33). Istoria ne arată că momentele de dificultate, de calamitate sau de adversitate au, de obicei, ca rezultat un curaj mai

mare, sacrificiu și progres. După cum scria autorul englez Caleb Colton (1777-1832): „Minerul se purifică cel mai bine cu cât cuptorul este mai fierbinte, iar fulgerul cel mai strălucitor vine în noaptea cea mai întunecată”.

O veche poveste grecească vorbește despre un soldat sub conducerea generalului Antigonus (382-301 î.Hr.) care avea o boală dureroasă care putea în orice clipă să-i curme viața. În fiecare campanie militară, acest soldat lupta în linia întâi în bătăliile cele mai aprige. Faptul că se aștepta oricând să moară l-a făcut neînfocat și de aceea înfrunta moartea pe câmpul de bătălie și făcea fapte eroice.

Generalul lui, Antigonus, admirându-i curajul, a aranjat ca acest soldat să fie văzut de un doctor renumit, care l-a vindecat de boala lui. Din acel moment soldatul viteaz nu a mai fost văzut pe linia întâi. Evita pericolul în loc să-l caute și încerca să-și protejeze viața decât să o riște pe câmpul de bătălie. Dificultățile îl învățaseră să lupte bine și cu mare curaj, în schimb



căutarea siguranței i-a subminat utilitatea de soldat.

Biblia ne învață că „încercarea credinței voastre, cu mult mai scumpă decât aurul care piere... să aibă ca urmare lauda, slava și cinstea, la arătarea lui Iisus Hristos” (1 Petru 1:7). Chiar dacă am fi eliberați de o povară, vindecați de o boală, sau eliberați de îngrijorare, s-ar putea să ratăm ce avea Dumnezeu în plan ca să-și împlinească scopul Său bun în viețile noastre (Filipeni 2:13).

Cum să faci față provocărilor vieții

Când provocările vieții se simt copleșitoare și ni se pare că nu putem ține pasul cu tot ce avem de făcut, unde căutăm tăria și speranța de care avem nevoie? Răspunsul este în relația noastră cu Iisus, cel care ne-a promis nu doar viața veșnică în Rai, ci și faptul că El va fi cu noi la fiecare oră din fiecare zi, până vom ajunge acolo. El ne-a promis un viitor de speranță, de bucurie, de pace, de eliberare și de dragoste veșnică. Biblia ne spune să ne gândim la aces-

tea: lucrurile vrednice de cinste, lucrurile drepte, curate, vrednice de iubit, orice faptă bună și orice laudă (Filipeni 4:8).

Dumnezeu este pentru noi, El este cu noi și, cel mai bine, Dumnezeu este în noi și nu ne va părăsi niciodată (Evrei 13:5)! Sacrificiul lui Iisus pe cruce ne-a eliberat de greutatea păcatului și ne-a calificat „să avem parte de moștenirea sfinților în lumină”. Dumnezeu „ne-a strămutat în Împărăția Fiului dragostei Lui, în care avem răscumpărarea”, iar Hristos este acum pentru noi „nădejdea slavei” (Coloseni 1:12-14, 27). Dumnezeu ne iubește și îi pasă de noi și este cu noi prin toate lucrurile cu care ne confruntăm în viață.

