

# SUFLET DE FEMEIE 48

sufletdefemeie.ro

**Eu sunt**  
*cine spune Dumnezeu că sunt!*

Creați pentru  
*a crea*

*Binecuvântare*  
pentru generații



**Credința** și gândurile!

# Colectivul de redacție **SUFLET DE FEMEIE** vă mulțumește!

*"Căci Eu știu gândurile pe care le am cu privire la voi", zice Domnul, gânduri de pace, și nu de nenorocire, ca să vă dau un viitor și o nădejde. Voi Mă veți chema, și veți pleca; Mă veți ruga, și vă voi asculta. Mă veți căuta, și Mă veți găsi dacă Mă veți căuta cu toată inima.*

*Mă voi lăsa să fiu găsit de voi', zice Domnul, și voi aduce înapoi pe prinșii voștri de război; vă voi strânge din toate neamurile și din toate locurile în care v-am izgonit, zice Domnul, și vă voi aduce înapoi în locul de unde v-am dus în robie.'*

*Ieremia 29:11-14 VDC*

**M**ii și mii de rugăciuni se îndreaptă spre poporul ucrainian, care este atât de greu încercat în aceste vremuri de război. Noi, colectivul de redacție "Suflet de Femeie", nu putem sta pasive și ne alăturăm eforturilor de ajutorare a zecilor de mii de refugiați care ajung în țara noastră, în încercarea de a-și salva viețile. De aceea te invităm și pe tine dragă cititoare să ne sprijini în această inițiativă, nevoile sunt multe și orice ajutor financiar contează.

Toate fondurile strânse în urma vânzării revistei "Suflet de Femeie", vor ajunge la cei care au nevoie cel mai mult de ajutor în aceste zile.

De aceea, dacă dorești să donezi și tu ceva acestor oameni care se află în dificultate, mai jos îți punem la dispoziție următoarele conturi:

Fundația Mater:

- În lei pentru Revista "Suflet de Femeie"

**Banca Românească - RO11BRMA0999100082072472**

- în EURO sau alte valute

**Banca Românească - RO11BRMA0999100088078712**

Dumnezeu să vă binecuvânteze!



## CUPRINS

- 6 **EU SUNT CINE ZICE DUMNEZEU CĂ SUNT**  
MELANUȘA SECRĂIAN
- 8 **CREDINȚA IGNORANTĂ**  
LAVINIA JINAR
- 10 **GÂNDURI PENTRU MAME**  
IOANA FLOREA
- 12 **CREDINȚA ȘI GÂNDURILE**  
VALERICA ȘTRUBERT
- 14 **CERUL ZĂMBEȘTE PRIN TINE**  
TATIANA TAMISH
- 15 **JURNAL DE MAMĂ**  
RAISA ONUFREI
- 16 **OPORTUNITĂȚI**  
BELLA ȘTIR
- 18 **BUCURĂ-TE, TRĂEȘTE DIN PLIN**  
MIHAELA CIOREI
- 20 **BACK TO BASICS**  
OTILIA VIERIU
- 22 **ȘI ATUNCI AM ÎNVĂȚAT**  
EMANUELA GHEORGHIȘ
- 23 **CE ÎNSEAMNĂ ÎMPLINIREA?**  
SORINA LILIANA MOLDOVAN
- 24 **ÎNTĂLNIREA CU DOMNUL ISUS**  
LIDIA BOLTEANU
- 26 **MANĂ SUB CERUL TOAMNEI**  
ALEXANDRA-LIGIA NEGRU
- 27 **AȘTEPTÂND BUCURIE SAU CU BUCURIE**  
RĂNATA RUS
- 28 **NU FII CA EMINESCU**  
LIGIA IONESE
- 30 **MĂ MAI PLEC**  
LUIZA CĂLIAN
- 31 **ÎNVĂLUITĂ ÎN DRAGOSTEA LUI**  
MIHAELA ANDREICA
- 32 **CREAȚI PENTRU A CREA**  
ANA-MARIA PUSTAN
- 34 **CU OCHII INIMII LARG DESCHIȘI**  
NAOMI BOTA
- 36 **SINGURĂ, DAR SPRIJINITĂ DE DUMNEZEU**  
LIDIA ALDEA
- 38 **PĂZEȘTE-ȚI INIMA**  
ADRIANA RUS
- 40 **MULȚUMITOR ȘI PENTRU CICATRICI**  
FLAVIA PRECUP
- 41 **DOAMNE**  
SUSANA PRECUP
- 42 **BINECUVÂNTARE PENTRU GENERAȚII**  
ADRIANA IUREA
- 44 **ATĂT DE DEPARTE**  
DANIELA DECEAN
- 46 **JEHOVA IRE**  
SIMONA DECEAN
- 47 **ROADE CULESE**  
LIDIA DUCIUC
- 48 **PREȚUIEȘTE ZIUA DE AZI**  
PAULA DECEAN
- 50 **NU TE TEME**  
LAVINIA ROBERTS
- 52 **MĂRTURIE**  
OANA CIOCAN
- 53 **SLUJIRE PRIN GESTURI MĂRUNTE**  
PUȘA RAȚIU
- 54 **NU TE TEME**  
ESZTER TUNDE BOANTĂ
- 55 **ALIMENTAȚIA TOMNATICĂ**  
VARVARA ANITA
- 56 **PIEPT DE CURCAN CU SOS DE MERE**  
VARVARA ANITA
- 57 **CHEC CU BUDINCĂ, CIOCOLATĂ ȘI PORTOCAL**  
LIDIA BLEAHU
- 58 **ÎN CĂUTAREA LUI ȘILO**  
GUSTI RAȚIU

### Colectivul de redacție:

**Rodica Baci**

Biserica "Emanuel", Târgu-Mureș

**Mia Pop**

Biserica "Noul Legământ", Târgu Mureș

**Lidia Aldea**

Biserica "Bethel", Târgu Mureș

**Natalia Zsoldos**

Biserica "Emanuel", Târgu Mureș

**Diana Dora Baci**

Biserica "Emanuel", Târgu Mureș

**Ruxandra Petrina**

Biserica "Harvest", Târgu-Mureș

**Lidia Bleahu**

Biserica "Harul", Târgu Mureș

**Luciana Sand**

Biserica "Filadelfia", Târgu-Mureș

### Design

**Luciana Sand**

### Corectură și redactare

**Lidia Aldea**

**Lidia Bleahu**

**Diana Dora Baci**



# Iubirea - AND-ul divin

Sunt multe stări sufletești prin care trecem fiecare și acestea colorează cu repeziciune viața. Fețele noastre reflectă ceea ce purtăm în minte și în inimă, iar sănătatea trupului nostru este și ea afectată de gândurile și sentimentele pe care le nutrim. Aș vrea să înțelegem unde este de fapt, sau unde ar trebui să fie generatorul nostru de sentimente pozitive și să rămânem conectați la această sursă, bucurându-ne la maxim de o viață trăită frumos.

Mai întâi să ne referim la sentimentele negative îndreptate împotriva oamenilor, sentimente care, așa cum spune Sfânta Carte, NU SUNT LEGITIME, deoarece "noi n-avem de luptat împotriva cărnii și sângelui, ci împotriva căpeteniilor, împotriva domniilor, împotriva stăpânilor întinericului acestui veac, împotriva duhurilor răutății care sunt în locurile cerești". (EFESENI 6:12)

Dumnezeu nu ne inspiră sentimente împotriva semenilor noștri, nu avem nicio scuză pentru a nutri sentimente negative, nu ni se acordă niciun fel de circumstanțe atenuante sau derogări! Trebuie să conștientizăm că singura sursă a sentimentelor negative este diavolul. El este hoțul care fură bucuria, pentru că mai înainte ne fură iubirea. Nu iubim și atunci nu ne bucurăm de progresul altora, dimpotrivă suntem chinuți de alte stări cum este invidia, gelozia, respingerea și ura.

Dacă situația este în avantajul celui alt și dacă îl iubim, nu suferim, dimpotrivă ne umplem și noi de bucurie. Cu bucurie dăm locul din față, dăm bucata cea mai bună, prăjitura și "cireașa de pe tort" celui pe care îl iubim. Să ne amintim cu câtă bucurie oferim cadouri copiilor sau nepoților noștri, cu câtă bucurie facem activități împreună cu dragii noștri părinți, ajunși în vârstă și cu câtă bucurie împart timpul prețios doi îndrăgostiți.

Testul pierderii iubirii este dat de pierderea bucuriei. Dacă nu te bucuri, atunci ai încetat să iubești! Este foarte logic cum sunt prezentate roadele Duhului Sfânt în cartea Galateni de către Sfântul Apostol Pavel: "dragostea, bucuria, pacea,

îndelunga răbdare, bunătatea, facerea de bine, credincioșia, blândețea, înfrânarea poftelor. Împotriva acestor lucruri nu este lege." (Efeseni 5:22). Primul rod al Duhului Sfânt dragostea și apoi bucuria, urmate de toate celelalte, deci ordinea contează și ne revelează secretul că nu putem avea nimic din toată această bogăție sufletească, dacă nu avem mai întâi iubire.

Dumnezeu este dragoste, aceasta este principala sa caracteristică și principalul său Nume, pe care îl regăsim de la un capăt la celălalt al sfintei Sale Cărți – Biblia. Din acest nume derivă alte multe Nume pe care le-au dat oamenii lui Dumnezeu sau pe care și le-a prezentat El Însuși, dar toate aceste nume ne duc cu gândul la dragoste, esența lui Dumnezeu. În Biblia ortodoxă citim atât de explicit pasajul în care Dumnezeu se prezintă lui Moise, spunându-și Numele și însemnătatea Numelui Său: „lahve, lahve, Dumnezeu iubitor de oameni, milostiv, îndelung-răbdător, plin de îndurare și de dreptate.” (EXOD 34:6-7)

Acest Nume este adesea însoțit de atribute, care dezvăluie experiențele oamenilor cu Dumnezeu, și voi prezenta câteva dintre ele în continuare. Avraam îl numește pe Dumnezeu "Yahweh Ireh – Dumnezeu care poartă de grijă", când îi salvează unicul fiu, pe Isaac, de la moarte, iar Agar îl numește „El-Roi”, „Dumnezeul care mă vede”. Mult mai târziu, la Mara, după ce lovește Egiptul cu plăgi, Dumnezeu vorbește cu Moise și îi spune că este "Yahweh Rafa" – Domnul care te vindecă" pentru a alunga frica de moarte a poporului Său. Yahweh Nissi – Domnul este steagul meu, un alt Nume dat de Moise în urmă biruinței de la Refidim, unde evreii au câștigat biuința asupra amaleciților, ajutați fiind de Dumnezeu. Moise a construit un altar și i-a pus numele: „Iehova Nissi”, adică: „Iehova este Steagul meu”. La darea Legii Dumnezeu se numește pe sine „Iehova Mekodishem”, adică „Iehova care vă sfințește”, adică acela care ne pune deoparte pentru Sine. Ghedeon îi da lui Dumnezeu numele "Yahweh Shalom" – Domnul păcii, iar Samuel îl numește prin mesaj profetic "Yahweh Sabaoth" – Domnul oștirilor" acela care este responsabil de protecția și siguranța noastră. În Psalmul 23 facem cunoștință cu "Yahweh Raah" – Domnul Pastorul meu, Iehova-Șama (Iehova este prezent – Ezechiel 48:23).

Alte nume descriptive găsite atâta în Noul cât și în Vechiul Testament: Dumnezeul, care mă ocrotește" (Psalm 43:2); „Dumnezeul izbăvirilor" (Psalm 68:20); "Dumnezeul oricărei mângâieri" „Dumnezeul oricărui har" (1 Petru 5:10); „Dumnezeul nădejzii" (Români 15:13); „Dumnezeul dragostei și al păcii" (2 Corinteni 13:11) „Dumnezeul mântuirii mele" (Habacuc 3:18); „Dumnezeul dreptății" (Maleahi 2:17); „Dumnezeul răbdării și al mângâierii" (Români 15:5); toate aceste nume derivă din esența lui Dumnezeu: iubirea. Știind că ADN-ul lui Dumnezeu este Dragostea și că încă de la creație Dumnezeu după ce a creat lumina, pământul, plantele și viețuitoarele, El a dorit să aibă un reprezentant aici pe pământ care să se asemene cu El și care să aibă toată autoritatea asupra creației. Și Dumnezeu a zis: „Să facem om după chipul Nostru, după asemănarea Noastră.” De asemenea această dorință a lui Dumnezeu ca noi oamenii să răspândim iubirea în jur, o repetăm și în Rugăciunea Domnească, când rostim, „facă-se voia Ta, vie împărăția Ta" și chiar iertarea, care presupune un înalt nivel al iubirii, este condiția de baza ca rugăciunile noastre să fie ascultate.

Nivelul suprem al iubirii este întruchipat în Jertfa Domnului Isus Hristos, când Fiul Dumnezeului care este Dragoste s-a dat pe Sine ca jertfă

pentru omul păcătos și răzvrătit. Dumnezeu a renunțat la ceea ce avea mai scump, la Fiul Său preaiubit, fără de păcat, pentru a salva omul creat după chipul și asemănarea Lui Dumnezeu, dar decăzut și mutilat de forța întinericului. Astfel s-a făcut posibilă asemănarea omului cu Dumnezeu prin iertarea de păcate și îmbrăcarea noastră cu neprihănirea lui Hristos. Urmând exemplul Domnului Isus Hristos și primind controlul Duhului Sfânt-a treia Persoană din Sfânta Treime- în viețile noastre se produce „metanoia" - înnoirea minții- sau pocăința, de fapt are loc transformarea genetică spirituală a omului, transferul de ADN divin, așa cum spunea Sfântul Apostol Pavel „am fost răstignit împreună cu Hristos și trăiesc...”, dar nu mai trăiesc eu, ci Hristos trăiește în mine. Și viața pe care o trăiesc acum în trup o trăiesc în credința în Fiul lui Dumnezeu, care m-a iubit și S-a dat pe Sine Însuși pentru mine". (Galateni 2:20) Restaurarea totală a omului este rezultatul Dragostei lui Dumnezeu și are ca scop ca omul să iubească ca și Dumnezeu, astfel atingând standardul de a fi „după chipul și asemănarea lui Dumnezeu".

Noi suntem Templul Duhului Sfânt, deci Dumnezeu Duhul Sfânt trebuie să locuiască în noi, aceasta înseamnă că manifestarea pleneră a caracterului Său trebuie să se vadă în viețile noastre trăite frumos, cu iubire. Duhul Sfânt este mângâietorul trimis de Dumnezeu pe pământ. Oare cumum trebuie să se manifeste El prin noi? Iubirea nu e doar un sentiment, trebuie să identificăm modalități practice de manifestare a iubirii, prin cuvintele noastre, prin îmbrățișări, prin fapte, prin decizii, alegând binele celui alt, chiar dacă aceasta presupune suferința proprie. Iubirea hrănește sufletele celor de lângă noi cu siguranță și importanță, îi ajută să se simtă valoroși, îi energizează și-i dezvoltă. Cum ar putea crește un copil fără iubire? Lipsa iubirii presupune un chin la care omul nu poate rezista, fiecare avem nevoie de iubire ca și de pâine și de apă, iubirea este oxigenul după care tânjește sufletul nostru.

Sfânta Carte ne învață care este cel mai important obiectiv, pe care trebuie să-l avem mereu în focus: să iubim sincer și necondiționat.

„Cea dintâi poruncă este aceasta: 'Ascultă, Israele! Domnul Dumnezeuul nostru este un singur Domn și "să iubești pe Domnul Dumnezeuul tău cu toată inima ta, cu tot sufletul tău, cu tot cugetul tău și cu toată puterea ta." Iată porunca dintâi, iar a doua este următoarea: 'Să iubești pe aproapele tău ca pe tine însuși.'

Nu este altă poruncă mai mare decât aceasta."

"Ținta poruncii este dragostea, care vine dintr-o inimă curată, dintr-un cuget bun și dintr-o credință neprefăcută"

(1 Timotei:5)

Pentru a descoperi noi și noi moduri de manifestare a dragostei, roagă-te să afli ce mod de a arată iubirea este cel mai eficient pentru oamenii de lângă tine și să primești puterea pentru a iubi pe oricine. Oare chiar avem curajul să iertăm și să iubim pe oricine? Treapta cea mai înaltă a dragostei este iubirea vrăjmașilor. Să nu-l iubim pe cei ce ne fac bine, să răsplătim binele cu rău, este demonic, denotă mizerie morală; să-i iubim pe cei ce ne iubesc este natural, omenesc, iar să-i iubim pe cei ce ne fac rău, este dumnezeiesc, este un nivel pe care omul singur nu-l poate atinge, decât dacă Dumnezeu trăiește în inima lui.

Când încetăm să iubim, încetăm să trăim, pentru că Dumnezeu care este viu, Dumnezeu care este Dragoste, nu se mai află în inima noastră. Iubirea presupune suferință, durere, sacrificiu. Să ne gândim la suferința Domnului Isus pe cruce, la durerile nașterii despre care vorbește Sfântul Apostol Pavel, în așteptarea creșterii spirituale a ucenicilor săi. Omul mort nu are dureri, nu transpiră, nu oboșește, însă Omul viu are dureri, dar TRĂIEȘTE. Îți doresc să trăiești din plin, să trăiești cu scopul pentru care Dumnezeu te-a lăsat pe pământ și să te bucuri de viață. Trairea noastră după exemplul lui Hristos, este împlinirea voinii lui Dumnezeu, aceea ca omul să îmbrace chipul divinității, dar a iubi în felul lui Dumnezeu presupune jertfă și suferință

Fiindcă atât de mult a iubit Dumnezeu lumea, că a dat pe singurul Lui Fiu, pentru ca oricine crede în El să nu piară, ci să aibă viața veșnică. (Ioan 3:16)



Rodica Baciu



**S**e spune adesea că viața este compusă dintr-o serie de urcușuri și coborâșuri, din lucruri constante, previzibile și foarte mult imprevizibil. Momentele de bucurie sunt amestecate cu perioade de provocări și îndoieli. Viața nu e doar o urcare constantă spre vârf, ci mai degrabă este constituită din munți și văi, și nimeni nu este privat de acest traseu. Toți trecem prin urcușurile și coborâșurile ei.

Uneori simțim că am prins aripi și putem zbura, alteori avem impresia că mai jos de atât nu avem unde să cădem, că toată greutatea pământului apasă pe umerii noștri.

Dar cum putem avea o atitudine bună indiferent de perioada pe care o traversăm?

În primul rând (dacă nu s-a întâmplat încă), trebuie să avem acea întâlnire personală cu Dumnezeu. Mai mult, trebuie să dezvoltăm o relație cu El, să îl cunoaștem, să mergem împreună pe drumul vieții cu Creatorul și Salvatorul nostru. În al doilea rând, trebuie să fim conștiente de cine suntem noi în Dumnezeu, să ne cunoaștem identitatea în Cristos. Atitudinile și răspunsurile la situațiile de viață vor fi determinate de această cunoaștere a Lui și a noastră în El. Nu poți să înțelegi cine ești tu decât dacă înțelegi mai întâi cine este Dumnezeu.

Trăim vremuri tulburi. Dacă până acum doi ani ne puteam face planuri, în prezent nimic nu mai e așa de sigur. Lucrurile se pot schimba radical de la o zi la alta. Pandemia, războiul, instabilitatea financiară parcă ne fac să mergem mai mult prin vale decât să urcăm pe munte, și am spune că suntem îndreptățite să trăim cu frică, teamă, îngrijorare, pentru că nu știm ce ne aduce ziua de mâine. Recent am fost într-o excursie de câteva zile cu surorile din biserica noastră. De cum am intrat în sala în care seara aveam programul de închinare și rugăciune, într-un colț am văzut o planșă pe care scria „Eu sunt cine spune Dumnezeu că sunt”. Dar cine sunt eu?

#### **Sunt fiica lui Dumnezeu –**

„Dar tuturor celor ce L-au primit, adică celor ce cred în Numele Lui, le-a dat dreptul să se facă copii ai lui Dumnezeu.” (Ioan 1:12) Indiferent de relațiile pe care le avem sau le-am avut cu părinții noștri, trebuie să fim conștiente că avem un Tată care ne iubește atât de mult, încât și-a trimis singurul Fiu să moară pentru păcatele noastre.

# Eu sunt cine spune Dumnezeu că sunt!

Avem un Tată ce ne iubește cu o iubire veșnică, necondiționat, și care ne primește în brațele Sale așa cum suntem, și atunci când suntem pe munte, dar și atunci când suntem în vale. Ce dragoste de Tată!

**Sunt prietenă cu Cristos** – „Nu vă mai numesc robi, pentru că robul nu știe ce face stăpânul său, ci v-am numit prieteni, pentru că v-am făcut cunoscut tot ce am auzit de la Tatăl Meu.” (Ioan 15:15) E frumos și plăcut să știi că ai o prietenă la care să îți descarci inima, însă de multe ori aceste prietenii nu împlinesc căutarea noastră. De-a lungul timpului am avut mai multe prietene, dintre colegele de școală sau serviciu, de la biserică sau vecine, dar poate că unele din ele ne-au înșelat așteptările. Ceea ce credeam că este doar o discuție între două prietene, cele mai bune prietene, poate ajunge să fie subiect de discuție cu întreaga clasă, biserică etc. Și totuși, Biblia ne spune că avem un prieten adevărat, care ne ascultă, ne mângâie, ne sfătuiește cu și în dragoste, și acesta este Dumnezeu. Ce prieten adevărat!

**Sunt o făptură nouă** – „Căci, dacă este ceva în Hristos, este o făptură nouă. Cele vechi s-au dus, iată că toate lucrurile s-au făcut noi.” (2 Cor. 5:17) Aceste urcușuri și coborâșuri poate că ne-au făcut uneori să o apucăm pe cărări greșite, să facem lucruri de care nu ne mândrim. Poate L-am întristat pe Domnul cu vorbele gândurile, sau prin neascultarea noastră, și avem impresia că nu mai avem nici o speranță. Chiar și atunci când totul pare pierdut, Dumnezeu ne amintește că suntem creația mâinilor Sale, iar prin jertfa de la cruce suntem o făptură nouă. Ce har deosebit!

**Sunt sarea pământului** - „Voi sunteți sarea pământului. Dar, dacă sarea își pierde gustul, prin ce își va căpăta iarăși puterea de a săra? Atunci nu mai este bună la nimic, decât să fie lepădată afară și călcată în picioare de oameni.” (Matei 5:13) Dumnezeu a pus în noi calități și ne-a dat talanți prin care îi putem binecuvânta pe cei din jurul nostru. Așa cum o mâncare fără sare nu poate fi mâncată, nici umblarea noastră pe acest pământ nu va fi plăcută dacă nu ne folosim de ceea ce a pus Dumnezeu în noi. Suntem create după chipul și asemănarea Lui, așa că haideți să îl cunoaștem mai bine și să trăim ca niște fiice ale Dumnezeului veșnic, să răspândim bucurie, pace, încredere, curaj, indiferent de situațiile în care ne aflăm. Ce responsabilitate!

**Sunt lumina lumii** – „Voi sunteți lumina lumii. O cetate așezată pe un munte nu poate să rămână ascunsă.” (Matei 5:14) Cel mai ușor e ca atunci când suntem în vale, să mai tragem și o pătură pe noi să nu ne vadă nimeni. Dar chiar și acolo, în vale, trebuie să luminăm mai tare, pentru că știm că Dumnezeu, care este credincios, nu va îngădui să fim încercate peste puterile noastre, ci „împreună cu încercarea, a pregătit și mijlocul să ieșim din ea, ca s-o putem răbda” (1 Corinteni 10:13 NTR). Atunci când toate lucrurile merg pe dos, când copiii nu ne ascultă, când parcă nu ne mai înțelegem cu soțul sau colegii de serviciu și ni se pare că toți au așteptări de la noi dar nimeni nu se gândește la așteptările noastre, Dumnezeu ne cere să facem toate lucrurile fără cârtiri și fără șovăieli, să strălucim ca niște lumini în lume. Ce binecuvântare!

**Sunt străină și călătoare în această lume**, în care trăiesc temporar – „Preaiubiților, vă sfătuiesc, ca pe niște străini și călători, să vă feriți de poftele firii pământești care se războiesc cu sufletul.” (1 Pet. 2:11)

Și pentru că știm că într-o zi umblarea noastră pe acest pământ se va termina, haideți să ne „întărim în Domnul și în puterea tăriei Lui, să ne îmbrăcăm cu toată armătura lui Dumnezeu ca să putem ține piept împotriva uneltirilor diavolului” (Efeseni 6:10). Haideți să uităm toate supărările, toate neajunsurile, să-i dăm Domnului toată frica, teama, nesiguranța, resentimentele noastre și să ne bucurăm de binecuvântările primite de la El. Ce răsplată ne așteaptă!

Și lista continuă cu cine sunt eu în Cristos:

- **Sunt o roabă a neprihăririi** (Romani 6:18).
- **Sunt moștenitoare împreună cu Cristos** (Romani 8:17).
- **Sunt un templu al Duhului Sfânt** (1 Corinteni 3:16).
- **Sunt împăcată cu Dumnezeu și sunt o slujitoare a împăcării** (2 Corinteni 5:18, 19).
- **Sunt o sfântă** (Efeseni 1:1,4; Coloseni 1:2).
- **Sunt o cetățeană a casei lui Dumnezeu, împreună cu ceilalți sfinți** (Efeseni 2:19).
- **Sunt roabă a lui Cristos** (Efeseni 3:1, 4:1).
- **Sunt neprihănită, dreaptă, sfântă** (Efeseni 4:24).
- **Sunt membră a seminției alese, a preoției împărătești, a poporului ales, câștigat de Dumnezeu ca să fie al Lui** (1 Petru 2:11).
- **Sunt aleasă de Dumnezeu, sfințită și nepus de iubită** (Coloseni 3:12).

**Sunt cine spune Dumnezeu că sunt!**



Dacă alegem să credem că adevărata noastră identitate este dată de Dumnezeu, viața noastră va avea mai mult sens. Dacă alegem să stăm aproape de Cuvântul Lui, vom cunoaște mai mult din El. „Dar aceia din popor care vor cunoaște pe Dumnezeul lor vor rămâne tari și vor face mari isprăvi” (Daniel 11:32). Dumnezeu nu se schimbă!

