

PORUNCA
A OPTA

2

PREȚUIȚI CEEA
CE AVEȚI

4

IMPORTANȚA ȘI
SIMBOLISTICĂ
ÎNCĂLȚĂMINTEI

5

1/2020

COMOARA ASCUNSA

«Este scris: Omul nu va trăi numai cu pâine, ci și cu orice cuvânt rostit de Dumnezeu.»(Matei 4:4)



8

CUM ȘĂ
LUPTĂM CU
DEPRESIA

12

CĂȘĂTORIA
„FUNNY”





Să nufui
(Ex. 20:14)

VIII

PORUNCA A OPTA

Am ajuns la studiul celei de a opta porunci din Legea lui Dumnezeu - „Să nu furi”. Această poruncă include atât păcatele ascunse, cât și cele cunoscute. Porunca a opta condamnă furtul și jaful, răpirea, comerțul cu sclavi și războaiele de cucerire. Ea pretinde corectitudine desăvârșită chiar și în cele mai neînsemnate aspecte ale vieții. Ea interzice fraudele comerciale, pretinde corectitudine în a întoarce datoriile sau în plata angajaților. Această poruncă ne spune că cea mai mică încercare de a obține un profit pe seama slăbiciunii sau nefericirii altcuiva este notată ca înșelăciune în cărțile din ceruri.

Din păcate, porunca ce privește hoția a pătruns în toate straturile sociale. Toti fură: mături și copii, șefi și subalterni. Se fură cu gentile, cu sacii, cu vagoanele. Se fură tot ce se poate fura, în ciuda lacătelor foarte bine închise, a gardurilor înalte și a oamenilor înarmați ce stau de pază. Omul este împins spre hoție de caracteristicile sale umane corupte: iubirea de bani și dorința de îmbogățire cu orice preț. În Sfânta Scriptură ni se spune că iubirea de bani este rădăcina tuturor relelor (1 Tim. 6:10). Dorința de îmbogățire cu orice preț este o preocupare excesivă pentru a obține beneficii

pământești, iubire exagerată față de lucrurile materiale. Insuși Domnul ne avertizează: „Vedeți și păziți-vă de orice fel de lăcomie de bani; căci viața cuiva nu stă în belșugul avuției lui” (Lc. 12:15).

Dorința de îmbogățire îi determină pe oameni să obțină câștiguri cât mai mari, fără a ține seama de mijloacele folosite. Lăcomia și zgârcenia îi împing spre infracțiuni și le distrug familiile.

Metaștazele păcatului hoției s-au răspândit în toate sferele vieții noastre. Neascultarea copiilor fură de la părinți liniștea și sănătatea, pentru că fiecare faptă a lor are consecințe pe termen lung. Tatăl sau mama care părăsesc familia îi fură copilului fericirea și copilăria senină.

Tânărul și tânăra care intră în relația de căsătorie își oferă unul altuia fericire, iubire, inimile. Prin încălcarea jurămintelor rostite la căsătorie ei își fură unul altuia și inima, și iubirea, și fericirea.

Porunca „Să nu furi” îi îndeamnă pe oameni să nu se prade pe ei înșiși. Dacă părinții se gândesc numai la lucru sau la bani, ei se privează de momentele fericite ale vieții de familie. Pentru a fi fericiți nu avem nevoie doar de bani și bunăstare materială!

Adesea se întâmplă că tatăl sau mama se întorc de la lucru într-o familie distrusă: familia s-a destrămat, iar copiii, crescuți fără dragostea părintească, nu au nevoie de părinți. Dumnezeu este Creatorul familiei și ne sfătuiește să căutăm mai întâi Împărăția lui Dumnezeu și toate celelalte lucruri ne vor fi date (Mt. 6:33). Lenea sau lipsa de ocupație este încă un motiv pentru care oamenii sunt împinși spre hoție. Înțelepciunea populară spune: „Pentru a-i prinde pe oameni în undiță, diavolul pune tot felul de momeli în cârligul său, dar cei leneși pot fi prinși și în cârligul gol!”. Nimic nu provoacă un rău mai mare ca lena și timpul petrecut fără un scop.

În Sfânta Scriptură ni se spune că munca este profilaxia hoției: „Cine fura să nu mai fure; ci mai degrabă să lucreze cu mâinile lui la ceva bun, ca să aibă ce să dea celui lipsit” (Ef. 4:28). Munca cinstită este nedespărțită de fericirea oamenilor, indiferent că este vorba de muncă fizică sau intelectuală. Apostolul Pavel spune că un creștin nu are voie să trăiască din milă altora dacă este în stare să se întrețină singur. Munca grea are valoare terapeutică. Dacă viața creștinului este umplută cu interese spirituale, cu muncă





folositoare și cinstită, lenea își va găsi locul în ea cu toate manifestările ei negative, inclusiv hoția.

„Căci nu este nimic ascuns care nu va fi descoperit și nimic tănuit care nu va ieși la lumină” (Mc. 4:22). Aceste cuvinte ale Domnului Isus Hristos au o legătură directă cu porunca „Să nu furi”. Omul care se gândește să fure trebuie să știe că într-o zi va fi prins. De asemenea, și infractorul știe că înșelăciunea lui va ieși la lumină mai devreme sau mai târziu. Înțelegând riscul, de ce continuă să comită astfel de fapte atât hoțul, cât și înșelătorul? Aceasta este natura păcătoasă a omului (vezi Ecl. 8:11; Prov. 9:17 și Iosua 7:21). Zgârcenia se ascunde în inimă și se manifestă atunci când apare posibilitatea de a fura: vede, îi place, îl ia.

În capitolul 7 al cărții Iosua este prezentată istoria lui Acan, care a poftit ceva ce nu îi aparținea. Acan știa că nu trebuia să pună mâna pe ceea ce era sortit spre nimicire, dar a văzut o placă de aur, arginți și o manta frumoasă și le-a luat. În textul biblic ni se spune că aceste lucruri i-au plăcut (v. 21). El s-a uitat în toate părțile. Nimeni nu se uita la el, zidurile erau dărâmate împrejur, se auzeau strigăte de biruință – toți erau plini de bucuria victoriei obținute în Numele lui Dumnezeu! Așa că Acan a luat aceste lucruri. Dacă s-ar fi uitat în clipa aceia spre cer! „Nicio făptură nu este ascunsă de El, ci totul este gol și descoperit înaintea ochilor Aceluia cu care avem a face” (Evr. 4:13). Dacă Acan și-ar fi amintit voia lui Dumnezeu exprimată în porunca „Să nu furi”, ar fi rămas în viață.

Lăcomia este un păcat care se dezvoltă treptat. Acan a adunat în sufletul lui lăcomia pentru câștig până când aceasta a ajuns un obicei și l-a înfășurat în niște legături ce nu puteau fi rupte. Cultivând acest rău în inimă, nu s-a gândit că va aduce nenorocire asupra întregului popor. Percepția lui a fost întunecată de păcat și a devenit o pradă ușoară pentru ispită. Nu sunt săvârșite și astăzi astfel de păcate în ciuda avertismentelor lui Dumnezeu? Poate cea mai importantă cauză a încălcării poruncii „Să nu furi” este aceasta: „Când nu este nicio descoperire dumnezeiască, poporul este fără frâu; dar ferice de poporul care păzește Legea!”

(Prov. 29:18). Conform Bibliei, preoții sunt chemați să transmită poporului ceea ce le descoperă Dumnezeu: „Căci buzele preotului trebuie să păzească știința și din gura lui se așteaptă învățătură, pentru că el este un sol al Domnului oștirilor” (Mal. 2:7).

Cei care învață că Dumnezeu a anulat Legea lui Dumnezeu și acum ea a fost înlocuită de har, contribuie la creșterea răului și sunt responsabili pentru înmulțirea nelegiuirilor, așa cum a avertizat Hristos (Mt. 24:12). În prorocia lui Osea sunt descrise zilele ce preced cea de a doua venire a lui Isus Hristos: „Fiecare jură strâmb și minte, ucide, fură și preacurvește; năpăstuieste și face omoruri după omoruri” (4:2). Cum să facem noi, cei care îl iubim pe Dumnezeu, ca în aceste vremuri grele „să ne ținem curată cărarea” (Ps. 119:9), rămânând credincioși lui Dumnezeu și împlinind voia Sa exprimată în porunca „Să nu furi”? Răspunsul este unul singur și are valabilitate în toate timpurile pentru oricine: „Îndreptându-ne după Cuvântul Tău” (Ps. 119:9).