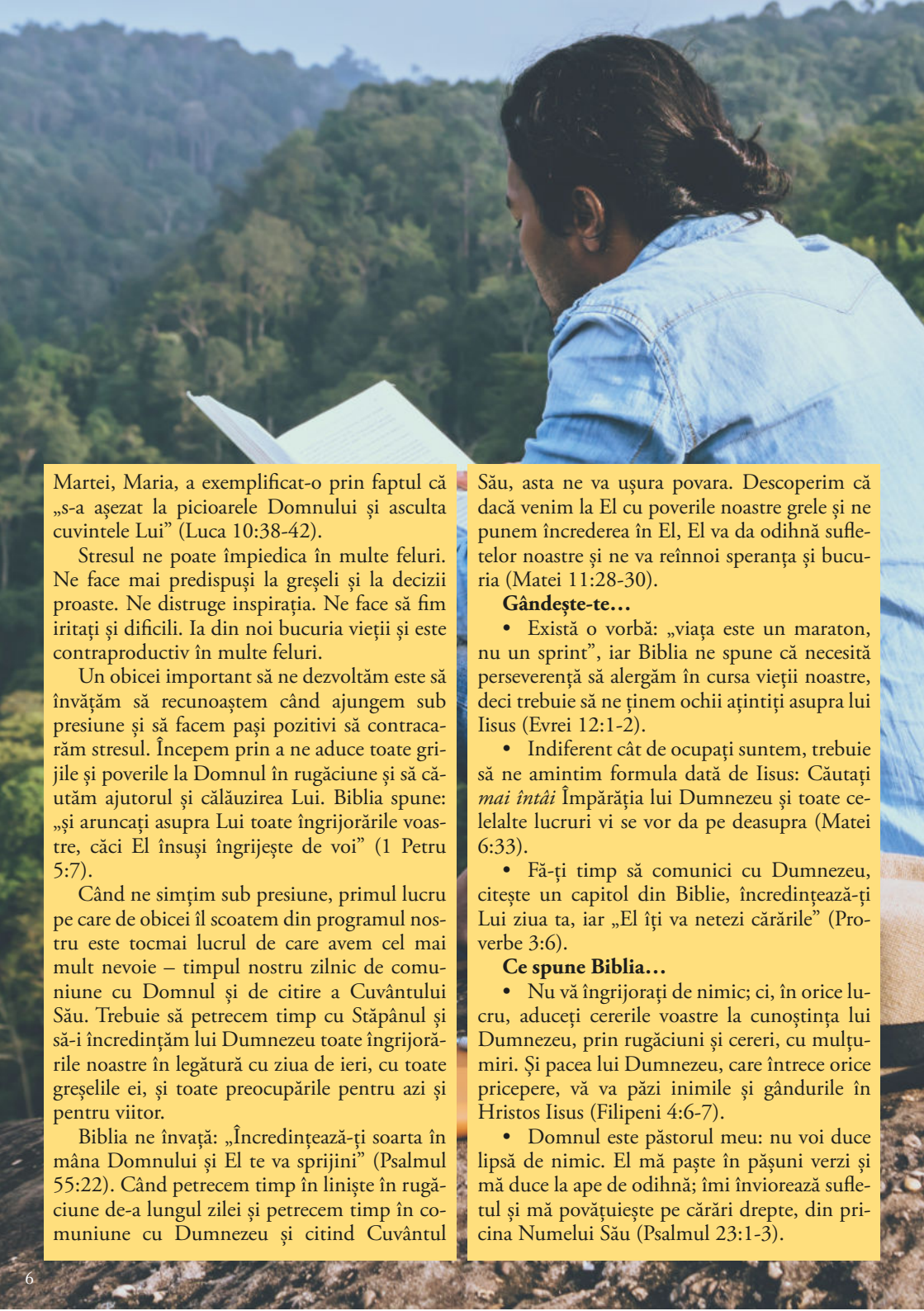
Într-o perioadă de mare nesiguranță, în 1939, cu perspectiva războiului înainte, Regele George al VI-lea s-a adresat Angliei în mesajul său de Crăciun cu un citat din poezia *God Knows* (*Dumnezeu știe*), scrisă de Minnie Louise Haskins, care continuă să ne vorbească și astăzi. „Și am spus celui care stătea la poarta anului: Dă-mi o lumină ca să umblu în siguranță în necunoscut. Iar el mi-a răspuns: Pășește în întuneric și pune-ți mâna în mâna lui Dumnezeu. Asta va fi pentru tine mai bine decât o lumină și o siguranță mai mare decât un drum cunoscut”.

Iisus este lumina lumii, iar El a promis că dacă-L urmărim nu vom merge niciodată în întuneric, ci vom avea lumina vieții să ne călăuzească (Ioan 8:12).

Petrece timp cu Stăpânul

Când ni se pare că avem mai multe de făcut decât timp la dispoziție, putem să ne simțim sub presiune. Atunci avem tendința să lăsăm deoparte Cuvântul lui Dumnezeu și rugăciunea și comuniunea cu El.

Precum Marta din Biblie, ajungem îngrijați pentru multe lucruri. Iisus i-a reamintit cu blândețe Martei că „un singur lucru trebuie” și că aceea este „partea cea bună” care nu ni se va lua niciodată. Care este acea parte bună? Sora



Martei, Maria, a exemplificat-o prin faptul că „s-a așezat la picioarele Domnului și asculta cuvintele Lui” (Luca 10:38-42).

Stresul ne poate împiedica în multe feluri. Ne face mai predispuși la greșeli și la decizii proaste. Ne distruge inspirația. Ne face să fim iritați și dificili. Ia din noi bucuria vieții și este contraproductiv în multe feluri.

Un obicei important să ne dezvoltăm este să învățăm să recunoaștem când ajungem sub presiune și să facem pași pozitivi să contracărăm stresul. Începem prin a ne aduce toate grițile și poverile la Domnul în rugăciune și să căutăm ajutorul și călăuzirea Lui. Biblia spune: „și aruncați asupra Lui toate îngrijorările voastre, căci El însuși îngrijește de voi” (1 Petru 5:7).

