



magazin de inspirație și spiritualitate biblică • 4/2023

Repererele credinței

Isus, orășeanul • Am fost omul străzii până... • De unde vine săptămâna?



7

BENEFICII ALE CITITULUI:

- 1 Stimulează activitatea cerebrală
- 2 Reduce stresul
- 3 Îmbogățește vocabularul
- 4 Stimulează memoria
- 5 Stimulează gândirea analitică
- 6 Îmbunătățește concentrarea
- 7 Crește performanța academică

Accesează gratuit un raft
din biblioteca digitală EVS!



Editorial **2**

Dumnezeu către orașele antice **4** Viorel Dascălu – crede în profeții Bibliei

Predicile Domnului Isus pentru cetăți **8** Felix Jercău – crede în Evanghelia veșnică

Ultimul mesaj **12** Emil Lazăr – crede în suveranitatea lui Dumnezeu

Isus, orașeanul **18** Daniel Brînzan – crede în inspirația Bibliei

Răspuns la provocări urbane **22** David Ciolacu – crede cuvintele Bibliei

Am fost omul străzii până m-au găsit doi îngeri **26**

Hrana și viața la oraș **30** Elena Pridie – crede că hrana trebuie prețuită mai mult

De vorbă cu Liviu Bogdan Ciucă **34**

Un strigăt după ajutor. Rugăciune **36**

De unde vine săptămâna **38** Adrian Neagu – crede în Creator

Reperele
credinței



Cu excepția situațiilor în care este altfel specificat, textele biblice sunt redactate din Biblia, sau Sfânta Scriptură, trad. D. Cornilescu, ediție revizuită ortografic, Casa Bibliei, 2016.

Coordonator: Daniel Brînzan
Redactare și corectură: Cristinel Sava
Traducere (pp. 39-40): Anamaria Maier
Grafică și tehnoredactare: Dragoș Gărea

Relația cu cititorii
reperelecredintei@gmail.com
www.reperelecredintei.ro
facebook/instagram: reperelecredintei

Adresa: Str. Cernica nr. 101
Pantelimon, Ilfov

ISSN 2668-8034

Parteneri

Editura Viață și Sănătate
Biserica Adventistă de Ziua a Șaptea
Radio Vocea Speranței
Speranța TV

Autori

Daniel Brînzan, David Ciolacu,
Viorel Dascălu, Felix Jercău, Emil Lazăr,
Adrian Neagu, Elena Pridie,

© Copyright

Reproducerea materialelor scrise
este încurajată, cu menționarea sursei.
Foto: Dreamstime, Unsplash.

Notificare

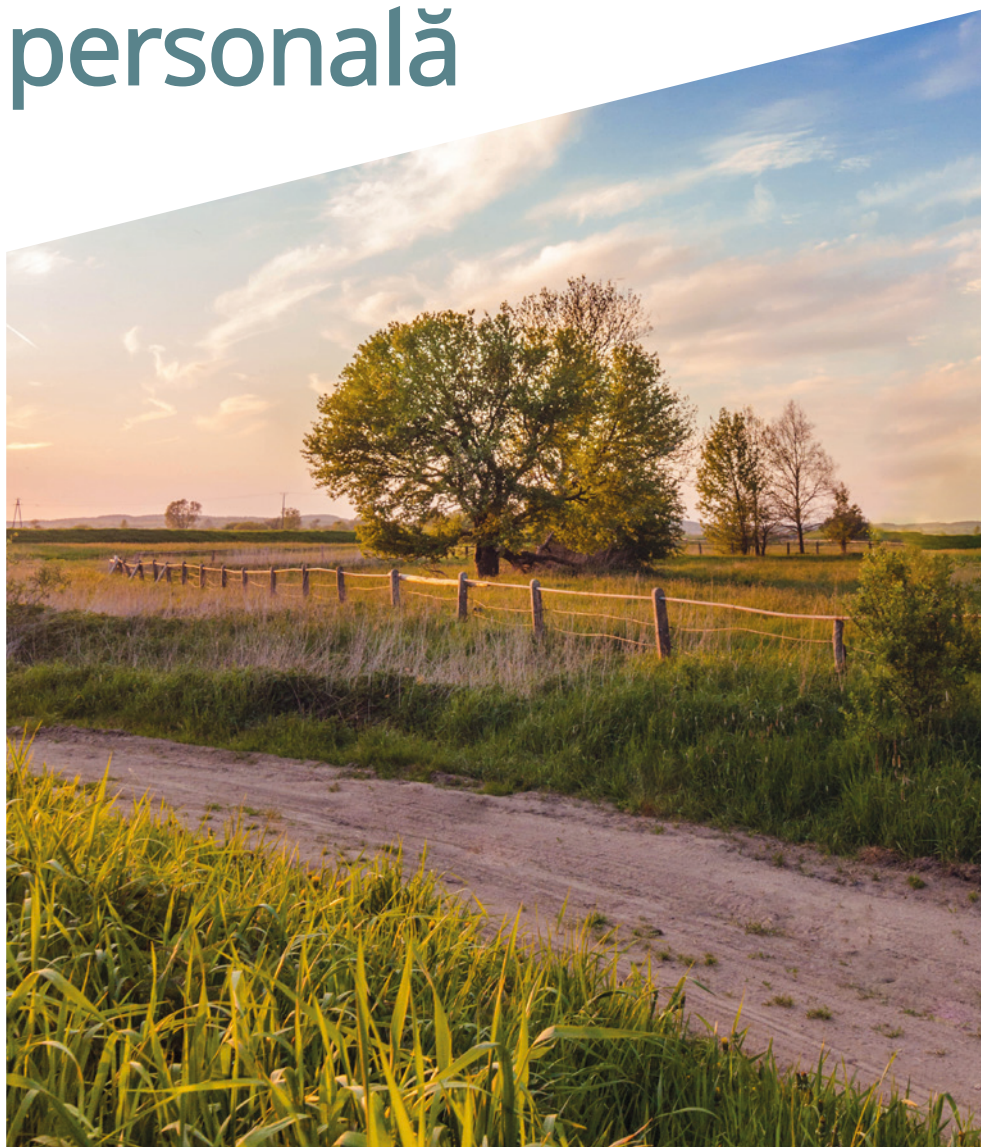
Opiniile aparțin autorilor și nu reprezintă în mod
obligatoriu punctul de vedere al partenerilor.

Credem în
adevărul Bibliei,
iubim oamenii
și scriem pentru
o viață împlinită.

Daniel Brînzan

Isus, despre dezvoltarea personală

editorial



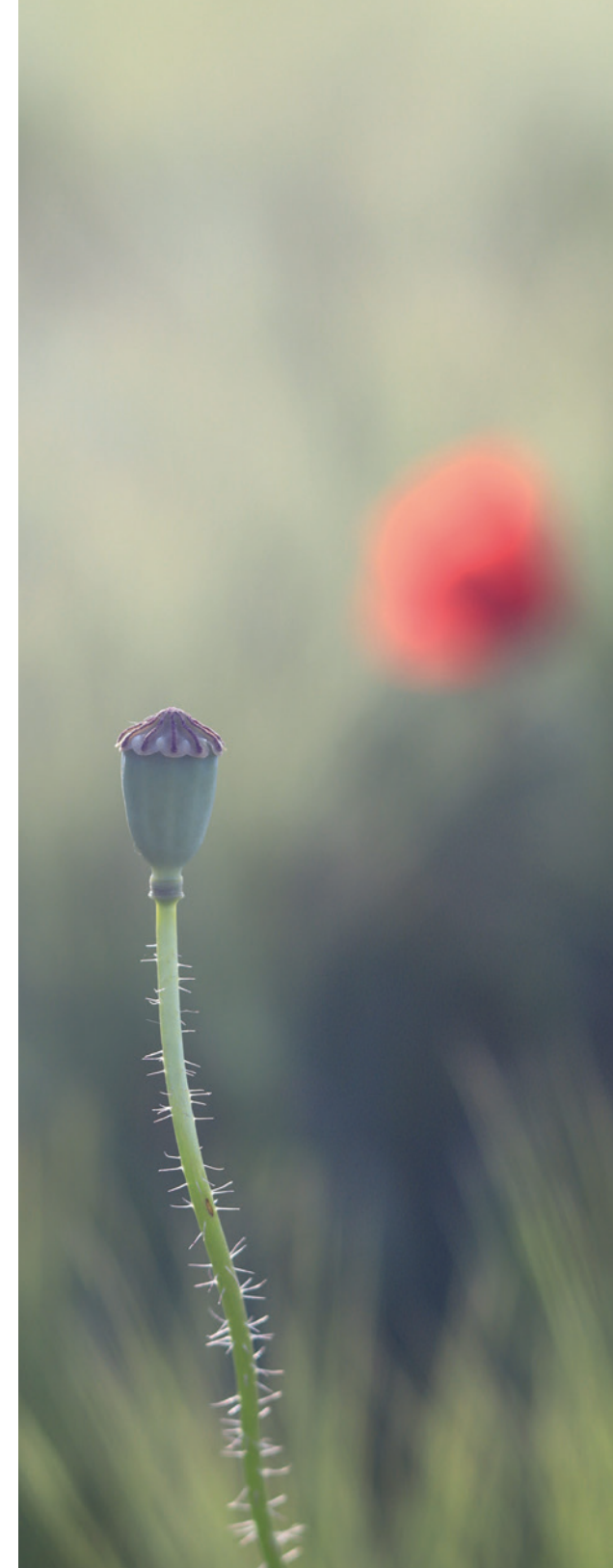
Odată, Isus a spus o povestire despre sămânța aruncată în brazde, care încolțește, crește și rodește fără ca agricultorul să știe cum se întâmplă asta.