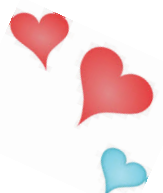
Ce înseamnă aceasta? În ce fel ne putem „îndrepta după Cuvântul lui Dumnezeu”? În primul rând, trebuie să ne dorim acest lucru: „Iată, doresc să împlinesc poruncile Tale” (Ps. 119:9). Sfânta Scriptură mărturisește despre faptul că și Fiul lui Dumnezeu și-a dorit același lucru atunci când a luat natură umană și a venit în lumea noastră: „Vreau să fac voia Ta, Dumnezeule! Și Legea Ta este în fundul inimii mele” (Ps. 40:8). De asemenea, trebuie să ne rugăm pentru aceasta (Prov. 30:7-9). Rugăciunile noastre ar trebui să fie însoțite de acțiuni practice: „Să aveți cumpene drepte, greutate drepte, efe drepte și hine drepte” (lev. 19:36); „Cumpăna

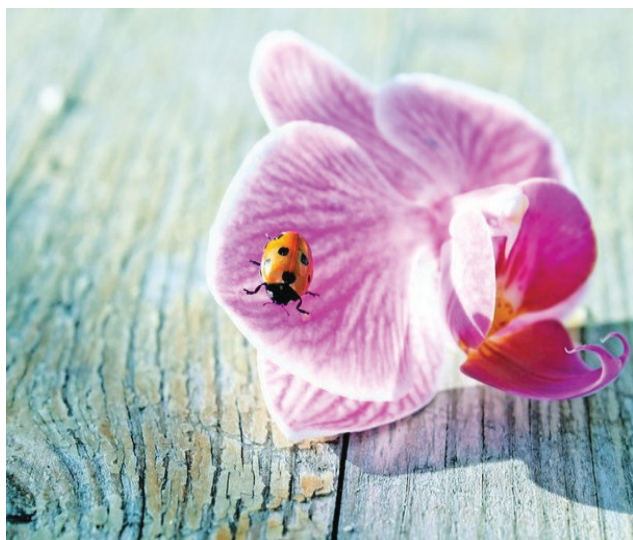
înșelătoare este urâtă Domnului” (Prov. 11:1); nu trebuie să fim de acord să participăm la infracțiuni și să încălcăm Legea lui Dumnezeu (Prov. 1:10-15).

Tați și mame, rugați-vă pentru copiii dumneavoastră și discutați cu ei despre Legea lui Dumnezeu. Educați în ei altruismul, pentru a nu fi nevoiți să vă faceți griji și să vă rugați pentru ei când îi veți vedea în anturaje îndoielnice sau veți găsi întâmplător la ei bani pe care nu îi au de la dumneavoastră.

Dar cum să păstrăm curăția morală în afaceri? În Biblie ni se oferă răspuns și la această întrebare. Experiența lui Daniel, a cărei istorie este scrisă în Sfânta Scriptură, ne demonstrează că un om de afaceri nu trebuie neapărat să fie șmecher și lacom, ci trebuie să fie un om condus la fiecare pas de Dumnezeu. Chiar și vrăjmașii lui Daniel au fost obligați să recunoască faptul că „Nu vom găsi niciun cuvânt de plângere împotriva acestui Daniel” (Dan. 6:6). El este un exemplu a ceea ce poate să devină fiecare dintre noi dacă ne îndreptăm inima către Dumnezeu și ne consacram Lui, dacă toate faptele noastre sunt curate în ochii lui Dumnezeu.

Vladimir Alexeenco





PREȚUIȚI CEEĂ CĂ AVEȚI

„Unui nebun nu-i șade bine să trăiască în desfătări, cu atât mai puțin unui rob să stăpânească peste voievozi” (Prov. 19:10).

Celui neînțelept îi este greu să prețuiască ceea ce are. Dacă este bogat, nu știe cum să administreze bogăția. Neînțeleptul o risipește în van și, după puțin timp, rămâne fără nimic. Este asemenea unui rob care a ajuns conducător. Despre aceasta ni se spune în versetul de mai sus. Cum putem să conducem dacă nu suntem pregătiți pentru aceasta?

Un băiat de 18 ani a făcut practică la biroul ce se ocupa cu fondul de pensii. El a găsit o metodă prin care să sustragă câțiva lei de la fiecare pensionar și să îi pună în contul lui. În felul acesta, a obținut o sumă foarte mare de bani. Poate că fapta lui ar fi rămas multă vreme nedescoperită, dar toți au observat că tânărul a început să se îmbrace cu haine scumpe, și-a luat mașină, cheltuia foarte mult la petrecerile cu prietenii, deci nu ducea un trai corespunzător salariului pe care îl primea ca funcționar public. Înșelăciunea aceasta l-a făcut să ajungă în închisoare. În pasajul de mai sus, Solomon descrie acest tip de oameni care sunt suficient de deștepți, dar sunt neînțelepți, nu pot prețui ceea ce au.

Cum administrați ceea ce primiți din mâna lui Dumnezeu? Nu mă refer doar la bunurile materiale, ci și la relațiile cu oamenii, la iubirea, susținerea și respectul lor.

De multe ori am avut ocazia să vorbesc cu bărbați ale căror familii fuseseră distruse. Ei promiteau să le înțeleagă, să le ofere atenție și să fie afectuoși cu soțiile lor, dacă acestea ar fi fost de



acord să se întoarcă la ei. Dar majoritatea femeilor răspundeau: „A avut ani de zile să îmi ofere toate aceste lucruri, dar nu s-a gândit să o facă!”.

De ce se întâmplă așa de adesea ca oamenii să îi prețuiască pe cei care sunt lângă ei numai după ce îi pierd? De ce nu își prețuiesc sănătatea, până când medicul nu le pune un diagnostic sever? De ce nu prețuiesc timpul în care au copiii alături, până când aceștia cresc și pleacă din casa părintească?

Astăzi și întotdeauna fiți atenți la micile și marile binecuvântări oferite de Dumnezeu. Prețuiți-le și conștientizați valoarea oamenilor care vă sunt alături. Fiți recunoscători și fericiți pentru toate.

Nu căutați ceea ce nu puteți administra, pentru că „Unui nebun nu-i șade bine să trăiască în desfătări, cu atât mai puțin unui rob să stăpânească peste voievozi” (Prov. 19:10).

RECUNOȘTINȚA

*O, Doamne cât de mult aș vrea
Sa fiu în cer cu Tine,
Sa-mi spui că eu sînt fiica Ta
Și Tu ești demn de mine.*

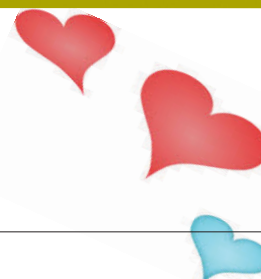
*Mi-a fost greu să-ți recunosc
C-am cunoscut păcatul,
C-am dus o viață fără rost
Doar Tu, le știi pe toate.*

*Lumina Ta a străbătut
O inimă-mpietrită,
Ai reușit s-o reîntorci
Pe-o fică răătăcită.*

*Regret, iertare eu îți cer,
Nu ți-am făcut un bine,
Pe Fiul Tău l-am răstignit
Venit din veșnicie.*

*Nu pot să rup din pîinea Ta
Fără să-ți dau răsplată,
Aduc ca jertfă pe altar
Credința mea și soarta.*

Ludmila Patraș (mun. Hîncești)



IMPORTANȚA ȘI SIMBOLISTICA ÎNCĂLȚĂMINTEI

Trad. în limba rusă – Ecaterina Dumnici; Trad. din limba rusă – Perciun Rodica

În Sfânta Scriptură găsim multe referiri la încălțăminte. Moise și Iosua au fost puși să își scoată încălțăminte din picioare pentru că păseau pe un pământ sfânt (Ex. 3:5; Iosua 5:15); în cartea Rut ni se spune că încheierea unei înțelegeri se făcea prin schimbul de încălțăminte (Rut 4:7), iar în Psalmi se vorbește despre aruncarea încălțăminte peste Edom (Ps. 60:8) ... Care este totuși semnificația articolelor de încălțăminte în Orientul Apropiat?

Încercam să îmi fac loc împreună cu bagajul meu greu în trenul aglomerat care mergea spre aeroportul din Tel-Aviv și mă uitam cu disperare la unul dintre pantofii mei care căzuse pe șine, sub tren. Mă uitam înmărmurit cum zăcea pantoful neajutorat pe peron și dintr-o dată am înțeles importanța faptului de a fi încălțat. Nu puteam face nimic fără încălțăminte. Trebuia să iau o hotărâre - să merg mai departe sărind într-un picior, încercând să îmi cumpăr ceva de încălțat în aeroport, sau să pierd trenul pentru a rezolva problema fără însă a întârzia. Până la urmă, operațiunea de salvare a pantofului a avut succes și când am ajuns la aeroport am avut un subiect asupra căruia să meditez întreaga călătorie.

A SCOATE ÎNCĂLȚĂMINTEA

În Vechiul Testament tratatele erau de multe ori încheiate folosindu-se încălțăminte și există un motiv evident pentru aceasta. Lipsa încălțăminte ne limitează. Ne face să fim mai smeriți. Suntem slabi și incapabili de a acționa. Nu ne putem continua calea. Un soldat nu poate lupta eficient fără încălțăminte, fermierul nu poate ara câmpul, călătorul nu poate ajunge departe... Am auzit odată despre un om care a fost jefuit de tot ce avea și a trebuit să meargă desculț prin pustie pentru că i s'era furuse și încălțăminte. Chinul prin care a fost nevoit să treacă este inimaginabil.