Când ne simțim sub presiune, primul lucru pe care de obicei îl scoatem din programul nostru este tocmai lucrul de care avem cel mai mult nevoie – timpul nostru zilnic de comuniune cu Domnul și de citire a Cuvântului Său. Trebuie să petrecem timp cu Stăpânul și să-i încredințăm lui Dumnezeu toate îngrijorările noastre în legătură cu ziua de ieri, cu toate greșelile ei, și toate preocupările pentru azi și pentru viitor.

Biblia ne învață: „Încredințează-ți soarta în mâna Domnului și El te va sprijini” (Psalmul 55:22). Când petrecem timp în liniște în rugăciune de-a lungul zilei și petrecem timp în comuniune cu Dumnezeu și citind Cuvântul

Său, asta ne va ușura povara. Descoperim că dacă venim la El cu poverile noastre grele și ne punem încrederea în El, El va da odihnă sufletelor noastre și ne va reînnoi speranța și bucuria (Matei 11:28-30).

Gândește-te...

- Există o vorbă: „viața este un maraton, nu un sprint”, iar Biblia ne spune că necesită perseverență să alergăm în cursa vieții noastre, deci trebuie să ne ținem ochii așintiți asupra lui Iisus (Evrei 12:1-2).

- Indiferent cât de ocupați suntem, trebuie să ne amintim formula dată de Iisus: Căutați *mai întâi* Împărăția lui Dumnezeu și toate celelalte lucruri vi se vor da pe deasupra (Matei 6:33).

- Fă-ți timp să comunici cu Dumnezeu, citește un capitol din Biblie, încredințează-ți Lui ziua ta, iar „El îți va netezi cărările” (Proverbe 3:6).

Ce spune Biblia...

- Nu vă îngrijorați de nimic; ci, în orice lucru, aduceți cererile voastre la cunoștința lui Dumnezeu, prin rugăciuni și cereri, cu mulțumiri. Și pacea lui Dumnezeu, care întrece orice pricepere, vă va păzi inimile și gândurile în Hristos Iisus (Filipeni 4:6-7).

- Domnul este păstorul meu: nu voi duce lipsă de nimic. El mă paște în pășuni verzi și mă duce la ape de odihnă; îmi înviorează sufletul și mă povățuiește pe cărări drepte, din pricina Numelui Său (Psalmul 23:1-3).

PROFESORUL CĂLĂTOR

JOYCE SUTTIN

Ascultam un podcast când a apărut acest citat: „Durerea este un profesor călător. Durerea bate la ușă, iar cel înțelept spune: «Vino, stai cu mine. Învață-mă ce trebuie să știu».» [[Glennon Doyle]]

Mă îngrijoram pentru săptămâna ce urma. Nu știam cum voi reuși să le fac pe toate din lista mea de îndatoriri și din lista mea de dorințe. Am intrat în grabă în spălătorie și am văzut niște hârtii pe jos. M-am aplecat să le ridic dar am calculat greșit distanța față de dulap și când m-am ridicat brusc mi-am lovit capul în colțul dulapului.

În durere, mi-am dus mâna la cap și am simțit ceva umed, apoi am văzut sângele. Am apucat niște prosoape de hârtie și gheață pentru cucuiul de creștea. Nu puteam face altceva decât să stau pe spate, cu gheața pe cap, încercând să înțeleg ce se întâmplase. Să îmi rearanjeze oare Dumnezeu programul încât tot ce nu era important să se anuleze? Și dacă da, atunci ce era cel mai important?

Mi-am sunat chiropracticianul și la ședința din acea dimineață târzie mi-a spus că am un mic traumatism la nivelul gâtului din cauza izbiturii neașteptate. Dacă l-aș ignora, ar lua mai mult să se vindece. Dar dacă mă opresc din tot ce fac și am grijă de mine, mă voi simți bine mai repede.

Deci, planurile mele pentru săptămână s-au schimbat. Fără exerciții fizice. Fără plimbările de dimineață. Fără treburi. Fără realizări. Fără pregătiri. Fără fapte bune. Listele mele cu ce trebuia să fac și cu ce doream să fac s-au elibe-



rat dintr-o dată. De-abia puteam îndeplini cele mai esențiale treburi. Trebuia să stau în mare parte cât mai nemișcată.

Trătat m-am simțit recunoscătoare că nu m-am lovit mai rău și am început să aud, în liniște, lecțiile. În mare parte disconfortul pe care îl simțeam nu se datora faptului că mă lovisem la cap. Era din cauză că trebuia să explic celorlalți de ce lipseam, simțeam că pierd din lucrurile pe care doream să le fac sau simțeam că trebuie să le fac, și mă mustram pentru neîndemânarea mea.