„Pământul rodește singur”, spunea Învățătorul, vrând să arate că natura își urmează cursul, indiferent dacă fermierul doarme sau stă treaz (Evanghelia după Marcu 4:26-29).

Cât durează semănatul sau recoltatul – acțiuni umane – în comparație cu timpul necesar germinării, creșterii, coacerii? Natura lucrează mai mult decât noi, sau, înțeles mai profund, Dumnezeu muncește mai mult decât agricultorul.

Dar, dacă un om face lucruri simple, în acord cu legile firii, va primi mult mai mult decât a investit. Pentru că Dumnezeu e darnic cu omul harnic și răbdător.

În concluzie, acționează în momente esențiale din viață! Lucruri mici, dar bine făcute, chiar o dată la câteva săptămâni, produc efecte extraordinare. Cunoaște-ți potențialul și cooperează cu Dumnezeu! Lasă-l pe El să te crească! ■



Dumnezeu către orașele antice

spiritualitate

Sfânta Scriptură menționează așezări umane foarte populate din vechime. Dumnezeu nu a neglijat orașele, ci le-a vizitat sau le-a trimis scrisori. Soarta acestor cetăți a atârnat în mare măsură de răspunsul dat la mesajul special trimis lor. Cum vede Dumnezeu marile orașe contemporane?

SODOMA și GOMORA au fost două cetăți așezate pe malul fluviului Iordan, atrăgătoare pentru investitori și oameni de afaceri. Dumnezeu caracterizează Sodoma astfel: „Era îngâmfată, trăia în belșug și într-o liniște nepăsătoare, ea și fiicele ei, și nu sprijinea mâna celui nenorocit și celui lipsit. Ele s-au semețit și au făcut urâciuni blestamate înaintea Mea, de aceea le-am și nimicit când am văzut lucrul acesta” (Ezechiel 16:49-50). Judecata lui Dumnezeu a fost o ploaie de foc din cer, din care au scăpat doar trei persoane (Geneza 19).

IERIHONUL a fost o fortificație puternică la poarta Canaanului dinspre Iordan. Cetatea era infestată de mândrie, pentru că zidurile ofereau un sentiment de invincibilitate. Atât de supărat a fost Dumnezeu pe această așezare arogantă, încât a spus: „Blestemat să fie înaintea Domnului omul care se va scula să zidească din nou cetatea aceasta a Ierihonului!”

(Iosua 6:26). Dumnezeu a distrus miraculos zidurile și a ras cetatea de pe fața pământului. A fost salvată doar familia unei femei numite Rahav (Iosua 6).

BABILONUL a fost capitala imperiului cu același nume, o cetate bogată și înfloritoare, ca urmare a exploatarei și a nedreptății sociale. Mândria împăraților a dus la cultul personalității și negarea supremației lui Dumnezeu. El a vorbit astfel: „Babilonul, podoaba împăraților, falnica mândrie a caldeenilor, va fi ca Sodoma și Gomora, pe care le-a nimicit Dumnezeu” (Isaia 13:19). De ce? Iată motivul: „...faceți-i întocmai cum a făcut și el! Căci s-a semețit împotriva Domnului, împotriva Sfântului lui Israel!” (Ieremia 50:29; vezi și Daniel 4:27).

TIRUL a fost una dintre cele mai bogate cetăți de pe malul Mediteranei. Comerțul și tehnologia i-au făcut celebri pe tirieni, iar aceasta a atras după sine o mândrie exacerbată.

Dumnezeu i-a dat o sentință pentru aroganță: „Pentru că ți s-a îngâmfat inima și ai zis: «Eu sunt Dumnezeu și șed pe scaunul de domnie al lui Dumnezeu, în mijlocul mărilor», măcar că nu ești decât om și nu ești Dumnezeu, măcar că îți dai ifose ca și când ai fi Dumnezeu...” (Ezechiel 28:2).

NINIVE a fost capitala Imperiului Asirian, un important nod comercial, o cetate bogată, civilizată și axată pe închinarea la zeița Iștar, cu un cult senzual și imoral. Care era păcatul cetății Ninive? „Din tine, Ninive, a ieșit cel ce urzea rele împotriva Domnului, cel ce făcea planuri răutăcioase” (Naum 1:11). După avertizarea profetului Iona, urbea s-a pocăit și a mai avut un timp de grație de 120 de ani, după care a fost distrusă.

IERUSALIMUL a fost capitala întregului regat al lui Israel, apoi capitala Regatului de Sud. Situația era atât de gravă, încât Dumnezeu a spus: „Cutreierați ulițele Ierusalimului, uitați-vă, întrebați și căutați în piețe, dacă se găsește un om, dacă este vreunul care să înfăptuiască ce este drept, care să se țină de adevăr, și voi ierta Ierusalimul” (Ieremia 5:1). Idolatria și imoralitatea, promovate chiar de conducătorii religioși, au dus la o primă distrugere a cetății. Profetul Ezechiel spune că păcatul Ierusalimului a fost mai mare decât al Sodomei și al Samariei (Ezechiel 16:46-52). Mai târziu, după restaurare, respingerea lucrării lui Hristos Însuși a dus la marea distrugere a Ierusalimului din anul 70 (Luca 23:28-29).

Împacă-te cu Dumnezeu!

Cum pot fi caracterizate marile orașe contemporane? Cum le vede Dumnezeu? Homosexualitatea se extinde fără limite, ba chiar este promovată direct. Egoismul a devenit pandemie, aroganța mănâncă asemenea ruginii, necredința s-a răspândit ca focul în miriște, calomnia a infectat mulțimile, neas-

cultarea s-a generalizat, iar indiferența ne-a desensibilizat.

Dumnezeu spune: „Pe cel ce-și bârfește semenul în ascuns îl voi reduce la tăcere; pe cel cu ochii trufași și cu inima îngâmfată nu-l voi suferi” (Psalmii 101:5, NTR); „....dacă vreun neam nu va asculta, îl voi smulge cu desăvârșire și îl voi distruge, zice Domnul” (Ieremia 12:17, NTR).

Există totuși o mare șansă, un mare har: „....pocăiți-vă și vă întoarceți, ca să se șteargă păcatele voastre, ca să vină de la fața Domnului vreme de ușurare și ca să vă trimită pe Cel mai dinainte vestit vouă, pe Iisus Hristos” (Faptele apostolilor 3:19, VBOR). Locuiești într-un oraș mare? Ești martor al abuzurilor? Ai fost cuprins de păcatele mulțimii? Împacă-te cu Dumnezeu! ■



Felix Jercău

Predicile Domnului Isus pentru cetăți

evanghelie



© The Chosen, LLC

Cât timp a locuit printre oameni, Domnul Isus le-a vorbit contemporanilor Săi în moduri diferite. Uneori mesajele Sale erau directe și personale, alteori El se adresa mulțimilor învățându-i pe oameni, muștrându-i sau explicându-le Legea. Însă în câteva ocazii El a predicat unor cetăți întregi. Destinatarii cuvântărilor lui Hristos erau de fapt orășenii acelor timpuri. Ce le-a predicat Domnul cetăților?

Evangheliile consemnează patru localități care au beneficiat de solii divine speciale. Horazin, Betsaida și Capernaum sunt primele cetăți cărora Domnul Isus le-a transmis mesaje personalizate: „Vai de tine, [...]! Căci, dacă ar fi fost făcute în Tîr și Sidon minunile care au fost făcute în voi, de mult s-ar fi pocăit...” (Matei 11:20-24).

Citind aceste texte, unii ar putea remarca un fel de favoritism divin față de evrei, în comparație cu alte popoare, căci pentru iudei s-au făcut mai multe minuni decât pentru neamuri. Doar că nu aceasta este mesajul. Oricum, Dumnezeu, fiind suveran, hotărăște măsura îndurării și a providenței Sale printre oameni (Romani 9:14-16).