Dumnezeu le reamintește israeliților că hainele și încălțăminte lor nu s-au stricat pe parcursul celor 40 de ani de pribegie prin pustie (vezi Deut. 29:5).

Atunci când un om din Orientul Apropiat își scoate încălțăminte, el se făcea în mod clar vulnerabil, lăsându-se la mila celui care primea încălțăminte.

Cu aproape șapte sute de ani mai

înainte ca evenimentele să aibă loc, prorocul Isaia spune că se va naște Fiul lui Dumnezeu și, chiar înainte de aceasta, vorbește despre o victorie triumfală: „Poporul care umbla în întuneric vede o mare lumină; peste cei ce locuiau în țara umbrei morții răsare o lumină... Căci jugul care apăsa asupra lui, toiagul care-i lovea spinarea, nuiaua celui ce-l asupra, le-ai sfărâmat, ca în ziua lui Madian. Căci orice încălțăminte purtată în învâlmășeala luptei și orice haină de război tăvălită în sânge vor fi aruncate în flăcări, ca să fie arse de foc. Căci un Copil ni S-a născut...” (Is. 9:2-6).

A lua haina și încălțăminte pentru a fi arse în foc era un simbol al schimbării stărilor. După asemenea schimbări era foarte greu să te restabilești ca națiune. Era un simbol al unei victorii strălucite obținute de cel care ardea încălțăminte și al unei înfrângerii zdrobitoare pentru cel care era nevoit să umble desculț.

ÎNCĂLȚAREA

Mai târziu, în Noul Testament găsim mai multe trimiteri la încălțăminte, de această dată semnificația este dată de încălțare. Se folosește din nou contextul luptei. Pavel ne îndeamnă în Epistola către Efeseni 6:13-15: „De aceea, luați toată armura lui Dumnezeu, ca să vă puteți împotrivi în ziua cea rea și să rămâneți în picioare, după ce veți fi biruiți totul. Stați gata, dar, având mijlocul încins cu adevărul, îmbrăcați cu platoșa neprihănilor, având picioarele încălțate cu râvna Evangheliei păcii” (Ef. 6:13-15).

A fi încălțat este un simbol pentru a fi gata de luptă. Dar în acest pasaj se vorbește despre rezistență, apărare și pace. Apostolul a ales acest simbol pentru a reprezenta pregătirea noastră, bazată pe Evanghelie - lipsa încălțăminte duce la scoaterea din coloană, dar, dacă ne încălțăm, suntem gata să acționăm.

Mai mult de atât, în Faptele 12:7-8 vedem cum ruțina zilnică a trezirii și îmbrăcării în fiecare dimineață ia o nouă întorsătură atunci când Petru se află în închisoare: „Și iată, un înger al Domnului a stat lângă el pe neașteptate, și o lumină a strălucit în temniță. Îngerul a deșteptat pe Petru, lovindu-l în coastă, și i-a zis: "Scoală-te



iute!" Lanțurile i-au căzut jos de pe mâini. Apoi îngerul i-a zis: "Încinge-te și leagă-ți încălțăminte." Și el a făcut așa. Îngerul i-a mai zis: "Îmbracă-te în haină și vino după mine".

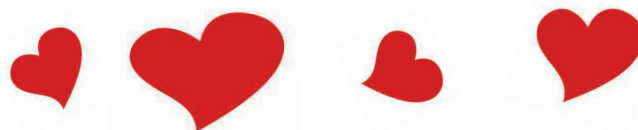
Dumnezeu acționează în mod minunat pentru a-și atinge scopurile, dar Petru trebuie să se trezească, să se îmbrace și să se încalțe. Teoretic, Dumnezeu putea să îl răpească în chip minunat, dar Petru trebuia să împlinească tot ceea ce era în puterea lui, iar ceea ce era imposibil, a făcut Dumnezeu prin puterea Sa. Petru trebuia să acționeze și să fie gata. El trebuia să se încalțe și să meargă după înger spre libertate.

FACETI TOTUL SPRE SLAVA LUI DUMNEZEU

Data viitoare când vă veți scoate încălțăminte, gândiți-vă la condiția dumnevoastră de om desculț, la slăbiciunea și incapacitatea de a acționa și îndreptați-vă gândul spre propria dependență de Dumnezeu. Faceți ca acest moment să fie un act de supunere față de Dumnezeu și de capitulare în fața Lui, bazându-ne pe mila Lui, chemând prezența Sa sfântă să fie cu noi.

Când vă încălțați, gândiți-vă la Petru, uluit și confuz, pregătindu-se să facă următorii pași spre eliberare și continuarea slujirii pe care Dumnezeu o pregătise pentru el. Echipați-vă mintal și spiritual pentru întreaga zi și fiți gata să îndepliniți ceea ce Dumnezeu v-a pregătit, indiferent de ce vi se va cere.





O IUBIRE ATRĂGĂTOARE



„Nimic nu încălzește mai bine ca un lemn care ard”. Așa spuneau părinții noștri. În casa noastră, aflată într-o regiune rurală, este construită o sobă pentru lemne. În zilele reci de toamnă până primăvara, acesta este mijlocul prin care ne încălzim. Oaspeții care calcă pragul casei noastre se așază în fotolii lângă sobă sau chiar pe podea împrejurul ei. Ochii se odihnesc atunci când privesc flăcările ce „dansează” prin ușa de sticlă, iar căldura ce vine de la ea încălzește sufletul. Ne place așa de mult căldura pe care o primim de la sobă că ne este dor de ea și în zilele din miezul verii.

FOCUL SFÂNT

Metafora pe care o folosește Biblia pentru a descrie iubirea conjugală este aceea a unui foc aprins. Putem găsi o astfel de mențiune în cartea Cântarea Cântărilor 8:6, acolo unde mireasa spune: „Pune-mă ca o pecete pe inima ta, ca o pecete pe brațul tău; căci dragostea este tare ca moartea, și gelozia este neînduplecată ca Locuința morților; jarul ei este jar de foc, o flacăra a Domnului”.

Versurile citate din Cântarea Cântărilor sunt dedicate iubirii conjugale. „O flacăra atotputernică” (în trad. Sinodală) este o imagine foarte potrivită pentru iubire. Ea transmite feroarea romantică experimentată de soții îndrăgostiți unul de celălalt și exprimă puterea și invincibilitatea cu care iubirea dedicată este gata să respingă tot ceea ce ar putea amenința relația. Mai mult de atât, această imagine transmite simțămintele de confort, căldură și siguranță în fața frigului, atât de necesare într-o căsnicie reușită.

Sistemul de încălzire a locuinței

La zece ani după căsătorie, am ascultat un seminar despre consolidarea mariajului. Cel care prezenta seminarul ne-a vorbit despre o metaforă care a rămas în mintea noastră pentru mulți ani. El a comparat căsnicia cu sistemul de încălzire al locuinței: „Atracția

reciprocă dintre soți va fi ceea ce este sistemul de încălzire pentru o casă. Ea va menține o atmosferă plăcută și confortabilă în cadrul relațiilor dintre membrii familiei”.

Isus îi îndeamnă pe urmașii Săi să nu păstreze numai pentru ei înșiși iubirea care vine de la Dumnezeu, ci să o împartă cât mai mult posibil cu ceilalți (vezi Mt. 5:16). Aceasta este și misiunea cuplului.

Iubirea din interiorul Trinității

Dumnezeu vrea ca în căsniciile noastre și în toate aspectele vieții să se manifeste iubirea care este o scânteie a Flăcării sacre. Cea mai clară descriere a „iubirii” și a lui „Dumnezeu” găsim în Noul Testament, în prima epistolă a lui Ioan: „**Preaiubiților, să ne iubim unii pe alții; căci dragostea este de la Dumnezeu. Și oricine iubește este născut din Dumnezeu și cunoaște pe Dumnezeu. Cine nu iubește n-a cunoscut pe Dumnezeu; pentru că Dumnezeu este dragoste**” (1 In. 4:7, 8). Afirmatia „Dumnezeu este iubire” se repetă și în 1 Ioan 4:16.

Biblia îl prezintă pe Dumnezeu ca fiind atotputernic, atotștiutor, omniprezent. Aici însă ni se spune că El este și „atotiubitor”, că însăși esența lui Dumnezeu este iubire. Cuvântul grecesc care se folosește aici este agape. Pentru că este un cuvânt care se referă la Dumnezeu, trebuie să îl înțelegem, nu doar să îl traducem. Fără o înțelegere corectă vom încerca mereu să-L înțelegem pe Dumnezeu în termenii iubirii umane. Care sunt caracteristicile iubirii agape?

Jertfitoare

În timp ce iubirea omului nu poate exista fără o anumită doză de interes personal, iubirea agape este plină de sacrificiu de sine. Apostolul Pavel ne spune că iubirea „**nu caută folosul său**” (1 Cor. 13:5). Manifestarea cea mai directă a iubirii jertfitoare a lui Dumnezeu este sacrificiul Singurului Său Fiu pentru răscumpărarea păcatelor noastre (vezi In. 3:16; 1 In. 3:16; 4:10).