Când mi-am permis să stau liniștită și să mă odihnesc, am simțit o altfel de vindecare că îmi pătrunde în suflet. Mi-am dat seama că era exact ce aveam nevoie. Mă simțisem presată și nu puteam spune „nu” îndatoririlor de pe lista mea, care mă copleșeau. Mi-am dat seama că această nouă liniște impusă ar fi trebuit să fie de la început cel mai important lucru de pe lista mea.

„ECHILIBRU” NU ESTE CUVÂNTUL POTRIVIT

MARIE ALVERO

Am citit un articol de la un life coach despre mitul „vieții echilibrate”. El spunea că așteptarea de a putea jongla perfect cu somnul, munca, joaca, exercițiile fizice, intimitatea, timpul de calitate cu copiii și orice altceva ne aduce fiecare zi este ridicol și imposibil. Când am citit asta a fost ca și cum o lumină s-a aprins în sufletul meu și am înțeles de ce nu pot atinge niciodată, și mai puțin să mențin, această idee evazivă de „viață echilibrată”. Este, într-adevăr, un țel ridicol și imposibil!

Echilibrul nu înseamnă să împarți cele 24 de ore în părți perfect egale pentru fiecare categorie. Echilibrul este mai dinamic și mai intenționat, să adaugi puțin într-o parte și să iei puțin din alta, astfel încât nevoile să fie împlinite și condițiile să nu devină toxice. Este diferit pentru fiecare om și diferit în fiecare perioadă din viață.

Am ajuns să realizez că înțelepciunea să știu cum și când mă va face să am mereu nevoie de Iisus. Nu voi avea niciodată viața atât de eficientizată și de organizată încât să nu mai am nevoie de perspectiva Lui atunci când îmi stabilesc prioritățile. Nu spun „nu” organizării. Eu muncesc între anumite ore, nu aleg să plătesc sau nu facturile, și există o anumită ierarhie de priorități care nu sunt negociabile, cum

ar fi:

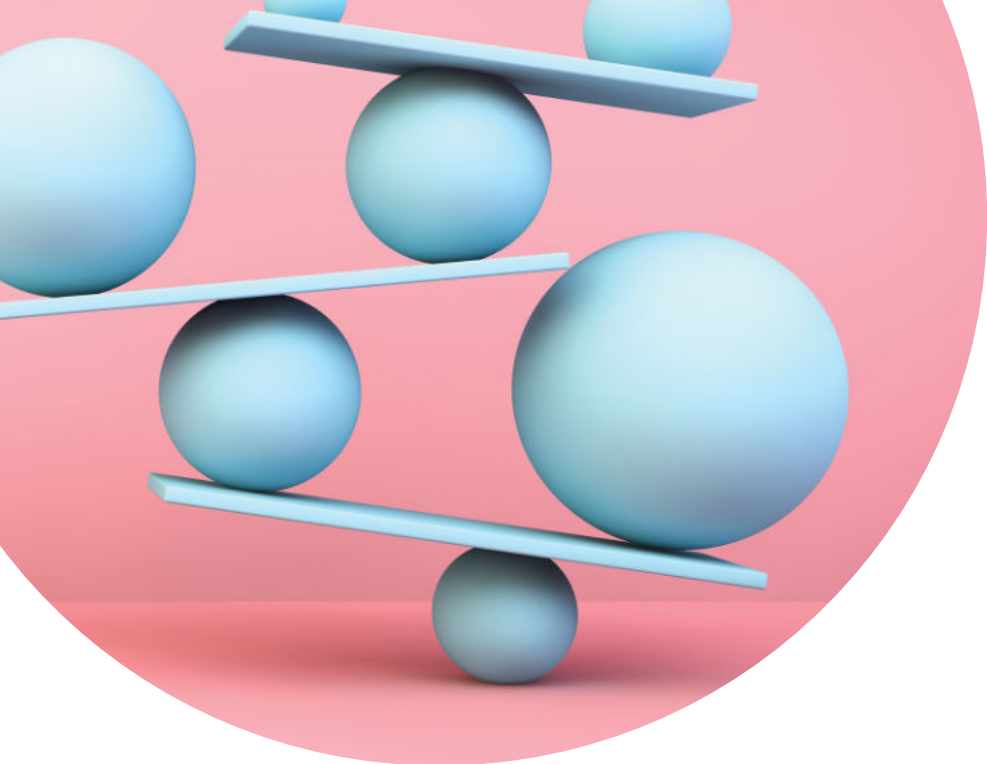
- Crediința: timpul cu Iisus, să las Cuvântul lui Dumnezeu să îmi călăuzească viața
- Familia: căsnicia și copiii
- Finanțele: munca, să mă țin pe linia de plutire
- Sănătatea: somnul și exercițiile fizice, mâncarea sănătoasă
- Prietenii: comunitatea din jurul meu, de la biserică, prietenii și vecinii, să fiu atent la nevoile comunității

• Distracția: poate include lucruri mari sau mărunte și ar trebui să apară în toate celelalte, dar trebuie să aibă și un timp dedicat aparte.