Ceea ce deplânge Mântuitorul este necredința locuitorilor, în contrast cu bunăvoința și mila divină. Privilegiile pot deveni argumente de condamnare pentru cei care tratează superficial bunătatea lui Dumnezeu – bunătate care ar trebui să ne îndemne la pocăință (Romani 2:4).

A părăsit Hristos capitala?

O altă cetate căreia Domnul Hristos i s-a adresat special este Ierusalimul. Mesajul este însă mult mai complex și mai emoțional: „Ierusalime, Ierusalime, care omori pe proroci și ucizi cu pietre pe cei trimiși la tine! De câte ori am vrut să strâng pe copiii tăi cum își strânge găina puii sub aripi, și n-ați vrut!...” (Matei 23:37-39). Este sugerată atitudinea unui părinte respins de multe ori de copiii săi, respingere care are drept rezultat pustiirea casei și la propriu, și la figurat.

Plângând, Mântuitorul face și o profeție cu privire la distrugerea dramatică a cetății lui David: „Dacă ai fi cunoscut și tu, măcar în această zi, lucrurile care puteau să-ți dea pacea! Dar, acum, ele sunt ascunse de ochii tăi. [...] Te vor face una cu pământul...” (Luca 19:41-44). Și, cu siguranță, nu pentru ziduri și pietre a plâns Domnul Isus în timp ce-Și rostea vaiul, ci pentru „copiii” Ierusalimului.

Cum s-a ajuns la pierderea celui mai mare oraș iudaic? Evreii supraevaluaseră o veche

Ierusalime,
Ierusalime, care
omori pe proroci
și ucizi cu pietre
pe cei trimiși la
tine [...].! Iată că
[...] nu Mă veți
mai vedea...

(Luca 13:34-35)

”

profeție, în care grija pentru Ierusalim se contopea cu Dumnezeu Însuși: „Iată că te-am săpat pe mâinile Mele, și zidurile tale sunt totdeauna înaintea ochilor Mei!” (Isaia 49:16). Prea siguri de protecția cetății, ei L-au părăsit pe Protector. Nu Hristos a părăsit capitala, ci capitala îl părăsise pe El. Iar Ierusalimul a fost ras din temelii. Teribile consecințe ale unei interpretări religioase eronate!

Soluții personale

Totuși, realitatea ne dă speranțe. Au existat oameni care s-au întors la Dumnezeu, căindu-se sincer, și nu au pierit împreună cu cetățile condamnate. Tot astfel, la sfârșitul lumii, o minoritate urbană va fi salvată. Situația de la finalul istoriei depinde de răspunsul fiecăruia la apelul adresat lumii-cetate: „Ieșiți din mijlocul ei, poporul Meu, ca să nu fiți părtași la păcatele ei și să nu fiți loviți cu urgiile ei!” (Apocalipsa 18:4). ■





Emil Lazăr

Ultimul mesaj

profeție

Odată cu intrarea în mileniul al III-lea, lumea noastră a început să se confrunte cu o serie de crize fără precedent: dezordinea naturii, multiplicarea problemelor geopolitice, spectrul prăbușirii capitalismului și a economiei de piață, criza democrației, proliferarea guvernelor populiste și, nu în ultimul rând, explozia fanatismului religios.

Toate aceste bulversări au apărut atunci când analiștii istoriei contemporane se așteptau mai puțin. Francis Fukuyama, unul din politologii eminenți ai epocii noastre, anunța în anii '90 „sfârșitul istoriei”, înțelegând prin aceasta că omenirea intra într-o fază a maturității depline, după succesiunea de regimuri totalitare din veacul al XX-lea.

Din păcate, lumea nu a învățat nimic din trecut. Frica, angoasa unui viitor nesigur și improbabil, a pus stăpânire pe generația noastră. Literatura de anticipație este dominată de ideea fixă că în următoarele decenii omenii vor trăi un dezastru teribil: cel al dispariției speciei umane de pe Pământ. Riscul este mai real decât oricând. „Lansatorii de alerte” se mobilizează să ne trezească din apatie.

Dumnezeu poate fi soluția salvatoare. Isus a prezis că, înainte de finalul istoriei zbuciumate a omenirii, se va întâmpla un fenomen menit să ne ofere încredere: Evanghelia – Vestea Bună adusă de El pe Pământ – va face apel la fiecare ființă umană în conștiința ei (Matei 24:14). Ultima carte a Bibliei, Apocalipsa, reia profeția lui Isus și afirmă că ultima strigare a Evangheliei se va face sub forma unei proclamații întregite – Apocalipsa 14:6-12. Trei îngeri (mesageri) sunt trimiși să le transmită oamenilor soluțiile salvatoare ale Cerului:

1. „*Temeți-vă de Dumnezeu*” – Fricii isterice și paralizante Dumnezeu îi opune „teama” de El. O altfel de angoasă? Nicidecum! Teama de Dumnezeu este asociată în Biblie cu „păzirea poruncilor



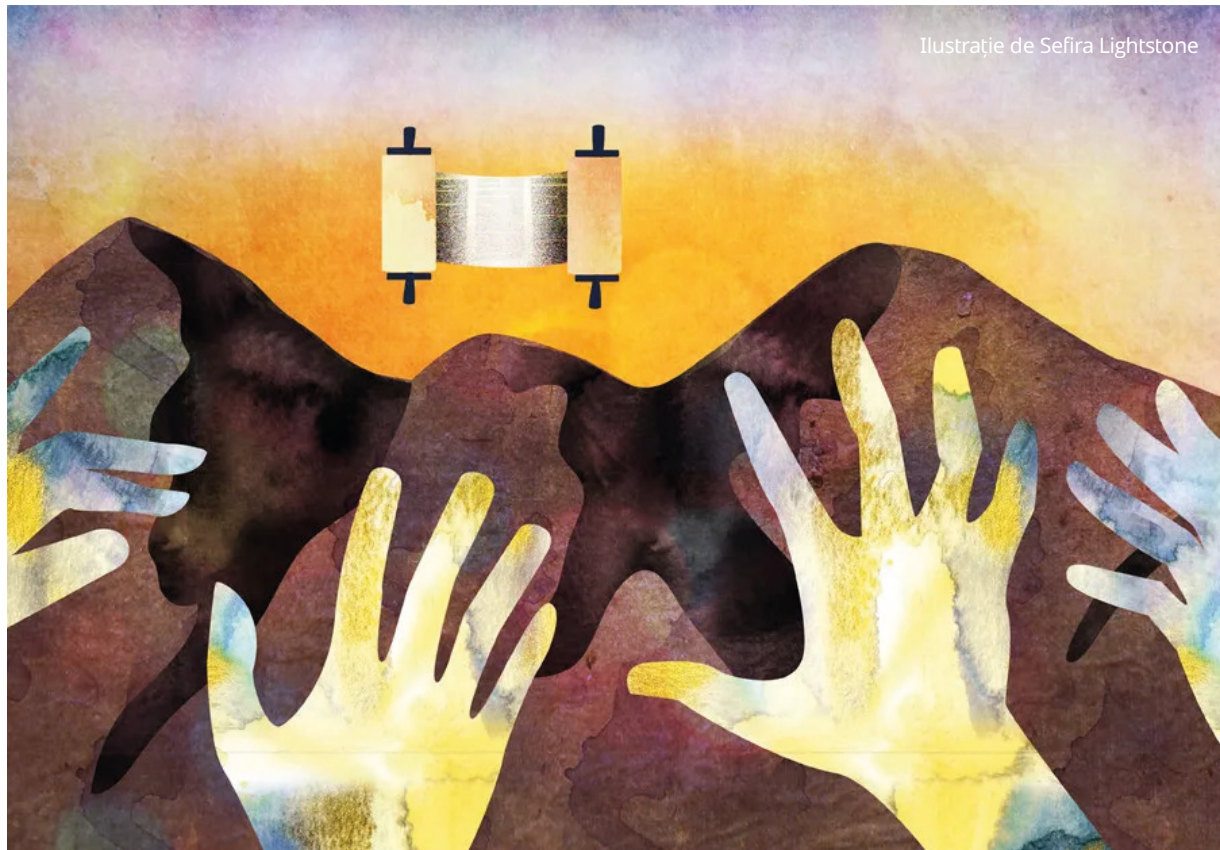
Lui”. Cel mai înțelept dintre regii lui Israel, Solomon, scria acum 3 000 de ani că apogeul înțelepciunii umane constă în adoptarea fără rezerve a valorilor morale descoperite de Dumnezeu Scripturii (Eclesiastul 12:13-14).