El este același ieri, azi, și în veac! Chiar dacă totul în jurul nostru este într-o continuă mișcare, chiar dacă nu avem siguranța zilei de mâine, un lucru e sigur: eu sunt cine spune Dumnezeu că sunt, iar asta ar trebui să se reflecte în atitudinea mea, în vorbele, în acțiunile mele.

„Nicidecum n-am să te las, cu niciun chip nu te voi părăsi.” (Evrei 13:5). El este cu noi în toate zilele vieții noastre.

**Melanașă Secrian  
Biserica „Speranța”, Timișoara**



# Credința...

## ignorantă

**D**e câte ori ați auzit : „Lasă că te păzește Domnul”, „Lasă că Domnul nu îngăduie să se întâmple nimic”. Plus multe alte fraze de genul acesta. De multe ori, nu-i așa? Și eu le-am rostit de zeci de ori. La un joc cu copii, i-am pus să spună fiecare, ce fel de oameni nu le plac. Majoritatea au spus că nu le plac oameni falși, oamenii mincinoși și cei care chinuie animalele. Mie nu-mi plac oamenii ignoranți. De fapt, nu îmi plac nici cei care mint, dar aceștia sunt câteva categorii mai jos, în lista oamenilor de care mă feresc. Ei măcar depun efort să mintă, să comploteze, și e extraordinar de obositor să îți minte ce ai mințit, unde, pe cine.

Știu când ascundeam notele de la școală, cât era de obositor să minți. Dar ignoranța e nepăsare. E o lene care ne cuprinde și avem impresia că înlocuiește credința. Mulți ani mi-a luat să mă învețe Domnul, că ignoranța nu are ce căuta în viața mea ca și copil al Lui Dumnezeu. De multe ori, mi s-a tot spus, lasă că Dumnezeu nu îngăduie să treci prin altă operație, Dumnezeu nu îngăduie să stai paralizată la pat. Dumnezeu nu face, nu îngăduie, nu mai pune la suflet...etc, completați și voi că sunt multe.

A avea credință, nu înseamnă să crezi că Dumnezeu nu va îngădui probleme și încercări în viața ta, ci să crezi că și prin încercare Dumnezeu îți poartă de grijă și aduce biruință.

Când eram în spital la operații, vizitatorii care veneau să mă încurajeze și să vadă cum sunt (apreciam și mă bucuram), dar majoritatea spuneau astfel de vorbe. Și totuși, eu eram tot mai grav cu sănătatea, apăreau complicații tot mai multe și mai grave, iar ceea ce spuneau ei: că Dumnezeu nu îngăduie, nu făcea click cu credința mea. Așa rar se întâmpla ca cineva să spună vreau să mă rog pentru tine acum.

Mă tot gândeam și mă rugam să mă învețe Domnul cum să răspund în astfel de situații și cum eu la rândul meu pot încuraja. Acuma câțiva ani, o soră care prezenta o întâlnire de femeie, a vrut să-mi mulțumească pentru decorațiunea făcută la întâlnire și surorile i-au spus că sunt bolnavă. În discuția cu ea, m-a întrebat ce am și cum sunt, i-am povestit așa în mare. În secunda următoare mi-a luat mâinile în mâinile ei și s-a rugat pentru mine. În mulțimea de femeie ce ne înconjurau, la cât de ocupată era cu conferința, ea si-a luat timp să se roage pentru mine, să mă îmbrățișeze și să mă încurajeze. E unul din momentele pe care nu le uit, pentru că din păcate sunt extraordinar de rare.

Atunci a fost prima dată când mi-a deschis Dumnezeu ochii, aspura credinței noastre ingorante și leneșe, și cât de frumos răspunde o femeie care îl slujește pe Hristos. Când spuneam, lasă că Domnul nu îngăduie, sau lasă că îți poartă de grijă, o spuneam dintr-o credință leneșă.

O nepăsare și o dorință de a scăpa de discuție. Cel puțin asta era la mine, voi știți fiecare cum e la voi. Dacă o spuneam cu credință, pe fața mea s-ar fi citit dragostea și pacea Lui Dumnezeu. Aș spune că îmi pare rău de suferința ta, dar nu uita că Dumnezeu prin suferința ta, poate face mari lucrări. Acum încerc să am grijă să nu mai cad într-o credință leneșă și să fiu ignorantă.

Aș spune că Dumnezeu poartă de grijă și dacă legi copilul în centură sau nu, DAR tot El ne dă și înțelepciune să-ți legi copilul în centură sau în scaun. Dar uneori ignoranța spune lasă că poartă Domnul de grijă și nu pățește nimic dacă nu îl legi în scaun. Îmi doresc ca atunci când vorbesc, să spun: „Dumnezeu lucrează în mod minunat când stai la dispoziția Lui”.

„Dumnezeu va da vindecare dacă consideră că e nevoie, dar poți să-L slujești și în boală.” „Dumnezeu îți poartă de grijă și o să ai ce mânca, poftim ceva de mâncare.”

„Dumnezeu îți va aduce aminte la examen ceea ce ai învățat, dar și trebuie să-ți faci partea ta și să înveți.” Sunt atâtea moduri în care putem sterge ignoranța din viața noastră, dar cred că cea mai eficientă e Rugăciunea. Când spui lasă că mă rog și eu, dar nu o faci, ci o spui așa într-o doară, nu ai făcut nimic bun. Dar când o spui și apoi te pui pe genunchi în rugăciune, data viitoare, o să fii mai atentă la cuvintele tale și o să spui că te rogi, dacă chiar o să și te rogi.

Plus că atunci când porți pe cineva în rugăciune, ai dorința de a afla mai departe cum a lucrat Dumnezeu și cum e persoana pentru care te rogi. Da, ignoranța nu e credință, ci o inimă credincioasă reacționează cu dragoste, empatie, rugăciune și toată roada Duhului Sfânt. Să ai credință că Dumnezeu îți poartă de grijă, că Dumnezeu este bun și îndurător, că Dumnezeu iartă și iubește. Dar să ai credință și că El este drept, că judecă, că ne mustră, că ne șlefuieste, și că indiferent de încercare Dumnezeu e cel care te poartă pe brațele Lui. Copiii la joc știau așa ușor ce fel de oameni nu le plac. Dar când i-am întrebat ce fel de oameni vor să devină, a fost pauză. Mulți se refereau la meseriile pe care și le doresc.

Ce fel de femeie vrei să devii? Eu vreau să devin o femeie credincioasă, pentru mine asta implică să se vadă prin acțiunile mele Rода Duhului Sfânt. Asta e dorința mea.

**Lavinia Jinar (foto)**  
**Tribul mic al lui Daniel**  
**Facebook/Tribul mic al lui Daniel**



*”Eu vreau să devin o femeie credincioasă, pentru mine asta implică să se vadă prin acțiunile mele Rода Duhului Sfânt.*

*Asta e dorința mea.”*



# Gânduri pentru mame

## la început de an școlar

**V**ara s-a sfârșit și iată ca a venit din nou sezonul întoarcerii la școală. Ca și în anii precedenți, lăsăm în urmă amintirea zilelor lungi și fierbinți, a taberelor și a concediilor și începem să ne preocupăm de această tranziție către un nou an școlar.

Tranziție care aduce cu sine o doză de frică și anxietate atât pentru copii cât și pentru părinții sau bunici, emoții care par a fi din ce în ce mai frecvente în rândul multora dintre noi.

Cel mai adesea mamele sunt cele mai îngrijorate, iar prin purtarea sau vorbele lor transmit această stare și copiilor, care, chiar dacă de cele mai multe ori nu recunosc acest lucru sunt de fapt entuziasmați să se întoarcă la școală sau la grădiniță, fiindcă fiecare an școlar aduce cu sine un set unic de provocări și realizări. La fel cum Pavel îi încuraja pe Filipeni în epistola sa, trebuie și noi ca mame să ne îmbărbătăm și să ne amintim îndemnul:

**"Nu vă îngrijorați de nimic, ci, în orice lucru, aduceți cererile voastre la cunoștința lui Dumnezeu, prin rugăciuni și cereri, cu mulțumiri." (Filipeni 4:6)**

Pregătirea pentru un nou an școlar poate părea o listă nesfârșită de lucruri de făcut. Dar unele dintre cele mai importante pregătiri pe care le vom face ca părinți au puțin de-a face cu rechizitele sau hainele noi. Să te rogi cu credințioasă pentru copii tăi, pentru școala lor pentru profesorii lor este mult mai important decât să alegi cel mai frumos ghiozdan sau să găsești activitatea de timp liber perfectă. Noi putem face toate lucrurile corect, dar la sfârșitul zilei, Dumnezeu este cel care ocrotește inimile copiilor noștri. Să te rogi pentru copiii tăi este unul dintre cele mai importante lucruri pe care le poți face ca părinte, ca mamă.

Un alt aspect important pe care nu trebuie să îl uităm este faptul că, copiii învață urmărind și imitând.

Acesta este și motivul pentru care copiii noștri vin acasă cu un vocabular plin de cuvinte noi și colorate după ce merg la școală (lucru care poate fi înfricoșător pentru părinții copiilor de vârstă școlară și preșcolară nu-i așa?).

Cu toate acestea, același principiu face ca exemplul nostru personal să fie mult mai influent. Ce se întâmplă când suferi? Ce se întâmplă când reușești? Dar când te simți nedreptățit sau când greșești? Modul în care reacționăm la circumstanțele reale ale vieții îi învață mult mai multe despre viață decât ceea ce le transmitem în mod verbal sau ipotetic. Copiii care pot urma pașii părinților lor în relația cu Domnul au astfel un început bun în viață.

Tocmai din acest motiv, pentru părinții creștini, anii copilăriei sunt cruciali pentru încorporarea adevărilor, credințelor și a trăsăturilor pozitive de caracter în copiii lor. Acesta este unul dintre cele mai minunate privilegii ale unui părinte, care însă poate părea și o responsabilitate înspăimântătoare, mai ales într-o lume în care aproape orice valori și credințe sunt acceptate – cu excepția celor creștine.

Noi nu uităm însă promisiunea din Cartea Corinteni: „Nu v-a ajuns nicio ispită care să nu fi fost potrivită cu puterea omenească. Și Dumnezeu, care este credincios, nu va îngădui să fiți ispitiți peste puterile voastre; ci, împreună cu ispita, a pregătit și mijlocul să ieșiți din ea, ca s-o puteți răbda” (1 Corinteni 10:13)

La final vreau să te las cu un gând pe care mi-l spun și mie aproape zilnic: **"Prețuiește acești ani gingași și prețioși ai copilăriei, ei trec mult prea repede..."**

**Ioana-Adriana Florea (foto) psiholog,  
Biserica Baptistă "Harul" Tg. Mureș**



„Nu te teme,  
căci **Eu sunt cu tine;**  
nu te uita cu îngrijorare,  
căci **Eu sunt Dumnezeul tău;**  
**Eu te întăresc,**  
tot **Eu îți vin în ajutor.**  
**Eu te sprijin**  
cu dreapta Mea biruitoare.”

Isaia 41:10



## Credința și gândurile!

**C**hiar dacă nu tot ce visăm cu ochii deschiși devine realitate, mulți dintre cei ce nu au încetat să creadă pentru o idee, un gând, chiar un vis al copilăriei, au ajuns până la urmă să împlinescă lucruri mărețe. Așa cum surprinde Robert Lewis, un gând sau o idee „este suficient de puternică pentru a înflăcăra imaginația, pentru a motiva la sacrificiu de sine, pentru a întări credința și a încuraja perseverența este cea mai puternică forță omenească de pe planeta aceasta. Ea are puterea de a influența viitorul – în bine sau în rău.”

Chiar dacă nu te consideri o persoană cu adevărat vizionară și nu te-ai vedea așezată în rândul celor care bordează de idei, îngăduie-mi totuși

să evoc înaintea ta acea etapă a vieții, când într-un fel sau altul, toți am visat cu ochii deschiși. Cu toții ne amintim, sau prin copiii și nepoții noștri retrăim, naturaletă cu care un copil visează cu ochii deschiși la momentul împlinirii unei dorințe, gândurile din mintea lui plâsmuind imaginea lucrului așteptat. Unui copil îi este mult mai ușor să creadă pentru o finalitate pozitivă și nu-și umple mintea cu scenarii în care îndoiala joacă rolul principal.

Îmi amintesc de copilele noastre când erau de câțiva anișori. Atunci când își doreau un anumit lucru, se țineau ca scaiul de noi, părinții, până cuvântul „da” ieșea din gura noastră.

Acel „da” era promisiunea care le făcea să considere lucrul ca și rezolvat.

Mai apoi, ele nu-și petreceu zilele care urmau frământându-și mintea cu gânduri de genul: oare mama și tata chiar vor putea să împlinescă ceea ce le-am cerut, oare vor avea resursele, capacitatea, condițiile necesare? Dar dacă nu vor reuși să pună toate lucrurile la punct pentru a împlini ceea ce ne-au promis? Nu. Ele nu gândeau astfel. Tot ce auzeam în perioadă următoarea era, mi-ai promis! Cu o astfel de abordare, ele anticipau cu bucurie obținerea lucrului dorit. Promisiunea pe care au smuls-o din gura noastră le dădea încredere că vor primi ce au cerut, și nu pierdeau nici o ocazie să își exprime convingerea că vor avea acel lucru. Cum anume, nu era frământarea lor, ci a noastră, a părinților, singura lor problemă rămânea când se va materializa în dreptul lor acea dorință. Așa că, ne reaminteam cu constanță ce le-am promis, așteptând mai departe cu nerăbdare, dar cu încredere, pentru că tati și mami au spus: „Da”.

Această raportare specifică copilașilor ne folosește ca un bun exemplu pentru exercitarea credinței, așa cum o găsim definită în cartea Evrei (11:1): **„Și credința este o încredere neclintită în lucrurile nădăduite, o puternică încredințare despre lucrurile care nu se văd”**. Credința, ca și încredere plus convingere, se află într-o contradicție antagonică cu îndoiala ce nu are nici un loc în această formulă. Credința este cea fără de care nu putem să ne apropiem de Dumnezeu și nu putem avea parte de lucrările Lui împlinite în viața noastră. Învățându-i pe oameni despre calitățile celor ce vor avea parte de Împărăția lui Dumnezeu, Isus s-a folosit de exemplul copilașilor când a spus că:

**„Împărăția lui Dumnezeu este a celor ca ei. Adevărat vă spun că oricine nu primește Împărăția lui Dumnezeu ca un copilăș, cu nici un chip nu va intra în ea!” (Marcu 10:14,15)**

Puritatea inimii, smerenia, disponibilitatea de a învăța, de a ierta, sunt câteva din atributele copilăriei care, din păcate, par a se estompa odată cu procesul maturizării, proces căruia îi devine tributară și credința. După cum axioma credinței unui copilăș se bazează pe încrederea în părinte și cuvântul său, credința matură revendică încrederea absolută în Tatăl Ceresc și în Cuvântul Lui cât și convingerea că El își va împlini promisiunile. Așa cum precizam anterior, copilul nu-și preocupă prea mult mintea cu desplicarea firului în patru, cu filozofarea pe tema obstacolelor ce l-ar putea opri din a visa la lucrul dorit. Dar pe măsură ce anii trec și copilășul crește, el deprinde arta argumentării care de altfel este o activitate importantă a neuronilor noștri. Convertită însă într-una de opoziție sau contraargumentare și adusă apoi în zona relației cu Tatăl Ceresc, poate lua o formă de exprimare a îndoielii care își va consolida mai târziu poziția în mintea noastră.

Desprinși apoi de inocența copilăriei, ca oameni raționali, maturi, constatăm că ne este mult mai ușor să ne pliăm după celebra sintagmă: „Dubito, ergo cogito; cogito, ergo sum” – „Mă îndoiesc, eu cuget; cuget, deci eu exist”. Omului matur i-a devenit specifică suspiciunea, dubiul, neîncrederea, într-un cuvânt îndoiala.

După nefastul dialog dintre Eva și Șarpe, când sămânța gândirii luciferiene a fost plantată în mintea omului, îndoiala a ajuns parte a sistemului nostru de gândire. Totuși, filozoful francez Descartes, căruia îi aparține sintagma de mai sus, deși pleacă de la o stare de incertitudine, își încheie raționamentul cu afirmația, „exist, deci Dumnezeu există”. Vom lăsa pe mai departe bucuria dezbaterilor profunde în seama erudiților filozofi și apologeți, nu înainte de a-l cita pe filozoful Petre Tuțea, care admitând limitarea cunoașterii raționale spunea că, atunci „când adevărul nu e revelat, intelectul e neputincios, el poate să îl primească, nu poate să îl caute și să îl determine.... Dacă nu e revelat, Adevărul nu e! Nu există adevăr nerevelat... omul autonom, oricât ar explora el viața și universul, n-are acces la adevăr fără revelație, fiindcă se împiedică de Adevărul tuturor adevărilor adică de Adevărul unic... care e Dumnezeu.”

Oricât de mult se străduie omul să-și depășească condiția limitată, împingând frontierele cunoașterii raționale cu toată forța inteligenței sale, a logicii, a analizei, ajunge mereu la acel punct dincolo de care credința se arată ca fiind imperativă.

Deși nu îmi pot imagina existența în afara legăturii insolubile de Creatorul, nu îmi sunt străine momentele în care, precum o umbră, îndoiala a căutat să se lipească de mintea mea. Doar puțin să te oprești la sfat cu ea, că ți se vor strecura în minte gânduri prin care să-ți fie subminată încrederea în promisiunile lui Dumnezeu, în Cuvântul Său, iar în final în persoana Lui. Îndoiala primară strecurată de Satan în mintea omului, „Oare a zis Dumnezeu cu adevărat...?” este și astăzi la fel de eficientă, doar că a căpătat diferite forme de adresare, ca de exemplu, a zis Dumnezeu atunci, dar nu știu în ce măsură mai e valabil astăzi, sau nu știu dacă mi se potrivește, dacă e pentru mine..., iar voi puteți continua să adăugați propriile exemple. Majorității dintre noi, nu ne este străină acea îndoială, acel gând ce se ridică parcă de nicăieri în mintea noastră, chestionând ce a zis, a revelat și a promis Dumnezeu prin Cuvântul Său. Însă, dacă în relație cu Dumnezeu întretinem o gândire aplecată spre suspiciune și îndoială, este ca și când am purta asupra noastră o bombă cu ceas, care nedezamorsată, poate genera pagube vieții noastre.

În concluzie, ce pot să fac pentru a avea o credință pe placul Domnului? Voi da atenție la lumea gândurilor mele, și nu mă voi apleca asupra gândurilor negative, de suspiciune, de îndoială, care îmi subminează credința. Îmi aparține decizia în ce parte voi lăsa să se încline balanța minții mele, ce gânduri voi lăsa să-mi capaciteze mintea, pentru că acele gânduri îmi vor modela credința. Credința mea, este produsul a ceea ce mintea mea va accepta sau va valida ca adevăr personal, din Adevărul lui Dumnezeu deja revelat.

**Valerica Strubert**

*Crezând ca un copil – Fragment din manuscrisul cărții „Despre lumea gândurilor”, la care lucrez.*



# Cerul zâmbește prin tine

**E** iarăși octombrie. O lună ce-mi aduce aminte de nespuse bucurii, dar și dezamăgiri, de multe lovituri, dar și de mângâieri.

Soarele se ascunde timid printre nori, iar vântul încet îmi șoptește că octombrie e pe sfârșite. El a înțeles că e vremea să se ascundă lăsând loc pentru acel soare mic care în curând va apărea în familia noastră. Mai număr încă o dată câte zile mi-a mai rămas până la întâlnirea noastră cu scumpul nostru băiețel. 10-20 de zile și în curând ne vom vedea. Încă nu te-am văzut, dar te iubim atât de mult, binecuvântarea noastră.

E ora 3:00 dimineața și cineva m-a trezit din somn, cine să fie oare? El, binecuvântarea noastră, deja se grăbea să ne vadă pe noi, părinții. La 5:00 dimineața când încă era întuneric, în familia noastră a venit un copilăș plâpând, plin de iubire, de fericire, plin de a Lui frumusețe și un soare strălucitor care ne-a adus atâta dragoste, pace și bucurie și care cântărea în jur de doar 2.180 kg, deoarece a venit în familia noastră mai devreme. El m-a făcut să văd doar ce-i plăcut. A adus aici iubirea Lui nemărginită, lăsând în cei ce l-au văzut un strop din dulcea Lui blândețe și alinare.

La doar 3 ore după ce l-am născut când o soră medicală l-a luat în brațe pentru a-l hrăni, după câteva înghițituri de lapte, Cornel, copilul nostru s-a schimbat la față, se îneca și nu-i ajungea oxigenul. Când l-am privit, doar două cuvinte am reușit să spun: **Doamne scapă-l**. Știam că, dacă Dumnezeu nu intervine în clipa aceea, Cornel nu va mai supraviețui fiindcă noi eram departe de sala unde am născut și Cornel, nu mai putea respira. Dar am știut că, Dumnezeu mereu mă ascultă când îl chem în ajutor. După aproximativ 10 minute, care pentru mine au părut a fi o veșnicie am văzut minunea lui Dumnezeu. A venit doctorița și mi l-a dat în brațe, mi-a spus: **"copilașul trăiește"**. Cornel respira din nou și-a recăpătat culoarea feței și a început să plângă. Am spus MARE ești DOAMNE!!! Am început să-l laud pe Domnul Oștirilor și să-i mulțumesc pentru că El mi-a ascultat rugăciunea din două cuvinte...

După aproximativ 3 săptămâni de stat în spital am putut să ne întorcem acasă.



Iar în acele 3 săptămâni am văzut cum Dumnezeu a lucrat într-un mod deosebit, m-a întărit, m-a ridicat, m-a mângâiat și mi-a dat puteri noi să pot merge mai departe. Am simțit cum brațele Lui iubitoare m-au cuprins și nu-mi mai dădeau drumul. Ce bine este în brațele Domnului. Ce minunat să trăiesc minunile Lui cele Mari.

Iar astăzi, doresc să îți spun și ție draga mea, că dragostea care vine din Dumnezeu dărâmă bariere, crede în imposibil și rabdă până la capăt nădăjduind că Dumnezeu va face minunea ...

**Atunci când inima mea era rănită, Tatăl a luat-o așa cum era ea rănită, plină de praf, de poveri, de dureri și de vise spulberate și năruite, fără putere, fără speranță, fără credință. A uns-o cu iubire a pudrat-o cu putere, credință, nădejde, speranță și inima s-a vindecat și a început să bată mai departe pentru Dumnezeu aducând Lui mereu cântări de laudă...**

Astăzi, vreau să te încurajez și să-ți spun că dacă pierzi o bătălie nu înseamnă că ai pierdut un război. Deseori am pierdut și eu bătălii, dar în Numele Lui Isus Hristos m-am ridicat și am mers înainte biruitoare. E timpul să te ridici și tu și să crezi în bucurie așa cum am crezut și eu atunci când nimic nu se întrezărea la orizont. Dumnezeu a pregătit multe minuni și pentru inima ta. Doresc să-ți mai spun că minunile există, iar tu ești una dintre ele.

Păstrează-ți ochii senini, inima curată și sufletul frumos.

**Te îmbrățișez cu drag, Tatiana (foto) Tatiana Tamish**



## Journal de mamă

*Domnul este lângă toți cei ce-L cheamă,  
lângă cei ce-L cheamă cu toată inima.  
Psalmul 145:18*

**E** dimineată...  
**O dimineată rece, liniștită și gri.**

Ooo...dar ce bine...după noaptea albă și plină de activitate...

Mă așez tăcută, iau Cuvântul bogat alături și citesc. Mă umplu de Viață...Citesc pe nesăturate...și simt cum iar respir aer Sfânt.

Apoi, îmi aplec încet genunchii în tăcere. Îmi simt Prietenul alături șoptindu-mi:

**„Am fost cu tine în zbuciumul nopții...  
știu fiica Mea ce simți. Și eu am experimentat durerea, epuizarea..”**

Șiroi de lacrimi îmi umplu fața și întreaga ființă...Ce să mai rostesc?...Cuvintele sunt de prisos...Sufletul începe să vorbească cu Creatorul lui...Ce CONVERSAȚIE!! Mă simt înțeleasă...Pacea înfloarește asemeni unor boboci timizi și ia amploare, alungând solzii tristeții...a îngrijorării.

Tată, ce bun ești! Inima îmi tresaltă de bucurie și de mulțumire!

E deja ora 10 și vocile jucăușe ale copiilor umplu bucătăria unde gătesc cu drag...Aburii fericirii plutesc peste căminul nostru.

Am uitat că întreaga noapte am stat la căpătâiul fetei febrile, cu respirația șuierătoare...cum pleoapele îmi cădeau grele și printre suspine, ceream Ajutor Divin.

Acum e ZI!

O zi atât de prețioasă în care pot emana iubire, căldură și muuulte îmbrățișări micuților mei îngerași.

Iubite Tată, dă-mi și astăzi PUTERE din PUTEREA Ta, IUBIRE asemeni Ție, ÎNȚELEPCIUNE curată și HARUL să mai pot LUMINA!”

**Raisa Onufrei (foto)  
Biserica Penticostală "Betel", Rădăuți**



# Oportunități

„Strig cu glasul meu către Dumnezeu și El mă ascultă.  
În ziua necazului meu, caut pe Domnul;  
Noaptea, mâinile îmi stau întinse fără curmare.” (Psalmul 11:1-3)

**E**xistă un pustiu, o vale, un sezon al durerii, al singurătății, o cumpănă grea și un moment de tăcere.

Cineva spunea că necazurile sunt momente prielnice care deschid noi oportunități să privești văile dureroase din viață ca pe niște uși croite spre binecuvântare.

Când resimți durerea și neputința, momentele care te frământă ca într-un teasc, privirea coborâtă nu trădează oportunitatea.

Și totuși, spunea acest om, în timpuri grele ai oportunitatea să fii diferit, să tratezi altfel necazul, să fii un exemplu, să ai lumină.

Oportunitatea de a trăi necazul și strâmtoarea altfel decât o face oricine. Pentru că cineva te privește, iar tu ai ocazia să dovedești că necazul poate fi trăit altfel.

Cu siguranță am realizat acest adevăr, că fără Dumnezeu în clipele grele din viață nu aș fi avut nicio nădejde.

Oportunitatea din teascul durerilor mele mi-a deschis ochii inimii pentru a-L vedea pe Dumnezeu mult mai intim și personal.