(Pentru mai multe informații, vezi *What really Works: Blending the Seven Fs for the Life you Imagine*, de Paul Batz și Tim Schmidt.)

De când copiii mei erau mici mi-am pus următoarea întrebare: Care sunt lucrurile importante? Și cum este când facem totul bine?

Spre exemplu, când eram foarte ocupați și ne concentrăm pe mutare, sau pe munca noastră, iar copiii nu primeau atâta atenție ca de obicei, mă întrebam frecvent: „Sunt ei fericiți? Se simt în siguranță și stabili?” Dacă răspunsul era *da*, atunci știam că suntem bine. Iar dacă răspunsul era *nu*, atunci trebuia să ne schimbăm prioritățile.



Dacă eu și soțul eram foarte ocupați și nu petrecem la fel de mult timp împreună ca de obicei, mă întrebam dacă suntem încă fericiți unul cu celălalt. Dacă răspunsul era *da*, atunci eram bine. Dacă răspunsul era *nu*, trebuia să facem niște ajustări.

Dacă puteam să-mi liniștesc sufletul, iar Cuvântul lui Dumnezeu încă vorbea inimii mele, atunci știam că legătura mea cu Iisus era bună. Dacă nu eram calmă iar vocea stresorilor era mai puternică decât liniștea promisă de El, atunci știam că trebuie să-mi schimb prioritățile.

Nu încerc să scriu o carte aici. Ideea mea este că „echilibrul” nu este scopul. Scopul este să faci ce trebuie, atunci când trebuie, ceea ce implică o centrare și un sens al prioritizării mai profunde.

Iisus este un foarte bun exemplu în acest sens. Dacă privești în Evanghelii vei vedea că El nu se concentra pe același lucru în fiecare zi. Uneori se concentra pe predică și pe vindecarea multîmilor. Alteori se ducea undeva să fie sin-

gur și să se roage. Alteori o singură persoană era centrul atenției Lui. Nu făcea mai multe lucruri odată, cu liste și bife. Privea nevoia care îi ieșea în cale, se concentra asupra ei și avea încredere în Tatăl Său pentru ceea ce avea nevoie de la o zi la alta.

Ceea ce ni se întâmplă nouă nu este stresul. Ceea ce ni se întâmplă este răspunsul nostru. Iar răspunsul nostru este ceea ce noi alegem. – *Maureen Killoran*

Cea mai puternică armă a noastră împotriva stresului este capacitatea de a alege un gând în loc de altul. – *William James*

Dacă te concentrezi asupra aspectelor negative din fiecare situație, te poți aștepta să ai mult stres. Însă, dacă încerci să vezi binele, nivelul stresului se va diminua considerabil. – *Catherine Pulsifer*

Îmi voi da toate grijile mele lui Dumnezeu. Pe El nu îl pot copleși. – *Joseph Hall*

IERTAREA

RAFAEL HOLDING



„Atunci Petru i-a zis: «Doamne, de câte ori să iert pe fratele meu când va păcătui împotriva mea? Până la șapte ori?» Iisus i-a zis: «Eu nu-ți zic până la șapte ori, ci până la șaptezeci de ori câte șapte»” (Matei 18:21-22). Cu alte cuvinte, ar trebui să nu ne oprim din iertat.

Asta este dragoste! Iar Iisus nu vorbea doar despre iertarea iubitoare și răbdătoare a fraților, soțului/soției sau prietenilor apropiați, dar și a șefului poruncitor sau a colegului arogant, a subordonatului capricios și a vecinului arțăgos – a oricui, de fapt. Este contrar firii umane încât o asemenea răbdare iubitoare nu poate veni decât de la Dumnezeu Însuși.

Oare Dumnezeu nu te-a iertat pe tine „de șapte ori câte șapte”? Nu te face să dorești să extinzi aceeași dragoste și milă și iertare și altora, încât și ei să ajungă să-L cunoască pe El și iertarea Lui?

„Dragostea este îndelung răbdătoare, este plină de bunătate” (1 Corinteni 13:4). „Și robul Domnului nu trebuie să se certe; și să fie blând cu toți, în stare să învețe pe toți, plin de îngăduință răbdătoare, să îndrepte cu blândețe pe potrivnici” (2 Timotei 2:24-25).