2. „*Dați-I slavă*” – Cuvântul folosit în Vechiul Testament pentru „slavă” este *kabod*, însemnând „greutate”. În sens figurat, el sugerează ideea de „caracter”, „demnitate”. Adoptarea valorilor divine îi dă „greutate” lui Dumnezeu printre oameni. Îl reabilitează ca ideal de excelență, după ce filozofii umaniste din ultimele secole au încercat să-L arunce la groapa de gunoi a istoriei. Aceleași filozofii umaniste ne-au adus astăzi pe marginea haosului, deconstruind ființa umană până la depozarea ei de demnitate. Întoarcerea spre Dumnezeu, în mod individual, ne redă adevărata umanitate.
3. „*A venit ceasul judecății Lui*” – Pare un paradox anunțarea judecății într-o proclamație de bunăvestire. În concepția noastră, judecata reprezintă un eve-

niment teribil. Este suficient să privești fresca „Judecății de Apoi” de la Mănăstirea Voroneț ca să realizezi groază inspirată credincioșilor de tribunalul lui Dumnezeu. Dar, în contextul Bibliei, lucrurile stau diferit. În cartea Psalmilor, vestirea că Dumnezeu vine să judece Pământul produce strigăte de bucurie naturii și oamenilor (psalmii 96 și 98). Pentru că, în Scriptură, judecata lui Dumnezeu începe printr-un act mântuitor. Înainte de pronunțarea sentinței, Dumnezeu cercetează situația, face eforturi să remedieze o realitate disperată și vrea să-i smulgă un ultim răspuns pozitiv omului învăluit de tenebrele răului. Așa s-a întâmplat la potop. Vreme de 120 de ani, Duhul lui Dumnezeu s-a „luptat” cu cea mai rebelă generație, încercând să o schimbe. Când Sodoma și Gomora au atins culmea nelegiuirii, Dumnezeu i-a cedat prietenului Său Avraam rolul de judecător care pledează cauza unor răzvrătiți. Zece persoane „bune” erau suficiente pentru un verdict favorabil. Din păcate, nu a fost decât una. O ilustrație fericită a judecății mântuitoare este cazul cetății Ninive, pe vremea profetului Iona. Mesagerul trimis să vestească judecata în metropola asiriană provoacă schimbarea în conștiințele și comportamentul oamenilor. Deznodământul este fericit. Așa acționează Dumnezeu atunci când ceasul judecății sosește. Nu aruncă verdictul în mod arbitrar. Ci, mai întâi, pune în mișcare cerul și pământul pentru a determina în fiecare ființă umană transformarea mântuitoare. Abia atunci când toate mijloacele divine au fost epuizate sentința va fi pronunțată. Dumnezeu, Judecătorul nostru, este mai mult decât oricând Salvatorul nostru. De aceea anunțarea judecății este vestea bună a vremurilor sfârșitului.

4. „Închinați-vă Celui ce a făcut...” – Apocalipsa climatică, distrugerea naturii au devenit realități prezente. Guvernele lumii au realizat, în cele din urmă, că Pământul poate fi distrus de lăcomia omului. Se încearcă soluții disperate pentru a opri încălzirea globală. Fără rezultate notabile. Nicio măsură preconizată până acum nu a reușit să frâneze degradingul ecosistemului. Și nu se va întâmpla nimic. Singura salvare a omului vine din acceptarea condiției de creatură în raport cu Dumnezeu, Făcătorul său. Când accepți aceasta, trebuie să te întorci la momentul zero al istoriei și să aplici două principii fundamentale enunțate în cartea începuturilor noastre, Geneza (capitolele 1 și 2): o alimentație bazată pe vegetale și practicarea odihnei săptămânale așa cum a preconizat-o Dumnezeu prin stabilirea ca sabat (zi de odihnă) a zilei a șaptea (nu odihna inventată de om în alte zile ale săptămânii).

5. „A căzut Babilonul” – Parcurgând Biblia (Vechiul Testament, în mod special), descoperi că de-a lungul istoriei a existat un loc, Babilon, unde s-au născut două sisteme de guvernare generatoare de totalitarism, persecuție și rebeliune față de Dumnezeu. Aici, pentru prima dată, oamenii au hotărât să-L scoată pe Dumnezeu din lumea lor, construind un turn de apărare împotriva Lui (Geneza 11). Mai târziu, un împărat al Noului Imperiu Babilonian, Nebucadnețar, și-a dorit să instaureze o guvernare universală în timp și spațiu prin combinarea puterii sale politico-militare cu o formă de religie impusă tuturor. Pe cele două sisteme – umanis-



mul extrem și unirea nefirească a statului cu religia – omenirea le-a experimentat și continuă să le recicleze cu aceleași rezultate catastrofale. După epoca Evului Mediu, când oamenii au trăit sub un regim intolerant provocat de mariajul împotriva firii dintre stat și biserica dominantă, s-a trecut la aplicarea ideologiei umaniste în politică, cu urmări și mai grozave: comunismul și nazismul, două forme extreme de umanism, au îngrozit lumea în secolul trecut. Azi, cele două modele născute în Babilon sunt iarăși prezente și, probabil,

oamenii vor face iarăși o alegere nefericită. Proclamarea lui Dumnezeu că „a căzut Babilonul” înseamnă că, în curând, societatea inventată de om se apropie de sfârșit. Împărăția lui Dumnezeu se va instala definitiv.

6. „Nu vă închinați fiarei, nu acceptați semnul ei” – Când omul Îl sfidează pe Dumnezeu și se așază în locul Lui, se produce o metamorfoză teribilă: devine fiară. Așa s-a întâmplat cu împăratul Babilonului, pe vremea profetului Daniel (Daniel 4). Plin de el, satisfăcut de ceea ce vedea în

jur, Nebucadnețar a atribuit toate realizările sale geniului său. În clipa următoare, mintea i s-a întunecat, comportamentul lui a devenit cel al unui animal sălbatic. Istoria aceasta este fundalul avertismentului lui Dumnezeu pentru ultima generație. Eliminarea Divinității din viața noastră și dezvoltarea unui egocentrism exacerbant vor arunca umanitatea într-un coșmar îngrozitor: oameni ștampilați cu *haragma* „semn” (în textul grec, acest substantiv denotă fierul roșu folosit pentru însemnarea animalelor), comportându-se monstruos în relațiile cu semenii lor. Formele extreme de guvernare imaginate în Babilon revin în actualitate. Fortărea conștiinței oamenilor, transformarea lor într-o turmă de animale imbecilizate, va fi consecința ordinii „fiarei”. Soluția propusă de Dumnezeu este rezistență în fața celor ce vor să se așeze în locul Lui și să unească lumea prin măsuri religioase.

7. „Cei sfinți perseverează în păzirea poruncilor și în credința lui Isus” – Un ultim apel este adresat la încheierea proclamației întreite a lui Dumnezeu, în Apocalipsa 14:12. În fața crizelor cu potențial mortal, există o scăpare. Umanitatea noastră poate și trebuie restaurată pe baza valorilor lui Dumnezeu, așa cum le-a trăit Isus. Urmandu-L pe Omul din Nazaret pas cu pas, existența noastră se va înscrie în parametrii Evangheliei veșnice aici, acum, pentru totdeauna. ■

Isus, orășeanul

Marea Galileei, un lac de apă dulce vizitat adesea de Isus Hristos.

Unde a locuit Isus? La țară sau la oraș? Întrucât este cunoscut sub numele de Isus din Nazaret, putem deduce că a preferat viața citadină, deoarece Nazaretul era o cetate (Luca 2:4,39). Însă populația Nazaretului era probabil sub 500 de locuitori, și de pe creste se zărea splendidul oraș Seforis, la vreo oră de mers rapid, cu circa 30 000 de locuitori. Despre Seforis însă Domnul nu a spus nimic. Evangheliile nu arată nici legătura dintre Isus și Tiberiada, o așezare urbană majoră din proximitatea Nazaretului. Putem concluziona că Domnul a preferat să trăiască 90% din viața Sa pe Pământ într-un târgușor cu o reputație proastă (Ioan 1:46). De ce oare Și-a schimbat opțiunile în ultima parte a vieții?

Găsim în istoria Vechiului Testament un clan de oameni separați, numiți recabiți. Conform unei tradiții de familie, aceștia nu aveau voie să locuiască în orașe și nici să practice anumite meserii, de altfel onorabile. Rezultatul acestor obiceiuri de ascultare timp de sute de ani a poruncilor părintești a fost unul fericit (Ieremia 35). Într-o austeritate și mai mare a trăit vărul Domnului Isus, Ioan Botezătorul, într-o zonă nelocuită și într-un peisaj fără frumusețe.