Necondiționată

Născută din egoismul naturii umane, iubirea omului este condiționată. Ea se oferă doar în schimbul a ceva dorit. Iubirea umană așază totdeauna un „dacă”: „Te voi iubi dacă...”.

În contrast cu acesta, iubirea agape se revarsă fără încetare din inima lui Dumnezeu, indiferent de bunătatea sau meritele omului. „**Pentru un om neprihănit cu greu ar muri cineva; dar pentru binefăcătorul lui, poate că s-ar găsi cineva să moară. Dar Dumnezeu își arată dragostea față de noi prin faptul că, pe când eram noi încă păcătoși, Hristos a murit pentru noi**” (Rom. 5:7, 8).

Neschimbătoare

Iubirea umană este schimbătoare și înșelătoare. Iubirea agape dimpotrivă este neschimbătoare, statornică, veșnică și durabilă (vezi In. 13:1; Rom. 8:35-39).

Oricât de greu de înțeles ar fi doctrina creștină cu privire la Trinitate – Dumnezeu manifestat în trei Persoane – afirmația lui Ioan, „Dumnezeu este iubire”, este o cheie importantă în descifrarea acestei taine sfinte. Esența iubirii desăvârșite este în Persoana dumnezeirii și ea îi leagă în tot ceea ce gândesc, spun și fac. Când Dumnezeu a spus „**Să facem om după chipul Nostru, după asemănarea Noastră**” (Gen. 1:26), bărbatul și femeia au fost înzestrați cu o natură ce se afla sub stăpânirea iubirii agape sau, am putea să mai spunem, a iubirii din sânul Trinității.

La rândul său, afirmația de mai sus ne oferă încă o cheie spre descoperirea unei alte taine sfinte – unitatea dintre soț și soție. Noi ar trebui să fim uniți – „**un singur trup**” (Gen. 2:24), ca unitatea din cadrul Dumnezeirii – „**Domnul Dumnezeu este un singur Domn**” (Deut. 6:4), prin iubirea desăvârșită care își are începutul în Dumnezeu.

Iubiți-vă unii pe alții – porunca cea nouă a lui Isus Hristos

Isus i-a chemat pe urmașii Săi să se iubească unii pe alții cu iubirea agape (vezi In. 13:34, 35). Unitatea în relații care se naște în urma manifestării iubirii agape – iubirea Trinității – este un semn al adevăratei ucenicii.



Dumnezeu a ales ca reputația Sa în această lume să depindă de mărturia unității existente între noi prin iubire.

CREÂND ORIUNDE CONFORTUL UNUI CĂMIN

Cuplul care își iubește casa, familia și prietenii creează în jurul lor un cerc ce nu poate fi rupt și emană căldură care se revarsă în tot ceea ce fac.

Într-o astfel de casă, copiii se vor întoarce ori de câte ori vor avea ocazia, indiferent dacă este bogată sau săracă din punct de vedere material; iar din ea ei se vor duce în lume pentru a-și întemeia propriile cămine la fel ca cel din care au plecat, întemeiate pe iubire autentică ce se manifestă între soți.

Aproape un an în vecinătatea noastră a locuit o familie. Era un cuplu cu un copil mic de vreo cinci - șase ani. Tatăl, care era proprietarul unui magazin mic de bijuterii de la colțul străzii, a dat de înțeles în mod foarte clar că nu vrea să aibă nicio legătură cu vecinii. Mergea spre lucru și se întorcea de acolo însoțit de doi doberman agresivi, mârâind - ceea ce garanta că toți vor păstra față de el distanța pe care o considera adecvată. O vedeam destul de rar pe mama copilului care, de cele mai multe ori, rămânea acasă. Totuși, în vara aceluia an în care au locuit lângă noi, copilul stătea adesea lângă gardul de sârmă ce despărțea proprietățile noastre. Nu avea voie să iasă din curte și se uita cu jind la cei doi fii ai noștri, adolescenți, care jucau baschet pe terenul din fața porții atunci când se întorceau de la școală.

Odată, după prânzul de vineri, când toți erau ocupați cu diferite treburi, băiețelul s-a strecurat neobservat în sufrăgeria noastră și s-a așezat pe canapea. Ușa era deschisă, așa că a putut intra fără zgomot. Când a fost observat, a cerut permisiunea să mai stea puțin. „Aici este așa frumos, a spus el, și nimeni nu se ceartă”. După câteva minute, înțelegând probabil că va avea probleme mari dacă se va observa că a ieșit din curte, a dispărut tot așa de neobservat precum venise. Nu știm dacă părinții au aflat vreodată că micuțul venise la noi sau dacă au simțit setea după iubire și liniște care umplea inimioara lui. Cât timp ne-am gândit la ce am putea face pentru ei, s-au mutat de prin părțile noastre.

Cu toate acestea, noi credem că acest copil care a văzut în casa noastră un soț și o soție iubitori unul față de altul, copii jucându-se fericiți, știind că se pot baza mereu pe iubirea părinților a înțeles ceea ce avea nevoie. Poate că datorită faptului că din când în când va vedea imagini asemănătoare celei din casa noastră, acest lucru va deveni o realitate în familia pe care el însuși o va întemeia. Chiar dacă acest lucru nu se va întâmpla, a fi aproape de un loc în care toate acestea sunt, înseamnă

ceva. ÎMPĂRTĂȘIȚI FOCUL DRAGOSTEI

Cum să ducem focul sfânt al iubirii în toată lumea pentru a împrăști oriunde lumina și căldura căminului? Poate acest lucru va însemna o deschidere față de copiii care au nevoie de căldura unui cămin și pot petrece timpul în casa dumneavoastră. Poate cineva va lua un copil și îl va accepta în casa și în inima sa, înfiindu-l sau luându-l în custodie. Poate cunoașteți un copil care ar putea să se dezvolte dacă v-ați aminti numele lui și i-ați lăuda talentele. Poate veți pune un leagăn la poartă, așa cum am făcut noi, pentru orice eventualitate...

Modalitățile de a le sluji copiilor sunt infinite, pentru ca generația următoare să experimenteze iubirea lui Dumnezeu și să o răspândească acolo unde noi nu o vom putea duce niciodată. Există multe modalități de a sluji cu iubire cuplurilor și persoanelor singure.

Fără îndoială că mărturia directă a iubirii care există în familia noastră va răspândi acest foc pretutindeni. A deveni prieteni cu alte cupluri, a fi ospitalieri, a organiza o masă simplă - sunt numai câteva metode prin care pot fi susținuți și motivați cei din jur, dacă vom căuta cu rugăciune posibilități de a manifesta iubire necondiționată, jertfitoare, neschimbătoare față de ei și de a aplica în viață lucrul la care am fost chemați de Dumnezeu.

Adesea, în serile reci de iarnă ne dorim să putem apăsa un întrerupător care să creeze într-o clipă o grămadă de cărbuni aprinși și un foc fierbinte care să facă soba noastră cu lemne să își atingă în scurt timp potențialul maxim de oferire a căldurii. Bineînțeles că acest tip de încălzire nu funcționează astfel. Soba cu lemne schimbă încet temperatura, pe măsură ce cărbunii mocnesc și jarul obținut în urma arderii încălzește treptat aerul. La început este imperceptibil, cu toate acestea temperatura se va ridica chiar și în cea mai rece încăpere. Așa acționează și influența iubirii irezistibile în căminul creștin. Pe măsură ce crește numărul de cupluri care iau hotărârea de a se iubi unul pe altul și pe Dumnezeu cu acest fel de iubire măreață, vor fi încălziți toți cei ce le sunt alături.

Karen și Ron Flowers



RIDICĂ-TE!

Odată, un discipol i-a adresat mentorului său următoarea întrebare:

- Învățătorule, ce ai spune dacă ai afla că am căzut?

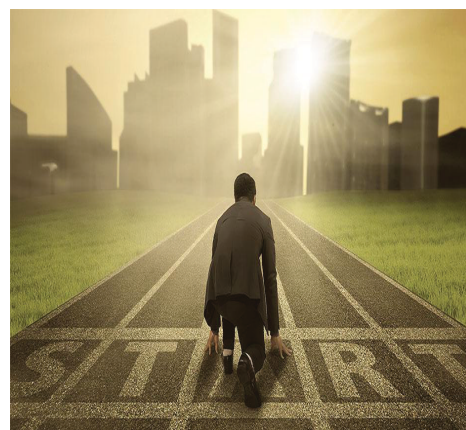
- Eu ți-aș spune: „Ridică-te!”, - răspuse învățătorul zâmbind.

- Și dacă aș mai cădea încă o dată? - insistă discipolul.

- Ridică-te din nou! - a răspuns iarăși învățătorul.

- Și cât va continua așa? Cât se poate de căzut și de ridicat? - întrebă discipolul nedumerit.

- Cazi și ridică-te cât încă ești viu! Pentru că cel care a căzut și nu s-a mai ridicat a murit deja! - a spus învățătorul.