Unicul care nu rămâne indiferent la necazul și strâmtoarea ta, Cel care face să răsară peste noi lumina Feței Lui divine, scaldând obrazul brăzdat în durere de Soarele ce nu apune niciodată.

Lacrimile noastre sunt adunate într-un burduf al mângâierii, genunchii capitulați într-un exercițiu al disperării profunde sunt asistați de un Dumnezeu care e gata să scrie cu degetul eliberarea de sub moartea pe care o aduce sentința păcatului și gura minciinosului.

Un Dumnezeu al eliberării și al nădejzii necurmăte de limitările absurde ale omului.

„Strig cu glasul meu către Dumnezeu și El mă ascultă. În ziua necazului meu, caut pe Domnul; Noaptea, mâinile îmi stau întinse fără curmare.” (Psalmul 11:1-3)

## Momentele de criză produc supranaturalul.

Prefer să cred în acest Dumnezeu Atotputernic, care se manifestă în dimensiuni pe care omul cu mintea lui mediocră și limitată nu le poate cuprinde, decât să pricep creștinismul sec, de duminică, de exterior, limitat la „așa e la noi”.

Aleg să trăiesc criza, strâmtoarea, biruința cu un Dumnezeu care se prezintă și se manifestă supranatural în viața omului de rând. Dumnezeul lui Avraam, Isaac și Iacov.

Acel Dumnezeu care nu are nevoie de introducere, o putere care nu poate fi explicată în cuvinte și definiții firești, omenești...

„Ți-ai croit un drum prin mare, o cărare prin apele cele mari, și nu Ți s-au mai cunoscut urmele.” (Psalmul 77:19)

Oportunitatea de a vedea în necazurile mele josnice că slava Atotputernicului Dumnezeu aduce deodată o lumină în obscuritatea sacului meu de jale.

Acest Dumnezeu al minunilor, infinit, atotputernic, extraordinar alege ca să se implice în viața muritorilor și să le dea un scop, o statură, o identitate, un rost, o bucată de Cer.

Pot să fiu de-acord în încheiere că momentele de pustiu au o amprentă dumnezeiască.

Marea Roșie se despică și mi se face drum acolo unde eu credeam că e imposibil, primesc o călăuzire divină prin fenomene supranaturale de stâlp de nor și de foc, „carele și călăreții lui Faraon” devin uneltele prin care „Dumnezeu face să se arate Slava Lui.” (Exod 14:18)

Deodata valea, tristețea, pustiuul, jugul, boala, moartea, criza, amenințarea vrăjmașă devin oportunități extraordinare de a-L experimenta pe Dumnezeu diferit.

Mai intim, mai personal, mai aproape... mai SUPRANATURAL.

Bella Știr (foto)  
Beclean



”Oportunitatea din teascul durerilor mele mi-a deschis ochii inimii pentru a-L vedea pe Dumnezeu mult mai intim și personal.”



# Bucură-te, ... trăiește din plin

**Zilele frumoase de toamnă au ceva special...** În serile calde ador să stau afară, să mă plimb, bucurându-mă efectiv de liniștea, frumusețea din jur, de aerul plăcut...toate acestea fiind opera de artă a Marelui Creator.

Mă relaxează simpla plimbare printre foșnetul frunzelor uscate de pe jos, pline de culori superbe...în sfârșit am înțeles...cel mai plăcut, cald și blând anotimp pentru inima mea și gândurile mele...frumoasă toamna plină de calm...atmosfera ei și frumusețea deosebită arată cât de minunat e Marele Pictor...Marele Creator...tot ce-i în jurul meu e creat de Însuși Dumnezeu...Cât poate fi de bun și cât de măreț este El! Creatorul naturii, creatorul meu și al tău...

Mă liniștește prin toamna, parcă Însuși Dumnezeu îmi spune, îmi șoptește duios..."Eu sunt cu tine! Nu te teme...Ai credință! Lasă totul în Mâna mea!".

Parcă și vântul plăcut al toamnei e ca și susurul blând, ce l-a scos pe Ilie din peștera...și prin care Dumnezeu l-a asigurat de protecția Lui.

Același susur îl simt și eu uneori...în vântul de pe fața mea regăsesc mângâierea lui Dumnezeu care-mi spune: Te iubesc, copilul meu...

Prin liniștea și atmosfera deosebită a serilor de toamna, în inima mea și-n sufletul meu, pătrunde un sentiment de pace și siguranță...și atunci respir și mă bucur din plin de toamnă, pentru că în tot ce e în jurul meu, îl regăsesc pe Dumnezeu...

Prin aceste seri deosebite de toamnă, Dumnezeu parcă îmi liniștește inima, uneori îngrijorată...și atunci...am credință...

Am credință că Acela care poate să facă strălucitoare toamna, poate să-mi insufle liniște-n suflet...indiferent de situația în care te-ai afla, El poate să facă aceasta și cu inima ta...

Am credință că poate și că îmi poartă de grijă și mie...dar și ție...tu doar trebuie să crezi...Oprește-te o secundă și uită-te în jur...totul este har...precum spune și Ann Voskamp, în cartea "O mie de daruri", tu doar trebuie să-ți deschizi ochii inimii și vei vedea acest har în jurul tău.

**Personal, când simt susurul blând al vântului pe fața mea, mereu îmi amintesc de Bunătatea lui Dumnezeu față de mine...**

**pentru mine, totul este har... căci firul vieții se poate scurta oricând, de aceea aleg să fiu recunoscătoare și mulțumitoare Tatălui meu Ceresc.**

Atâta bunătate văd în jurul meu din partea Tatălui Ceresc, încât n-am cuvinte îndeajuns să pot spune cât sunt de recunoscătoare pentru tot, mai ales pentru Bunătatea Sa față de mine...Acest sentiment plăcut de a ști că Dumnezeu e în control, parcă îmi dă siguranță și mă îndeamnă să mă încred pe deplin în El...în orice vreme...La vremea potrivită, El va lucra! El va așeza toate lucrurile așa cum trebuie să fie, pentru că Biblia o spune clar..."Bunătățile Domnului nu s-au sfârșit, îndurările Lui nu sunt la capăt, ci se înnoiesc în fiecare dimineață"...iar eu o cred!

Cred din toată inima această afirmație și de aceea aleg, în fiecare zi să mă-ncred în El, pentru că Bunătatea Sa o văd la tot pasul.

Deschide-ți ochii inimii și-mi vei da dreptate...harul Său e pretutindeni!

Aleg de asemenea să văd binele în oameni și să ignor ce e rău, aleg să zâmbesc tuturor, pentru că asta-mi face ziua mai frumoasă și sincer, am descoperit atâta har în jurul meu încât nu vreau să depun răutățile oamenilor în inima mea! E ca și cum atunci când un om găsește o comoară, el vrea să o arate și altora, pentru ca ei să se bucure împreună și nu să o ascundă...aceasta însă ține de inima fiecăruia dintre noi. De aceea, eu te îndemn să privești în jur și vei descoperi că ai pentru ce să fii recunoscătoare...te mai rog, păstrează -ți inima curată, blândă și miloasă...

Adu-ți aminte, depinde de tine cum alegi să-ți trăiești viața...De aceea, aleargă la Scrisoarea de dragoste a lui Dumnezeu și umple-te de putere, pentru că mai apoi, vei vedea Bunătatea Sa în jurul tău și-mi vei da dreptate...te vei umple de harul minunat, pe care însuși Isus ni l-a lăsat pe pământ. Dacă El, Isus, care a venit din cer și a suferit o moarte pe lemnul crucii, s-a bucurat de har cât timp a fost pe pământ, mulțumindu-l Tatălui pentru toate, pe tine ce te oprește să nu o faci?

Bucură-te din plin de viața ce o ai și nu uita, totul este har, chiar și viața ta. Ai credință în Cel care controlează totul, tu bucură-te, roagă-te și fii mulțumitoare!

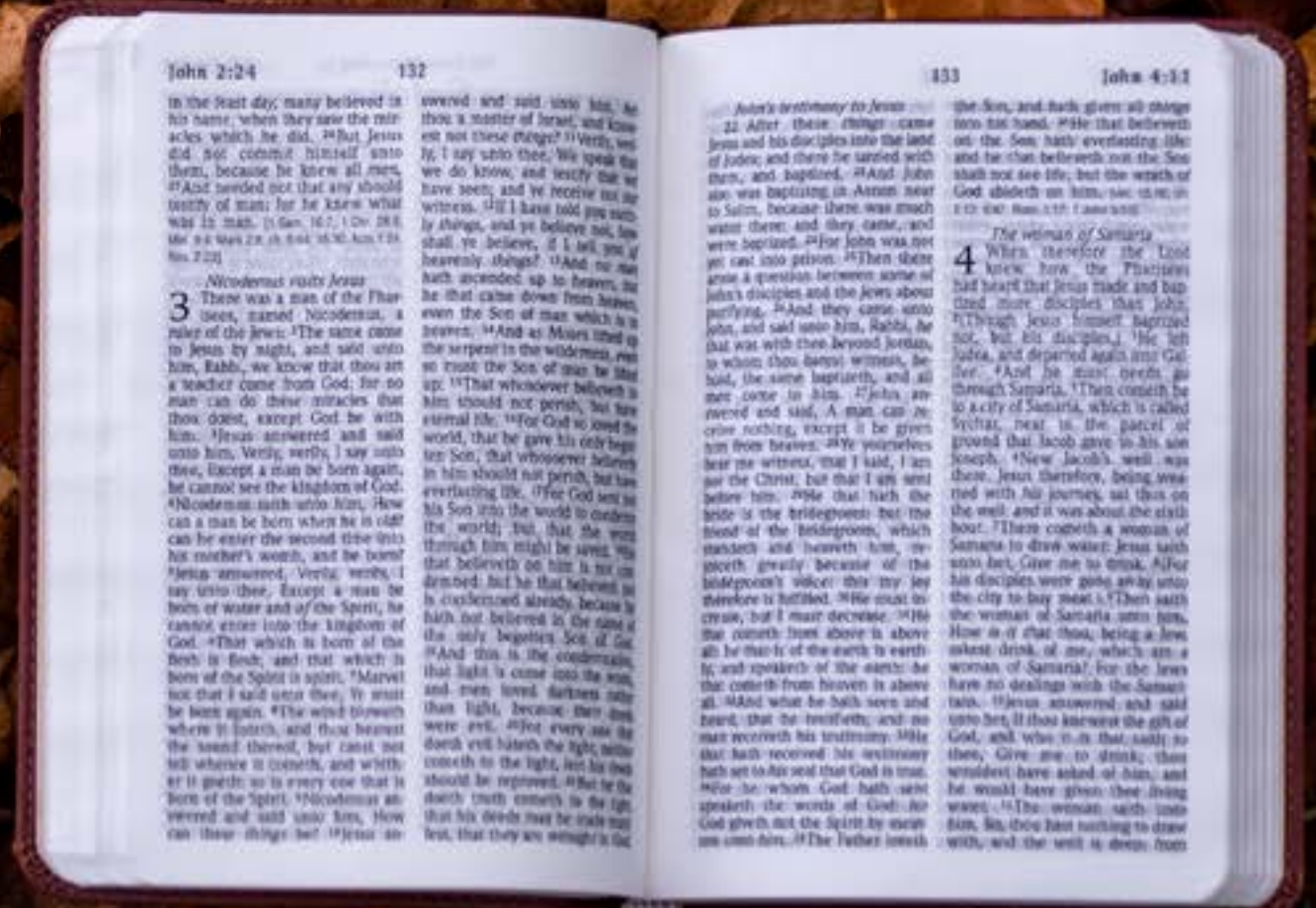
**Mihaela Ciorei  
Biserica "Elim", Beasain, Spania**

Ai credință în Cel care controlează totul,  
tu bucură-te, roagă-te  
și fii mulțumitoare!





# Back to basics sau întoarcerea la origini



În vremurile noastre, privind la lucrurile din jur care se clatină, la familiile creștine care se destramă, la tinerii care trăiesc în confuzie, la copiii care primesc repere deformate, la adevărul care pare să fie redefinit, parcă mai mult ca oricând este nevoie să ne întoarcem la origini, la învățăturile dintâi, la "dreptarul învățăturilor sănătoase" pe care le-am cunoscut mai întâi. Până la urmă, un caracter sfânt și principiile biblice după care ne trăim viața reprezintă cea mai solidă moștenire pe care o putem lăsa generațiilor următoare.

Versetul 2 din Romani 12 răsună tot mai tare în mintea mea: "Să nu vă conformați modelului oferit de lumea acestui secol, ci să vă transformați prin înnoirea minții voastre (a modelului vostru de gândire) ca să puteți avea abilitatea de a înțelege ce dorește Dumnezeu de la voi. Iar voia Lui este bună, plăcută și desăvârșită."

Acest pasaj ne atrage atenția asupra faptului că există pericolul de a ne ajusta gândirea pe cultura în care trăim. Pavel nu se adresează unor oameni care nu sunt născuți din nou, ci, dimpotrivă, tocmai nouă, creștinilor.

Există, așadar, acest pericol, chiar după convertire, chiar în biserică, de a gândi secular, lumesc. A ne potrivi chipului veacului acestuia înseamnă a lăsa lumea să ne toarne în matrița ei, în tiparele sale de gândire, în sistemul de valori și convingeri pe care l-a clădit omul pentru a dobândi fericirea fără Dumnezeu. Hristos a iubit lumea și, totuși, nu a iubit-o. A respectat legile, s-a îmbrăcat la fel ca ceilalți, a stat la masă cu oamenii, a avut o meserie, dar nu a fost niciodată subordonat principiilor și sistemului de gândire al lumii.

"Înnoirea minții" face referire tocmai la această transformare, o metamorfozare a gândirii noastre, care vine, deci, din interior spre exterior.

Este vorba despre întreținerea unui proces continuu de cunoaștere a căilor Lui, o permanentă îmbrăcare în omul cel nou, o schimbare a mentalității. Mintea ne dă opțiuni nenumărate, ea este expusă mereu, dar zilnic suntem chemați să ne întoarcem la Scripturi, la adevărul neperversit, la singurul sistem de referință corect, barometrul la care ne raportăm în orice aspect al vieții noastre.

Există multe impulsuri din zona în care am fost cândva pentru că există un spirit foarte convingător care dictează despre modul în care ar trebui să gândim, să ne trăim viața, de aceea traseul vieții noastre se îndreaptă mereu spre ceea ce gândim. Suntem lucrurile acelea cu care ne hrănim mintea, iar pentru a o transforma, s-ar putea să trebuiască să schimbăm ceea ce citim, ceea ce privim sau chiar oamenii și lucrurile de care suntem înconjurați.

Așadar, e timpul să ne hrănim în acord cu ceea ce dorim să devenim.

Deși postmodernismul contemporan pătrunde în biserică și vrea să ne spună prin toate mijloacele posibile că Biblia e reinterpretabilă sau, mai rău, e perimată pentru aceste vremuri, punând sub semnul întrebării, deci al îndoielii, principiul altădată clare, să nu ne lăsăm amăgiți de aceste voci menite să ne ducă în confuzie și să ne inoculeze o nouă paradigmă, un nou sistem de valori contradictorii. Doar în lumina Cuvântului putem avea o perspectivă eternă și corectă a lucrurilor, o înțelegere și o înțelepciune de a le vedea așa cum sunt în realitate.

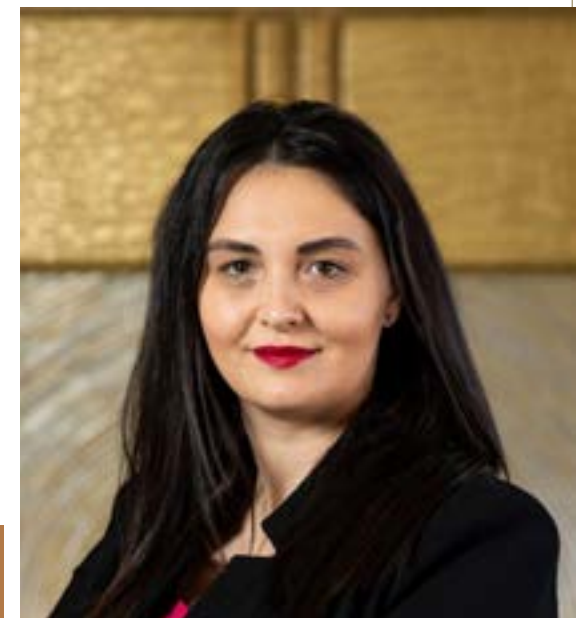
Suntem chemați pentru o altă existență pentru care ne pregătim aici. Fericirea terestră, dar mai ales cea eternă, este pentru cei care-L iau pe Dumnezeu în considerație în calculele lor.

Contrar "înțelepciunii acestui veac", prezența Lui în viața noastră și Cuvântul Său nu interzic fericirea, ci o garantează.

Să nu ne blocăm în călătoria noastră, să nu mai fim copii, dar să ne întoarcem la Sursă, la învățăturile dintâi, să ne reglăm frecvența minții și a inimii după ceea ce spune Cuvântul.

Acolo este singurul loc în care putem înțelege și ne putem identifica cu voia bună, plăcută și desăvârșită a lui Dumnezeu.

Se aud pașii Mântuitorului...



Otilia Vieriu  
Biserica "Filadelfia" - Iași



# Ce înseamnă împlinirea?



Și atunci,

## am învățat să spun lucrurilor pe nume

**F**ac pace cu trecutul. Nu mă definește, căci harul Lui triumfă peste durere, boală, peste tristețe, depresie, peste nemulțumire.

„Harul Meu îți este de ajuns”, îmi șoptește Tatăl din nou și din nou.

Înțeleg... că El, Atotputernicul, are totul în control și că El acordă total iertarea, că El iartă și aruncă în marea uitării trecutul meu, al tău.

**Să spun lucrurilor pe nume: iată ce am învățat.**

**Să spun tristeții pe nume** și dacă are motiv să o accept și să o depășesc.

Nimeni n-a spus vreodată că nu vor fi nori, dar El îmi spune că întotdeauna Soarele biruiește.

**Spun azi fricii pe nume:** fricii de a da greș, de a nu face alegeri bune, fricii de a dezamăgi și fricii de a lăsa să plece lucruri ce nu-mi fac bine. Spun azi fricii pe nume, fricii de a nu avea o viață împlinită. Azi nu îmi mai e frică. Căci dragostea Lui topește frica, o alungă pentru totdeauna. Dragostea Lui e de neînțeles, necondiționată și infinită, ca un ocean în care temerile mele se îneacă.

**Aleg să le arunc în oceanul dragostei Lui.** «Aruncați asupra Lui toate îngrijorările voastre, căci El însuși îngrijește de voi.» Las povara fricii cu privire la viitor la crucea Lui. Mă las în brațul Lui, accept să primesc dragostea Lui, dragostea care alungă frica.

Mă așteaptă cu brațele larg deschise. Îmi pregătește cea mai frumoasă haină și un ospăț...pentru mine, mereu rătăcitoare. Dragostea Lui biruiește, chemarea ei îmi răsună în minte.

Simt că lumea întreagă nu poate să-mi de-a ceea ce simt în îmbrățișarea Tatălui. Simt recunoștință și încep să trăiesc din plin.

**Emanuela Gheorgieș**

**P**ână mai ieri aveam impresia că cei mai împliniți oameni sunt cei care au reușit să obțină locul de muncă dorit, au o casă, o mașină, copii, poze care arată toată această împlinire. Iar atunci când priveam la mine, la strădaniile pe care le făceam, la nopțile de învățare, oboseală și rezultate aproape de zero, cu raportare la standardele enumerate mai sus, îmi era tot mai greu să cred că bunul Dumnezeu aude și este în controlul tuturor lucrurilor, chiar dacă cer și nu primesc ceea ce am cerut.

Atunci începea să se strecoare îndoiala care suna așa: tu nu ai suficientă credință, nu ești destul de pocăit...și altele asemenea. Lupta care se dă în sufletele noastre este așa de grea, de profundă, ne secătuieste. Iar noi ca femei suntem mai predispuse la a analiza diverse afirmații sau situații. Cuvintele dor. Dar ce bun și mare este Domnul, care în aceste momente are un cuvânt de mângâiere pentru noi prin Sfânta Carte, aduce alinare și ușurare în sufletele noastre. Într-o astfel de zi am deschis Biblia la întâmplare, s-a deschis la psalmul 27 și ochii mi-au căzut pe versetul 14: Nădăjduiește în Domnul!

Fii tare, îmbărbătează-ți inima, și nădejduiește în Domnul! Așadar în toate Domnul vede și aude, El ne știe și inimile și faptele și intențiile. Am înțeles încă odată că doar la El trebuie să privesc, de la El doar să aștept confirmare cu privire la starea mea, iar la momentul hotărât voi primi unele lucruri pe care încă le cer.

Ce este cel mai interesant, atunci am simțit că sunt împlinită, am simțit pace, așa cum este scris care întrece orice pricepere, pentru că nu aveam nicio explicație logică pentru ea, deoarece situația mea nu se schimbase. Dar am înțeles că adevărata și singura împlinire este doar la Domnul și doar în Domnul.

Cu siguranță zile în care vom vedea iarba vecinei mai frumoasă vor mai fi, dar să nu ne pierdem pacea, să admirăm iarba vecinei, dar să fim împliniți cu a noastră.

**Moldovan Sorina Liliana**





## Întâlnirea cu Domnul Isus

**M**ă numesc Lidia Bolteanu – Duchon, am 43 de ani, sunt căsătorită și am șase copii. M-am născut în Hunedoara, dar locuiesc în Olanda de 22 de ani.

Provin dintr-o familie creștină cu șapte copii, iar eu sunt cea de-a șasea.

La vârsta de 16 ani am plecat de acasă și am locuit 5 ani în Austria unde am fost binecuvântată cu un băiețel.

Pe când aveam 19 ani m-am îmbolnăvit de anorexie și am fost chinată de această boală cumplită până la întâlnirea mea cu Isus. Am apelat la ajutorul medicilor, am făcut terapii, dar toate fără niciun rezultat. Timp de 15 ani am suferit de această boală, dar în toți anii aceștia Dumnezeu a vegheat asupra mea și am convingerea că dacă El nu ar fi fost de partea mea eu nu aș mai fi fost în viață.

După ce tatăl băiețelului a murit, m-am întors în România, iar la 21 de ani, în urma sfaturilor mamei de a lăsa copilul în grija ei și de a pleca să-mi găsesc un loc de muncă, am decis să-i urmez sfatul. La acea vârstă, alegând o cale greșită, am intrat în contact cu drogurile, mai exact cocaina, iar de atunci am devenit roabă acestui păcat.

Am decis să plec în Germania unde, de asemenea, am continuat să-mi trăiesc viața în destrăbălare intrând în contact cu mai multe feluri de droguri. După o perioadă l-am cunoscut pe tatăl fetelor mele gemene, având cu acesta o relație de 5 ani, timp în care l-am adus pe băiețelul meu din țară să locuiască cu noi și încercând să trăiesc o viață normală, de familie, dându-mi toate silințele să fiu o mamă bună.

Dar cu toate acestea, păcatul mă apăsa greu iar trecutul a lăsat urme adânci în inima mea.

După divorțul de tatăl gemenelor, am cunoscut un bărbat, iar în perioada relației cu acesta am ales din nou să consum droguri, trăind o viață dublă. Pe de o parte îmi îndeplineam responsabilitățile de mamă, lucram la o școală de sport ca instructor de fitness, iar pe de altă parte trăiam o viață stricată alături de bărbatul cu care trăiam, acesta oferindu-mi constant bani și droguri, făcându-mă în acest fel dependentă de el. Am fost în comă de două ori din cauza drogurilor, dar aveam o mamă cu dar profetic căreia Dumnezeu i-a descoperit starea mea și care nu înceta să se roage pentru mine, iar Dumnezeu m-a ținut în viață.

Datorită rugăciunilor mamei, dar mai presus de toate datorită planului perfect al lui Dumnezeu, cu câteva zile înainte de începerea anului 2012 am auzit o voce care îmi spunea că în noaptea dintre ani, la ora 24 mă voi ruga și deși încercam să resping acea voce, ea persista.

Tot ce a spus acea voce s-a împlinit, iar în noaptea de revelion, la ora 24 m-am găsit pe genunchi în dormitor având-o și pe una dintre gemene alături de mine deoarece ea se temea de sunetul puternic al artificilor. În rugăciunea mea ziceam: „Dumnezeule, dacă ești și mă auzi eu nu mai pot și nu mai vreau să trăiesc așa. Te rog, fă ceva pentru mine chiar acum”. Plângeam cu inima sfâșiată, iar deodată am simțit un fior ca o săgeată care a intrat în mine din creștetul capului până în vârful picioarelor. Știam pur și simplu că e prezența Domnului Isus. Cuvintele sunt prea mici și neînsemnate pentru a descrie ceea ce am experimentat în momentele acelea.



***Era pace, era bucurie, era mângâiere, eliberare, ceva de nedescris... era ISUS!***

***Am deschis Biblia și am început să citesc printre lacrimi psalmul 23: „Domnul e păstorul meu”. Simțeam atât de bine cuvintele acestea, da, Isus era chiar al meu!***

Citeam și plângeam de bucurie că Isus era prezent și îmi vorbea prin Cuvântul Său. Cuvintele din psalm parcă erau scrise exact pentru mine, pentru nevoia mea, iar Cuvântul Său lua viață în mine. Acela a fost momentul în care eu m-am născut din nou, începând o viață nouă în Dumnezeu și cu Dumnezeu.

Odată ce m-am ridicat de pe genunchi, totul era schimbat, eu eram schimbată. Simțeam o pace adâncă, simțeam că sunt eliberată de acel bărbat, de droguri și am fost vindecată la clipită de boala mea.

După aproximativ 2 luni m-am întors în România, iar când m-am întâlnit cu mama, uitându-se la fața mea, a știu că am experimentat întâlnirea cu Isus.

Mama s-a ocupat îndeaproape de mine, de starea mea; i-am mărturisit toate păcatele mele și m-a primit cu dragoste. Îl vedeam pe Dumnezeu prin toată purtarea ei, prin compasiunea pe care o arăta față de mine, devenind astfel un exemplu de credință pentru mine.

În acea vreme Dumnezeu a hotărât să merg la stăruință după Duhul Sfânt. Fiind în planul Domnului am fost botezată cu Duhul Sfânt primind darul vorbirii în limbi, darul vedeniei și darul prorociei, așa începând o viață nouă în Hristos Isus.