Prin comparație, Domnul Isus nu a locuit niciodată într-o chilie, iar când a început să iasă în lume și să predice, după vârsta de 30 de ani (Luca 3:23), S-a stabilit într-un oraș mai mare, Capernaum. Acesta se afla pe o rută comer-

cială transcontinentală, era destul de mare și înțesat de străini. Domnul revenea atât de des acolo, încât orașul a ajuns să fie cunoscut ca „cetatea Sa” (Matei 9:1; Luca 4:31). El se bucura foarte mult de contactul direct cu oamenii și cu mulțimile, prin urmare Și-a sacrificat liniștea pentru a sta în orașe unde toată cetatea se strângea la ușa casei Lui (Marcu 1:33) sau unde oameni respectabili se urcau în copacii de la marginea drumului pentru a avea contact vizual cu El (Luca 19:1-6).

În ultimele zile de viață, Isus a făcut din capitala țării locul din care Și-a lansat cele mai tăioase învățături, în special împotriva preoților și a mai-marilor națiunii. Dar prezența Lui în cel mai frumos oraș din țară avea limite bine

stabilite: parcă ceva din ființa Lui se revolta împotriva vieții zgomotos de păcătoase și că-uta siguranță în afara zidurilor cetății. Evanghelia spune că, „ori de câte ori se însera, Isus ieșea din cetate” (Marcu 11:19; vezi și Matei 21:17; 24:1,3; 26:17-18; Luca 21:37). Într-o noap- te, de acolo L-au și arestat, dintr-o grădină.

Zbuciumul Domnului

Lui Dumnezeu Îi este milă chiar și de orașele cele mai păcătoase (Iona 4:11). Noul Testament spune că „Isus străbătea toate cetățile și satele, învățând pe norod în sinagogi, propovăduind Evanghelia Împărăției și vindecând orice fel de boală și orice fel de neputință care era în no- rod. Când a văzut gloatele, I s-a făcut milă de ele, pentru că erau necăjite și risipite, ca niște oi care n-au păstor” (Matei 9:35-36). Gândin- du-se la Israel, Dumnezeu Se întreabă: „Cum să te dau, Efraime? Cum să te predau, Israele? Cum să-ți fac ca Admei? Cum să te fac ca Țe- boimul? Mi se zbate inima în Mine și tot lăun- trul Mi se mișcă de milă!” (Osea 11:8, cu referire la cetățile Adma și Țeboim, distruse din aceeași cauză și în același timp cu Sodoma și Gomora).

Cu atât mai mult astăzi, inima lui Dumnezeu este frământată de situația orașelor contem- porane, mai multe și mai populate decât ori- când în istoria lumii. Știm că Dumnezeu ține la clasa politică și la intelectualii capitalelor. Profetul Daniel, un om respectat și de îngerii din cer, n-a vrut ca înțelepții Babilonului să se piardă (Daniel 2:24), iar Dumnezeu a vrut să vindece tot orașul Babilon (Ieremia 51:9).

Cea mai mare dorință a lui Dumnezeu este ca oamenii să primească o locuință în Noul Ierusalim, un oraș spațial, plin de reședințe pentru credincioșii care vor învia ca să trăias- că viața fără de sfârșit (Ioan 14:1-3; Apocalipsa 21:10-27). Invitația de a-ți rezerva un spațiu acolo se găsește pe ultima pagină a Bibliei, în Apocalipsa 22:14-17. Citește-o! ■



Continutul european, cu evidențierea nocturnă a zonelor urbane, prin elemente furnizate de NASA.

Răspuns la provocări urbane

sănătate

Metropolele se aglomerează din ce în ce mai mult, iar satele și comunele care nu se află în apropierea orașelor se depopulează. Capitala țării absoarbe ca un burete localitățile din împrejurimi. Dar care sunt riscurile de sănătate la care se expun cetățenii din mediul urban?

Valul pandemiei a acutizat și mai mult tendința către izolare, destul de pregnantă în societatea în care trăim. Unele persoane care au fost nevoite să lucreze de la domiciliu în timpul lockdownului încă își păstrează acest obicei, întrucât pare foarte avantajos. Dar aceasta este doar o față a medaliai. Conform unor studii recente, persoanele din această categorie îmbătrânesc mai devreme chiar cu 10–15 ani.

Fericirea vine de la prieteni

Nu doar predispoziția către sedentarism, ci și lipsa unei vieți sociale, relaționale, are efecte nefavorabile asupra stării de sănătate. Un argument este Studiul Harvard al Dezvoltării Adulților, o analiză ce a început în anul 1938 și în care au fost incluși 724 de bărbați cu vârste cuprinse între 25 și 35 de ani, monitorizați pe o perioadă de aproximativ 75 de ani. Deși au participat la studiu atât persoane din cele mai

înalte medii academice, cât și din cele mai defavorizate cartiere, concluzia a fost unitară, și anume că, în ultimă instanță, predictorul cel mai important în ce privește fericirea și, implicit, starea de sănătate pe termen lung este calitatea relațiilor pe care le avem.

Pune relațiile pe primul loc!

Studiul respectiv menționa că atât relațiile familiale, cât și cele nefamiliale sunt la fel de importante pentru fericirea și starea noastră de sănătate. Ele ne pot aduce un beneficiu major și pe termen lung și se pot consolida prin activități recreative. Specialiștii recomandă ca măcar o dată pe săptămână să efectuăm activități împreună cu membrii familiei, preferabil în natură. Un alt element important este apartenența la o comunitate religioasă, în care relațiile cu semenii și în primul rând cu Dumnezeu sunt generatoare de sprijin.



Natura ne relaxează

Parcurile special amenajate pe care le găsim în marile orașe au un grad de poluare mai redus, datorită copacilor, care absorb dioxid de carbon și eliberează oxigen. Un lac, cu priveliștea liniștitoare a apei, poate genera efectul de „blue mind”, un antidot pentru cotidianul tumultuos al vieții citadine. Conceptul a fost introdus pentru prima dată de biologul marin Wallace J. Nichols și se referă la calmul dobândit pe malul apelor. În același registru, abundența verdeții are efecte nemaipomenite pentru relaxarea intelectuală, fiind un principiu important care stă la baza cromoterapiei (terapia prin culori).

De unde vine predispoziția spre îmbătrânire prematură a celor ce lucrează de la domiciliu? Unul dintre motive este că ei nu beneficiază de expunerea matinală la lumina soarelui, care reglează ritmul biologic al corpului. Totodată, lumina soarelui activează conexiuni la nivel cerebral care ne fac mai pregătiți în lupta cu stările de anxietate, din păcate din ce în ce mai frecvente.

Evită procrastinarea!

O altă soluție pentru consolidarea sănătății mintale și emoționale este să evităm amânarea sarcinilor neplăcute. Înțeleptul rege Solomon scria: „O nădejde amânată îmbolnăvește inima, dar o dorință împlinită este un pom de viață” (Proverbele 13:12).

Ordinea meselor

Pentru optimizarea sănătății în mijlocul orașelor, este de foarte mare ajutor un program regulat de odihnă și mese. Descrierea primei zile a lumii noastre este aceasta: „A fost o seară și apoi a fost o dimineață” (Geneza 1:5). Cu alte cuvinte, ziua a început cu o seară. Este foarte important să înțelegem că activitatea din timpul zilei este influențată

de modul în care ne-am petrecut seara precedentă.

Întrebări practice sunt: La ce oră m-am culcat? Când a fost ultima masă? De aici apare dezordinea în program și, după ce ne trezim pe fugă, obosiți, sărim peste micul dejun. Eventual, ne ajută un fast-food sau o covrigărie, și uite-așa ajungem să mâncăm seara principala masă din zi. Se creează astfel un cerc vicios, în care alimentația dezordonată, predominant seara, ne afectează calitatea somnului. Iar în ziua următoare suntem incapabili să mai investim timp pentru pregătirea unei mese hrănitoare la micul dejun. Care e idealul? În funcție de tipul de alimente, este recomandat să ne abținem de la hrană cu 3-4 ore înainte de culcare, pentru ca procesul digestiv să fie finalizat și, practic, somnul să fie într-adevăr regenerativ.

Un ajutor superior

Toți creștinii cred într-un Creator divin al trupului omenesc. Cum îl putem contacta, chiar dacă nu este vizibil? Conexiunea inteligentă cu forțele supranaturale ale Divinității prin rugăciune și prin meditație biblică va da energie trupului și sufletului. Fiecare individ stresat are ocazia să testeze personal puterea religiei în viața profesională sau familială: „Împrietenește-te dar cu Dumnezeu, și vei avea pace; te vei bucura astfel iarăși de fericire” (Iov 22:21). ■

David Ciolacu este medic rezident în specialitatea cardiologie.