CUM SĂ LUPTĂM CU DEPRESIA?

Produse lactate – nu fungicide, ci bacteriene.

Tulburările de depresie apar adesea la persoanele dependente de anumite substanțe chimice. Când acestea renunță la alcool sau droguri, organismul lor suferă de insuficiență a hormonilor serotonină și dopamina care sunt secretați în mod automat în timpul acțiunii substanțelor chimice. Cu timpul, pe măsură ce organismul se curată de toxine, procesul hormonal revine la normal.

CAUZE EMOȚIONALE

În cazul tulburărilor depresive, se impune o analiză a propriilor emoții. Aveți pe cineva aproape sau departe pe care nu îl puteți ierta? De asemenea, puteți fi ajutat în lupta cu depresia prin discuțiile cu un psihoterapeut care vă va ajuta să depășiți traume din copilărie.

Persoana care suferă de depresie de foarte multe ori se vede pe sine ca fiind „rău”. Are nevoie să înțeleagă propria valoare. Perla care crește în carapacea unei scoici și culeasă cu greu de către scafandrii specializați în găsirea ei are aceeași valoare și pe fundul oceanului, și încrustată în bijuteria cea mai scumpă. Nu uitați: sunteți buni! Determinați înțelesul cuvântului fericire. Faceți o listă a propriei fericiri în care să includeți ce aveți nevoie pentru a fi fericiți și a vă simți bucuroși și ce faceți pentru a obține fericirea. De asemenea, menționați pentru ce îi sunteți recunoscători lui Dumnezeu. S-a demonstrat faptul că o gândire mulțumitoare este capabilă ca în 90 de zile să refacă neuroplasticitatea creierului ceea ce duce la o resetare a lui pentru a avea o percepție pozitivă asupra realității. Neuroplasticitatea este o proprietate a creierului descoperită de curând. Ea constă în schimbarea ce poate avea loc sub acțiunea anumitor experiențe și în reluarea anumitor legături pierdute în urma traumelor sau ca răspuns la acțiunile exterioare. De modul în care percepem lumea depind acțiunile noastre ulterioare.

Ascultați muzică liniștită, îndepărtați pentru trei luni orice fel de muzică „iritantă” și prea emoțională. Nu mai ascultați niciodată muzică „grea”. În ceea ce privește medicamentele, vă sfătuiesc să apelați la ele în ultima instanță. Mai întâi, încercați să descoperiți cauzele de bază ale apariției depresiei și să urmați recomandările de mai sus. Adesea, acest lucru are un efect benefic. Medicul va recomanda preparate liniștitoare sau tranchilizante numai în cazul unei nevoi stringente și pentru o scurtă perioadă! Încercați să vă odihniți cât mai mult, schimbați-vă ocupația. Nu permiteți ca nimeni și nimic să vă aducă în starea de epuizare emoțională. Petreceți mai mult timp cu familia, în biserică, în cercul de prieteni care vă înțeleg și vă susțin. Epuizarea fizică și un creier oboșit sunt un mediu propice pentru depresie, de aceea este nevoie de odihnă și somn suficient pentru o sănătate psihică deplină. Persoanei care suferă de depresie îi este foarte greu să depășească singură această afecțiune. Are nevoie de ajutor, de rugăciune, încurajare și empatie.



Iurii Bondarenko, psihiatru specializat în problema narcomaniei, medic principal în cadrul clinicii creștine „Angelia”

Depresia este o stare psihică ale cărei semne de recunoaștere principale sunt lipsa dispoziției, scăderea sau dispariția capacității de a simți împlinire. Simptome adăugătoare pot fi pesimismul, simțământul de vină neîntemeiat, scăderea stimei de sine și probleme de concentrare, dereglări de somn și ale poftei de mâncare. Formele depresiei severe sunt caracterizate de încetinirea gândirii și a mișcărilor.

Această stare psihică are întotdeauna în spate anumite cauze: spirituale, fizice sau emoționale. Pentru a avea succes în lupta cu depresia este nevoie să descoperim „punctul slab” al persoanei, locul în care el este vulnerabil.

CAUZE SPIRITUALE

Dumnezeu promite pace copiilor Săi. Omul care se sprijină pe făgăduințele lui Dumnezeu și crede că a fost iertat de Dumnezeu, are pace în suflet. Una dintre cauzele principale ale depresiei spirituale este modul duplicitar al creștinului de a-și trăi viața. Un astfel de creștin are înfașurarea unui om evlavios, dar tăgăduindu-și puterea. El nu vrea să împlinească voia lui Dumnezeu, îi sunt suficiente câteva rugăciuni pe care le-a învățat, nu dorește să comunice cu Dumnezeu și să citească Biblia. Pentru a elimina cauzele depresiei spirituale, este nevoie ca mai întâi să fie revizuit modul de viață și să fie întărită relația cu Dumnezeu; de asemenea, trebuie practicate rugăciunea continuă, studiul Bibliei și încrederea în făgăduințele lui

Dumnezeu.

CAUZE FIZICE

Obiceiurile rele și un stil de viață sedentar sunt cele mai întâlnite cauze ale apariției depresiei. Ele permit unei cascade de schimbări fizice negative să aibă loc în organism, ceea ce poate duce nu doar la apariția afecțiunilor fizice, ci și psihice. Dușurile contrastante, exerciții aerobice zilnice sau 10-12 mii de pași pe zi pot fi de ajutor în lupta cu depresia. Efortul fizic aduce cu sine schimbări benefice în procesele hormonale și alte tipuri de reacții care au loc în organism. S-a dovedit faptul că în



timpul activității fizice secreția de endorfine – „hormonii fericirii” și de serotonină – „hormonul plăcerii” este mai crescută.

Dacă vă confrunțați cu depresia, vă va fi de ajutor:

- 2-3 litri de apă pe zi (băută între mese!);
- Efort cardiac (mers scandinav, alergat, plimbare, exerciții) - 1-2,5 ore pe zi;
- Hidroterapie: dușuri și băi contrastante;
- Vitamina D picături, timp de o lună (doza trebuie recomandată de medic);
- Alimentație sănătoasă și echilibrată;

TATĂL AUTENTIC ÎN OCHII COPILULUI

În imaginația fiecărui copil, tatăl lui este MARE. Unor grupuri de copii li s-au adresat întrebări despre tații lor și despre ceea ce îi deosebesc de mame. Toți au spus că tații sunt foarte înalți și puternici. „El ajunge până la tavan”. „Este așa de puternic încât poate căra chiar și o balenă până la mal”. „Tatăl meu poate chiar să smulgă un copac”. „Eu am pus mâna pe mușchii lui”. Cât este de înalt tatăl tău? „UITE ATĂTA!”. Mulți dintre acești tați, care ajungeau până la tavan, nu erau în realitate nici pe departe așa cum fuseseră descriși.

Este un gând răscolitor: fără a mișca un deget, fără a fi prea înalți, merităm sau nu, automat ni se acordă acest statut atunci când suntem priviți de jos în sus, suntem respectați și uneori chiar divinizați. Doar pentru că micuții noștri sunt nevoiți să se uite de jos în sus la noi, ei ne văd la fel de impozanți și în celelalte sfere ale vieții.

Un tată, profesor de psihologie, care avea doi fii, a formulat astfel acest lucru: „Din perspectiva copilului, toți cei maturi, mai ales părinții, dețin în mod natural putere și autoritate. Nu este nevoie să le punem în practică. Pentru că suntem mai mari, știm multe și putem face lucrurile pe care ni le cer copiii, ei ne privesc ca având o mare autoritate. Rămâne doar să nu ne punem în calea mersului natural al lucrurilor”.

Copiii au respect pentru puterea înălțătoare a tatălui lor, în același mod în care respectă tot ce este mare: uriașii, dragonii, dinozaurii și balenele. Există însă o diferență. Tata este așa de aproape, încât de puterea lui nu trebuie să se teamă, ci se pot adăposti la umbra ei când caută protecție și refugiu. Copilul vede în super-eroi aliații săi în fața monștrilor și a oamenilor răi din lumea din jurul său. Dar un tată este mult mai de folos unui copil de patru ani decât oricare eroi de poveste, pentru că el

este aproape atunci când trebuie să alunge balena sau brontozaurul din dulapul întunecat. Vă place sau nu, dar atunci când vă întoarceți acasă după o zi de lucru, aceasta înseamnă pentru copil nimic altceva decât apariția lui Superman, gata să se lupte cu toți vrăjmașii legii și ordinii.

Cu toate acestea, se întâmplă ca în imaginile în care sunt înfățișați toți membrii familiei, copiii să îi reprezinte pe tați prin figurile cele mai mici. Mama, de obicei, este mai mare ca tata, iar cel care desenează este cel mai mare. Dimensiunile membrilor familiei reflectă rolul relațiilor cu fiecare dintre ei în viața copilului și nu modul cum îi percepe din punct de vedere fizic. Copilul se desenează pe sine ca fiind cel mai mare, pentru că este centrul propriei lumi, mama poate fi suficient de mare pentru că ea este mereu aproape, iar tatăl poate fi mic, pentru că el este mai puțin timp acasă. Dar dacă tatăl participă activ la educarea copilului, micuțul îl va desena la aceeași dimensiune cu mama.