**Lidia Bolteanu – Duchon (foto)  
Biserica “Poarta Cerului”, Duren-Germania**



# Mană sub cerul toamnei

„Ce seamănă omul, aceea va și secera. Cine seamănă în firea lui pământescă va secera din firea pământescă putrezirea, dar cine seamănă în Duhul va secera din Duhul viața veșnică. Să nu obosim în facerea binelui, căci, la vremea potrivită, vom secera, dacă nu vom cădea de oboseală.” Galateni 6:7-9

*Ni-s frunțile în ropot de sudoare,  
Ni-e dorul frânt sub cerul pământiu,  
Udând cu lacrimi lanuri în văpaie  
Și semănând adesea prin pustiu.*

*Am semănat poate sclipiri de bine,  
În glastra neputințelor de jos,  
Am semănat și jale, și iubire,  
Pe un pământ al urii, nisipos.*

*Am strâns în pumni sămânța de jertfire,  
Când totul ne părea de ne-nțeles  
Și am plantat-o-adânc, cu mulțumire,  
Pe-al așteptării-ntins și straniu șes.*

*„Ce-anevoios se seamănă răbdarea!”  
Ne-am spus, pășind timid, pe lâng-un vis.  
„Ce greu de încolțit este iertarea,  
Când ești străpuns de răni de neînvinși!”*

*„Cu câtă trudă se plantează bobul  
Luminii prin înșiruri de spini  
Și cât de însetat este ogorul,  
Sub arșița tăcerilor de-argil!”*

*Ce trist ecou! Să crezi că-ntr-o Sahară  
Rodește lanuri bobul auriu...  
Pământul firii n-are Primăvară,  
Ci numai nopți de secete-n pustiu!*

*Cu frunțile-ncărcate de sudoare,  
Lin, ne-am brăzdat din lacrimă și spini  
A frângerii de sine dulce cale,  
Pe-un sol profund - fâgașe de lumini.*

*Și tot trudind, aievea, prin pustie,  
Udând cu lacrimi seceta cea mare,  
Cu Rut am stat și-am așteptat să vie  
Boazul veșniciei viitoare.*

*L-am regăsit pe Răstignit pe cruce  
Și-am plâns și noi sub tristul ei decor.  
El ne-a pătruns cu Chipu-I cel mai dulce  
Și ne-a născut, prin Duhul Său, din nou.*

*Ni s-a ivit ca zorile senine,  
Ca roua tresărind pe jarul verii...  
Ne-a pus în suflet flacăra, din Sine,  
Și-n brazde,-adânc, sămânța învierii.*

*Și-acum, neobosiți, vom strânge rodul,  
Sub cerul larg al toamnelor de jos!  
Vom secera și zbciumul, și dorul,  
Crescute-acum pe-un strat de har mănos.*

*Căci, primăvara, semănând în Duhul,  
Netulburați, grăunțele iubirii,  
Jos, vom primi din rodul Său belșugul,  
Iar sus în cer - răsplata nemuririi.*

**Alexandra-Ligia Negru (Hojda), 17/08/2022**



## Așteptând bucurie sau

## cu bucurie?

**P**e măsură ce am crescut, mi-am dat seama că viața este o continuă așteptare. Și pe lângă cea mai mare așteptare pe care creștinii ar trebui să o aibă, cea a reînțoarcerii Regelui nostru, mai apar și acele mici așteptări care uneori ne preocupă mai mult decât ar trebui și ne pot defocusa de la acea așteptare supremă, dar dacă așteptăm cu atitudinea potrivită, atunci vom vedea că așteptarea nu a fost în zadar și ne vom putea bucura de roadele așteptării.

Se spune că nu este bine să trăiești mereu în așteptarea a ceva anume, ci că trebuie să te bucuri de fiecare moment. Sunt de-acord, însă cred că este inevitabil să nu treci măcar o dată printr-o perioadă de așteptare de-a lungul vieții.

Cred că perioadele de așteptare sunt benefice pentru întărirea credinței. Este atât de ușor să te încrezi în Dumnezeu când poți vedea clar planul Său îndepliniindu-se, însă ce faci atunci când lucrurile promise par atât de departe și te afli în perioada de așteptare?

Așteptarea este grea deoarece vine cu o mulțime de sentimente negtive: frică, deznădejde, necredință, tristețe, nesiguranță, gândul că nu ești destul de bună, care sunt greu de înfruntat. Sezonul așteptării este diferit pentru fiecare persoană și nu cred că perioada acestuia determină neapărat dificultatea lui sau intensitatea provocărilor întâlnite. Citind din proverbe am ajuns la capitolul 10, versetul 28 care spune: „Așteptarea celor neprihăniți nu va fi decât bucurie!”. Si mă gândeam cum poate autorul să spună că așteptarea nu poate fi decât bucurie, Însă am înțeles că nu ceea ce aștepti sau perioada așteptării îți poate aduce bucurie la final, ci atitudinea pe care o cultivi în acea perioadă.

Pe fiecare dintre noi, Dumnezeu încearcă să ne învețe ceva prin acest sezon și e clar că îți dorești să ieși cât mai repede din el, însă modul în care ieși contează cel mai mult. Dacă reușești să ieși cu „lecția învățată”, tu vei fi mai mult decât bi-ruitoare! Prin aceste cuvinte, imi vorbesc mie în primul rând. Simt că întreaga mea viață am trăit în așteptarea acelu „ceva” care mă va împlini. Mereu spuneam: „sunt bine și acum, dar cred că după ce voi avea un job va fi mult mai bine”, „după ce voi reuși să îmi aleg o facultate voi fi mai bine”, „trebuie să găsec o biserică mai bună, atunci va fi mai bine”, „aș mai vrea doar să am o gașcă de prieteni credincioși și voi fi mai bine”, „vreau doar să îmi găsec un prieten, cred că după căsătorie toate lucrurile se vor așeza așa cum trebuie”, etc.

Acum uitându-mă înapoi, am toate acele lucruri pe care mi le doream și care credeam că îmi lipsesc. Însă tot ceea ce am nevoie și îmi lipsește este Dătătorul tuturor lucrurilor, pe care, fiind prea ocupată să „mă bucur” de binecuvântările primite, L-am uitat.



De fiecare dată când Dumnezeu mi-a deschis o ușă, eu L-am uitat acolo, în fața ușii. Mergând mai departe pe „coridor”, am dat de alte uși închise, L-am chemat pe El să le deschidă, dar din nou, L-am lăsat în urmă... În tot acest timp Dumnezeu a fost lângă mine, așteptând cu atâta răbdare să aud glasul Lui care îmi spune atât de clar că degeaba zidesc, dacă El nu este implicat în acest proces. Degeaba încerc să îmi zidesc viața dacă nu o zidesc în Dumnezeu. Degeaba leg relații, dacă nu întăresc cea mai importantă relație, cea cu Dumnezeu.

Dacă treci chiar acum printr-un sezon de așteptare, îmi doresc ca această perioadă să fie plină CU bucurie, fructificând la maxim aceste clipe cu care nu te vei mai întâlni nicodată.

*Alege ca de acum înainte să te bucuri de fiecare moment, în loc să stai într-o stare care nu este după voia Domnului, să te afunzi în gânduri false, de la cel rău.*

*Caută să stai în prezența Lui, citind Cuvântul, rugându-te; petrece timp de calitate cu familia, stai de vorbă cu bunica ta bătrână, pe care poate nu ai mai căutat-o de ceva timp...*

*Ieși în oraș cu fetele, du-te într-o drumeție; citește cât mai mult, din diferite domenii.*

*Pe scurt, găsește plăcere în lucrurile simple. Făcând acest lucru, timpul va trece cu folos, iar lucrul promis nu va întârzia să apară.*

**Rus Renata (foto)  
Biserica „Emanuel”, Tg. Mureș**



# Nu fi ca *Eminescu*.

Ai citit titlul și probabil că ți s-a blocat mintea: „Ahm... ce...? De ce nu mi-aș dori să fiu ca Eminescu: geniu?” O întrebare pertinentă, cum să nu! Da' îți dau un pic de context, chiar dacă va fi doar parțial relevant pentru ce vreau să scot în evidență.

Deci. Drept e că Eminescu a fost un geniu în toată puterea clasică a cuvântului, adică mintea lui pătrundea niște profunzimi ale existenței spre care oamenii obișnuiți nu prea privesc. Dar dincolo de capacitățile lui intelectuale, o parte predominantă a poeziilor lui prezintă condiția omului de geniu (vezi „Luceafărul”). Adică, tot cu profunzimile are treabă, da' se referă la modul în care omul în cauză percepe lumea și pe sine însuși. Aproximativ la fel ca în viață, și în literatură geniul este neînțeles. Iar condiția omului de geniu implică un aspect extrem de reprezentativ: însingurarea. El are niște idealuri pe care lumea „normală” nu le poate atinge, nu le poate întâmpina, așa că, neînțeles, geniul se retrage în lumea lui diferită (pe care o consideră superioară), pe care oamenii de rând nu o pot pătrunde. Însingurare, deci. Ai reținut cuvântul, da? Bun, pentru că o să revin la el. Mai e un pic.

Sunt aproape 2 ani de când m-am întors din Irlanda, unde am locuit timp de fix 3 ani. Eu nu sunt delo-ooc fan plante verzi în ghiveci, de-alea care-s doar frunze, fără vreo pată de culoare. Și când spun că nu sunt fan, vreau să zic... ahm... nu îmi plac defel. Dar primisem acolo o succulentă mititică de la o prietenă super dragă, așa că m-am îngrijit de ea. Când a venit timpul să mă întorc acasă, însă, dilemă: ce fac cu planta? Nu-mi place, dar nici nu vreau s-o pierd, că-i de suflet.

În final, am decis: o aduc cu mine acasă, în avion, în bagajul de mână. Ambițios proiect. I-am scuturat tot pământul, am învelit rădăcinile în ziar, am pus în geamantă ghiveciul original, în care o primisem, și imaginează-ți acum o tipă AntiPlanteVerzi ferind în aeroporturi și-n avioane plântuța aia, ca nu cumva să se turtească sau să moară până acasă. Și am reușit!! Misiune îndeplinită: am replantat-o și toate au fost bune. Până acum nu demult. Nu știu ce s-a-n întâmplat, dar m-am trezit în 14 februarie că trei sferturi din tulpină era înmuiată, ca și cum putrezise. Sau o fi înghețat...? Nu știu, nu mă pricep. Oricum, era dusă. Nah... să vezi atunci tristețe pe mine. Că-mi era dragă datorită persoanei care mi-o oferise.

Ca s-o salvez, i-am desprins vârful, cu gând să-l las scurt în puțină apă să prindă niște rădăcinuțe, după care s-o replantez și să iau de la capăt procesul de creștere. Fiindcă plântuța era mică-mică, am pus-o într-o cutiuță de scobitori, la care am adăugat un strop de apă. Am urmărit-o câteva zile dezamăgită că numa' nu face firisoare, apoi am uitat complet de ea. Mi-am adus aminte după un secol (vorba vine), și ea era tot așa: tot mică, tot fără rădăcini. Și iaca, din 14 februarie până în ziua de azi cred că i-am dat apă numai de vreo 3-4 ori. Adică i-am dat câteva picături. Că am tot uitat. De ce zic până în ziua de azi? Păi... să vezi: acum vreo o lună mi-am dat seama de o chestie tare ciudată: la ora actuală, plântuța mea arată exact așa cum arăta în ziua în care am pus-o în cutiuța de scobitori. Eu nu știu exact în ce măsură ar trebui să reacționeze plantele, dar știu că, în condiții normale, se dezvoltă. Unele mai lent, altele într-un ritm mai alert, dar ceva-ceva tot se schimbă la ele.

Dar planta asta mică n-a făcut nicio fărâmbă de rădăcină, n-a murit, n-a crescut în înălțime, nu s-a dezvoltat absolut deloc pe orizontală... nimic-nimic. Tot ce a făcut a fost să... existe. Adevăru-i că... din stropii aia de apă cu care s-a hrănit în cutiuța de scobitori ce substanțe nutritive să-și ia?! Așadar, n-a murit, n-a „înflorit”, ci doar a existat în tot timpul ăsta. „Exact ca un om care nu-L are pe Dumnezeu, sau ca un creștin mediocru” am gândit instantaneu, iar gândul ăsta m-a cutremurat. Da... exact ca un creștin mediocru. Pfaai, păi atât mi-a fost, că eu sunt genul care vede lecție de viață și în piatră seacă. Așa că am stat și-am rumegat gândul, și de-atunci tot rumeg și tot mai la fix mi se pare. Chiar desprinsă, separată și pusă în cutiuță, planta mea avea în continuare tot potențialul pe care îl are oricare altă plantă. Dar faza-i că nu mai era unde trebuie să fie în mod normal, iar firicelul de apă care-i ajungea la tulpiniță era o nimica toată: apă de la robinet, complet lipsită de substanțe nutritive. Pot fi un creștin cu potențial maxim, la fel ca toți oamenii (fiindcă Dumnezeu pe toți ne-a creat spre gloria Lui, cu un destin fain de împlinit), dar, deznădăcinat, nu am cum să devin ce-am fost proiectat să devin. Dacă nu sunt într-un „pământ” bun, plin de toate substanțele nutritive de care am nevoie și pe care doar din Dumnezeu le pot procura, n-am cum să ajung unde trebuie. Trăiesc pe avarii, pe baza unor pseudoresurse; firicele de apă. Pot fi un filantrop desăvârșit. Dar care este izvorul filantropiei mele? Care e motivația mea? Și poate că și pe astea le am bune. Dar cât pot continua să fiu bun atunci când binele îmi e răsplătit cu rău, de exemplu? Cât mă ține răbdarea? Cât rezist? Numai bunătatea care izvorăște din bunătatea lui Dumnezeu e cea care nu are nevoie de un feedback pe măsură ca să poată avea continuitate în ciuda adversităților.

Numai o dragoste care își are rădăcina în dragostea lui Dumnezeu poate rezista „de una singură”. Frumosul din om e autentic numai atunci când e întreținut de frumusețea lui Dumnezeu. În rest, toate sunt resurse limitate, umbre provizorii ale unei Resurse originale. Duhul lui Dumnezeu în noi produce un rod adevărat. La fel ca în cazul parfumurilor, te poți întâlni și cu replici, unele chiar destul de bune.

Dar oricât de reușite ar fi, replicile sunt replici: ba „nu țin” cum trebuie, ba au mireasma modificată, ba te miri ce. Un cunoscător ar ști imediat să facă diferența. Deznădăcinat, nu pot produce niciun rod autentic. În rădăcinat într-un Pământ de calitate, însă, mă dezvolt, cresc, sunt o încântare pentru Creator și pentru creație, sunt util, produc oxigenul de care are nevoie spațiul în care am fost menit să locuiesc pentru o vreme și îmi împlinesc astfel destinul. Înfloresc, aduc rod, iar sănătatea mea spirituală se conturează din zi în zi.

Revenind la plântuța mea... cât să o mai poată duce, oare? Deja trăiește de pe o zi pe alta, cred. Da, voi încerca să o replantez chiar dacă nu are încă rădăcinuțe, dar am lăsat-o așa până azi de dragul lecției pe care mi-a oferit-o. Sunt conștientă, însă, că n-are cum să mai reziste mult. Nu așa, trăind cu nimic. Cât aș putea eu trăi, oare, cu motoarele rulând pe... nimic?

Mi-am numit plântuța „Eminescu”. Însingurată. Deznădăcinată.



## Nu fi ca Eminescu.

Întinde-ți cu tupeu rădăcinile în cel mai bun Pământ. Răsfață-te cu Viața succulentă care îți poate umple și animă fiecare celulă.

Fii o încântare pentru priviri și Privire. Nu te înștrăina de Sursa de viață, ci fi ca pomul sădit lângă Izvor: tare și eficient.

Ligia Ionese  
Timișoara



# Mă mai plec

*Mă mai plec în bătaie de vânt ce-mi smulg din când în când din frunze  
În ploile ce curg prea des, pictând în gri a sufletului pânze  
Mă mai plec zdrobit, Isus, de încercări ce strâns se țin de humă  
Mă mai plec când mult prea multe lacrimi în sufletul de om se-adună.*

*Mă mai plec când mult prea bine-aud din înalt semețele cuvinte,  
Vorbe ce rănesc adânc, în sălbatic zbor, fragile simțăminte  
Mă mai plec când obosit mă simt, trecând prin multele talazuri  
Mă mai plec, țărână sunt, în lumea plină de necazuri.*

*Mă mai plec în bătaie de vânt dar nu uit să-nalț spre Tine-o rugăciune  
Tu, nădejdea din a lacrimilor cânt, puterea mea în slăbiciune!  
Fă ca rodul meu nicicând să cadă în îmbrățișarea tinei  
Niciodată prea zdrobit, să crească-n mine florile neghinei.*

*Mă mai plec în bătaie de vânt ce nemilos lovesc în neștire  
Dar mă țin de Tine strâns, de jertfa Ta, de-a Ta iubire  
Mă mai plec în bătaie de vânt dar sunt nedespărțit de Tine  
Tu, începutul și sfârșitul, Te-aștept în valea cu suspine!*

**Luiza Călian**



## Învăluită în dragostea Lui

**L**-am urmărit cum o privea. Era petrecerea surpriză de baby-shower a fiicei lui care urma să aibă un băiețel, iar el, un nepoțel. O privea cu atâta dragoste, emoție și mândrie. Chiar dacă fiica lui era acum căsătorită, viitoare mămică, pentru el, ea era tot prințesa lui, fetița lui preaiubită.

Acea privire plină de dragoste m-a dus cu gândul la tatăl meu, la felul în care mă privea, la modul cum mă simțeam în prezența Lui: iubită, unică, prețuită, valoroasă. Era mândru de mine. Chiar dacă tatăl meu nu mai este printre noi, eu sunt, în continuare, privită cu acea privire plină de dragoste de către Tatăl meu ceresc. Sunt privită în fiecare zi, în fiecare clipă. Chiar dacă am impresia că nimeni nu mă vede, de fapt, sunt urmărită îndeaproape cu privirea. Sunt prințesa Lui. Sunt fiica Lui preaiubită.

Tatăl meu ceresc îmi dorește prezența. Și acolo în prezența Lui sunt învăluită și copleșită de dragostea Lui. O dragoste fără condiții, o dragoste perfectă. Importanța lucrurilor trecătoare pălește.

*Temerile mele se risipesc.*

*Întrebările primesc răspuns. Nu mai simt nevoia de atâtea răspunsuri. Sunt înțeleasă. El mă cunoaște pe deplin. Îmi știe bucuriile, înfrângerile și neputințele. Îmi știe zbaterea și dorințele. Știe că mă străduiesc, îmi vede eforturile. Și chiar dacă parcă nimeni nu le vede, El le vede.*

Îndoiala și amărăciunea sunt îndepărtate. Regretele se liniștesc. Sunt suficientă. El este cel care răscumpără vremea pentru mine. Pentru că am preț în ochii Lui și mă iubește, dă oameni pentru mine și popoare pentru viața mea. El îmi pregătește noi oportunități și îmi pune noi vise în inimă. Îmi știe trecutul și viitorul. Îmi știe prezentul. Mă ia în brațe și îmi șoptește să calc pe urmele Lui. Călea ce se așterne înaintea mea este netezită. Curajul și credința îmi cresc. Cu El voi învinge și de data asta. Îmi aliniez cuvintele la Cuvântul Lui și rostesc cuvintele credinței peste viața mea.

Asta se întâmplă când stau în prezența Tatălui meu ceresc. Îmi amintesc cine sunt și pășesc înainte ca o fiică de Rege.

**Mihaela Andreica**  
Biserica "Casa Pâinii", Ocna Mureș



Creați pentru

a crea



**P**rimul lucru pe care Dumnezeu ni-l revelează despre Sine este statutul de Creator. Desăvârșit și deplin împlinit în El însuși, fără a avea nevoie de nimic, caracterul lui Dumnezeu începe să ni se descopere prin actul creației, un act extravagant, născut nu din necesitate, ci din generozitate! Astfel se aruncă asupra Celui Veșnic prima rază de lumină, astfel ni se deschide spre cea mai mare taină o fereastră.

Ce vedem prin ea? Vedem frumusețea inimii unui Tată care cheamă totul în existență. Vedem creativitatea Artistului care împodobește cerul cu galaxii și pământul cu vegetație. Vedem complexitatea și adâncă înțelepciune a Celui care așează cu cea mai mare precizie planete și proclamă legile fizicii peste tot ce a fost făcut. Vedem un Dumnezeu al ordinii, care scoate din haos, din nimic un univers în care la fiecare pas te pasc miracole. Aici, la originea creației, începem să intuim câte ceva despre dragostea Lui fără măsură și despre bunătatea care se înnoiește în fiecare dimineață.

Și tot ce face, El binecuvântează cu darul multiplicării. Peștii sunt îndemnați să umple apele mărilor, iar pasările și restul animalelor pământul. Dar iată că este o creatură care primește mai mult decât binecuvântarea reproducerii, ea primește onoarea de a purta chipul lui Dumnezeu. Această creatură este omul. Și așa cum Dumnezeu este Stăpânul și Creatorul universului, omul este chemat să își folosească asemnarea cu El pentru a stăpâni și pentru a crea. Ce anume? Întocmai toate cele deja aduse de Domnul în ființă.

Purtăm chipul lui Hristos în noi atunci când creem din generozitate. Ne împlinim menirea când aducem în existență: lucruri, artă, oameni. Ce har ni se face când Dumnezeu ne cheamă la a fi co-creatori alături de El! Ce înălțătoare cădere este renunțarea la sine, folosirea inteligenței, a forței și a frigidității, a credinței și a cunoștințelor acumulate pentru a genera ceva nou, pentru a construi, pentru a modela.

***Iar mai presus de orice realizare a ingineriei moderne, mai extraordinar decât orice operă de artă rămâne darul cel mai mare al lui Dumnezeu: VIAȚA!***

Viața naturală, care ne este oferită la concepție și viața veșnică pentru care ne naște Hristos sunt cele mai prețioase cadouri pe care le putem primi. Sunt daruri pentru care noi nu plătim prețul, ci alții. Și tocmai pentru că sunt gratis le dăm așa de puțină importanță. Tocmai pentru că sunt daruri neîndoim adesea de valoarea lor inestimabilă.

Suntem creați, dar Dumnezeu ne cheamă la a fi și creatori cu scopul de a-L înțelege mai bine. Ne cheamă la a fi părinți pentru a înțelege o iubire mai adâncă care transcede preferințele noastre superficiale (să fie blond cu ochii albaștrii, să fie sportiv, să fie doctor, orice numai sănătos să fie etc.). Ne cheamă la a naște pentru a întrezări ce înseamnă suferința dătătoare de viață. Ne cheamă la a șterge lacrimile rezultate în urma neascultării că să înțelegem inima lui Hristos pentru păcătoși. Ne cheamă la a pune limite de dragul viitorului copilului că să înțelegem că poruncile Lui sunt date din iubire.

Ne cheamă Dumnezeu la a aduce viață pe pământul oboist. Și ne cheamă la aceasta în multe feluri: prin a avea copii, prin adopție, prin a fi unelte în mâna Lui și a aduce pe alții de la moarte la viață spirituală, prin a face ucenici. Și nu ne lasă singuri în călătoria asta anevoioasă, nu se retrage în decor încredințându-ne un mandat. Ci se apleacă și ne întărește brațele, ne ascute mințile, ne transformă inimile, ne liniștește îngrijorările și ne poartă durerile.

Ne cheamă Domnul să fim împreună lucrători, ne cheamă să îi semănăm. Să prețuim unde alții desconsideră, să construim unde se dărâmă și să vindicăm unde se rănește. Să creem! Să aducem și noi ordine într-o lume dominantă de haosul păcatului. Să rânduim ceea ce este încurcat și să așezăm în picioare ceea ce este răsturnat. Și să nu o facem fiindcă "trebuie" sau fiindcă "așa e bine" ca nu cumva, după mult efort, să fim cuprinși de amărăciune sau deznădejde. Ci să o facem din generozitatea unei inimii care abundă în iubirea Celui care a salvat-o cu sânge.

Să creem pentru că Dumnezeu ne-o cere nu spre a ne ține ocupați sau spre a ne istovi, ci spre propria noastră bucurie și împlinire. Paradoxal acolo nu se ajunge prin confort, ci prin jertfire de sine. Prea des se renunță astăzi la viață din cauza că mușcăm așa de lesne din minciuna aceasta, punând semnul egalității între împlinire și confort.

E har să ai mâinile grele de la atâta legănat. E har să ai inima încărcată cu poverile celor pe care îi mentorezi. E har să cauți răspunsuri și să găsești doar taine și să fii mulțumit. E har să ai genunchii oboșiți de stăruitoare rugăciune pentru cei morți în păcat. E har să aduci împreună cu Dumnezeu VIAȚĂ pe pământul oboist.

**Ana-Maria Pustan (foto)  
Biserica „Sfânta Treime”, Beiuș**



# Cu ochii inimii larg deschiși

**P**e măsură ce înaintam și ne apropiam de locul ce urma să fie casa noastră de vacanță pentru câteva zile, inima mea era tot mai apăsată, iar gândurile mele goneau în toate părțile, ca într-un trafic intens. Mi se derulau așa multe inconveniente și motive de îngrijorare, care creșteau și îmi dădeau o stare amară. Însă deodată, soțul meu îmi atrage atenția la tot ce ratez, în timp ce stau cu ochii în telefon. Lanțuri de munți îmbrățișați de păduri bogate, un cer frumos, și un lac care părea prea liniștit pentru secolul XXI. Știi, acel peisaj pe care îl fotografiezi și ai vrea să îl stochezi în memoria telefonului, însa e mult prea frumos, și parcă pozele nu îi fac dreptate? Era chiar în fața ochilor mei, iar eu eram gata să îl ratez. Doamne, oare câte alte binecuvântări și frumuseți ratez chiar azi?

Dacă simți și tu că uneori ratezi momente sau zile, sau că bucuria îți ocolește inima, s-ar putea să regăsești răspunsul în unul dintre motivele de mai jos.

## 1. Nemulțumirea și-a găsit un loc calduț în inima ta, și a rămas acolo.

Dacă ai purtat vreodată o pereche de ochelari cu lentile murdare, știi cum e. La orice te-ai uita, tu vezi totul pătat. Nemulțumirea are obiceiul de a păta totul în jur, începând cu propria inima. Când vezi doar motivele de nemulțumire în orice loc ai fi, ratezi multe binecuvântări și ocazii de a te bucura. Pentru că ele sunt chiar în fața ta, dar nu le poți vedea. Pe de altă parte, cel cu inima veselă are o permanentă sărbătoare. Cu inima și gura ta, poți transforma locul în care te afli, într-o sărbătoare sau într-o vale a plângerilor.