Am fost omul străzii până m-au găsit doi îngerii. Azi știu din nou cuvântul FAMILIE

reportaj



Într-o zi geroasă de iarnă, Biserica Adventistă din orașul Hunedoara a salvat de la moarte un om al străzii, care, deprimat, se ruga să moară, ca să nu mai facă umbră pământului degeaba. Citește mai jos frânturi din povestea domnului Ioniță Constantin sau urmărește podcastul scanând codul QR alăturat!



Constantin Ioniță: Am făcut șase ani de box, patru ani de lupte. Mihai Leu venise în timp ce eu eram acolo; atunci venise și el, începător. Mai târziu, a venit viața peste mine, dar nu eram pregătit. Am luat cărările șantierelor și am luat alcool mult în brațe: Doamne, cine era ca mine?

După moartea mamei, am zis că vând apartamentul și îmi iau o garsonieră. La un chef, fiind turmentat, mi s-au furat banii. A doua zi, când m-am trezit, pe cine să condamn? Am fost atâția. „Bă, eu nu, eu nu, știi... noi nu punem mâna...”

Câteva zile, m-au primit niște amici pe la ei. După aceea mi-am căutat loc de stat: printr-o scară..., câteodată am dormit și între tufe

din parc. Nu-i doresc nimănui să stea cu frica de câinii de noapte. Trebuie să te ferești mereu, ești practic un câine hăituit, alungat de colo-colo. Și oamenii se uită altfel la tine. Viața de stradă e urâtă, urâtă. Îmi spuneau să plec, să nu mai stau în prezența lor; alții: „Măi, du-te și te spală!” Erau nopți nedormite, așa: ațipit, trezit, ațipit, trezit. Zilele, la fel. Când prindeam zile cu soare, ziceam: „Doamne, ce bine!” Dar și-atunci eram cu alcoolul în cap. Ca să trec peste frig, mă ascundeam în alcool. Era baza, nu mai realizam: „Măi, nu e bine! Termină! Ce faci? Încotro?”

Până la urmă, am găsit să stau sub o scară. Acolo, de bine, de rău, nu ploua. Mai făcea lumea gălăgie că nu le convenea să vadă un

boschetar. Ești mizerabil, miroși, nu ești acceptat.

Și, într-o seară, cineva de sus, de la etaj, a turnat apă peste mine când mă îndreptam să mă ascund din nou acolo, sub scară. Și, ud cum eram, m-am strecurat acolo și tremuram. Era frig. M-am trezit peste noapte la ora 3. Ațipisem și mă încălzisem puțin în hainele alea, în rupturile alea. Mă rugam la Dumnezeu: „Doamne, ia-mă, să nu mai fac umbră pământului degeaba! Doamne, ia-mă acum, că nu mai pot!” Și, cum stăteam singur, în întuneric beznă, am văzut o lumină prin pleoape. Imediat am deschis ochii speriat, dar nu era nimeni. Nici bec stradal să bată acolo sub scară. Și parcă mă împingea cineva de la spate: „Ieși de-acolo!” Dar îmi ziceam: „Pentru ce? Și-așa sunt nefolositor.” Nu mai aveam imboldul să ies din haznaua lumii. Era vai și-amar de mine.

Am văzut fotografii făcute, și nu-mi vine să cred că eu sunt persoana aceea. Cum am putut să decad în halul acela? Un an și jumătate, până au venit doi îngeri.

ÎNGERII

Margareta Toderăș: Totdeauna mă rog, înainte de a pleca de acasă, să-mi scoată Dumnezeu pe cineva în cale, un copil sărman sau pe cineva să-l hrănesc. El era nu atât de flămând, cred, cât tremura de frig, îi clănțneau dinții. Vai... și era un frig și un ger! I-am cumpărat să mănânce și i le-am lăsat acolo.

Am plecat acasă cu Daniela, fiica mea. Niciuna nu scoteam un cuvânt. Ne-am așezat pe fotolii și amândouă ne gândeam la omul străzii. Nici eu n-am dormit în noaptea aia, nici Daniela. Era o zloată, o ninsoare din aia...

Daniela s-a dus la taximetriști: „Nu vreți să-l duceți la adăpost?” Era murdar, mirosea, vai,

nu puteai să stai lângă el, nu puteai! Nu l-a vrut nimeni.

Daniela Muntean: Pentru că picioarele îi erau foarte umflate, mergea foarte încet. Îl vedeam cum se strâmbă. Își punea mâinile în buzunar, apoi le scotea și zicea: „Uite, scot din buzunar curaj. Hai, Costele! Hai, că poți! Hai, o să renaști ca pasărea Phoenix din propria cenușă! Ești luptător, Costele! Hai, că poți! Mai ai un pic, încă puțin!” Își vorbea singur. Mi-a venit să plâng când mi-am dat seama că, într-adevăr, el își dorea această schimbare.

Mi-a arătat un fel de nișă în perete lângă un restaurant, a deschis-o și mi-a zis: „Uite, aici eu am haine pregătite pentru ziua în care o să pot să mă spăl!” Atunci mi-am dat seama că el vrea să se schimbe. I-am luat plasa în mână, pentru că el era foarte înghețat, și i-am zis: „No, hai să mergem să te speli!”

Margareta Toderăș: M-am dus la magazin, i-am cumpărat haine, de la șosete la tot ce avea nevoie. L-am dat noi cu spray, l-am aranjat, am făcut rugăciunea. Atât de tare a început să plângă și atât de tare plângea și stătea cu capul în jos și îi curgeau lacrimile, lacrimi așa mari, mari pe jos, dar știți cum? Așa pe covor, ca ploaia. Uda efectiv podeaua. Îmi dădeam seama că din sufletul lui vine, că vrea cu adevărat să se schimbe.

Ioan Sima: Fiind prim-diacon al bisericii, am luat inițiativa, l-am adus la biserică, l-am schimbat, l-am spălat, l-am îmbrăcat. La spital m-au întrebat: „Dom’le, îl cunoașteți pe acest om?” „Nu!” „Dar cum de acționați așa?” „Pentru că suntem oameni creștini și îl iubim pe Dumnezeu, iar Cuvântul lui Dumnezeu așa spune – să-i iubim pe toți.” A rămas așa... „Cum, sunteți creștini?” „Da!” Nu i-am explicat ce religie... creștini.

Margareta Toderăș: La urgență, o doctoriță și o asistentă ne-au întrebat dacă îl cunoaștem. Le-am spus că l-am adus de pe stradă, că nu suntem rude. „Dacă dvs. ați făcut lucrul acesta, haideți că facem și noi.” Medicii știau cu toții, umblau după el: „Haideți că, uite, două femei au venit cu un om al străzii... Unde s-a mai pomenit așa ceva, să vină cu cineva al străzii și să umble pentru el?”

Daniela Muntean: Când căutam pe stradă Direcția de Asistență Socială, un domn ne-a invitat să mergem cu el și, când am intrat înăuntru, a deschis ușa biroului directorului, s-a așezat pe scaun și ne-a zis: „Hai să facem lumină!” A chemat imediat două subordonate, iar una din ele, când s-a uitat pe buletin, și-a dat seama că Ioniță era fostul ei coleg de liceu, un băiat de nota 10, care muncea și învăța și era extraordinar de bun sportiv.

Toți oamenii, vă spun sincer, au venit în ajutorul lui. Directorul, cu care fusesem colegă de școală, patronul unui azil destul de scump din Hunedoara, a zis: „No, hai să-l văd!” Și, când s-au întâlnit, Ioniță și-a scos cu respect căciula și s-a uitat în pământ, pentru că-i era rușine. Iar directorul i-a găsit un loc la căminul de bătrâni și l-a primit până astăzi.

Acum am familia mea

Constantin Ioniță: Și tare mult de tot i-aș ruga pe cei care citesc sau aud să lase viața asta de alcool. Să se roage Domnului, pentru că îi ascultă mai mult decât cred ei.

Acum cunosc din nou cuvântul „familie”. Vă spun din tot sufletul: mă simt fericit, mă simt bine; am familia mea acum. Uitasem cuvântul „familie”. E greu poate, așa or să spună mulți. Nu, nu este greu. Dacă vrei din tot sufletul, o să fie foarte ușor. O să găsească cu adevărat liniște sufletească.

Domnul nu m-a luat. El a zis: „Mai am treabă cu tine.” Mi-a dat un țel într-adevăr. Țelul? De a le spune și altora să nu ajungă ca mine. Nu, să nu calce pe cărarea asta. E o cărare tare urâtă, tare greu de străbătut. De ce să nu meargă pe calea Domnului? E atât de frumoasă și de lină calea asta, cum nu-și pot închipui oamenii. ■

Elena Pridie

Hrana și viața la oraș

nutriție



Sunt deja decenii de când cei ce locuiesc în orașe se lamentează în privința calității hranei și tânjesc după vremurile în care puteau beneficia de mâncarea de vis de la țară. Se socotesc niște năpăstuiți care trebuie să locuiască în orașele acestea mari și să consume mai mult chimicale decât nutrienți autentici... Nu contest adevărul din această constatare, însă lucrurile nu stau în totalitate astfel. Vei găsi în continuare argumente pentru această afirmație și sper să fii de acord cu mine.