Copilul urmărește cu atenție fiecare mișcare pe care o faceți. Tatăl este prima reprezentare a modului în care trebuie să fie un bărbat: fiul vede cum va fi el când va crește, iar fiica își imaginează cum va arăta soțul ei. „El imită inconștient ceea ce fac eu, spun un tată despre fiul lui de trei ani. Acum eu îmbrac casa cu scândură pe exterior. Vă imaginați cât de multe cuie trebuie bătute, nu mai puțin de jumătate de miliard! Așa că eu iau cât de multe cuie pot în mână și încă vreo opt le țin între buze. Imediat am observat că fiul nostru a început să pună cuie în gură... Uite așa învață ei de la noi”.

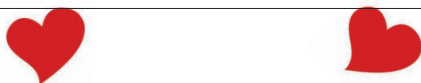
Dar copiii nu învață numai



prin imitare, ci și ascultând. Ei filtrează prin urechi tot ceea ce le spuneți, indiferent că le explicați cum să țină lingura cu mâncare sau cum să lovească mingea, sau că le deschideți bazinul de la toaletă pentru a le arăta cum funcționează mecanismul, sau că le citiți o carte despre studierea universului. La orice întrebare, oricât de grea și importantă ar fi, copilul se bazează pe faptul că mama și tata cunosc mai bine lumea și pot explica ceea ce se întâmplă în ea. Niciodată nu veți avea ascultători mai atenți în față ca în micuții dumneavoastră care încă nu se îndoiesc de corectitudinea modului de a gândi al tatălui sau al mamei.

Când fiul meu avea patru ani, mi-a adus o bucată de plastic, ceva lipsit de formă, care aparținuse unei jucării sau unui alt obiect, „Ce este aceasta?” – a întrebat el. „Nu știu!” – am răspuns eu. „Cum se poate să nu știi?” – a întrebat. Maturii știu tot ceea ce nu știu copiii”. Din păcate se înșela. În ciuda acestui fapt, cât este de bine că cineva te consideră înțelept și infailibil!!!

A.Semenov





CUM SĂ ÎI TREZIM CORECT PE COPII

Mulți dintre părinții preșcolarilor știu din experiență cât este de greu să îl trezești dimineța pe micul somnoros și să îl pregătești pentru grădiniță. Cum să trezim copilul la timp pentru ca el să nu se streseze?

Mai întâi, nu trebuie să îi facem cunoștință unui copil mai mic de opt ani cu un ceas deșteptător. Sunetul neașteptat întrerupe somnul și aceasta este stresant pentru sistemul lui nervos încă slab. În organismul micuțului speriat se secretă în mod activ hormonul stresului, noradrenalina.

În consecință, copilul se poate simți devastat chiar și jumătate de zi, iar pentru cei mai sensibili, trezirea cu sonerie poate da naștere la coșmaruri.

În afară de sonerie, se vor exclude: lumina puternică aprinsă pe neașteptate, muzica tare, cômenzile spuse cu voce tare ale părinților: „Scoală-te imediat!”, dezvelirea, zgâlțâirea, gâdilatul neplăcut și alte metode nepotrivite.

Nu se merită ca, fiindu-ne milă de cel mic, să îl lăsăm să doarmă până în ultimul moment, apoi să îi cerem să se pregătească repede. Mai bine treziți-l cu 15 minute mai devreme și luați-vă acest timp pentru a-l ajuta să facă o trecere lină de la starea de somn la cea de a fi treaz.

PASUL 1: PRIMELE SUNETE

Copiii mici au o legătură foarte strânsă cu mama. Poate că ați observat că uneori noaptea vă treziți chiar cu o secundă mai înainte ca el să înceapă să plângă. La fel simte și copilul. Dacă veți începe să mergeți încet prin cameră, să trageți draperiile, să vă aplecați peste pat, somnul profund se va transforma în veghe și curând micuțul va deschide ochii.

Sunetele din natură, înregistrate pe un disc, vor ajuta copilul să se trezească lin. Varianta cea mai bună este aceea de a-i pune să asculte încet sunetele dimineții dintr-o pădure, cântecul păsărilor. Sunetul valurilor sau al apei care curge este mai bine să îl lăsăm pentru seară. Aceste sunete nu trezesc, ci produc

somnolență.

PASUL 2: LEGĂNATUL ÎN PAT

A-l lăsa pe copil să mai stea în pat este o metodă de a-l alina? Dimpotrivă, este grijă față de sănătatea lui! Corpul „se trezește” mai târziu ca creierul. Mușchii au nevoie de timp pentru a trece din starea de relaxare în cea de activitate.

Luați-vă câteva minute pentru a-l mângâia pe cel mic și spuneți-i: „Trezeste-te picioruș! Trezește-te mânuță! Burtică, trezește-te!”. Mișcați palma dinspre mijloc, spre extremități, de exemplu, dinspre umeri spre palme, dinspre coapse spre tălpi. Micuțul a zâmbit? Mergem către față! Vă mai amintiți masajul pentru bebeluși? „Desenați” sprâncenele copilului, buzele, mângâiați-i obrații. Atingeți-i cu atenție marginea moale a urechii, apoi întregul pavilion. Încercați să descrieți acțiunile dumneavoastră. De exemplu: mâna copilului mângâie codița unei pisici, pe picioare sar broscuțe, pe spate călătorește un tren.

Timpul optim pentru această parte a trezirii este de cinci minute. Bineînțeles că putem ceda rugămintilor copilului și să continuăm acest proces, dar nu mai mult de 2-3 minute. Masajul îndelungat nu îl va trezi, dimpotrivă îl va relaxa și va da naștere dorinței de a se întoarce pe partea cealaltă.

PASUL 3: CE CULOARE ARE DIMINEAȚA?

Uimiți-vă! Lipiți de pat o față veselă sau o ghirlandă de hârtie neobișnuită, agățați pe perete un tablou viu colorat. Fie ca ziua care a început să fie cu adevărat una nouă!

Varianta câștigătoare: puneți alături de pat o farfurie frumoasă cu fructe frumoase galbene și portocalii: mere, portocale, mandarine. Mirosurile influențează creierul, îndemnându-l la lucru. Și dacă eroul dumneavoastră va dori să mănânce din „tabloul” care l-a deșteptat, problema micului-dejun este rezolvată.

Primele impresii de dimineață trebuie să fie luminoase, surprinzătoare, dar scurte și simple. Dacă veți pune în mijlocul camerei un castel, desigur că micutul se va trezi imediat, dar se va apuca de joacă, nu se va pregăti pentru grădiniță.

PASUL 4: BONUS PENTRU VOINȚĂ

Copiii le plac foarte mult lucrurile care se repetă. Gândiți-vă la un ritual de dimineață plăcut și în curând acesta, asemenea unui program pe computer, „va genera” bună dispoziție.

De exemplu, alcătuiți un ciclu de povestiri cu pisici, fiecare capitol putând fi ascultat în timpul trezirii.

Sau povestiți-i copilului cum se trezesc vulpile dimineața în pădure.

Cât de repede se va trezi copilul dimineața depinde și de modul în care a petrecut seara precedentă. De aceea, nu se recomandă ca în zilele libere să fie schimbat radical programul copilului. Sistemul nervos al copilului este foarte sensibil. Uneori, ceea ce ni s-a părut o mică schimbare de regim, duce la probleme mari de trezire.

Dacă regimul obișnuit a fost încălcat, copilul a fost în vacanță sau a fost bolnav mai multe zile, începeți să vă întoarceți treptat la ritmul „de lucru” cam cu o săptămână mai înainte de prima zi de grădiniță.



ÎI ESTE ÎNTERZIS COPILULUI ÎNAINTE DE SOMN:

- Să mănânce alimente calorice și să bea mult;
- Să fie implicat în jocuri care presupun multă mișcare;
- Să privească sau să citească povești înfricoșătoare.

PĂRINȚII NU AR TREBUI:

- Să își pedepsească copilul sau să se certe în prezența lui atunci când el se pregătește de somn;
- Să prelungască pregătirile pentru culcare.

PĂRINȚII AR TREBUI:

- Să se joace cu micutul jocuri liniștite de masă

- Să îi citească o carte bună;
- Să îl îmbăieze cu apă caldă și cu ierburi;
- Să îl mângâie și să îi spună încă o dată că îl iubesc și este un copil extraordinar;
- Să aerisească încăperea și să aibă grijă ca temperatura să fie de 18-20 C;
- Să se asigure că cel mic doarme într-o poziție confortabilă.

IA O RAZĂ DE LUMINĂ

la o rază de LUMINĂ și îndreapt-o spre locul în care domnește întunericul. la un ZĂMBET și oferă-l celui care are nevoie de el. la o LACRIMĂ și pune-o pe obrazul celui care nu știe ce sunt lacrimile de compătimire. la BUNĂTATE și manifestă-o față de cel care nu a învățat încă să dăruiască. la CREDINȚĂ și împarte-o cu cei care nu o au. la SPERANȚĂ și susține-l pe cel care aproape o pierde. la IUBIRE și du-o întregii lumi.