Îl ții minte pe Saul, primul împărat al poporului Israel? Deși, orice împărat ar trebui să fie cel puțin mulțumit când poporul său vine acasă cu o "medalie" câștigată în luptă, nu a fost și cazul lui.

Orbit de nemulțumire și invidie, pentru că poporul cânta cântece despre succesul lui David, nu a putut să se bucure nici chiar de o victorie.

Câte victorii, mai mici sau mai mari, ai obținut și tu nu te poti bucura de ele?

Apropo, atunci când adăugăm pe lista noastră cu motive de mulțumire, și victoriile celor dragi, și ne bucurăm pentru reușitele lor, poți avea o listă mai lungă.

Nemulțumirea poate veni în urma comparației, în urma invidiei sau chiar în urma necredinței că Dumnezeu îți poartă de grijă și ție. Sau poate chiar e o perioadă foarte grea pentru tine. Te înțeleg. De aceea, ai nevoie mai mult de a căuta lucrurile bune, în mijlocul mizeriei.

Șterge-ți ochelarii și începe să vezi din nou frumosul din viața ta. Spune-i tu sufletului tău să se bucure. S-ar putea ca el să nu simtă asta natural în fiecare zi.

## 2. Ai o perspectivă prea mică a lucrurilor.

Îl vezi pe Dumnezeu la lucru în viața ta?

Uneori ni se întâmplă lucruri care nu ne plac deloc. Repet: deloc! Dar înainte de a sări la concluzii greșite, e important să practicăm interpretarea lor din perspectiva lui Dumnezeu. Să nu judecăm caracterul lui Dumnezeu pe baza circumstanțelor noastre, ci să privim ce se întâmplă din perspectiva caracterului Lui. Să umblăm prin credință, nu prin vedere. Probabil nu înțelegi de ce e așa, dar înaintezi cu credință în suveranitatea și bunătatea lui Dumnezeu. Căile Lui sunt cele mai bune.

Iar pacea Sa o experimentăm atunci când explicațiile și priceperea noastră se termină; dar nu și credința.

*Am auzit că într-o zi soția lui Martin Luther s-a îmbrăcat în negru, arătând că este în doliu. Când acesta a întrebat-o cine a murit, ea i-a răspuns simplu și direct: cred că Dumnezeu lăsa să moră.*

*-Poftim?! Încercă Luther să deslușească răspunsul ei.*

*-Da, mă uit la tine cum te îngrijești, și te porți ca și cum Dumnezeu tău a murit, iar acum trebuie să fii tu în controlul tuturor lucrurilor.*

Amintește-ți că noi vedem și înțelegem parțial. Nu și Dumnezeu. Amintește-ți că El lucrează în viața ta, și o face prin caracterul Lui bun și suveran.

## 3. Poate ai uitat că locuiești într-o chirie aici.

6 chirii. Am locuit până acum în 6 locuri despre care știam că sunt locuința mea temporară. Așa că m-am bucurat că sunt locuri drăguțe, le-am îngrijit și am încercat să decorez doar cu lucruri pe care să le pot lua cu mine cand mă voi muta. Așa e într-o chirie. Vrei să ai un spațiu frumos, dar nu te atașezi total de el, pentru că știi că nu e casa ta.

Într-o zi, Dumnezeu mi-a reamintit care a fost atitudinea mea față de locurile în care am stat în chirie. Mi-a amintit că și acest pământ e doar o chirie. Să nu ma atașez de el și să nu cred că voi rămâne aici permanent. Să nu uit că cerul este casa mea, iar comorile ce le strâng pentru acolo, nu se vor pierde. Tot ce fac pentru oameni, din dragoste pentru Dumnezeu și ei, înseamnă o comoară în cer.

Păstrează în minte faptul că cerul e casa ta. Va fi mai ușor să nu îți lipești inima de lucrurile care trec și sunt o mână de pământ, știind că nu luăm nimic cu noi când plecăm. Va fi mai ușor să îți ștergi orice lacrimă din ochi, știind că într-o zi, acolo, nu vor mai fi lacrimi de durere.

## 4. Iubesti regulile mai mult decat oamenii.

Eu sunt una dintre aceia care iubesc regulile. Îmi place să le citesc de pe instrucțiuni înainte de a juca un joc, și îmi place să fiu atentă ca nimeni să nu le încalce. "Surpriza" e că trăim într-o lume în care regulile sunt încălcate la Monopoly, la semafor, în afaceri și chiar între prieteni (sigur știi la ce mă refer, nu-i așa?). Când un învățător al legii îl întreabă pe Domnul Isus care este cea mai mare poruncă din lege, răspunsul Domnului Isus nu pare să fie un nou set de reguli:

*"Să iubești pe Domnul Dumnezeu tău cu toată inima ta, cu tot sufletul tău și cu tot cugetul tău".*

În plus, El adaugă și o a doua poruncă, asemenea ei: "Să iubești pe aproapele tău ca pe tine însuși".

Când nu știi care e regula pe care să o urmezi, în relațiile cu oamenii, întreabă-te: Ce îmi cere dragostea să fac?

Știi cât de grea e alegerea de a iubi pe fiecare om, chiar și pe cei care încalcă regulile. Dar combustibilul pentru a putea iubi mai mult, nu e în inima ta și a mea într-un mod natural. Alimentarea se face printr-un singur canal și are o singură sursă: dragostea lui Dumnezeu. Cu cât experimentăm mai mult din dragostea Lui, cu atât putem iubi mai mult.

Întotdeauna, versetul "Dragostea acoperă o sumedenie de păcate", mă făcea să mă gândesc la dragoste ca la o pătură pe care o am în mâinile mele și o folosesc pentru a acoperi păcatele altora. Pentru a trece cu vederea cuvintele care rănesc, nedreptatea, răutatea. Acțiuni ale altora.

Însă Dumnezeu mi-a descoperit că dragostea mă va ajuta să rup cercul vicios al propriilor mele păcate. De fapt, să scap de ele. Atunci când iubești, vei alege să nu bârfești pentru a nu face rău aproapelui tău, să nu îl minți, să nu îl nedreptățești, să nu fi inert în a îi face binele, să îți pese de nevoile lui și să îți ceri iertare atunci când îi greșești. Și astfel, dragostea din inima mea, va face ca bunătatea să crească, oprind astfel zeci de păcate pe care firea mea le-ar revărsa. Și asta e mai mult decât a urma un set de reguli. Asta face dragostea.

Privind oamenii cu dragoste, nu vei rata ocazia de a te bucura de cei din familia ta, de colegii tăi de la muncă și de oamenii pe care Dumnezeu îi lasă în viața ta ca să fii o binecuvântare pentru ei.

## Și acum ce?

Fă următorul pas. Tu știi care e acela pentru tine.

Poate că punctul zero este să îți reamintești de dragostea fără margini pe care Dumnezeu o are pentru tine. Începe de acolo. De la creația ta în mod tainic și intenționat. De la crucea unde Domnul Isus a plătit prețul integral pentru păcatul tău. De la mormântul gol care ne reamintește să ne uităm către cer și să șoptim: "acasă". O prietenă mi-a scris cu mulți ani în urmă, pe un bilețel pe care mi l-a pus în Biblie, următorul citat: "Frumusețea e în ochii privitorului". Și știi, în calitate de copil iertat și răscumpărat de Dumnezeu, că înnoirea minții, e primul proces de transformare pe care El l-a început în mine.

Faptul că uneori simți că ratezi ceea ce e deja în fața ta, și ești copleșita de tot ce înseamnă viață, poate fi un semnal care îți spune că trebuie să te refocalizezi.

*O viață îndreptată în totalitate spre tot ce este adevărat, tot ce este vrednic de cinste, tot ce este drept, tot ce este curat, tot ce este vrednic de iubit, tot ce este vrednic de primit, și spre orice faptă bună, va fi o viață însuflețită în permanență.*

*Fă asta azi. Și mâine. Și în fiecare zi.*

*Ține ochii inimii larg deschiși la ceea ce Dumnezeu are pregătit pentru tine.*

**Naomi Bota (foto)**  
**Biserica "Emanuel", Târgu-Mureș**



# Singură,

## dar sprijinită de Dumnezeu în toate domeniile vieții

“Încredințază-ți soarta în mâna Domnului, încrede-te în El și El va lucra!” (Psalmul 37:5)

**A**cesta este versetul care m-a mângâiat și m-a încurajat în fiecare zi după ce am primit nașterea din nou la vârsta de 48 ani. De atunci a început transformarea pe care a făcut-o și o face Domnul în viața mea zi de zi și pas cu pas până când voi sfârși alergarea și mă voi întâlni cu El și cu toți copiii Lui în slavă. Dacă încă nu ați ales un verset din Biblie care să va mângâie, să va încurajeze este momentul să alegeți unul care să va fie în inima și în minte, la îndemână.

O persoană singură, care nu îl are pe Dumnezeu în viața ei, este cu adevărat nenorocită și o țintă sigură a atacurilor celui rău. O femeie singură care nu este ancorată în Hristos, este vulnerabilă și expusă deznădejdiei. Singura soluție salvatoare este să îl chemăm pe El, Mântuitorul oricărui suflet care îl recunoaște ca Stăpân și Domn, să ne deschidem inimile înaintea Lui, să-l spunem tot ce ne apasă, tot ce ne doare, să recunoaștem că suntem neputincioase, să-l cerem sprijinul și să credem că El ne poate ajuta, ne poate apăra și ne poate da tot ceea ce avem nevoie. Da, tot ce știe El că avem nevoie, nu ce considerăm noi că avem nevoie. “Încrede-te în Domnul din toată inima ta și nu te sprijini pe înțelepciunea ta. Recunoaște-L în toate căile tale și El îți va netezi cărările. Nu te socoti singur înțelept; teme-te de Domnul și abate-te de la rău” (Prov. 3:5-7). Ca să putem face acest lucru avem nevoie de o credință statornică. Cât un grăunte de muștar dacă am avea credință, un munte a-l mută din loc ne este cu puțință. În calea credinței nu poate stă nimic în lumea această pentru că biruință i s-a dat în Numele Domnului Isus.

Motivele pentru care o femeie este singură sunt diferite: este văduvă, este nemăritată, este părăsită de soț, divorțată, se simte singură... Oricare ar fi motivul există nevoia de sprijin, de mângâiere, de ajutor. Și ce frumos este că Domnul nostru este apărătorul văduvei și orfanului, “Dumnezeu este adăpostul și sprijinul nostru, un ajutor care nu lipsește niciodată în nevoi” (Ps 46:1). Ai nevoie de mângâiere, nu știi cum să te rogi, cum să îl chemi? Pentru mine Cuvântul lui Dumnezeu- Sfânta Scriptură a fost și este hrană zilnică pentru a avea putere, călăuzire, speranță, pace și bucurie. Psalmii m-au învățat să mă rog sincer și concret pentru fiecare problemă apărută în viața mea. Evangheliile mi-au vorbit despre caracterul pe care trebuie să îl am, să mă asemăn cu Domnul Isus Hristos, să împlinesc tot ce ne-a învățat ca să mă pot bucura și aici și în veșnicie.

Epistolele mi-au explicat și au aprofundat nevoia de Dumnezeu. În Vechiul Testament Dumnezeu ne vorbește și despre femeia văduva – văduva cu doi copii care a cerut ajutor prorocului Elisei (a fost sfătuită să

folosească ce avea în casă: untdelemnul, cu care a umplut toate vasele și astfel și-a plătit datoria și și-a salvat familia) și despre femeia alungată – Agar, izgonită din casă lui Avraam în pustie (când a rămas fără pâine și apă, la plânsul copilului, Dumnezeu a deschis ochii Agarei și ea a văzut un izvor de apă). Vedem modul minunat în care aceste femei au fost ajutate de Dumnezeu în disperarea lor prin revelație directă sau prin intermediul călăuzirii pe care o dă prin slujitorii Lui. Pentru fiecare dintre noi care trecem prin pustiul singurătății Dumnezeu deschide un izvor de apă și ne deschide ochii să îl vedem. Cuvântul Lui este un izvor de apă care ne stăpără setea și ne dă putere să pășim cu încredere înainte pentru că El ne-a pregătit grădini cu verdeață, El face să nască în inima noastră izvoare care să ne dea bucuria în Duhul Sfânt.

Singurătatea se confruntă adeseori cu neiertarea. Personal, m-am confruntat cu acest sentiment aproape 3 ani de zile. Am scris un articol despre iertare pentru revista *Suflet de femeie*, am reluat versetele din Biblie care vorbesc despre nevoia obligatorie de iertare: “Dar, dacă nu ierți oamenii greșelile lor, nici Tatăl vostru nu vă va ierta greșelile voastre.” (Matei 6:15)... și cu ajutorul Domnului am reușit să iert. Cum poți relaționa cu cineva în pace dacă nu îl ierți? “Urmăriți pacea cu toți și sfințirea, fără care nimeni nu va vedea pe Domnul” (Evrei 12:14). Suntem chemate să urmărim pacea cu toți oamenii, adică și cu cei care ne-au greșit.

Mi-am dorit din tot sufletul să pot ierta, i-am spus Domnului că nu pot, dar să mă ajute El, pentru că la El toate lucrurile sunt cu puțință. Și m-a ajutat, pentru că este un lucru după voia Lui. Până când nu se schimbă în omul nostru interior convingerile noastre greșite, până când vrem să ne îndreptăm, să ne justificăm dreptul nostru, dreptatea noastră și nu îl lăsăm pe El să lucreze după planul Lui, nu după gândurile noastre, nu o să vedem acea biruință pe care numai El o poate da: “El va face să strălucească dreptatea ta ca lumina și dreptul tău ca soarele la amiază.” (Ps 37:6) Și știți de când începe acest proces în care ne îndreptățește El? După ce acceptăm ceea ce ni s-a întâmplat. Doamne ce minunat lucrezi Tu! Când începem să ne smerim, să ne răstignim eul, să vedem ce suntem noi și cine este El, să-i dăm Lui totul, atunci începe El să țese în viața noastră pacea și bucuria.

Atunci vedem biruințele Lui în viața noastră. Și ceea ce face El este mult mai mare decât planurile noastre mărunte, egoiste și cu dorința de realizare imediată. El are îndelungă răbdare cu fiecare dintre noi, dar noi vrem rezolvarea pe loc. Cât de prețioasă este răbdarea în economia lui Dumnezeu! Ce lucrează El în noi este pentru veșnicie. De aceea se cuvine să-l mulțumim și să-l binecuvântăm:

**“Binecuvântează, suflete, pe Domnul și nu uită niciuna din binefacerile Lui! El îți iartă toate fărădelegile tale, El îți vindecă toate bolile tale, El îți izbăvește viața din groapă, El te încununează cu bunătate și îndurare, El îți satură de bunătăți bătrânețea și te face să întinerești iarăși ca vulturul.”**

Aceste versete din Psalmul 103 se referă la binecuvântările pământești de care te poți bucura și dacă ești singură. Dar aceste lucruri nu se pot compara cu strălucirea pe care a pregătit-o El pentru veșnicia care ne așteaptă. Și chiar dacă nu vom beneficia de toate aceste binecuvântări pământești, avem în El o nădejde care nu înșală, aceea că dacă rămânem în El, Răscum-părătorul nostru, Mirele nostru vine să ne ducă în patria cerească. Până nu realizăm cine suntem în Hristos, care este identitatea noastră prezentată în Scriptură (Efeseni 1:3-14) nu vom putea trăi libere în Domnul. Suntem importante, suntem mai mult decât credem, suntem creația lui Dumnezeu și scopul Lui este desăvârșirea noastră. Și dacă El, Dumnezeu a făcut cel mai frumos plan pentru fiecare dintre noi în vederea desăvârșirii, cu siguranță îl va împlini în și cu fiecare dintre noi indiferent cât de singure considerăm noi că suntem. Spun considerăm, pentru că în realitate El veghează viața noastră, pasul nostru, locul în care suntem. Pentru mine, Domnul Isus este dragul inimii mele, îi simt prezența în toată vremea și văd cum intervine în evenimentele din viața mea, îmi umple viața.

O persoană singură are posibilitatea slujirii fără piedici: dispoziția generoasă de a-i ajuta pe ceilalți îi poate aduce femeii singure fericire și împlinire.” Slujiți Domnului cu bucurie, veniți cu veselie înaintea Lui!” (Psalm 100:2). Noi trebuie să fim mădule sănătoase în trupul lui Hristos – Biserica. Este foarte importantă apartenența într-o comunitate iubitoare de Dumnezeu, să avem relații sincere de persoane care ne pot ajuta, care s-au confruntat cu singurătatea și au biruit călăuzite de Duhul Sfânt. Eu am avut harul să fiu consiliată în perioada de debut a singurătății de o soră care a fost un bun sfetnic pentru mine. Doamne ce minunat lucrezi Tu! V-ați întregat vreodată ce se întâmplă cu floarea-soarelui în zilele mohorâte și ploioase, când cerul este complet acoperit de nori? Nu-și pleacă corola spre pământ, și-o îndreaptă spre altă floare pentru a face schimb de energie. Așa trebuie să ne susținem și noi. Merită să plătim orice preț în călătoria noastră prin această lume pentru a fi totdeauna în

prezența Lui. El nu ne va lăsa singure în lupta care se dă împotriva noastră, dacă ne încredem în El. Atunci când oglinda sufletului nostru este Dumnezeu, frumusețea noastră strălucește printre cei din jurul nostru chiar dacă suntem singure pentru că Dumnezeu este cu noi!

Pași practici care te ajută în vindecarea sentimentului de singurătate:

- **nu vorbi de rău pe cel care ți-a produs suferință, nu te plânge celor din jurul tău de cel care te-a rănit, eventual confesează-te unei persoane de încredere**
- **roagă-te și crede cu tărie și statornicie că Dumnezeu este singurul care poate aduce alinare și rezolvare, Lui să-ți deschizi inima și să-i spui totul**
- **cere-i Domnului să te echipeze cu tot ce ai nevoie în această confruntare, să te transforme pe tine ca să poți face față situației; înțelepciune, călăuzire și multă răbdare**
- **nădăjduiește în ceea ce a pregătit El pentru tine, El are un plan cu viața ta**
- **înconjoară-te de femei mature spiritual, care te pot sfătui în problemele cu care te confrunți**
- **iartă-l pe cel ce te-a rănit și iartă-te și pe tine pentru că Dumnezeu te-a iertat și privește în jurul tău să vezi că sunt și alte nevoi în viața celor care te înconjoară,**
- **implică-te, fă cu bucurie toate lucrurile ca pentru Domnul, numără-ți binecuvântările, nu eșecurile**
- **mângâie și încurajează femeile singure cu ceea ce te-a mângâiat Domnul pe tine**

Prin orice ai trecut sau treci, gândește-te că Însuși Domnul Isus – Fiul lui Dumnezeu a purtat povara celor mai grele sentimente ale celor care trec prin singurătate, El Însuși a fost părăsit de toți. Ai încredere că El simte durerea din inima ta, îi pasă de tine, te va mângâia, te va vindeca și nu te va părăsi niciodată.

Fiți binecuvântate!

**Lidia Aldea**  
**Biserica “Bethel”, Târgu-Mureș**



# Păzește-ți inima...

Păzește-ți inima mai mult decât orice, căci din ea ies izvoarele vieții! - Prov 4:23

**C**arta Proverbelor este plină de învățături sănătoase și foarte practice care cuprind toate domeniile vieții și abordează multe situații în care ne găsim uneori: ascultarea/neascultarea, mânia, bunătatea/răutatea, sărăcia/bogăția, frica de Domnul, disciplinarea copiilor, înțelepciunea, prietenia, cumpătarea. Într-o seară de joi, la biserică am fost îndemnați de păstorul nostru să ne luăm fiecare un verset din Proverbe și apoi să discutăm puțin legat de acel verset. Gândindu-mă ce aș putea alege din atâta bogăție de sfaturi, m-am oprit la Prov 4:23.

**„Păzește-ți inima mai mult decât orice, căci din ea ies izvoarele vieții!”**

**“Păzește-ți inima cu toată atenția, căci din ea ies izvoarele vieții!”(NTR)**

**“Mai presus de toate lucrurile, salvați -vă inima, pentru că viața curge de la ea!”**

Din punct de vedere biologic, inima este cea care susține întregul organism, este motorul vieții, are un rol vital în menținerea vieții, face parte din sistemul circulator, cu rol de a pompa sângele spre toate organele și toate țesuturile.

La inimă ajunge și otrava și leacul. Tot ce otrăvește viața și tot ce lecuiește viață ajunge și trece prin inimă.

Deseori am auzit sau am citit cărți, articole, studii care ne spun că cel mai important este creierul, de acolo pornesc toate acțiunile noastre. Dar, iată că în Biblie găsim acest îndemn: păzește-ți inima mai mult decât orice, mai mult decât creierul, mai mult decât ochii.

Dumnezeu ne îndeamnă să ne păzim inimile, pentru că este un loc esențial în identitatea noastră de copii ai Lui.

Dacă ne uităm în Biblie, vom găsi multe versete care ne spun despre ce este inima:

- **inima este locul unde strângem comori** “strâng Cuvântul Tău în inima mea, ca să nu păcătuesc împotriva Ta” -Psalmi 119:11, tot aici le și păstrăm “păstrează-le în adâncul inimii tale”-Proverbele 4:21.
- **cu inima chibzuim** “..și se gândea la ele în inima ei” LUCA2:19,
- **cu inima gândim și judecăm** “pentru ce aveți astfel de gânduri în inimile voastre?” Marcu 2:8.
- **inima este locul central de unde pornesc cântările de laudă** “vorbiți între voi cu psalmi, cu cântări de laudă și cu cântări duhovnicești și cântați și aduceți din toată inima laudă Domnului”-Efeseni 5:19.
- **inima este și cel mai bun interlocutor al nostru** “mă gândesc la cântările mele noaptea, cuget adânc înăuntrul inimii mele...” Psalmi 77:6
- **inima este capabilă să creadă sau să nu creadă** “dacă deci îl mărturisești gura ta pe Isus ca Domn și crezi în inima ta că Dumnezeu L-a înviat din morți, vei fi mântuit.” Romani 10:9

Și am putea continua cu alte exemple. O mare parte din păzirea inimii presupune să înveți cum să îți controlezi gândurile, cuvintele, faptele, trăirile și perspectiva asupra vieții. De obicei, ceea ce crezi se reflectă în ceea ce spui. Ceea ce spui influențează felul în care te simți și acest lucru se manifestă în atitudinea ta generală. Cum putem să avem o inimă curată, sănătoasă, ferită de trucurile înșelătoare ale diavolului? Iată câteva metode practice:

Citește, studiază Cuvântul lui Dumnezeu în fiecare zi.

Roagă-te în fiecare zi, cerând călăuzire și putere.

Împlinește ceea ce ai citit din Biblie.

Alege-ți bine relațiile și prietenii.

Cere-ți ajutor și sfaturi de la oamenii care îl cunosc pe Dumnezeu și au o viață trăită după voia Lui.

„Păzește-ți inima mai mult decât orice, căci din ea ies izvoarele vieții!” Izvorul este o apă subterană care iese sau țâșnește la suprafața pământului, o apă curgătoare, începutul unui râu.



Izvorul se mai referă și la o sursă de lumină sau de căldură, este un lucru din care provine ceva.

Un izvor de apă este ceva care aduce înviore, proșteime prin apă curată, cristalină, dar sunt și izvoare cu apă murdară, care nu ne fac nici un bine, ci ne îmbolnăvesc trupul și nu sunt nici plăcute privirilor noastre.

Ce izvoare ies din inima noastră? Izvorul nemulțumirilor? Izvorul cârtirii, al bârfelor, al invidiei, al mândriei al aroganței, al nesupunerii și altele care nu fac nici un bine celor din jurul nostru, care nu ne înviorează nici pe noi, nici pe cei de lângă noi. Suntem noi o sursă de lumină și de căldură, pentru cei care nu cunosc Calea Domnului?

La ce izvoare alergăm noi și căutăm înviore?

Când auzi un cuvânt rău, acoperă-ți urechea, ca otrava cuvântului să nu ajungă până la inima ta și să nu îți strice izvorul vieții. Când vine bogăția, nu îți lipi inima de ea. Când vezi răutate în jurul tău, nu privi acolo, tu fii lumină pentru cei din jurul tău. Să avem mare grijă să nu tulburăm izvoarele, nici cele care ies din inima noastră, nici pe cele din jur! Proverbe 4:23 spune să îți păzești inima pentru că ea determină cursul vieții tale.

Meditează la acest lucru. Orice e în inima ta va ieși la iveală în viața de zi cu zi. Ceea ce avem în inimă, aceea vom oferi celor ce sunt în apropierea noastră!

Să ne cercetăm sincer, fiecare: izvoarele care țâșnesc din inima noastră sunt izvoarele apelor vieții, curate, alinătoare și vindecătoare sau sunt izvoare care ne otrăvesc și pe noi, și pe alții?

**“Dacă însetează cineva, să vină la Mine și să bea. Cine crede în Mine, din inima lui vor curge râuri de apă vie, cum zice Scriptura.”**

**“Căci la Mine este izvorul vieții; prin lumina Ta vedem lumina.”**

**Adriana Rus (foto)  
Biserica “Emanuel”, Târgu-Mureș**



# Mulțumitor și pentru cicatrici

**D**acă ar fi să trăim doar cu lucrurile pentru care am mulțumit am fi fericiți? Ne-ar fi ele de ajuns, ar fi ele tot ce avem nevoie?" Aceste cuvinte m-au trezit la realitate. Le-am repetat de mai multe ori după ce le-am auzit la începutul unui mesaj.

De ce mulțumim doar atunci când suntem în lipsă de ceea ce aveam nevoie? De ce vedem importanța unui lucru doar atunci când suntem privați de el?

De ce ajung, Doamne, să îți mulțumesc pentru ceva abia atunci când pierd?

Îți mulțumesc pentru înțelepciune abia atunci când iau o decizie bună, după o serie de decizii care m-au îndepărtat de Tine și de planul Tău. Îți mulțumesc pentru puterea de a spune „nu” abia atunci când sunt extenuată de atâtea activități pe care n-am avut puterea să le refuz.