Cât de bune sunt roșiile, ardeii, vinetele și toate celelalte din grădina țaranului! Ce să mai spun de o piersică zemoasă, cu miezul alb sau roșu, de un strugure dulce ca mierea sau chiar de niște porumbe pe care le găseai chiar și după căderea brumei. Sau de o mămligă bună ori o fasole bătută lângă care spargi o ceapă roșie. Trai regesc! Când ai parte de o masă cu astfel de produse, simți că trăiești cu adevărat, nu-i așa?

Da. De acord. Roadele rezultate de pe urma trudei țaranului român sunt fără egal în ce privește gustul și calitatea nutritivă. Folosesc termenul „țaran” cu cel mai mare respect, pentru a reda ideea de gospodar care își cultivă pământul pentru a obține alimentele necesare întreținerii vieții. Însă hai să privim împreună la traiul țaranului și la „avantajele” vieții lui!

De primăvara devreme până toamna târziu, țaranul muncește zi lumină, cu ochii mereu la cer să vadă dacă apar nori care să-i aducă ploaia binefăcătoare sau grindina devastatoare, ce îi poate distruge în 5 minute truda de un an întreg. Cât este vreme prielnică, trage cât poate, fără să țină cont că mai trebuie să mănânce și să bea apă. Programul lui este haotic, pentru că propria persoană dispare în fața provocărilor cu care se confruntă. De obicei mănâncă o dată, cel mult de două ori pe zi. În rest, sudoare, sudoare... Nu discut faptul că munca lui nu este răsplătită cum se cuvine în societate – aceasta e o altă problemă și nu constituie subiectul acestui articol. Vreau să comparăm viața lui cu a orașeanului, care murmură continuu și visează la viața țaranului din mâna căruia ies asemenea roade minunate. Dar el, țaranul,



se pare că nu prea se poate bucura de ele pentru că... *nu are timp!*

Nu mă voi referi la dezavantajele – evidente – ale alimentelor pe care și le poate procura și consuma cel ce locuiește în oraș. Sunt lucruri de necontestat. Dar te invit să privim la avantajele celui ce trăiește în oraș în comparație cu cel ce trăiește la sat. Cel mai mare avantaj al orășeanului este acela că poate avea un program de viață regulat pe tot parcursul anului. El nu depinde de sezoane agricole. El își procură alimentele și trebuie să le gătească, iar apoi se poate înfrupta din ele. Pentru sănătate, acesta este un avantaj care nu poate fi vreodată apreciat îndeajuns. Dacă, la capitolul „ce” mănâncă, orășeanul nu prea are variante alternative – deși e discutabil chiar și acest aspect –, la capitolele „când”, „cum” și „cât”, depinde doar de el, de modul în care își organizează viața. Gestionându-se bine, el poate mânca de trei ori pe zi, la ore regulate, pentru că el nu e zorit de furtuna care vine ș.a.m.d.; dacă își alocă timp suficient pentru masă, mestecând pe îndelete și savurând mâncarea, se alege cu încă un avantaj pe care țăranul nu prea îl are; iar în ce privește „cât” mănâncă, tot de el depinde, nu de alți factori din jurul lui.

„Ce”, „când”, „cum” și „cât” constituie pilonii nutriției. Oare țin seama orășenii de aceste avantaje și sunt ele priorități pentru sănătatea lor? Din păcate, nu. Desigur, și țăranul își poate îmbunătăți viața, dar pentru cel din oraș este mult mai ușor. Ce face orășeanul în schimb? Transformă avantajele în dezavantaje. Iar urmarea – obezitate, boli cronice de tot felul. Scuze se găsesc mereu. Dar trebuie să recunoaștem adevărul: noi, orășenii, avem alte priorități. Și acestea sunt ecranele. Găsim ore întregi pentru a butona, dar nu avem timp să pregătim mâncare și să o mâncăm. Găsim ore întregi să trăim viața altora în filme, dar nu

găsim câteva minute să răzuim un măr pentru bebeluș, ci preferăm să îl hrănim cu măr ras de la borcănel... Înlocuim hrana proaspătă cu cea conservată, plină cu de toate, ca să ne fie mai comod. Preferăm hrana sclipitor ambalată, deși este super procesată, rafinată, deși știm că alimentele integrale, așa cum ni le dă natura, sunt cele care dau sănătate. Cine e de vină? Da, magazinele au de toate: și cartofi, și chipsuri din cartofi; și fasole, și fulgi de fasole; și fructe, și dulciuri. Însă doar de mine depinde ce aleg. Dar orășenii aleg ceea ce le este mai comod, fără să se gândească la consecințele pentru sănătate. Jinduiesc la produsele ieșite din mâna țăranului, dar nu sunt dispuși să facă un minimum de efort.

Soluția? Formarea de noi repere și priorități alimentare *pentru* sănătate, nu *împotriva* ei. Și încă ceva: ceea ce orășenii încă găsesc în orașe ca alimente integrale sunt, în România, de o calitate foarte bună. Cei care au fost prin alte țări pot confirma aceasta. Iar în ce-l privește pe țăranul român, orășenii ar trebui să-i sărute la propriu mâinile crăpate, pentru că datorită lui au ce pune în farfurie. ■



Elena Pridie are studii de nutriție și este autor și traducător de cărți de sănătate. Pentru a comanda cartea *Mănânc simplu și sănătos*, scrieți la

adresa: elenapridie@gmail.com!



De vorbă CU ...

Liviu Bogdan Ciucă este notar public, profesor universitar doctor și membru al Academiei de Științe Juridice. A fost președintele Comisiei juridice, de disciplină și imunități din cadrul Parlamentului României. A refuzat propunerea de a fi vicepremier și ministru, iar în prezent este președintele Academiei de Științe Juridice din România.

Ce influențe din copilărie v-au marcat parcursul profesional?

În mod evident am fost influențat de modele. Am realizat adevărate studii de caz cu privire la unii profesori, membri ai familiei, membri ai bisericii, părinți. M-am lăsat impresionat de persoanele cu atitudine și care ieșeau cumva în evidență, sigure pe ele, recunoscute ca profesioniști, persoane care stârneau admirație. Mi-am dorit, rând pe rând, să devin șofer de autobuz, marinar, scafandru, pictor sau doctor. În ultimul an de facultate, încă nu știam foarte clar care va fi profesia juridică pe

care o voi practica. Profesorii mei mă vedeau judecător sau avocat. Tatăl meu a fost cel care și-a dorit și m-a sfătuit să devin notar. L-am ascultat din respect, fără să fiu convins. S-a dovedit în timp că a avut și de data aceasta dreptate.

Ce valori ați moștenit din familie?

În primul rând, valorile creștine. În al doilea rând, ideea de familie ca valoare în sine. Complexă, completă și obligatorie. Am fost și suntem ca o familie de tip italian, numeroa-

să și unită. Ne supărăm, ne iertăm, ne iubim. Totul cu pasiune. Plângem toți pentru unul și ne bucurăm împreună pentru orice realizare a fiecăruia dintre noi.

Cum vă raportați la Biblie?

Pentru mine, Biblia este reperul fundamental. Mă simt în siguranță și liniștit când o studiez. Descopăr de fiecare dată, când o citesc, lucruri noi și răspunsuri incredibil de clare la multe dintre întrebările mele. Folosesc citate din Biblie în multe din conferințele la care sunt invitat. Cine ar putea contesta Biblia? Sunt bulversat de știrea care ne anunță că, la o conferință despre „viitorul omenirii”, prof. Harari a declarat că o biblie rescrisă de inteligența artificială ar fi o biblie globală, care ar duce la „unificarea religiilor”. Consider că acea biblie nu ar fi BIBLIA!

În ce fel reușiți să echilibrați viața profesională cu cea de familie?

Greu! Dar din ce în ce mai bine! Cred că valoarea unui om stă și în refuzurile pe care reușește să le decidă cu privire la profesie și la alte oportunități. Mă lupt să devin valoros prin refuzuri. Vreau să-mi petrec mai mult timp cu familia. Vreau ca cei doi copii ai mei să aibă cât mai multe amintiri cu mine! Lucrez la un plan de organizare a vieții, un plan care să facă mai mult loc în viața mea pentru Dumnezeu și pentru familie.

De ce sunteți adventist de ziua a șaptea?