Multor oameni le este frică să ierte deoarece consideră că trebuie să-și amintească răul, altfel nu vor învăța din el. Însă opusul este adevărat. Prin iertare, suntem eliberați de încătușarea emoțională pe care răul o are asupra noastră și *putem* învăța din asta. Prin puterea și inteligența inimii noastre, iertarea aduce înțelepciune, care lucrează mai eficient în acea situație.

– *David și Bruce McArthur*, *The Intelligent Heart*, 1997

Când iert n-ar trebui să iau cu mine niciun glonț. Ar trebui să-mi golesc toate explozibilele, toate munițiile de mânie și de răzbunare. Ar trebui „să nu țin necaz” (Leviticul 19:17-18).

Nu pot să împlinesc această cerere. Mă depășește. S-ar putea să spun câteva cuvinte de iertare, dar nu pot să arăt un cer albastru și strălucitor fără urmă de furtună.

Însă Domnul harului o poate face pentru mine. El îmi poate schimba vremea. El poate crea un climat nou. El poate „pune în mine un duh nou și satornic” (Psalmul 51:10) iar în această atmosferă nouă nu poate trăi nimic ce caută să otrăvească și să distrugă. Ranchiuna moare și răzbunarea lasă loc bunăvoinței, prezența puternică care își găsește căminul în inima nouă.

– *John Henry Jowett* (1864-1923)

RĂSPUNSURI LA ÎNTREBĂRILE TALE

DE CE SĂ IERT?

Întrebare: *De ce să-i iert pe cei care m-au rănit? Oare asta nu îi absolvă de vină? De ce să-i las să scape de consecințe?*

Răspuns: Indiferent cât de greu ar fi să ierți, situația ta nu se va îmbunătăți până nu faci acest pas important.

Începe prin a înțelege că iertarea nu este în întregime, sau în primul rând, pentru celălalt. Trebuie să ierți persoana care te-a rănit pentru binele tău, al emoțiilor tale și a bunăstării tale spirituale; este o parte necesară în procesul tău de vindecare. Iată trei motive pentru care este așa:

În primul rând te ajută să eviți efectul otrăvitor al atitudinii neiertătoare care, invariabil, îl are asupra celor care țin de supărare. Dacă refuzi să îi ierți pe cei care ți-au greșit, mintea și sufletul tău vor fi teren fertil pentru negativitate și atitudini distructive cum ar fi ura, amărăciunea, supărarea și dorința de răzbunare. Nu vei fi niciodată fericit în această stare a minții. Iertarea este antidotul, un agent pentru schimbare pozitivă care poate, în timp, să inverseze durerea pe care o simți.

În al doilea rând, chiar dacă acele sentimente par justificate considerând circumstanțele, dacă acționezi mânat de ele, devii și tu vinovat alături de cel care ți-a făcut rău ție. Două rele

nu fac un bine.

În al treilea rând, în ceea ce a ajuns cunoscută ca Rugăciunea „Tatăl Nostru”, Iisus ne-a învățat să căutăm și să dăruim iertarea: „Și ne iartă nouă greșelile noastre, precum și noi iertăm greșiților noștri... Dacă iertați oamenilor greșelile lor și Tatăl vostru cel ceresc vă va ierta greșelile voastre. Dar dacă nu iertați oamenilor greșelile lor, nici Tatăl vostru nu vă va ierta greșelile voastre” (Matei 6:12,14-15).

Iertarea nu schimbă trecutul, dar face ca viitorul să fie mai luminos.



CĂUTÂND PACEA

SIMON BISHOP

Am vizitat un prieten care mi-a cerut sfatul într-o problemă. Un fost coleg și-a deschis propria afacere și îi făcea concurență directă. Îi luase și din clienți. Prietenul meu era îngrijorat pentru afacerea lui, dar, mai mult de atât, mă întreba în legătură cu mânia și sentimentele negative pe care le simțea ori de câte ori trecea pe lângă firma fostului coleg, sau chiar și când doar se gândea la situație.

Mi-a amintit de o situație în care am fost și eu cu câțiva ani în urmă, când o echipă de misionari din altă țară ne-au scris și ne-au întrebat dacă s-ar putea alătura misiunii noastre în Filipine. După mai multă considerare ne-am hotărât să-i invităm, însă lucrul acesta implica să căutăm o casă mai mare în care să locuim. Am găsit o casă suficient de mare însă necesita mai multe reparații. În final am ajuns să schimbăm toată podeaua fiindcă era distrusă de termite, tot tapetul, toate plasele de țânțari și multe altele. Ne-am cheltuit toate economiile cu aceste reparații la casă. Apoi, la

scurt timp după ce ceilalți au ajuns ne-am dat seama că aveam viziuni și idei diferite pentru munca misionară.