Îți mulțumesc pentru liniștea din suflet abia atunci când gălăgia devine sufocantă și sufletul meu se simte sleit de puteri.

Îți mulțumesc pentru picioare sănătoase abia atunci când încep să șchiopătez sau când sunt nevoită să apelez la un ortoped ca să văd de ce se umflă mereu. Îți mulțumesc pentru ele abia atunci când mă dor atât de tare încât abia pot călca pe ele.

Îți mulțumesc pentru auz bun abia atunci când văd pe cineva apropiat cu un aparat sau aflui de operația celui de lângă mine. Îți mulțumesc de prea puține ori când aud că cineva mă strigă sau când îmi pun căștile în urechi pentru a asculta o nouă piesă.

Îți mulțumesc pentru ochi abia atunci când trec pe lângă un nevăzător sau când încep să am dureri de cap din cauza nepurtării ochelarilor.

Prea rar îți mulțumesc atunci când îi deschid dimineața sau când îi folosesc citind, scriind sau lucrând.

Îți mulțumesc pentru mâini sănătoase și puternice abia atunci când mă dor și când nu mai pot să le țin ridicate spre cer.

Îți mulțumesc pentru părinți, frați, soră, cumnate și nepoate abia atunci când dorul mă cuprinde sau când problemele vin peste viața noastră de familie. Îți mulțumesc abia atunci când îngrijorările îmi acaparează privirea.

Vreau să încep să-ți mulțumesc mai des, Doamne! Vreau să încep să-ți mulțumesc pentru ce-mi oferi zi de zi.

Vreau să încep să-ți mulțumesc pentru sănătate cât încă o am, pentru familie și prieteni cât încă sunt lângă mine. Vreau să-ți mulțumesc pentru fiecare lucru care vine din mâna Ta. Vreau să-nvăț să mulțumesc.



*„Sunt mulțumitor și pentru cicatrici  
Pentru că fără ele nu aș cunoaște inima Ta  
Și știu că vor spune întotdeauna despre cine ești  
Așa că pentru totdeauna sunt mulțumitoare pentru cicatrici”  
răsună acum în căștile mele.*

Vreau să-ți mulțumesc pentru nopțile dureroase care se transformă în dimineți pline de speranță, pentru încercările pe care le schimbi în binecuvântări, pentru lacrimile de tristețe transformate în lacrimi de bucurie, pentru visele care devin realitate și pentru cântarea de jale pe care o prefaci în cântare de mulțumire.

**Flavia Precup (foto)  
Biserica Creștină "Casa Pâinii", Ocna Mureș**



## Doamne

*Privesc răsăritul cu-a lui bucurie  
Atât de frumos cu raza-aurie  
Și simt bunătața ce-o reverși peste mine  
Și-nalț mulțumirea  
Nu-i nimeni ca Tine!*

*M-așez în grădină să-ți caut favoarea  
Și-aud cântând privighetoarea  
Văd cum își ia zborul spre zări senine  
Răspund mulțumită  
Nu-i nimeni ca Tine!*

*Privesc haina verii scăldată în rouă  
În curând frunze ce ruginesc când plouă  
Mă mistui în rugă printre suspine  
Te-ador și te laud  
Nu-i nimeni ca Tine!*

*Privesc asfințitul, cântând osanale  
Aș vrea să apun fără prea multe escale  
Să mă înalț către stele în brațe divine  
Și-acolo să rămân căci,  
Nu-i nimeni ca Tine!*

**Precup Susana (foto)  
Biserica Creștină "Casa Pâinii", Ocna Mureș**



# Binecuvântare

## pentru generații

**D**e-a lungul scurtei perioade de când m-am pus la dispoziția Domnului, am țesut în cugetul meu o mulțime de obiective, scopuri, visuri și speranțe, pornind de la dorința de a-L glorifica. Firul roșu care se remarcă în această complexă dantelărie a fost aspirația de a fi o binecuvântare în generația mea, dar și pentru cele care vor urma.

Oricine poate observa că societatea modernă a pierdut din vedere valoarea viitoarelor generații. Paradoxal, efortul de a prezerva planeta, de a încuraja reciclarea, educația ecologică, salvarea speciilor de animale și plante pe cale de dispariție este zadarnic dacă umanitatea se degradează. Dacă societatea nu încurajează nașterea de copii, dacă familiile cu mulți prunci sunt o țintă a compătimirii și a unei aspre judecăți, dacă avorturile sunt înălțate la rang de mândrie, iar căsătoria este călcată în picioare, pentru cine se doresc a fi făcute atâtea schimbări? Toate acestea reprezintă o preocupare corectă, dezirabilă și responsabilă, însă oamenii pierd din vedere nevoia fundamentală de a se investi în locuitorii planetei, înainte de toate, iar ca efect, grija și dragostea pentru creația lui Dumnezeu ar decurge natural.

Această tendință se reflectă, adesea, și în viața anumitor persoane. Unii se zbat pentru a-și ridica locuințe deosebite, pierzând din vedere unde vor locui în veșnicie. Aleargă din zori pentru a-și îndeplini toate visurile materiale. Adorm cu sufletul gol și flămând după ce s-au trudit ca să aibă mai mult decât aproapele său. Câteodată, acest iureș al vieții pământești împiedică sau împovărează chiar și pe creștini.

Vremurile grele din punct de vedere moral, veștile înspăimântătoare care circulă par să aștearnă un nor de resemnare și deznădejde peste inimile lor. Generațiile viitoare par a fi cuprinse de întunericul incertitudinii care parcă își întinde mantia și peste cea actuală.

Toate lucrurile bune ne sunt dăruite de Dumnezeu și ne putem bucura de ele. Totuși, în timp ce ne străduim să realizăm un decor frumos și să întreprindem tot felul de strategii pentru a ne face traiul cât mai confortabil, să nu uităm că noi, creștinii, trâm (sau cel puțin ar trebui) pentru mai mult decât pentru ziua de azi sau pentru săptămâna curentă.

Noi avem o chemare, o vocație, un loc în planul lui Dumnezeu într-o vreme ca aceasta (Estera 4:14). Indiferent la ce filă de calendar ne situăm în acest moment, perspectiva eternității trebuie să ne însoțească pretutindeni, zi de zi și să îi menținem flacăra vie prin rugăciune, Cuvânt, închinare și părtășie. Să nu ieșim de pe pista alergării noastre cu gândul că am făcut destul, să mai lăsăm loc și altora (Filipeni 3:14). Întotdeauna există căi nebatătorite pe care să le explorăm pentru a duce Împărăția lui Dumnezeu spre noi orizonturi, iar aici nu mă refer doar la un sens geografic. Miliarde de suflete nu au auzit de dragostea lui Dumnezeu. Mii de orfani, văduve, bătrâni, sărmani, familii dezbinat nu zăresc o lumină mângâietoare în necazurile lor.

Până la venirea Stăpânului, noi, robi și roabe, trebuie să lucrăm cu pasiune și credincioșie. Creștinii nu au datoria de a face lumea "un loc mai bun", ci de a spune lumii despre bunătatea lui Dumnezeu și iubirea lui nesfârșită de la Cruce. Faptele frumoase și milosteniile ocupă un loc primordial în viața de discipol al Domnului, însă ele trebuie să fie un indicator spre gloria Sa, un râu de splendoare cu originea într-o inimă transformată și regenerată de har.

Consider că meditația asupra perspectivei generaționale, implantarea acestuia în sistemul nostru de valori, ne amplifică zelul și simțul răspunderii față de modul în care trăim acum. Noi nu putem ști câți urmași vor veni, ce familii își vor întemeia și cum se va răspândi ceea ce lăsăm în urmă. Cu toate acestea, când viziunea noastră capătă aceste dimensiuni, ale generației contemporane și ale celor viitoare, viețile noastre se vor îmbogăți în semnificație, scopuri și obiective.

Într-o zi, am ascultat fascinată mărturia unei familii care prezenta începutul lucrării evanghelice într-o comunitate aproape de zona mea domiciliară.

Fascinația mea se datora în prim-plan, nu evenimentelor în sine, ci faptului că un om a rupt undeva, în arborele lui genealogic, un lanț al pierzării. Prin harul lui Dumnezeu, a devenit ulterior prima verigă a unei moșteniri spirituale sănătoase ce dăinuie și azi în acel arbore familial.

*Tu ce poziție ocupi acum în lanțul genealogic al neamului tău?*

*Ce moștenire lași tu pentru cei care vin după tine? Ce semeni în viețile celor din jurul tău (care la rândul lor se vor înmulți mai departe)? Gândește-te la cum erau antecesorii tăi și la cum vor fi succesorii tăi.*

*Poate nu te afli într-o relație de căsătorie sau nu ai copii. Totuși, ce influență radiezi în casa ta, în societate? Te implici activ pentru a fi o binecuvântare pentru alții? Pentru ce valori militezi?*

În orice sezon ai fi, moștenirea anilor petrecuți pe pământ se adună. Tot ce semeni, vei culege tu și următorii locuitori ai acestei lumi. Avem nevoie de oameni ai lui Dumnezeu și în următoarele generații până când mâna Lui va scrie ultima filă de istorie.

Începe cu tine, cu cei din casa ta, de la locul de muncă, din biserică și din comunitate. Nu aștepta un nou an pentru a pune eternitatea sufletului tău și a oamenilor pe primul loc.

**Adriana Iurea**  
**Biserica Creștină după Evanghelie**  
**din Liteni**





Atât de

*... departe*

**M**ă găsesc plină de nostalgie plimbându-mă pe străzile copilăriei. Glumesc adesea spunând că părinții ne deportau la bunici în vacanțele de vara, și mai vedeam orașul abia în septembrie când începea școala. Păstrez în suflet amintiri frumoase cu oameni trudiți de munca solicitantă de la țară, cu gustul mâncării de atunci pe care nu îl mai regăsesc nicăieri, și serile prelungite cu copiii la un joc pe uliță.

Atât de departe.....

Ajunsă în dreptul casei unde copilăria prindea contur, deși nu mai locuiește nimeni acolo de ceva vreme, în fața ochilor îl văd pe bunicul cum așezat pe prispă îmi zâmbeste în timp ce repară o bicicletă. Îi zâmbesc și eu înapoi de parcă e cu adevărat acolo. L-am iubit mult. O văd și pe bunica așteptând să scoată plăcintele cu brânză dulce din cuptorul amenajat afară. Pot chiar să simt mirosul amețitor de bun pentru o clipă, dar.....atât de departe!

În fața casei vecinilor, era o mică livada cu cireși, vișini și meri, care sunt tot acolo. Era locul preferat unde toți copiii ne duceam pături și ne bucuram de un joc de șeptică, de povești care păreau atunci fără sfârșit și de fructele proaspete de vară. Dacă fac puțină liniște în suflet, parcă îi pot vedea și pot să le aud râsetele și chicotelile. Nici foamea nu reușea să ne despartă. Se mai găsea câte unul care pleca pe furiș să își aducă o felie de pâine cu untură, iar noi ceilalți abia atunci realizăm că era exact ce ne lipsea și îi urmam rapid exemplul.

Îmi e dor..... și totuși atât de deoarte!

Nu știu despre voi, însă uneori parcă mi-ar plăcea să mă pot întoarce înapoi în timp și să retrăiesc anumite episoade și amintiri plăcute. Mi-ar plăcea să mai povestesc cu bunicu și mi-ar plăcea să îmi strecoare bani pe furiș în mâna pentru o înghețată, să mă reîntâlnesc cu toți prietenii de atunci și să uităm că vine seara continuând să ne jucăm "de-a v-ați-ascunselea".

Dar....e atât de departe!

Interesant cum înaintăm, dar e imposibil să ne mai întoarcem înapoi în timp. Purtăm amintiri, însă totul a rămas în urmă și inaccesibil.

De-a lungul vieții, vom avea multe experiențe care vor rămâne în urmă. După cum ști și tu din propria ta poveste de viață, unele le vei purta cu drag în suflet chiar dacă nu te vei mai întâlni niciodată cu acele momente, iar altele...din păcate ai vrea să le ștergi cu un burete dacă ar fi posibil.

Am trei vești pentru mine în primul rând și apoi pentru tine.

Prima e că: "nelegiuirile noastre pun un zid de despărțire între noi și Dumnezeu nostru; păcatele noastre ne ascund Fața Lui și-L împiedică să ne asculte!" Isaia 59:2 Sper că ai înțeles bine! Nu e vorba despre păcatele altora. Este vorba despre păcatul tău....da, al tău! Și este vorba de păcatul meu! Cel mai crunt lucru în viața asta și apoi, este să fim despărțiți de Dumnezeu când avem așa mare nevoie de El. Poți lăsa în urmă tot, dar nu pe El. Să nu am acces la trecut, poate rămâne doar o nostalgie, dar să nu am acces la Dumnezeu, trebuie să fiu conștientă că asta m-ar despărți de un viitor împreună cu El. Putem să ne înșelăm singuri, îndreptându-ne atenția asupra păcatelor altor oameni, și să pierdem din vedere că Dumnezeu ne ia individual pe fiecare. Totul este personal, între mine și El. Felul meu de a trăi, mă apropie sau mă desparte de ceea ce nu aș vrea să pierd niciodată.

A doua e că "Bunătățile Domnului nu s-au sfârșit, îndurările Lui nu sunt la capăt, ci se înnoiesc în fiecare dimineață...." (Plângeri 3:22,23). Astăzi avem șansa de a ne alinia cu voia Lui pentru viețile noastre. Acum e timpul potrivit pentru a face curățenia de toamna în suflet, de a renunța la orice nu îi aduce onoare. Știu și eu, dar ști și tu, care e acel lucru, adicție, idol, poftă, comportament care îi întristează inima și îl face să își ascundă fața. E momentul să renunțăm la tot ce ne desparte de cer.

Nu în ultimul rând avem o promisiune extraordinară:

**"Cât de departe este răsăritul de apus, tot atât de mult îndeapărtează El fărădelegile noastre de la noi." Psalmii 103:12**

Deși porți în inima și în gândurile tale, regretul eșecurilor, iată că Dumnezeu are soluția perfectă. Dacă ești o gospodină, cu siguranță ai fost la cumpărături, iar sacoșele tale, au fost o adevărată provocare din cauza greutateii lor. Ce bine a fost când cineva s-a oferit să îți întindă o mână de ajutor sau chiar să îți ia bagajul. Pare de necomparat cu greutatea păcatelor, însă e chiar atât de simplu. Dacă ești dispusă să renunți la povară, Dumnezeu promite să o ia de la tine și să o ducă atât de departe, încât să nu îi mai simți niciodată greutatea și vina. Știu că poate părea banal, dar asta face El....eliberează, vindecă, restaurează și aduce un nou răsărit. Păcatul meu și al tău, au apus....

Soarele răsare în fiecare dimineață și apune în fiecare seară. O dată cu apusul nu mai poți schimba ce a fost ieri, dar cu siguranță poți alege diferit pentru ziua de mâine.

Când Isus a acceptat crucea, mâinile Lui au fost larg întinse pe lemn și străpunse, astfel încât nu puteau să se atingă una pe cealaltă. Îndreptate în două direcții diferite, parcă gata să te cuprindă, pt a-ți arată cât de mare e dragostea Lui jertfitoare și cât de departe alungă păcatul de la ține.

Atât de departe!



”*”Căci, dacă este cineva în Hristos, este o făptură nouă. Cele vechi s-au dus, iată că toate lucrurile s-au făcut noi. Și toate lucrurile acestea sunt de la Dumnezeu, care ne-a împăcat cu El prin Isus Hristos și ne-a încredințat slujba împăcării; că adică, Dumnezeu era în Hristos, împăcând lumea cu Sine, neținându-le în socoteală păcatele lor și ne-a încredințat nouă propovăduirea acestei împăcări.”*

*2 Corinteni 17,18*

**Daniela Decean  
Biserica "Casa Tamplarului" Ocna-Mureș**



# Jehova Ire

Domnul care va purta de grijă

*"Nu te teme căci Eu sunt cu tine.*

*Nu te uita cu îngrijorare căci Eu sunt Dumnezeuul tau.*

*Eu te întăresc și Eu îți vin în ajutor.*

*Eu te sprijin cu dreapta Mea biruitoare" (Isaia 41:10)*

**U**nul dintre mărețele nume ale Dumnezeuului nostru este acesta: Jehova Ire "Domnul va purta de grijă!"

De curând am fost martora unei minuni pe care "Yehova Ire" a manifestat-o în viața nepoatei mele, un copil sincer, cu o inimă sensibilă. Ca orice copil, este pof-ticioasă și când îi place o mâncare bună este nerăbdătoare să o savureze.

Totul s-a întâmplat în această vară, pe malul mării, lângă un șezlong, pe nisipul fierbinte. Era o dimineață superbă și singura ei dorință era să savureze un covrig proaspăt, îndemnată fiind și de insistența și repetitiva propoziție: "Covrigei proaspeți, covrigei proaspeți, avem!!!!"

După ce a mâncat primul covrig, potolindu-si cătuși de puțin foamea, și după ce s-a bucurat de apă și soare, foamea a revenit dorindu-și un al doilea covrig. În timp ce își exprima această dorință, exact în fața șezlongului ei, trecând vânzătorul ambulant, se desprinde și cade unul spre uimirea și bucuria noastră.

Exact în fața ei!!! Exact când a avut nevoie! Exact ce și-a dorit!!!...Am izbucnit totuși în râsete și aplauze și oarecum mulțumitori pentru ea și pentru felul în care Dumnezeu își dezmiardă copiii. Exact în acel moment mi-am amintit de nenumăratele moduri prin care Dumnezeu a purtat de grijă poporului Său de-a lungul istoriei... minuni consemnate în Biblie pentru întărirea credinței noastre:

- poporul evreu a fost hrănit miraculos cu mană și prepelițe, iar hainele și încălțăminte nu li s-a stricat timp de 40 de ani
- văduva din Sarepta Sidonului a trăit minunea înmulțirii uleiului
- proorocul Ilie a fost hrănit la râu de către corbi
- Avram a primit un berbec pentru arderea de tot
- Isus a hrănit miraculos 5000 de bărbați fără femei și copii cu 5 pâini și 2 pești... și cu siguranța exemplele pot continua.

Acest Dumnezeu care a uimit oamenii vechiului și noului testament este același Dumnezeu și azi. Această experiență pe care am împărtășit-o cu voi, dragi cititoare, mi-a cimentat și mai mult credința în **Cel care poartă de grijă**; și mai mult, credința acestui copil a fost întărită.

**CRED în puterea Cuvântului SCRIS și ROSTIT!**

**CRED că indiferent ce vremuri vor veni,**

**IEHOVA IRE va suplini orice nevoie.**

**CRED că dacă hrana va lipsi vreodată de pe masa noastră, Dumnezeu se îngrijește de noi prin moduri doar de EL știute.**

**Oamenii prevăd foamete și dezastru,**

**dar acolo unde ei văd FOAMETE, noi vedem PÂINE.**

**Unde ei spun EȘEC noi rostim BIRUINȚĂ.**

**Unde ei spun NEPUTINȚĂ noi rostim în credință că**

**PUTEM totul în Cristos care ne întărește.**

**Mă rog să trăiți experiențe cu Dumnezeu pentru ca să fiți întăriți în credința voastră.**

Acesta este Dumnezeuul nostru! Acesta este Dumnezeuul pe care Îl Slujim! Nu te îngrijora de ziua de mâine. Ajunge zilei necazul ei.

Fiți binecuvântate!

**Simona Decean (foto)**

**Biserica "Casa Tâmplarului", Ocna Mureș**



## Roade culese...

**V**oi culege-ntr-o zi roadele iubirii  
Semănate cu trudă, udate cu chin;  
Mă voi desfăta la umbra Luminii,  
Dar până atunci mai culeg și...pelin

**Voi vedea într-o zi comoara ascunsă,  
Curcubeul ceresc, aurora din zori,  
Mă voi bucura la vederea Cununii  
Dar până atunci, mai văd și ...nori**

**Voi cânta într-o zi cântările slavei  
Împreună cu îngerii și toți cei sfinți;  
Imnuri cerești răsuna-vor de-a pururi  
Dar până atunci, cânt și cu...rugăminți**

**Voi cunoaște-ntr-o zi iubirea divină,  
Diamantul ceresc cu reflexele vii  
Când iubirea de jos, chiar suavă, suspină...  
Dar iubirea cerească...oare cum va fi?**

**Volumul de versuri  
„POEMUL INIMII”**

**Lidia Duciuc**





prețuiește ziua de

**AZI**

**C**u toții ne dorim să avem o zi bună, dar nu mulți sunt cei care știu cum arată o zi bună, cu atât mai puțin cum să creeze una. Și mai puțini sunt cei care înțeleg modul în care felul cum trăiești ziua de azi influențează ziua de mâine.

Eram la un stand cu cărți, și mi-a ieșit în evidență un titlu interesant: Ziua de astăzi contează de John C. Maxwell. Nu am ezitat și mi-am cumpărat-o! De felul meu sunt o persoană organizată, mă trezesc foarte devreme dimineața și îmi place să îmi planific ziua în agendă pentru a fi mai eficientă în ziua respectivă.

Îmi place proverbul care spune: "Nu lăsa pe mâine ce poți face astăzi" și bineînțeles trăiesc după versetul din Matei 6:34 - "Nu vă îngrijorați deci de ziua de mâine, căci ziua de mâine se va îngriji de ea însăși. Îi este de ajuns zilei necazul ei." - conștientă fiind de importanța zilei de azi, mâine nefiind al nostru.

Am început să citesc cartea, care m-a ajutat să înțeleg și mai mult importanța zilei de azi (vă recomand cu toată inima această carte). Dacă până atunci mă consideram o persoană care își organizează bine ziua, să știi că de fapt făceam și eu parte din categoria de oameni care aveau impresia că știu cum să o facă.

Vreau să știi un lucru - crearea succesului în viața ta (în orice domeniu: spiritual, familial, profesional etc) constă în concentrarea pe ziua de azi.

Biblia ne spune să nu ne îngrijorăm pentru ziua mâine...astăzi contează! Poate sună ciudat, însă ASTĂZI este singurul timp pe care îl avem. E prea târziu pentru ziua de ieri și nu te poți baza pe ziua de mâine. De aceea contează ziua de azi! Așa cum spune și John C. Maxwell: "Singura pregătire potrivită pentru ziua de mâine este folosirea cu înțelepciune a celei de astăzi."

Jurnalistul W.Allen White spunea: "O mulțime de oameni nu au reușit să trăiască pentru ziua de astăzi. Și-au petrecut viața tânjind după viitor. Au scăpat cu totul din vedere lucrurile care erau astăzi în puterea lor, fiindcă numai viitorul însemna o provocare pentru ei...și pe nesimțite, viitorul a devenit trecut." Dacă îmi doresc să las ceva în urmă, să dau sens vieții mele, trebuie să încep să mă concentrez pe ziua de astăzi. Aici se află succesul zilei de mâine.

Nu voi mai avea o a doua șansă să trăiesc ziua de azi! Și bineînțeles, pentru a putea să dau valoare zilei de azi, am nevoie de două lucruri: disciplină și decizii.

Deciziile pe care le iau azi îmi vor asigura o zi de mâine mai bună, iar disciplina mă va ajuta să continui zi de zi în a lua decizii sănătoase pentru viața mea.

Cum arată ziua ta de astăzi? Care sunt lucrurile pe care ți le-ai propus să le faci? Cum îți împarți timpul?

Cel mai mult îmi dă satisfacție când bifez Țin dreptul lucrurilor pe care am reușit să le fac în ziua respectivă. Disciplina de a face ceea ce mi-am propus mă ajută să am la finalul zilei satisfacție și împlinire că am reușit să fac mare parte din ceea ce mi-am propus. Dar dacă nu aș avea o listă cu ceea ce trebuie să fac, cred că mi-aș risipi ziua cu lucruri ne semnificative sau chiar cu timp pierdut. Ceea ce mi se întâmpla de multe ori în trecut.

Acum să vă spun cum arată o listă de-a mea... Pentru mine, prima parte a timpului o dau lui Dumnezeu - timpul meu de părtășie, motiv pentru care mă trezesc foarte devreme, înaintea tuturor din casă. Îmi dau prima parte a zilei părtășiei cu Tatăl și cu siguranță voi avea o zi de succes deja.

Încerc tot timpul să nu las timpul de părtășie pe seara, deoarece consider că i-aș da resturile...energia mea, concentrarea, atenția deja îmi sunt pe

gata și simt că nu i-aș da cel mai bun timp ci doar restul ce a mai rămas din el! Apoi îmi organizez ziua în funcție de priorități. Mi le notez pe o hârtiuță și le pun în ordinea priorităților, după care îmi încep ziua. Pentru fiecare dintre noi lista arată diferit, însă cel mai important este să îți planifici ziua în așa fel încât lucrurile importante pe care trebuie să le faci să le poți duce la bun sfârșit.

Timpul este cel mai de preț. Când pierzi timpul, acesta s-a dus pentru totdeauna. Ralph Waldo Emerson spunea: "Păzește-ți bine momentele libere. Sunt ca niște diamante neprelucrate. Dacă renunți la ele, nu le vei cunoaște valoarea niciodată. Fă-le mai bune și vor deveni cele mai strălucitoare pietre dintr-o viață trăită cu folos."

Noi nu putem schimba timpul, însă ceea ce putem face este să schimbăm felul în care îl abordăm.

Robert J. McKain spune: "Motivul pentru care nu ne îndeplinim mare parte din țeluri este că ne petrecem timpul ocupându-ne mai întâi de chestiunile secundare."

Vrei ca ziua ta să fie o zi de succes? Începe căutând mai ÎNTÂI Împărăția lui Dumnezeu, caută să petreci timp cu El, roagă-te și dă-i Lui primele minute din ziua ta!

Atunci când îmi încep ziua cu Dumnezeu, sunt un alt om! Sunt zile și în viața mea când sar câte o dimineață din cauza faptului că anumite lucruri de ieri au rămas neterminate și am deadline să le finalizez ... și ajung să iau din timpul lui Dumnezeu pentru că nu am știut să-mi gestionez bine timpul de ieri!

Atunci când îl pui pe Dumnezeu pe primul loc, când cauți mai întâi Împărăția Lui, cu adevărat toate celelalte lucruri vin pe deasupra. Pacea și liniștea lăuntrică, bucuria și mulțumirea pe care ți le dă Dumnezeu nu le poți găsi în nici un alt domeniu în care te implici peste zi.