M-am născut în această biserică. Apoi, după o perioadă plină de frământări și întrebări cu privire la existența sau inexistența lui Dumnezeu și în același timp de cercetare privind

biserica ce îmi oferă cele mai multe răspunsuri, am decis.

Cum vă mențineți sănătatea emoțională sau cum controlați nivelul stresului?

Familia este răspunsul. Simt cum mă vindec efectiv sufletește atunci când sunt cu familia. Știu că nu sunt singur și că Dumnezeu este cu mine. Aceasta este suficient!

Ce vă place în mod deosebit în București?

În Capitală îmi plac în special ofertele culturale, familia soției, prietenii, clădirile interbelice și atmosfera cosmopolită.

Cum vedeți viitorul României sau al lumii?

Am fost optimist. Apoi am devenit optimist cu accente de pesimism. Iar acum sunt pesimist cu accente de optimism. Este adevărat că nici contextul global nu este cel mai fericit. Cu toate acestea, în Biblie găsim răspunsuri cu privire la ce va fi, iar psalmul 23 ne dă garanții cu privire la ocrotirea Lui. ■

Ascultă sau vizionează un podcast despre viața omului Liviu Bogdan Ciucă aici:

<https://www.youtube.com/watch?v=2Na8bk37HAM>



Un strigăt după ajutor. Rugăciune

rugăciune



Dumnezeul meu, Dumnezeul meu, de ce m-ai părăsit?

Ești atât de departe de izbăvirea mea
și de cuvintele strigătului meu!
Dumnezeul meu, strig ziua, dar nu-mi răspunzi,
strig noaptea, dar nu găsesc odihnă. [...]

În Tine au nădărdit strămoșii noștri;
ei au nădărdit, iar Tu i-ai izbăvit;
au strigat către Tine și au fost scăpați;
au nădărdit în Tine și nu au fost dați de rușine.

Dar eu sunt vierme, nu om;
am ajuns de râsul oamenilor și disprețuit
de popor.

Cei ce mă văd își bat joc de mine,
rânjesc și clatină din cap. [...]
Și totuși Tu m-ai scos din pânțele mamei
mele

și mi-ai dat ocrotire la pieptul ei.
Sub privirea Ta am fost scos din pânțe;
încă din pânțele maicii mele,
Tu ești Dumnezeul meu.

Nu Te îndepărta de mine,
căci necazul este aproape
și nu am niciun ajutor! [...]
Sunt turnat ca apa
și toate oasele mi se despart.
Ca ceara mi se topește inima înăuntrul meu.
Mi se usucă puterea ca lutul,
iar limba mi se lipește de cerul gurii:
m-ai adus în țărâna morții. [...]

Dar Tu, DOAMNE, nu Te îndepărta!
Tăria mea, grăbește de-mi ajutor! [...]

Cei ce vă temeți de DOMNUL, lăudați-L! [...]
Căci El nu disprețuiește,
nici nu nesocotește necazul sărmanului;
nu-Și ascunde fața de acesta,
ci-l ascultă când strigă către El după
ajutor.

Rugăciune din psalmul 22
(NTR - *Noua traducere în limba română*).
Ilustrații de Sefira Lightstone

De unde vine săptămâna?



Tot mai mulți oameni de știință sunt de acord că originea săptămânii rămâne unul dintre marile mistere ale civilizației umane. „O durată de șapte zile nu se aliniază cu niciun ciclu natural și nici nu se potrivește în mod clar în luni sau ani”, scrie Joe Pinsker, în articolul „We live by a unit of time that doesn’t make sense” („Trăim după o unitate de timp care nu are sens”), publicat în revista *The Atlantic*, la 16 noiembrie 2021. Încercările vechilor egipteni, ale Revoluției Franceze și ale Partidului Comunist din Rusia de a împărți altfel zilele anului au fost uitate rapid, în timp ce săptămâna de șapte zile continuă să ne ghideze viața până astăzi. Care să fie miracolul ei?

Dacă ne uităm cu atenție în raportul conținut pe primele file din Scriptură, observăm că Dumnezeu nu este doar Creatorul cerului și al Pământului, ci și creatorul timpului. Imediat cum a început să creeze noua lume ce va deveni planeta Pământ, Biblia spune că „aceasta a fost ziua întâi” (Geneza 1:5). După ce au fost create Soarele, Luna și stelele, ni se spune că ele au fost aduse la existență pentru a arăta „vremurile, zilele și anii” (Geneza 1:14). La finalul lucrării Sale, Dumnezeu S-a odihnit – El, care „nu obosește, nici nu ostenește” (Isaia 40:28) –, pentru a-i lăsa omului un model de împărțire a tim-

pului, despre care a scris apoi cu degetul Lui pe tablele Legii: „Să lucrezi șase zile și să-ți faci lucrul tău. Dar ziua a șaptea este ziua de odihnă închinată Domnului Dumnezeului tău [...]. Căci în șase zile a făcut Domnul cerurile, pământul și marea și tot ce este în ele, iar în ziua a șaptea S-a odihnit, de aceea a binecuvântat Domnul ziua de odihnă și a sfințit-o” (Exodul 20:8-11).

Apogeul creației

Este deci evident că, atunci când a început marea Sa lucrare de creație, Dumnezeu a avut un plan bine pus la punct, după cum și noi,

când ne apucăm să facem ceva, știm de multe ori unde vrem să ajungem. Iar planul Său a fost ca florile, copacii, lumea creată și omul să se întâlnească în ziua a șaptea, acesta fiind apogeul creației și, în același timp, cheia înțelegerii a tot ce se făcuse până atunci. Sabatul este dovada că scopul creării primului cuplu a fost dragostea. Iar dragostea nu există fără timp și fără relație.

Mărturia săptămânii

Și, pentru că Dumnezeu a creat săptămâna, ea nu a putut fi schimbată, după cum nu putem schimba nimic din ce a făcut El: „Uită-te cu băgare de seamă la lucrarea lui Dumnezeu! Cine poate să îndrepte ce a făcut El strâmb?” (Eclesiastul 7:13).

Dumnezeu ne-a lăsat o amintire despre El în timpul nostru. El vrea ca noi să ne amintim de El în fiecare săptămână și să nu uităm că scopul pentru care am fost creați este unul nobil și special – acela de a trăi pentru El și pentru cei de lângă noi.

Biblia nu ne vorbește doar despre miracolul săptămânii, ci ne spune și ordinea zilelor lăsată de Dumnezeu încă de la început. Pentru orice cititor este evident că prima zi a săptămânii, cea în care lumina a strălucit pentru prima dată peste o lume în care totul era „pustiu și gol” (Geneza 1:2), este aceeași în care Isus Hristos a înviat, adică duminica (Ioan 20:1). Iar cea de-a șaptea, ziua odihnei lui Dumnezeu de la început, cea pe care Isus Hristos avea obiceiul să o păstreze (Luca 4:16)

și în care S-a odihnit (Luca 23:56) în mormânt după ce și-a sfârșit lucrarea pe care Tatăl i-a încredințat-o (Ioan 17:4), este sâmbăta.

Profetia despre weekend

Dar tot din Scriptură aflăm că, la finalul istoriei, o mare putere politico-religioasă „se va încumeta să schimbe vremurile și legea” (Daniel 7:25). Acest asalt al forțelor răului împotriva timpului și a legii poate fi văzut de-a lungul istoriei lumii atât în încercările de schimbare a numărului zilelor săptămânii, cât și în alterarea semnificației lor.

De ce? Pentru că Satana vrea ca noi să uităm semnificația inițială a acestor zile, și mai ales faptul că la finalul fiecărei săptămâni de trudă Dumnezeu vrea să ne odihnim, sărbătorind bucuria relației cu El. Cel Rău vrea să uităm că am fost creați pentru Dumnezeu și pentru un scop mult mai înalt decât arginții pentru care muncim cu trudă în fiecare zi și pe care îi cheltuim uneori pe iluzii de fericire.

Oferta divină

Dumnezeu vrea să regăsim semnificația timpului și mai ales să fim fericiți, învățând să ne bucurăm de relația cu cei dragi în fiecare zi și apoi să sărbătorim toate acestea în fiecare sabat. Ți-ar plăcea să-ți poți rezerva 24 de ore în fiecare săptămână pentru relaxare deplină? Aceasta este oferta inegalabilă a sabatului din Biblie. Eliberează-te de stres, celebrează-ți prietenii, ieși în natură și cunoaște-L pe Creator la fiecare sfârșit de săptămână! 



Taine din
Scripturi



Milioane de români au văzut asta!



Canalul de TikTok Taine din Scripturi

oferit de:



CREAȚIA. | ȘTIINȚEI

Examenul

Sala Dalles
B-dul Nicolae Bălcescu nr. 18
București