În țara noastră sunt multe persoane care sărbătoresc în luna februarie „Ziua îndrăgostiților”. Aerul este încărcat de romantism... ce trebuie să știm și ce să facem pentru a trăi toată viața în atmosfera iubirii? Oamenii întemeiază familii pentru a fi mereu alături de persoana iubită. Din păcate, mulți se hotărăsc să încheie căsătoria „pentru distracție”. Dar putem spune că astfel de relații sunt o temelie sigură și durabilă pentru unirea adevărată și binecuvântată de Dumnezeu?

Astăzi căsătoria de probă a devenit foarte populară. De ce este numită astfel? Pentru că simpla conviețuire pe care aceasta o presupune nu poate fi numită căsătorie civilă.

SCHIMBAREA CONCEPTELOR

De unde a fost luat sensul „căsătoriei de probă”? În majoritatea țărilor, căsătoriile erau înregistrate mai înainte doar în registrele bisericilor, Oficiul stării civile nu exista. Ca urmare a influenței propagandei ateiste, căsătoriile au început să fie oficiate atât în biserică, cât și în fața organelor statului. Căsătoria care era înregistrată doar la starea civilă era denumită căsătorie civilă. Așadar, „căsătoria civilă” este de fapt cea care a fost făcută civil, conform legilor statului, dar care nu a fost oficiată și prin cununie religioasă. Numai că simpla conviețuire, fără o înregistrare oficială a relației, nu poate fi numită căsătorie. Atunci cum să o denumim?

În dicționarele laice este numită conviețuire, iar în cele bisericesti, curvie. Unii aleg această cale. Ea este bazată, ca orice altă alegere, pe simțăminte deosebite, emoții și motivații.

MOTIVAȚII ASCUNSE

„Am văzut că toți cunoscuții mei, cu excepția părinților, au divorțat și m-am gândit că încheierea unei căsătorii distruge, privează de libertate, împovărează viața de zi cu zi” – a recunoscut într-un interviu cunoscutul cântăreț Vladimir Presniakov. Un alt muzician cunoscut, Cristian Ray, a spus: „Divorțul părinților a fost asemenea unui cataclism care mi-a influențat modul de a mă raporta la iubire și căsătorie pentru mulți ani. lubeam și în același timp mă temeam de relațiile prea apropiate știind că, dacă am încredere deplină în cineva, totul se poate destrăma și durerea va fi resimțită de toți”.

Teamă care există în sufletele acestor oameni poate fi regăsită în inimile multora, atât femei, cât și bărbați. Dar simpla conviețuire nu rezolvă problema. În cazul unei separări, oamenii vor trăi un „divort” psihologic, chiar dacă nu au fost căsătoriți oficial. „Căsătoria fără certificat de căsătorie” este autoamăgire și înșelarea celui alt.



Este o iluzie a faptului că inima poate fi protejată... doar o iluzie.

Există și motivații cinice care stau în spatele refuzului încheierii unei căsătorii oficiale. „Aproape soț”, „aproape soție” – este o căsătorie bazată doar pe vorbe. Nu există nici un fel de responsabilitate, promisiuni, planuri concrete pentru viitor. De ce? Un actor cunoscut, care schimba o parteneră după alta, a recunoscut: „Da, am iubit-o, dar... De exemplu, eu îmi iubesc telefonul mobil, nu pot trăi fără el. Dar când apare un model mai bun sigur că îl voi schimba cu acela!”. Ce ne spune această comparație? Ne vorbește despre cinismul raportării la persoane ca și la lucruri. Se dovedește că motivele din spatele refuzului de a încheia o căsătorie oficială nu sunt așa de înalțătoare precum se spune. Aceasta nu este „dragoste liberă”, ci frică, neîncredere sau, mai rău, infantilism, o atitudine a consumatorului față de o altă persoană: folosind-o ca servitor pentru a-și rezolva propriile probleme casnice, intime și psihologice.

EXPLICAȚIA ȘTIINȚIFICĂ

Elena Arhipova, psiholog, sexolog, autor de cărți despre relațiile de familie, denumește conviețuirea fără nuntă ca fiind „poarta” relațiilor. „Curvia nu este denumită păcat așa pur și simplu, spune Elena, Dumnezeu le-a interzis oamenilor doar ceea ce le distruge viața. Iar conviețuirea ne deformează întotdeauna din interior. Aceasta nu este doar „un capriciu drăguț”, este un păcat grav în domeniul spiritual. După el urmează întotdeauna blestemul – distrugere interioară”.

În psihicul uman sunt anumite mecanisme de apărare. Unul dintre ele este capacitatea de a simți ceea ce este bine și ce nu. Cineva poate să accepte conviețuirea de dragul partenerului, dar în același timp să își distruge structura interioară. Astfel de încercări vor duce mereu la probleme – la indignare ascunsă și boli psihosomatice, depresie, stimă de sine scăzută.

Iată de ce sfatul Elenei Arhipova este: „Dacă cineva vă cere să faceți un sacrificiu care vă distruge structura interioară, înseamnă că este nenecesară. Dacă nu este gata să își asume responsabilitatea, dar încearcă doar să se bucure de plăcere, nu este pentru dumneavoastră. Iar problemele sale sexuale nu trebuie să și le rezolve pe contul dumneavoastră”.

DRAGOSTEA ȘI LEGEA

„De ce să se implice statul în relația noastră? Noi și așa ne iubim unul pe altul. Ce importanță are o ștampilă în plus sau în minus?” – spun de multe ori cei care nu vor să își înregistreze căsătoria. Chiar așa, ce oferă în plus această legalizare a căsătoriei? Spuneți, dar ce vă oferă în plus primirea certificatului de naștere al copilului? Bebelușul și iubirea părinților față de el există și fără acest document. De ce să „intervină statul” în legătura pe care o aveți cu micuțul? De ce să mergeți la starea civilă pentru a perfectă documentele? Apoi, pentru ca această relație să fie protejată, iar micuțul să primească protecția drepturilor de cetățean, de ce mergeți să primiți toate actele necesare? Pentru că el nu trăiește pe o insulă izolată, ci în societate. Așa cum în sălbăticie este nevoie de protecție fizică, tot așa în colectivitate este nevoie de protecție socială. Când este vorba de copii, oamenii înțeleg foarte bine totul: faptul că iubirea are căi legale de manifestare în societate și în stat, că „demersurile birocratice” pot fi de ajutor, pot proteja, pot oferi sprijin juridic în situații extreme. Tot la fel este și cu înregistrarea căsătoriei. Desigur că există și cealaltă față a monedei: aduce cu sine nu doar drepturi, ci și îndatoriri. Dar aceste îndatoriri derivă logic din iubire, din dorința de a proteja și de a-l face pe celălalt fericit. Și aceste dorințe normale (dacă iubești) au nevoie de o

manifestare în lumea noastră juridică, în societatea noastră structurată.

PECETEA IUBIRII

O ștampilă aplicată pe un document nu este deloc un joc, așa cum cred mulți. Pecetea are semnificații străvechi și romantice. Despre ea a vorbit chiar și împăratul Solomon în cartea Cântarea cântărilor, un imn original dedicat iubirii: „Pune-mă ca o pecete pe inima ta, ca o pecete pe brațul tău; căci dragostea este tare ca moartea, și gelozia este neînduplecată ca Locuința morților” (Cânt. cânt. 8:6). Pecetea este simbolul iubirii trainice și fără sfârșit. Dacă există „pecetea iubirii” în inimă, nimic nu o va împiedica să fie pusă și într-un document. Dar dacă este ceva ce încurcă punerea ei, înseamnă că nu putem vorbi despre o iubire „tare ca moartea”.

Dar dacă este o iubire autentică, totul se schimbă: „Dragostea adevărată

izgonește frica” (1 In. 4:18), spune Biblia.

Ceva asemănător s-a întâmplat și cu Vladimir Presniacovim. „Am vorbit cu duhovnicul meu, spune muzicianul. El m-a întrebat: „O iubești pe Natașa?”. Eu am răspuns: „O iubesc foarte mult”. Atunci el mi-a spus: „Femeile au în sânge dorința de a se căsători. Este un dat genetic. Dar tu te porțiți ca un laș, mereu dai înapoi, pentru ca la nevoie să poți fugi”. Atunci m-am gândit: eu chiar vreau să îmi fac iubita fericită. Toate neînțelegerile mărunte, diferitele „murmurări” și „ciondăneli” au dispărut imediat. Când ți se întâmplă acest lucru în fața cerului, te cuprinde conștientizarea faptului că aceasta este persoana de care ai nevoie”.



Pentru a putea zbura la cer, trebuie să te desprinzi de pământ. Pentru a atinge fericirea deplină, trebuie să renunți la teamă, iresponsabilitate, egoism, lene. Atunci vei putea să te înalți mai sus, la un nivel superior al relației în care Însuși Dumnezeu ajută cele două inimi să se iubească pentru totdeauna mai puternic, mai profund.