Pacea, bucuria și speranța care vin din Dumnezeu sunt cu tine indiferent prin ce treci în ziua respectivă.

Când îl pui pe Dumnezeu pe primul loc, de fapt te raportezi la Dumnezeu ca și sur-sa tuturor lucrurilor și Cel care stăpânește peste toate lucrurile.

În Efeseni 5:15-16 BVA, Pavel ne vorbește cât de important este să ne planificăm timpul și să îl prețuim, și spune așa: "Deci fiți atenți la calitatea vieții voastre. Să nu urmați exemplul celor neînțelepți, ci trăiți ca niște oameni înțelepți. Astfel, să folosiți timpul cu maximă eficiență; pentru că trăim zile rele!"

Astăzi contează, pentru că ziua de mâine este influențată de alegerile pe care le faci azi. Astăzi poți alege să trăiești cu scop, luând decizii bune și disciplinându-te să faci asta în fiecare zi. Ceea ce devii este rezultatul alegerilor de astăzi!

Cum e ziua ta de fapt? Ești mulțumită de modul în care îți petreci timpul? E Dumnezeu prioritar pe lista ta? ASTĂZI, cât se spune astăzi, ia decizii sănătoase și disciplinază-te să le aplici în viața ta.

Vreau să închei cu o poezie scrisă de Dale Witherington pe care o găsiți scrisă în cartea lui John C. Maxwell, și se numește "Crezul arhitectului vieții":

*"Astăzi este cea mai importantă zi din viața mea.*

*Ziua de ieri, cu reușitele și victoriile ei, cu strădaniile și căderile ei, s-a dus pentru totdeauna.*

*Trecutul e trecut. Încheiat. Sfârșit. Nu-l pot retrăi. Nu mă pot întoarce să-l schimb.*

*Voi învăța însă de pe urma lui și îmi voi face mai bună ziua de Astăzi.*

*Astăzi. Iată momentul. ACUM. Este darul lui Dumnezeu pentru mine și este tot ce am.*

*Ziua de mâine, cu bucuriile și durerile ei, cu triumfurile și necazurile ei, n-a sosit încă.*

*Ba chiar s-ar putea să nu mai vină niciodată.*

*Prin urmare, nu mă voi îngriji pentru ziua de mâine.*

*Ziua de astăzi mi-a fost încredințată de Dumnezeu.*

*Este tot ce am. Îmi voi da toată silința pe parcursul ei.*

*Voi arăta tot ce am mai bun pe parcursul ei - caracterul meu, talentul meu, abilitățile mele - pentru familia și prietenii mei, pentru clienții și asociații mei.*

*Voi identifica acele lucruri care contează cel mai mult pentru ziua de Astăzi și le voi duce până la capăt.*

*Iar la sfârșitul acestei zile, voi privi în urmă cu satisfacție la ce am realizat.*

*Atunci, și numai atunci, voi planifica ziua de mâine, căutând, pe seama zilei de Azi,*

*să devin mai bun, cu ajutorul lui Dumnezeu.*

*Apoi, voi merge la culcare împăcat...mulțumit."*

(Dale Witherington, "Crezul arhitectului vieții")



**Paula Decean (foto)**

**Biserica "Casa Tâmplarului", Ocna Mureș**



## Nu te teme, căci mai mulți sunt cu noi decât cu ei

2 Impărați 6:16

**N**u par să treacă câteva zile în care să nu mă confrunt cu un anumit grad de stres. În unele zile, acesta este într-o măsura mai mica, dar alteori este atât de puternic încât simți că îți pune stăpânire pe toată ființa. Acesta nu apare doar cu o anumită intensitate, dar este cauzat și de circumstanțe diferite din viața mea.

Ca mulți alții, tot mai mult ne lăsăm copleșiți de evenimentele care ne invadează viața, care ajung la noi prin diferite mijloace. Nu poți să rămâi pasiv la schimbările majore care au loc în jurul nostru. Nu poți să închizi ușa și să pretinzi că totul este bine. Trăim vremuri de nesiguranță, de nepăsare și de bunăstare. Cineva spunea că trăim mai bine decât regii de odinioară. Totuși acest cuvânt nociv, stres pune stăpânire pe viețile noastre fără să ne dăm seama.

De ce suntem copleșiți de stres, de neliniște?

Totul se reduce la felul în care privim problemele. Dacă privim la Dumnezeu prin lentila problemelor noastre, atunci îl vom vedea foarte mic, dar dacă privim la problemele noastre prin lentila adevărilor Sfintei Scripturi atunci problemele noastre vor părea mici. Când stresul pare că pune stăpânire pe mine, mă întreb: Oare nu mă uit mai mult la obstacolul din calea mea, decât la puterea lui Dumnezeu și la credințioșia Lui? Îmi aduc aminte de o întâmplare din Vechiul Testament care ilustrează atât de frumos această realitate. În 2 Impărați 6 de la versetul 14. Împăratul Siriei trimise o oaste puternică, să îl elimine pe Elisei, deoarece acesta știa planul de atac al împăratului și de fiecare dată armata lui Israel era pregătită. Când slujitorul lui Elisei vede această oaste puternică, venită să îl captureze, începe să se îngrijoreze. Cine nu s-ar fi îngrijorat în situația lui? Dar Elisei îi răspunde: „Nu te teme, căci mai mulți sunt cei cu noi decât cu ei”. Acesta este un răspuns care este valabil și pentru problemele din viața noastră. Servitorul sigur s-a întrebat dacă stăpânul său este conștient de pericolul care îi amenința. Cât de diferite erau perspectivele! Ambii bărbați erau în fața aceleiași probleme și, totuși cât de diferit au văzut realitatea! Servitorul era stresat pentru că vedea o moarte sigură, fără nicio cale de scăpare.

Elisei vede dincolo de amenințarea de moment, vede mâna Domnului care îi purta de grijă. Vă puteți imagina ce perspectivă diferită are acest servitor când ochii îi sunt deschiși și vede „muntele plin de cai și de care de foc împrejurul lui Elisei”?

Răspunsul la îngrijorările pe care le avem nu va veni întotdeauna sub forma unor cai și care de foc, dar principiul este același în vechime ca și acum. Noi nu vedem tot ceea ce Dumnezeu vede. Noi nu avem informația completă. Stresul apare atunci când tragem concluziile greșite cu privire la circumstanțele noastre bazându-ne pe informația limitată pe care o avem. Avem nevoie de rugăciune pentru ca Dumnezeu să deschidă ochii și să putem vedea lucrurile prin ochii credinței. Numai când ne îndreptăm toată atenția spre Dumnezeu, spre puterea Lui și spre bunătatea Lui, atunci vom putea să avem odihnă în credințioșia Lui.

Formula prin care biruim stresul din viețile noastre nu este una complicată. Profetul Isaia ne aduce aminte (Isaia 26:3): „Celui cu inima tare, Tu-i cheazășuiești pacea; da, pacea, căci se încrede în Tine.” La fel și psalmistul proclamă un verset care ne aduce alinare în Psalmul 94: 19: „Când gândurile negre se frământă cu grămada înăuntrul meu, mângâierile Tale îmi înviorează sufletul.”

Există o expresie în limba engleză: „Keep your eyes on the road”, în sens metaforic, „să fii atent la ce se întâmplă în viața ta”. Dacă ne permitem să ne abatem, la fel ca o mașină care iese de pe partea carosabilă, rezultatul spiritual va fi dezastruos. Dacă ochii spirituali nu mai sunt ațintiți spre Isus Cristos și spre Cuvântul Său, este foarte probabil ca viața mea să ajungă o epavă năpădită de stres, anxietate și îngrijorare.

El este bun, este prezent în fiecare aspect din viața noastră. Haideti să nu lăsăm grijile să ‚sufoc’ Cuvântul din viața noastră, ci să ne păstrăm privirea pe Singurul care poate da liniște sufletului nostru. Cred că această cântare, prin versurile ei, poate aduce încurajare pentru sufletele noastre. Știm că avem un Dumnezeu care a fost credincios în trecut și va fi credincios și în continuare.

**Lavinia Roberts (foto)  
Bistrița**

*Cuvântul: „Cu voi sunt, deci nu vă temeți!”  
Luminează-mi calea acestei vieți.  
El, prin nori, ca rază, ne străbate așa.  
Mă bucură graiul: „În veci nu te voi lăsa!”*

*R: „Eu nu te voi lăsa,  
Eu nu te voi lăsa!”  
Așa mi-a promis El mie:  
„În veci nu te voi lăsa!”*

*2. Floarea veștejește, mirosul pierzând;  
Pot să treacă toate, dar Isus nicicând!  
Căci Mântuitorul veșnic e al meu,  
Și întotdeauna mă păstrează în harul Său.*

*3. Când a mea cărare se va întuneca,  
El va grăi dulce: „Nu te înfricoșa!”  
Iar odată, în ceruri, când îl voi vedea,  
Plin de bucurie, cu El voi cânta!*



# Mărturie

"Nu voi muri, ci voi trăi și voi vesti lucrările Domnului"...

**E** un har, de fiecare dată, să am ocazia să pot mărturisi pe Domnul și ce a făcut El în viața mea... Zi de zi, trăiesc viața ca pe un dar nemeritat și Îi mulțumesc Domnului că a avut milă de mine.

Mă numesc Ciocan Oana. Sunt din Botoșani, dar în prezent locuiesc în Cleveland, Anglia. Povestea mea începe acum 13 ani... La numai un an de la căsătorie, am fost diagnosticată cu o boală incurabilă: Lupus eritematos cu afectare renală și pleurală. Boala avansase repede și în foarte scurt timp mi-a afectat fiecare organ în parte. Mă simțeam tot mai rău. Înțelegeam, și simțeam cuvintele fierbinți ale psalmistului: „Mă înconjuraseră legăturile morții și mă îngroziseră râurile pieirii; mă înfășuraseră legăturile mormântului și mă prinseseră lațurile morții.”... Am fost internată prin mai multe spitale în Botoșani, Brașov și Cluj. La o clinică din Cluj, doctorița mi-a spus că am venit târziu și că boala avansase prea mult. Și acum retrăiesc momentul când mama i-a zis doctoriței: „Doamna doctor, faceți ce puteți și Dumnezeu își va face partea Lui...” Și, într-adevăr, Dumnezeu Și-a făcut partea Lui...

„În strâmtorarea mea, am chemat pe Domnul și am strigat către Dumnezeuul meu: din locașul Lui, El mi-a auzit glasul, și strigătul meu a ajuns până la El, până la urechile Lui.” Nu eram singură...O armată de oameni mijloceau pentru vindecarea mea – biserici din Botoșani, Cervicești, Iași, Gura Humorului, Houston-Texas, rude, prieteni, chiar și copiii de la orfelinatul creștin unde lucram... Nu știu pe cine a ascultat Dumnezeu mai mult, însă vreau să mulțumesc tuturor!

Minunea vindecării mele s-a petrecut la întoarcere dintr-o permisie de la spital. Am hotărât să cer să mi se facă ungerea cu untdelemn. Însoțită de familie și câțiva prieteni scumpi, ne-am deplasat la casa fratelui Jan Axinte din Roma, Botoșani. Ne-a povestit viața lui cu Dumnezeu, cum l-a cheat Dumnezeu în lucrare și minunile pe care Dumnezeu le făcuse. Erau minuni verificabile, frați și surori de toate vârstele care au fost vindecați. Fratele plângea când ne povestea și mi-a spus că Dumnezeu mă vindecă.

*În simplitate, adunați în Numele Lui în rugăciune, Dumnezeu a lucrat: s-a atins de mine și m-a vindecat ... Cuvintele sunt prea sărace să descriu ce am simțit atunci, însă din clipa aceea am știut că Dumnezeu m-a vindecat.*

Din momentul acela, am hotărât să nu mai iau nici o pastilă (luăm câte 14 tb /zi) . Am scăzut doză săptămânal, treptat, știind că sunt steroizi, apoi nu am mai luat nimic.

La scurt timp, am rămas însărcinată și mulți îmi spuneau că după tratamentul pe care îl luasem (mai ales citostatice) copilul nu va trăi. Mai mult, întrucât la ecograf ni s-a spus că va fi fetiță, dacă totuși va trăi, boala i se va transmite și ei...Dar Dumnezeu spune: „Eu Mă îndur de cine vreau să Mă îndur și am milă de cine vreau să am milă!”. Vreau să vă spun că fetița noastră Daria a „sfidat” medicina și s-a născut perfect sănătoasă . Acum are 10 ani, Dumnezeu a creat-o nespun de frumoasă și e un dar de la Dumnezeu, nesperat și nemeritat.

Nu a fost deloc ușor, însă experiența aceasta m-a ajutat să-L cunosc pe Dumnezeu și să experimentez umblarea cu El. Altfel simt prezența Lui, am învățat să mă bucur de El și să-mi pun toată nădejdea în El, care știe ce face! Până nu treci prin cuptor, nu știi cum să plângi pentru aproapele tău, nu știi cum să-l încurajezi...Pentru cei care m-au văzut în timpul bolii, nici nu trebuie să folosesc cuvinte, pentru că știu de unde m-a scos Dumnezeu. Nu am fost cu nimic mai deosebită ca alții... doar am crezut că Dumnezeu e singur mea speranță și că doar El îmi poate reda viața...

Cu mângâierea cu care am fost mângaiată, vreau să mângai pe cei care trec prin cuptoarele încercării: Dumnezeu este același ieri, astăzi și în veștii vecilor! În ”încercările de foc” despre care citim în 1 Petru și care „vin deodată peste voi ca să vă încerce”, Dumnezeu vede ( El este El Roi), poartă de grijă (El e Jehova Iire) și vindecă (El e Jehova Rafa)! Puneți-vă la inimă cuvintele încercatului Iov: „Știu că Tu poți totul și că nimic nu poate sta împotriva gândurilor Tale”...

Doamne, iată-mă! Mă voi lauda cu Tine toată viața mea și voi cânta totdeauna îndurarea Ta! Voi spune din neam în neam, cu gura mea, credincioșia Ta, Doamne.

**Oana Ciocan (foto)**



# Slujire prin gesturi mărunte

*Binecuvântat să fie Dumnezeu,... care ne mângâie în toate necazurile noastre...” (2 Cor. 1:3-4)*



**D**omnul este credincios să mângâie!” îmi scria o prietenă.

Avea dreptate. Am avut și eu parte de mângâierea lui Dumnezeu. E minunat cum am primit mângâiere și încurajare prin prietenele care mi-au fost alături în rugăciuni și nu numai, în zilele mele de încercare.

Într-o zi, pe când așteptam rezultatele unor analize medicale, însoțită fiind de sora mea, am intrat la plăcintăria de peste drum de clinică, să servim plăcinte cu brânză ”ca la mama acasă”. Acolo lucrau împreună trei surori. M-am împrietenit cu ele, iar atunci când reveneam la tratament, la intervale de trei săptămâni, aceste prietene îmi pregăteau plăcinte calde cu brânză și cu mărar, preferatele mele. Știau că-mi plac mult, iar pentru mine erau ca trimise de Isus. Mă simțeam iubită și îngrijită de El.

La scurtă vreme după ce am încheiat tratamentul, s-a închis plăcintăria. Atunci am realizat mai bine că fusem dezmiardată de Domnul care știuse cât de bine-mi cădea mie de acele plăcinte minunate în perioada foarte grea a tratamentului. Parcă pentru mine era ținută acea plăcintărie.

**Această ”slujire cu plăcinte” mi-a rămas ca o prețioasă piatră de aducere aminte pe care n-am s-o uit niciodată!**

Într-una din zile citeam din cartea profetului Isaia, din capitolul 61 și m-am oprit la expresia din versetul 2: ”să mângâie pe toți cei întristați”. M-am gândit atunci să fac și eu ceva practic, ceva ce să-i aducă mângâiere cuiva. I-am scris un scurt mesaj unei prietene mai tinere, de curând rămasă văduvă. Mi-a trimis înapoi tot cuvinte de mângâiere și am fost încurajată la rândul meu.

Îi sunt mulțumitoare Domnului pentru toate încurajările, mângâierile și gesturile de slujire de care mi-a făcut parte fiecare prietenă.

Ce prețioase oportunități în viața mea!

**Pușa Rațiu  
Biserica ”Făclia”, Cluj-Napoca**



# Nu te teme

**N**umele meu este Boantă Eszter-Tunde, sunt soție, mamă și fiică de Dumnezeu.

Am un soț minunat și doi baieti, Luca și Mark, care sunt cu adevărat un dar de la Dumnezeu.

Până nu demult m-am confruntat cu un sentiment care mă apăsa și mă ținea pe loc, sentimentul fricii. Nu-i așa că vi se pare cunoscut cuvântul frică? Așa-i că de multe ori ne cuprinde frica și uităm că suntem fiice de Rege. Uităm de Cine am fost creați, uităm Cine este Tatăl nostru, și ne îndoim de puterea Lui? Noi mamele, ne dorim să fim alături de micuții noștri în fiecare moment, să-i ocrotim, să le acordăm atenție și să creștem Oamenii din ei.

Haideți să vă spun câteva experiențe din viața mea de familie, prin care am învățat...multe.

Băiețelul nostru mai mare, Luca, avea 3 ani, când într-o dimineață, când toți ne-am trezit, soțul meu a deschis geamul din dormitor și noi toți ne-am dus în altă cameră. Pe vremea aceea locuiam într-un apartament la etajul trei. Printre pregătirile de dimineață, am observat că Luca lipsește de lângă noi. M-am dus în liniște în camera cu geamul deschis, unde l-am găsit pe Luca. El, stătea în geam, ieșit până la brâu, și se uită în jos la mașinile care circulau pe stradă. Am înghețat și zeci de gânduri șuruiau în mintea mea: cine îl păzește cu adevărat? "De ce te temi? Ai încredere în mine?" Parcă era o voce cerească... Când am primit un pic de putere, l-am luat din geam și m-am așezat jos cu el... Atunci am realizat, împreună cu soțul meu, cât de mică e puterea noastră, dacă Dumnezeu n-ar fi de partea noastră zi de zi. De multe ori uităm că în mâinile lui Dumnezeu este toată puterea, El ere în Mâinile lui viața și moartea. De câte ori vi s-a întâmplat și vouă ca într-o situație să vă blocați și chiar n-ați mai putut înainta, dar atunci a intervenit Dumnezeu cu puterea cerească și a rezolvat situația dificilă. A doua experiență pe care vreau să o împărtășesc cu voi, dragi cititoare, s-a întâmplat într-o zi, când soțul meu era plecat și eu am rămas acasă cu cei doi copilași. În acea zi aveam câteva lucruri de rezolvat. Așa că am luat copilașii și am plecat.

Când am ajuns la destinație, am realizat că uitasem cheia de la casa în ușă. A apărut din nou frica și îngrijorarea. Dacă cineva luase cheia din ușă? Dacă intrase cineva în casă?...Unul dintre băieții mei a observat neliniștea mea, și m-a întrebat: "Mami, de ce ești agitată, te pot ajuta?" Atunci i-am spus și lui ce s-a întâmplat, la care el a răspuns: "Mami, nu ști că Dumnezeu locuiește la noi în casă? Nu știi că El ne păzește casa de hoți? De ce ți-e frică? Ce cuvinte! Cât adevăr! Ce încurajare!"

Da, Dumnezeu ne întărește și ne amintește să nu ne fie frica chiar și printr-un copilaș.

Iată și a treia experiență. S-a întâmplat în luna Ianuarie, când Luca avea doi ani, iar Mark patru luni. Era seara târziu, când m-a sunat soțul meu să aduc ceva în casă de pe balcon. Zis și făcut. Am ieșit pe balcon și am tras ușa după mine, Luca, curios a vrut să vină după mine. A apăsat clanța în jos, și atât a fost. M-a închis afară, în frig și fără telefon. Am început să plâng. Chiar nu aveam nici o speranță. Pe stradă era liniște, nu era nici o mișcare pe drum. Vă puteți închipui: doi copilași mici în apartament, soțul meu plecat, eu fără telefon pe balcon, iar ușa de la intrare în apartament încuiată. S-a terminat, mă gândeam, acum voi aștepta ore întregi până ce îmi va veni ajutorul. Ce credeți că s-a întâmplat peste o ora? L-am zărit pe fratele meu venind la noi. Când l-am văzut nu știam ce să fac: să rad, să plâng sau să strig de bucurie. Cred că le-am făcut toate 3 odată. Și dădeam slavă Domnului că El a fost cel care a trimis ajutorul la momentul potrivit. Dacă stau să mă gândesc, am mult mai multe experiențe, mari și mici, prin care am putut vedea măreția lui Dumnezeu, și prin care am învățat că El e Dumnezeu Atotputernic și dacă El e de partea noastră, cine ne poate sta împotriva? De cine să ne temem?

Doresc să închei cu un verset din Cuvântul lui Dumnezeu, care se află în 2 Timotei 1:7.

**"Căci Dumnezeu nu ne-a dat un duh de frică, ci de putere, de dragoste și chibzuință"**

Fiți binecuvântate!

**Eszter Tunde Boantă (foto),  
Biserica "Poarta Cerului" - Duren, Germania**



## Alimentația toamnătică bogată în micro și macronutrienți

**O**dată cu instalarea toamnei și a temperaturilor mai scăzute, studiile indică o creștere a tendinței de a consuma alimente bogate în carbohidrați – tocănițe, piure de cartofi, macaroane cu brânză – de altfel, preparate culinare mai copioase și calde. De asemenea, Kristin Herlocker, nutritionist expert, de la Diabetes Centers of America, cu sediul în Huston, afirmă că temperaturile exterioare scăzute determină o scădere a temperaturii corpului, iar acest lucru declanșează dorința de a consuma alimente care vor încălzi corpul nostru. Așadar, atunci când corpul uman transmite mesajul "încălzește-mă", creierul recepționează ceva asemănător "aduceți macaroanele cu brânză".

Deși, din punct de vedere tehnic, orice aliment îți va stimula metabolismul și te va ajuta să îți crești temperatura corpului, însă, din punct de vedere cultural, nu suntem antrenați să ne gândim la salate sau fructe și legume ca fiind mâncare pentru sezonul rece. Un factor ar fi faptul că acestea se regăsesc într-un număr mai redus pe timpul sezonului rece, dar și pentru că asociem sezonul rece cu mese mai bogate și mai grele, încă de când

eram copii. Cu toate acestea, este indicat să avem o alimentație echilibrată din punct de vedere nutrițional chiar și pe timpul sezonului rece.

**Prin alimentație echilibrată înțelegem asigurarea necesarului de macro și micronutrienți esențiali pentru o funcționare cât mai optimă a organismului nostru. Ce sunt macro și micronutrienții? Categoria macronutrienților cuprinde proteinele, carbohidrații și lipidele, fiecare având un rol specific în organismul nostru, iar micronutrienții cuprind vitaminele și mineralele.**

În sezonul rece, cu toții știm cât de important este să avem un sistem imunitar puternic, iar acesta poate fi susținut și printr-o alimentație echilibrată și sănătoasă. Alături de alți factori (precum stresul, somnul și activitatea fizică), nutriția influențează în mod direct sistemul imunitar (baza în apărarea împotriva bolilor și a infecțiilor).

Hrana bogată în vitamine și minerale previne, prin intermediul antioxidanților, degradarea prematură

a celulelor și contribuie la producția de limfocite T implicate în combaterea infecțiilor.

Conform unei multitudini de studii și date clinice, vitaminele A, B6, B9, B12, C, D, E, dar și mineralele, precum zinc, fier, cupru și seleniu sunt în mod direct implicate în generarea și potențarea răspunsului imun. De asemenea, unul dintre rolurile proteinelor în organism este de a produce anticorpi pentru sistemul imunitar. Așadar, pentru a avea un sistem imunitar puternic este important să avem o alimentație bogată în proteine, vitamine și minerale, cu toate că în sezonul rece tendința este de a consuma preparate culinare bogate în carbohidrați și lipide.

Bineînțeles, nici acestea nu trebuie excluse, ci mai degrabă este indicat să stabilim un echilibru, astfel încât să oferim organismului nostru necesarul de nutrienți pentru funcționarea cât mai bună a acestuia.

**Varvara Anita  
Biserica "Betel Zorilor" Cluj-Napoca  
Doctorand în biotehnologii alimentare**



## Ingrediente:

- 650 g piept de curcan
- 30 ml ulei de măsline
- 1 lgt sare
- 1 lgt piper alb
- Sos de mere:
- 6 mere medii
- ½ lgt scortisoară
- Zeamă de lămâie
- Extra: 100 g nuci

## Garnitura:

- 400 g dovleac plăcintar
- 400 g ciuperci pleurotus
- 30 ml ulei de măsline
- 3 căței de usturoi
- 1 lgt sare
- 1 lgt piper
- Pătrunjel proaspăt

## Mod de preparare:

Pieptul de curcan se spală și se tapotează cu un prosop de hârtie pentru a îndepărta surplusul de apă. Uleiul, sarea și piperul se amestecă bine într-un bol separate, apoi se tăvăleşte carnea prin acest amestec. Se masează cu degetele pentru a acoperi toată suprafața cărnii. Se acoperă vasul cu o folie alimentară și se refrigerază 2 ore (sau chiar peste noapte)

Ciupercile se spală și se tapotează cu prosop de hârtie. Dovleacul se curăță de coajă și de semințele din interior, se spală și se tapotează cu prosop de hârtie. Apoi se taie cuburi potrivite (de mărime medie). Pătrunjelul se taie mărunț, usturoiul se feliază și se amestecă cu uleiul de măsline, sarea și piperul. Legumele se masează bine cu amestecul de condimente și se așează într-un vas yena. Pe patul de legume format se așează carnea condimentată în prealabil și se dau la cuptor aproximativ 45 de minute, la temperatura de 180°C (cuptorul fiind încălzit în prealabil)

### Sosul de mere:

Se curăță merele de coajă și se scoate căsuța seminală, după care se spală și se taie cubulețe mici. Într-o cratiță se adaugă merele tăiate cubulețe și două linguri de apă, apoi se gătesc la foc mic până la înmuierea lor. După ce acestea s-au răcit, se pasează cu un blender, se adaugă scortisoara și zeama de lămâie și se omogenizează

Se încinge o tigaie la foc mediu, iar apoi se adaugă miezul de nucă tăiat mărunț. Se lasă la prăjit aproximativ 5 minute, cu amestecare continuă. Mare atenție: nu se pune ulei/apă și nici nu se acoperă



## Piept de curcan în sos de mere, cu dovlecel și ciuperci pleurotus la cuptor

### Plating:

Pe o farfurie se pun legumele, lângă acestea carnea de curcan pe care se întinde sosul de mere și se presară nucă prajită. Preparatul se servește cald. Poftă bună!