Am simțit că, fiindcă ei erau noi în țară, să-i lăsăm pe ei să stea în casa nou renovată care ne-a costat totul. Noi am făcut asta și Dumnezeu a făcut un miracol pentru noi. Deși ne luase câteva luni să găsim acea casă, după doar o săptămână am găsit încă o casă fantastică și pentru noi, în condiții bune și într-o locație bună, cu tot ce aveam nevoie.

La început, când mi-am dat seama că nu putem lucra cu echipa nou venită, am avut și eu gânduri și emoții tulburi, de la tristețe și frustrare, la îngrijorare pentru felul cum am fi putut începe din nou de la zero.

Citind Biblia am dat peste povestea din Geneza 26 despre patriarhul Isaac (fiul lui Avraam). Tot capitoul este interesant, dar fac aici un rezumat:

Tribul lui Isaac nu aveau un ținut al lor; trăiau ca și chiriași sau oaspeți ai diferiților



regi și conducători din Canaan. Apa era rară în acea parte din lume, însă Domnul l-a binecuvântat pe Isaac ca ori de câte ori săpa o fântână să găsească apă din abundență. Însă de multe ori popoarele din jur deveneau geloase și începeau să se lupte cu ei pentru sursa de apă. Ca să evite conflictul Isaac se muta din nou și din nou și de fiecare dată Domnul îi binecuvânta eforturile să găsească apă și îi dădea cele necesare. În final, unul dintre regii care îl evacuasera pe Isaac din teritoriul lui a venit la el ca să facă un pact de pace, căci a văzut că Isaac îl avea pe Dumnezeu de partea lui și era mereu binecuvântat, iar regele dorea să profite de aceste binecuvântări.

Această poveste m-a ajutat să am încredere că fac lucrul potrivit când încercam și eu să caut pacea, chiar dacă implica niște pierderi personale. M-a motivat să nu mă las condus de sentimentele de amărăciune sau de supărare în legătură cu situația, ci să mă concentrez să fac ce pot mai bine să-l servesc și să-l ascult

pe Dumnezeu. Iar binecuvântările au urmat. A fost uimitor!

În aceste vremuri, când toți vor să lupte pentru ceea ce cred că este drept, să nu se lase călcați în picioare, sau caută răzbunare pentru nedreptate, cred că este important să ne amintim ceea ce a spus Iisus: „Ferice de cei împăciuitori, căci ei vor fi chemați fii ai lui Dumnezeu”. Iar mai apoi, în aceeași predică, El spune: „Oricui vrea să se judece cu tine și să-ți ia haina, lasă-i și cămașa” (Matei 5:9,40).

Deși nu cred că este greșit să-ți susții drepturile și să-ți urmezi interesele, în calitate de creștini noi trebuie să ne amintim că Dumnezeu este în control. Chiar dacă părem în pierdere în acel moment când ne susținem credința creștină și principiile, Dumnezeu este mai mult decât capabil să compenseze pentru orice pierdere și nu ne este de niciun folos să ținem în inimă supărare sau ranchiună față de alții. Totul este în mâinile lui Dumnezeu!



LUMINĂ ÎN ÎNTUNERIC

ROSANE CORDOBA

Era sfârșitul lui 1974. Aveam 18 ani și am parcurs drumul Londra-India pe uscat împreună cu niște prieteni, pe ruta „calea hippioților”. Am călătorit prin Istanbul, Teheran, Kabul, Kashmir, Hyderabad și în final am ajuns în Goa, unde ne-am oprit pentru câteva săptămâni, locuind într-o colibă pe plajă. Eram o tânără adultă nesigură, temătoare pentru viitorul meu și disperată să găsesc scopul vieții mele.

Mi-au plăcut dintotdeauna copiii și m-am împrietenit cu o fată care stătea cu părinții ei hippie și cu alți tineri francezi într-o casă la cam 400 m de plajă. Cu consimțământul mamei ei, o luam pe fată în fiecare după-amiază și ne jucam pe plaja liniștită, apoi o aduceam acasă la asfințit. Mă asiguram să ajung întotdeauna cu mica mea prietenă la casa ei înainte de căderea nopții. Nu exista curent electric în acea zonă izolată, iar mie îmi era frică de întuneric.

Cu apropierea iernii zilele au devenit mai scurte. Într-o zi am pierdut noțiunea timpului și când am pornit înapoi pe cărare soarele deja apusese. Nu puteam vedea decât lumina unei lumânări în depărtare care m-a condus spre casa ei. Când am intrat pe ușa din spate, în casă

era liniște, dar puteam să o văd pe mama fetei și pe ceilalți prieteni ai lor stând în cerc în jurul lumânării, privind la lumina ei și meditănd. Era un sentiment de pace în întreaga casă și chiar și prietena mea plină de viață a intrat pe vârful picioarelor din respect pentru acest moment.