**Varvara Anita**  
Biserica "Betel Zorilor" Cluj-Napoca  
Doctorand în biotehnologii alimentare



## Chec cu budincă, ciocolată și portocale

**P**entru că ne apropiem de sezonul rece, am ales să vă prezint o rețetă ce ne duce cu gândul la dulcele împletit cu aroma portocalei, ceaiul de mentă facut ca și în copilărie la ibric, o cană drăguță și o pătură pufoasă.

### Ingredientele pentru chec:

- 3 ouă
- 1 cană zahăr (10 linguri)
- 1 cană lapte
- 1/2 cană ulei
- 1 plic praf budincă cacao
- 1 cană și jumătate de făină
- 1 lingură cacao

Se bat gălbenușurile împreună cu zahărul până se obține o spumă pufoasă, se adaugă praful de budincă, cacao, și se bat încă 2 min împreună.

Treptat adăugăm uleiul mixând ușor, urmat de lapte.

Vom obține un material lichid însă nu vă speriați, urmează să presăram făina și să o încorporăm bine fără a forma cocoloașe, aici se adaugă și praful de copt (1/2 dintr-un plic).

Lăsăm acest vas deoparte să se odihnească ce am muncit până acum. Luăm vasul în care am separat albușurile și le mixăm bine până obținem o spumă fermă.

Cu o spatulă de silicon adăugăm în primul vas și încorporăm ușor, amestecăm până cele două preparate devin 1, iar apoi turnăm compoziția în tava de chec ce este unsă cu ulei și tapetată cu făină. Punem la cuptorul încins cc 40 de min la foc moderat.

Se face testul scobitorii. Când checul este gata, chiar de este cald se scoate din tavă urmând glazura.

### Pentru glazură:

- 1 ciocolată neagră cu gust de portocale (J.D Gross Almond&Orange -Lidl)
- 1 portocală

Storcem sucul într-un vas ce se pune pe foc, adăugăm bucățile de ciocolată și așteptăm să se topească. Când s-a topit ciocolata o turnăm peste chec lăsându-l pe acel planșeu până se răcește (cc 5 ore).

Eu am încercat să îl servesc cu o cană de ceai de mentă și portocale. Doresc să vă împărtășesc că gustul de mentă și portocale este uimitor. Menta- detoxifiant garantat, este o plantă din gama plantelor aromatice. Cunoscută sub numele de isma se găsește atât pe dealuri (menta sălbatică) dar și în grădinile gospodăriilor. Această plantă are proprietăți atât antioxidante cât și dezinfectante. Gustul aromat și mirosul ei te fac să îți dorești să revii la încă o ceașcă de ceai!

### Cum am procedat:

Am cules mentă din propria grădină și am spălat-o de praf, urmand să o pun la uscat. După ce menta se usucă se păstrează cel mai bine în săculeți de bumbac sau pungi de hârtie.

Am pus apa la fiert și am adăugat menta, când apa fierbea. Ca să nu elimine din proprietăți am lăsat-o doar un minut după care am stins focul. Am acoperit-o cu o farfurioară timp de 5 min. Într-o cană am tăiat o felie de portocală și am pus-o pe fundul căni. În momentul în care am turnat ceaiul de mentă practic a trecut prin felia de portocală ca printr-o sită urmând ca la final portocala să plutească deasupra ceaiului.

Așa se obține cel mai bun gust de portocală în ceaiul de mentă. Vă doresc poftă bună, alături de ceva bun și dulce și ceaiul de mentă.

Dumnezeu să vă dea o toamnă bogată, cu multe bunătați în cămară și multe roade duhovnicești în suflet!

**Lidia Bleahu**  
Biserica "Harul", Târgu- Mureș





# În căutarea lui Șilo

Pentru copii între 7-13 ani

Seria de povestiri „În căutarea lui Șilo” își are rădăcinile în camera de somn a copiilor mei. Acolo, aproape seară de seară, apărea acest suspans: „... și ce s-a întâmplat mai departe vom afla mâine”. Bineînțeles că, doar după trei-patru astfel de momente de suspans în aceeași seara, copiii mei erau duși de Moș Ene prin alte castele cu povești, dar nu de puține ori Moșul devenea confuz și-l ducea pe povestitor în lumea aceea fantastică.

Atunci când au crescut, copiii mi-au cerut ca în albumul lor cu amintiri să existe și povestirile din odaia de somn. Purtând în suflet și frustrarea că nu am reușit și nici nu voi reuși vreodată să le spun copiilor mei toată povestea pe care o purtam cu mine, am început să mă gândesc serios să pun mâna pe condei. Am scris câteva povestiri într-un caiet peste care s-a așezat destul de repede uitarea. Între timp am devenit tot mai activ în lucrarea din biserică. M-am ocupat de școala duminicală, de tineret, am predat studii biblice și am plantat și am păstori o biserică.

Am condus multe grupe de studiu pe materiale promovate de BEE România (Educație Biblică prin Extensie). Unul dintre materialele predate de mine cu deosebită pasiune a fost cursul „Creșterea Copiilor pentru Gloria lui Dumnezeu”. Am studiat și câteva cărți scrise de dr. James Dobson și am avut harul să vizionez câteva case-te cu înregistrări de la conferințele pe teme de familie susținute de dânsul. Sincer să fiu, m-am regăsit în acele casete video. Era vorba și despre mine. Nu-mi venea să cred că 99% dintre creștini erau ca mine.

Toți aveau dosite undeva în conștiința lor aceleași înfrângeri despre care nu voiau să discute cu nimeni. Dobson m-a convins că trebuie să discut aceste subiecte cu copiii mei. Am scris asta în prefața primului volum. Apoi, încet, încet am discutat aceste lucruri peste tot în grupele de studiu și am descoperit cât de mare nevoie ar fi de materialul la care am început să lucrez. Părinții doreau să-și pregătească fiii și fiicele pentru dificila perioadă a adolescenței, dar nu știau cum să o facă. Atunci mi-am zis că trebuie neapărat să scriu.

Cu multă emoție și frământare am reușit să ajung la volumul patru. E un proiect amplu. Seria își propune câte o poveste pentru fiecare zi pe durata a doi ani. Am reușit să acopăr doar opt luni. Mai este cale lungă și nu știu dacă voi reuși. Ideea era să scriu pe înțelesul copiilor epistolele lui Pavel către Galateni și Romani. Aceste două epistole mi-au dat mie avântul necesar pentru a lua în înnot toate apele Scripturii, de la Geneza la Apocalipsa. Am început scriitura cu prima carte a Bibliei.

**Volumul 1** acoperă cartea Genezei. Am prins câteva lucruri delicate în acest volum, cum ar fi o explicație a actului tăierii împrejur (circumcizia) și povestea Rahelei care ascunsese idolii tatălui ei în spatele rânduielii femeilor. „Curățenia lunară” a fost povestea care a amuzat-o maxim pe nepoțica mea de 8 anișori, dar cel mai mult a impresionat-o trimiterea lui Iosif la școala în care a învățat să nu mai părăscă și să știe să se facă plăcut. Obiectivul central al proiectului este descrierea corectă a lui Dumnezeu, o descriere care să-l ajute pe copil să se îndrăgostească de Dumnezeu.

Problemele legate de viața hormonală a adolescentului sunt atinse doar din loc în loc, cu multă grijă, pentru a nu risca „să înecăm copilul în apa în care-l botezăm”. Problemele teologice profunde sunt mult mai abundente în carte. Așa este, de pildă, conflictul teologic apărut ca urmare a legii dreptului de întâi născut, lege care a tulburat până și pântecul în care gemenii se luptă între ei.

**Volumul 2** pornește din Exod și ajunge până la măgărița lui Balaam, lăsată aproape moartă în cartea Deuteronom. Sper ca iubitorii de animale să-mi fie recunoscători pentru acest volum, deși mi-e teamă ca nu cumva, din cauza unor prejudecăți, să interpreteze greșit descrierea. Am urmărit să-l ajut pe copil să se poziționeze corect și față de lumea animalelor. Am poposit în acest volum destul de mult timp în cartea Levitic, prezentată ca o carte tehnică a cortului întâlnirii. Această carte, pe care mulți o străbat în galop pe caii cei mai iuți, din cauza plictiselii sau o sar pur și simplu, a fost în al doilea volum ca un traseu făcut pe jos. Am mers pas la pas cu copilul și cred că l-am convins că e bine să stea departe de alcool. Am vrut altceva decât ce se găsea în librării când m-am apucat de scris.

Am vrut să-l duc pe copil de mână prin toate defileurile Scripturii, nu doar prin cele bătătorite de toți trecătorii. L-am vrut atent la toate detaliile și l-am atenționat să privească la rana unei stânci, rana în care s-a ascuns profetul Moise pentru a asculta din ea vocea lui Dumnezeu, pe care el nu o cunoscuse până atunci. L-am deschis ochii să vadă scopul neconcordanțelor din lege cum ar fi, spre exemplu, munca leviților în zi de Sabat. Am vrut să-i fac cunoștință cu Dumnezeu Dragostei descris de Biblie, un Dumnezeu de care să se lipească definitiv. L-am țintit în scrierea mea și pe copilul ateului, care vede în Dumnezeu din Vechiul Testament și o parte chiar demonică. L-am dus pe copil pe tot traseul făcut de Șilo, nu numai pe la Betleem sau Golgota. L-am vrut și în casele lui Pereț, Rut, Rahav, Bat-Șeba, etc. Am vrut să-l plimb pe acolo pe unde pericolul, prăpastia păcatului, îți taie respirația.

L-am trecut în **volumul 3** pe lângă Baal-Peor, zeul prostituției, al pornografiei și al traficului de persoane și ne-am oprit cu răsuflarea tăiată să privim steaua care l-a făcut pe Balaam să ofteze, strigând: „O, dacă aş muri de moartea celor neprihăniți!”. De aici ne-am desprins cu greu făcând un traseu alături de Iosua și nu ne-am grăbit să dispărem de la împărțirea țării Canaan, pentru care s-au luptat din răsuputeri mării judecători ai lui Israel. Am stat aplecați peste harta care atât de greu se lăsa prinsă în puzzle-ul lui Dumnezeu din cauza egoului care nu căuta interesul comun și prefera ca fiecare să se descurce singur. Ghe-deon, Samson și Iefta au fost prezentați ca prototipuri ale unui Șilo răstignit și ne-am oprit în casa lui Naomi, o definiție a durerii, dar nu înainte de-a vedea aproape toată seminția lui Benjamin nimicită. În privința subiectului delicat al poftelor sexuale ale adolescentului, i-am spus copilului că Dumnezeu a lăsat să creștem împreună cu această forță din noi căreia nu-i facem față, dar ne-a dat și „o galerie de îngeri și de frați care ne strigă: Nu renunța! Rezistă! Fii atent la frâne! Iar de ai căzut, nu dispera! Lupta te formează! Isus a murit în locul tău tocmai ca să poți să te ridici!”

Plecând mai departe, am început **volumul 4** cu un dialog între Rahav și Ana, mama lui Samuel, care mergeau la Cortul Domnului pentru a învăța o lecție despre forța comunicării înțelepte, pregătind terenul pentru o călătorie frumoasă pe sub ramuri și flamuri de poezie până în Cântarea Cântărilor.

Am presărat acest volum cu mult psalm pur. Am evitat pe cât posibil parafrizarea psalmilor. Sunt fascinat și azi citind zbaterea copilului Samuel de-a găsi calea prin care să schimbe felul de vorbire al bătrânului Eli, dar și al poporului care-i apostrofa pe fiii acestuia, făcând să se nască alte răutăți. Am reușit să descriu stâna lui David dincolo de așteptările mele. Mi-am savurat propria-mi poveste. Am lăsat acolo psalmul 23 ca pe un steag. Mi-a plăcut și momentul ungerii pe fondul muzical al psalmului 133. Ultimul popas l-am făcut în casa părintelui spiritual al lui Solomon, Natan. Aici, Solomon e poreclit ledidia, lubitul Domnului. De aici vom pleca mai departe, în volumul 5, spre casele lui Asaf, Heman, Etan, Solomon, Iov și Roboam. Pentru cei interesați de felul în care am reușit să ating subiectele delicate ale vieții, evitând o direcționare spre păcat a copilului, sugerez povestirea „Viteza e plăcere, iar frâna e înțelepciune”, din volumul 4. Surpriza din acest volum, neplăcută pentru unii, dar plină de sens pentru mine, se află în prezentarea regelui Saul ca profet, prototip, machetă a lui Șilo, cel care spală picioarele soldaților lui.

Cărțile sunt concepute să fie citite în familie, iar mulți dintre părinții care le-au folosit în acest mod s-au arătat încântați. Ele țintesc să provoace discuții profunde între părinți și copii, care să ducă la formarea unei relații de prietenie strânsă între ei. Am sugerat în prefața primului volum ca părintele să fie cu un pas în față la citirea povestirilor, pentru a nu fi luat prin surprindere de textul pe care urmează să-l citească.

La rândul său, copilul are parte și de alte provocări. În fiecare volum am lăsat șase pagini goale. Sunt puse deoparte pentru copil, un fel de atelier de lucru în care este invitat să intre și să cioplească și





el în galeria de cuvinte, pentru a scrie rezumatul povestirii din ziua respectivă sau pentru a așeza povestirea în așternutul unui desen propriu. La finalul celor șase zile de atelier, copilul își poate pune poze pe locul pregătit pentru el pe copertă, devenind astfel coautor al cărții.

Chiar dacă, probabil, proiectul acesta pare a fi ceva inedit din multe puncte de vedere, n-am ținut altceva decât să scriu ceva util. Nu am pretenții de scriitor – a se vedea și pe copertă comentariul scriitorului Dorin Mureșan – dar mi-am dat toate silințele să-l fac o descriere cât mai apropiată de adevăr Celui ce merită mult mai mult decât măzgălitura mea de cuvinte.

După fiecare volum scris, L-am privit, prin oglinda sufletului meu împlinit, pe Șilo, cel trimis în lumea noastră. L-am văzut prin ochii credinței. Mi-a zâmbit. Mi se părea că e mulțumit. Mi-a zâmbit ca o mamă care primește de la grădinița copilului primul desen făcut de acesta cu mânuțele lui. Același zâmbet l-am observat și atunci când două fetițe mi-au spus că povestirile pe care tocmai le rosteau cu mult patos, le știau din cărțile mele. Mi-a crescut inima. Am așezat una dintre mărturiile lor pe pagina celor mai avizați critici. Și celelalte comentarii de pe copertele cărților fac zâmbetul lui Isus vizibil. Pe El am vrut să-L descriu și iată-L zâmbind mulțumit.

Doresc mult să reușesc să ajung la ținta propusă, prezentarea epistolelor către Galateni și Romani prin ferestrele deschise spre poveste și, de ce nu, să așezăm și cireașa pe tort, depășind Revelația, cartea care închide ușa Bibliotecii.

Două mărturii privitoare la aceste povestiri cred că merită subliniate.

1. Doamna profesoară de Limba și Literatura Română, Nechifor Alexandra, realizatoarea emisiunii de la Radio Vocea Evangheliei Cluj „Vorbiți între voi, dar nu oricum”, dorind să provoace adulții să citească povestirile, a ținut să facă următoarea remarcă la lansarea volumului 4:

**„Am fost solicitată să corectez acest volum din punct de vedere gramatical și trebuie să vă mărturisesc că l-am savurat și că aceste povestiri nu sunt pentru copii ci și pentru oamenii mari.”** (M-am străduit să redau cât mai exact enunțul.)

2. Fiica mea a spus, la rândul ei, că nu-i poate citi Hannei, fiica ei, seară de seară câte o poveste, deoarece, atunci când se așază la citit e nevoită să-și pună deoparte câte două ore pentru a trece din poveste în poveste printr-o mulțime de întrebări care cer răspunsuri creatoare de alte povești.

Pentru mine a sunat încurajator. Nu e frumos ca lângă șemineul casei să ia naștere un atelier de cioplit în piatra povestirii? Eu mi-am dorit asta. Asta mi-a fost ținta. Am vrut să creez o menhină a iubirii în care părintele și copilul să fie siliți, prin poveste, să petreacă timp împreună.

**Pentru cei interesați aveți numărul meu de telefon 0751 141 107. Vi le pot trimite prin Editura Roprint. Prețul este de 25 lei/bucată, iar la 10 seturi cumpărate se face o reducere de 20%. În preț este inclus TVA dar nu și curieratul. Puteți procura cărțile și din librăriile cu profil creștin.**

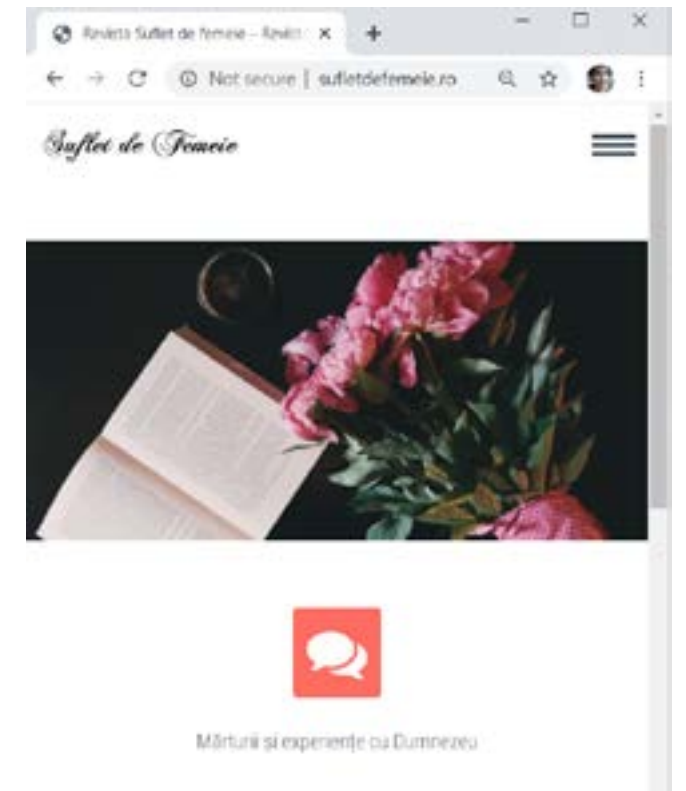
**Autor - Gusti Rațiu,  
Biserica "Făclia", Cluj-Napoca**



## Urmărește-ne și online

[facebook.com/RevistaSufletDeFemeie](https://www.facebook.com/RevistaSufletDeFemeie/)

[sufletdefemeie.ro](http://sufletdefemeie.ro)



Suntem prezente și online, pentru a fi mai aproape de tine și pentru a-ți oferi ocazia să ne cunoști mai bine prin lucrarea pe care o facem.

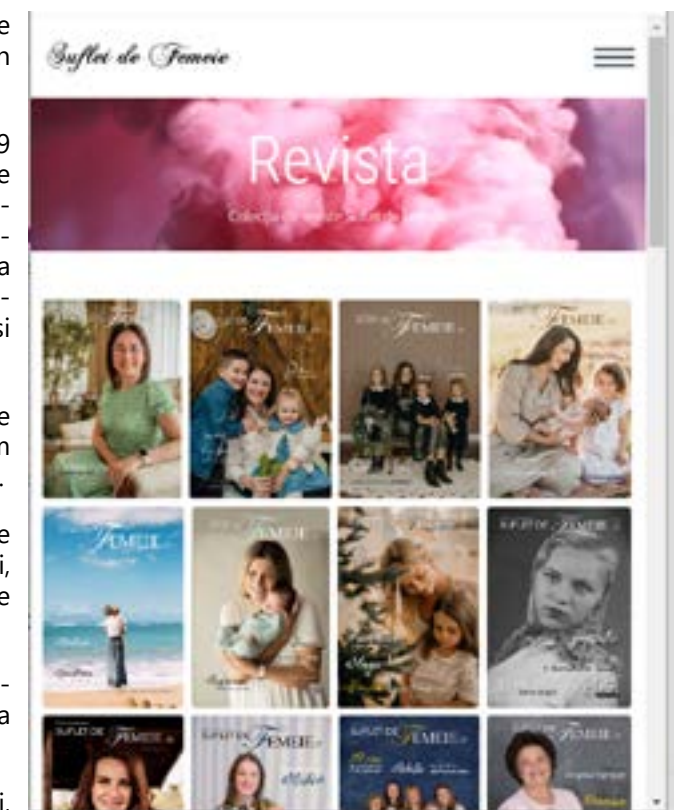
Revista "Suflet de Femeie" a început în Decembrie 2009 cu câteva femei dornice de a scrie și de a face cunoscute experiențele lor cu Dumnezeu și de a fi o încurajare pentru pietenele lor. Astăzi, după 10 ani de "Suflet de Femeie", publicațiile sunt tot mai bogate, valoroase, iar echipa de scriitoare tot mai mare. Revista se publică în 1.500-2000 de exemplare și este distribuită în toată România și chiar și în străinătate.

Feedback-urile din partea cititoarelor sunt cele care ne motivează să ducem această lucrare mai departe. Dorim să vedem vieți atinse și schimbate prin articolele revistei.

Suntem deschise oricărei femei care dorește să ne împărtășească din experiențele ei cu Dumnezeu, gânduri, poezii sau povestioare care să ne aducă mai aproape de El și mai aproape una de cealaltă.

Dacă dorești să faci parte dintre autoarele articolelor revistei "Suflet de femeie", trimite-ne scrierile tale pe adresa [contact@sufletdefemeie.ro](mailto:contact@sufletdefemeie.ro).

Poți oricând accesa articole și ediții mai vechi ale revistei, în arhiva online - [www.sufletdefemeie.ro/revista](http://www.sufletdefemeie.ro/revista).







## Încă un pas în răspândirea Evangheliei!

Începând cu data de 24 august 2018, Credo TV a fost introdus în pachetul digital al rețelelor de cablu

**DIGI**  
RCS & RDS

Mulțumim Domnului și tuturor celor care au postit și s-au rugat pentru intrarea canalului Credo TV în grila RCS-RDS. Asistăm azi cum Evanghelia pătrunde în casele tuturor românilor din țară și din străinătate. Fie ca noi, creștinii, să profităm de aceste vremuri și să facem tot ce atâră de noi, ca Dumnezeu să se îndure de țara noastră și să aducă izbăvirea.

Dacă întâmpinați dificultăți în găsirea postului Credo TV în grila RCS-RDS, intrați în MENU și accesați opțiunea de REÎNCĂRCARE.

## Canalul Alfa Omega TV

Lansat în iunie 2006, Alfa Omega TV este primul canal TV creștin din România, și promovează valorile moral-creștine prin mijloacele media moderne.

Canalul poate fi văzut de milioane de români și este disponibil gratuit 24 de ore pe zi, 7 zile pe săptămână pe TV, internet și pe mobil. Alfa Omega TV emite pe satelit și acoperă Europa, Nordul Africii și Orientul Mijlociu.

Canalul Alfa Omega TV este alternativa creștină și educațională în oferta de canale de televiziune din România și Republica Moldova. Într-o societate care încurajează lipsa valorilor, Alfa Omega TV continuă să promoveze principiile creștine.

**Ceea ce ne face diferiți de alte canale creștine este tematica pe care o abordăm. De-a lungul timpului, prin emisiunile emise și prin campaniile specifice organizate, canalul Alfa Omega TV a promovat valori esențiale care trebuie să stea la baza unei societăți creștine: familia, viața, creaționismul științific, pro-Israel.**

Alfa Omega TV poate fi recepționat în majoritatea localităților din țară, ultimele studii plasându-l în topul 25 al celor mai vizionate televiziuni românești, cu recomandarea must-carry din partea CNA.

Canalul Alfa Omega TV este o sursă de hrană spirituală și o resursă bogată pentru cei care vor să cunoască, să înțeleagă și să traiască în viața lor Cuvântul lui Dumnezeu. Prin programele difuzate, numeroși români l-au cunoscut pe Dumnezeu și au decis să își trăiască după principiile creștine.



## *Pentru noi, femeile* cu Rodica Baciu

Duminică de la 22:00 la Credo TV

O emisiune care își propune să contribuie la educația și bunăstarea sufletească și spirituală a femeilor, indiferent de vârstă, prin abordarea unei palete largi de subiecte.



## Unde pot vedea canalul Alfa Omega TV?

- |   |  |
|---|--|
| <b>DIGI</b> În pachetul RCS-RDS-DIGI de TV digitală, în toată țara (28 lei/lună)                          | <b>ALTE REȚELE</b> În 450+ rețele de TV cablu locale și regionale din toată țara.  |
| <b>UPC</b> În pachetele de cablu digital Play Familia (35 lei/lună) și Play Maxim (45 lei/lună)           | <b>SATELIT</b> Recepție în Europa, cu parabolă. MPEG-4, Eutelsat 16°E, Frecv: 12717 MHz Polarizare: Oriz.; SR: 7500 ks/s; FEC: 3/4 |
| <b>AXTA</b> În pachetul de cablu Digital Start (39 lei/lună)  | <b>INTERNET</b> <a href="http://www.alfaomega.tv/live">www.alfaomega.tv/live</a>   |
| <b>TELEKOM</b> În cablu digital în pachet M (42 lei/lună) și L (58 lei/lună), în pachetul IPTV, Online TV | <b>APP MOBILĂ</b> În App Store și Google Play  |
| <b>NEXTGEN</b> În pachetele Analogic (27 lei/lună) și Digital (32 lei/lună), în oferta de bază            |  |
| <b>ORANGE</b> În pachetele Home TV de cablu digital Explore (8 EUR/lună) și Global (10 EUR/lună)          |  |
| <b>INES</b> În pachetul IPTV (50 EUR/lună)  |  |

[www.alfaomega.tv/receptie](http://www.alfaomega.tv/receptie)



# SUFLET DE FEMEIE

Suntem deschise oricărei femei, care dorește să ne împartășească din experiențele ei cu Dumnezeu, gânduri, poezii sau povestioare care să ne aducă mai aproape de El și mai aproape una de cealaltă.  
Dacă dorești să faci parte dintre autoarele articolelor revistei "Suflet de femeie", trimite-ne scrierile tale pe adresa

[contact@sufletdefemeie.ro](mailto:contact@sufletdefemeie.ro)

[www.sufletdefemeie.ro](http://www.sufletdefemeie.ro)