Am zăbovit și eu câteva minute, savurând atmosfera, apoi m-am întors la casa mea. În ciuda întunericului negru dinaintea mea, de data asta nu mi-a mai fost frică. Imaginea flăcării jucăuse îmi era încă în minte și am știut că totul va fi bine.

După câteva săptămâni am întâlnit un grup de tineri creștini care m-au ajutat să-mi găsesc calea spre neprihănirea și bucuria pe care numai Iisus le poate dăruia. Am fost eliberată de confuzie și de frică. Acum am un scop în viața mea. Parcă se luminase o lumânare și în sufletul meu încât eu să nu mai fiu niciodată singură în întuneric.

Biblia are multe de spus despre lumină. Iată aici câteva dintre nenumăratele versete pe acest subiect:

- „Iisus le-a zis: «Eu sunt Lumina lumii; cine Mă urmează pe Mine nu va umbla în în-

Îți este frică? Te simți singur sau fără speranță? Iisus te iubește și dorește să fie tovarășul tău constant. El spune: „Iată Eu stau la ușă (a inimii tale) și bat. Dacă aude cineva glasul Meu și deschide ușa, voi intra la el, voi cina cu el și el cu Mine” (Apocalipsa 3:20). Iisus a promis să vină în viața ta și să te umple cu bucuria, cu pacea și cu iubirea Sa.

Dacă nu L-ai primit încă pe Iisus ca Mântuitor, o poți face acum rugându-te această rugăciune:

Iisus, cred că Tu ești Fiul lui Dumnezeu și că ai murit pentru mine și ai înviat din morți. Te rog să mă ierți de toate păcatele mele. Te invit în inima și în viața mea. Umples-mă cu iubirea Ta și cu Duhul Sfânt și acordă-mi darul Tău al vieții veșnice. Amin.



tunerice, ci va avea lumina vieții» (Ioan 8:12).

- „Când îți întorci privirile spre [Domnul], te luminezi de bucurie, și nu ți se umple fața de rușine. Când strigă un nenorocit, Domnul aude și-l scapă din toate necazurile lui” (Psalmul 34:5-6).

- „Domnul este lumina și mântuirea mea: de cine să mă tem? Domnul este sprijinitorul vieții mele: de cine să-mi fie frică?” (Psalmul 27:1).

- „Da, Tu ești lumina mea, Doamne! Domnul luminează întunericul meu” (2 Samuel 22:29).

- „Căci mi-ai izbăvit sufletul de la moarte, mi-ai ferit picioarele de cădere, ca să umblu înaintea lui Dumnezeu, în lumina celor vii” (Psalmul 56:13).

- „Cuvântul Tău este o candelă pentru picioarele mele și o lumină pe cărarea mea” (Psalmul 119:105).

Te simți pierdut și fără speranță? Îți este frică de întunericul din jurul tău și de toate problemele pe care ți le aduce viața în cale? Caută lumina care te va călăuzi spre unde trebuie să mergi. Iisus este lumina, iar în El nu este întuneric!

DE LA ISUS CU DRAGOSTE

ADU-ȚI TOATE POVERILE LA MINE

Veniți la Mine, toți cei trudiți și împovărați, și Eu vă voi da odihnă (Matei 11:28-29). Poverile tale pot fi prea grele pentru tine să le porți, dar nu sunt prea grele pentru Mine. Umerii Mei sunt suficient de largi să care orice greutate pe care o aduci la Mine.

Cuvântul Meu te învață să-ți aduci toate îngrijorările la Mine, știind că Eu am grijă de tine (1 Petru 5:7). Dar poate te întrebi: „Practic vorbind, *cum* îmi aduc îngrijorările la Tine, Doamne?” Începe prin a-ți lua câteva minute să reflectezi asupra situației. Care sunt poverile pe care le cari? Ce te neliniștește și te stresează?

Apoi fă-ți timp să aduci aceste poveri una câte una înaintea Mea, cerându-Mi să Mă ocup de tot ce te preocupă. Amintește-ți de promisiunea Mea că te voi susține și că nu voi lăsa ca nimic să te clatine (Psalmul 55:22). Odată ce ți-ai făcut cunoscute cererile către Mine în rugăciune și cu mulțumiri, să ai încredere că pacea Mea îți va păzi inima și mintea (Filipeni 4:6-7).

Indiferent care este sursa îngrijorărilor tale, dacă le aduci la Mine, Eu îți voi ușura povara. Deci, vino la Mine cu toate poverile tale și să ai încredere că în momentele de stres sau de necaz Eu sunt mereu cu tine. Bucuria Mea îți va da tărie, iar pacea Mea va trece de puterea ta de înțelegere și te va susține (Neemia 8:10).