Lika Vvedenskaya

Cum să fim generoși

Dumnezeu ne cere să fim generoși. Cum să răspundem noi acestor chemări dacă nu avem bani, ba chiar ne împrumutăm pentru a putea să ajungem până la salariu? Ce să facem când mărunțișul rămas în portmoneu la sfârșitul lunii abia dacă ne ajunge să cumpărăm macaroane? Ce să facem cu invitația lui Dumnezeu când nu avem cu ce să îi răspundem?

În primul rând, amintiți-vă: generozitatea nu stă în cifre. Văduva săracă a dat ultimele două parale, dar Isus a spus că ea oferise mai mult ca toți ceilalți (vezi Luca 21:1-4). Dumnezeu spune: contează cât a rămas după ce ați oferit.

În al doilea rând, este important să ne amintim faptul că Dumnezeu se îngrijește de nevoile noastre materiale și de oricare alte nevoi pe care le-am avea în orice domeniu al vieții. De aceea, generozitatea nu se limitează la bani. Biblia spune că trebuie să oferim din tot ce avem – din timpul nostru, din capacitățile noastre, din avuția noastră – și să facem aceasta pentru Împărăția lui Dumnezeu. Trebuie să dăm din tot ceea ce avem.

lată câteva exemple ale modului în care putem fi generoși atunci când nu avem bani.

OSPITALITATEA

Dumnezeu ne-a oferit o locuință, poate fi o casă, un apartament sau o cameră de cămin. Oricum ar fi locuința pe care o aveți, consacrați-o slujirii lui Dumnezeu. Chemăți oameni în vizită. Serviți-i cu un ceai. Rugați-i pe fiecare să aducă câte ceva pentru o masă comună. Fie ca locuința dumneavoastră să devină un loc în care ceilalți să se poată adăposti de furtunile vieții. Oferiți casele dumneavoastră în slujba lui Dumnezeu.

AJUTORUL UMANITAR

Adunați lucrurile pe care nu le folosiți. Cei mai mulți dintre noi avem astfel de lucruri, haine sau alte articole de uz casnic. Scotociți prin dulapuri. Dacă găsiți lucruri pe care nu le-ați îmbrăcat de trei ani, dați-le. Oferiți-le organizațiilor umanitare sau vecinilor. Împărțiți lucrurile pe care le aveți.

CUVINTE DE ÎNCURAJARE

Scrieți felicitări și oferiți-le.

În veacul nostru, în care totul este tehnologizat, felicitările reale sunt foarte prețuite. Luați un pix, găsiți o hârtie frumoasă, scrieți cuiva că îl

prețuiți. Fiți generoși în cuvinte bune.

DISPOZIȚIA DE A SLUJI

Majoritatea oamenilor generoși pe care îi cunosc nu sunt dispuși să ofere doare finanțele lor, ei sunt gata să dea din timpul pe care îl au. Ei sunt deschiși în fața ocaziilor de a sluji. Când întâlnesc astfel de situații, sunt gata să spună „da”. Acești oameni au făcut un obicei din a sluji. Fie ca prima dorință a dumneavoastră să fie aceea de a le sluji altora, nu sieși.

Vedem că Biblia ne cheamă să împărțim finanțele noastre și ne aduce ca exemplu văduva din capitolul 21 al Evangheliei după Luca și pe macedonenii din capitolul 8 al celei de a doua Epistole către Corinteni. Trebuie să fim gata să oferim. Generozitatea adevărată cuprinde toate sferile vieții noastre.

Dacă sunteți limitați în posibilitățile financiare, lucrați aspra acestui aspect al vieții dumneavoastră. Achitați-vă toate datoriile și găsiți o metodă de a câștiga mai mult. În timp ce lucrați la aceasta, împărțiți din ceea ce aveți. Dumnezeu vrea ca noi să fim generoși. Putem fi săraci, dar și să rămânem generoși.

Art Rainer

DE CE TREBUIE SĂ AVEM GRIJĂ DE NIVELUL VITAMINEI D

Deficitul de Vitamina D afectează negativ activitatea mușchilor la persoanele de 60 de ani și mai în vârstă. Dacă se reușește menținerea activității mușchilor, acest lucru va garanta independența, o calitate mai înaltă a vieții și scăderea riscului de căzături.

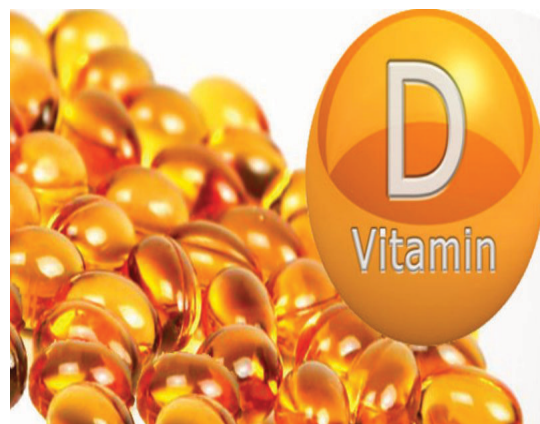
Angajații Colegiului Sfânta Treime din Dublin au făcut o cercetare la care au participat 4000 de voluntari în vârstă. Cercetătorii au stabilit că pe fondul deficitului vitaminei D există un risc de două ori mai mare de a avea mușchii slabi în comparație cu un nivel normal al acesteia (40,4 % față de 21,6 %). Iar dereglări de funcționare ale sistemului muscular era de trei ori mai mare la cei cu un deficit al vitaminei D (25,2 % față de 7,9 %). Înseamnă că deficitul acestei vitamine crește posibilitatea deteriorării puterii mușchilor și a capacității lor de funcționare. Profilaxia deficitului de



vitamina D are beneficiul de a preveni problemele ce pot apărea la nivelul mușchilor și al oaselor, spun oamenii de știință.

Conform cercetătorilor de la Universitatea Laval, tratamentul cu suplimente de Vitamina D poate încetini sau chiar opri dezvoltarea diabetului la persoanele care au fost de curând diagnosticate. La experiment au participat pacienți care sufereau de diabet de tip 2 sau de prediabet (stare de graniță în care există pericolul creșterii nivelului glicemiei). La începutul experimentului și apoi după 6 luni le-a fost măsurat nivelul glucozei în sânge.

Jumătate dintre participanți au primit o doză de 5000 de unități cu vitamina D în fiecare zi, ceilalți - preparate placebo.



S-a dovedit faptul că dozele mari de vitamina D care au fost prescrise au îmbunătățit profilul insulenic. Conform cercetătorilor, vitamina D a fost benefică mai ales celor care aveau un deficit inițial.

Persoanelor care locuiesc la o latitudine de 50, care corespunde orașelor Londra, Berlin, Kiev, acolo unde „iarna vitaminei D”, provocată de insuficiența cantității luminii solare, se întinde pe o perioadă de aproximativ 6 luni, li se recomandă administrarea a 2000 MO vitamina D suplimentar, zilnic, de preferință în timpul mesei celei mai bogate a zilei.



IMPRESIILE PACIENȚILOR CENTRULUI DE SĂNĂTATE „SPERANȚA” DIN SĂRATA NOUĂ



IMPRESIILE PACIENTULUI ZUGRAVU SERGHEI

Salutare! Mă numesc Serghei Zugravu, sunt din or. Nișporeni. Curiozitatea, starea sănătății și dorința de a mă convinge că mai există oameni frumoși și locuri deosebite - toate acestea m-au determinat să vin la Centrul de Sănătate „Speranța” din s. Sărata Nouă. Așteptările mele în ce privește anturajul și atitudinea personalului au fost supraîmplinite! Procedurile acestui Centru de Sănătate, precum și lecțiile despre modul sănătos de alimentație împreună cu metodele de prevenire a diferitor forme de maladii sunt cele mai practice și eficiente metode din câte am cunoscut până acum. Jos pălăria!!!

Respect și plecăciune tuturor celor ce au creat și au contribuit la proiectul acestei institutii. Recomand cu încredere tuturor prietenilor mei să vină la acest Centru. Voi reveni și eu cu cea mai mare plăcere cu prima ocazie! Domnul să vă binecuvânteze!

IMPRESIILE PACIENTEI CLIM ANGELA

Bună ziua! Mă numesc Clim Angela și sunt din București. Am venit la Centrul de Sănătate „Speranța” la recomandarea familiei Ilie Ionel și Marinica din România care au fost aici la tratament. Am aflat de la ei despre multe lucruri benefice pentru sănătate care se practică aici: dieta vegetariană, aerul curat, procedurile foarte bine alese și profesionale, bine executate, personalul medical calificat, cu zâmbet pe față. Toate acestea m-au determinat să vin. Aflându-mă aici, nu numai că mi s-au îndreptățit așteptările, ci totul a fost chiar mai bine decât mă așteptam. Cel mai mult m-au impresionat mâncarea, curățenia, blândetea domnului doctor, orele atât culinare, cât și cele de stres și de sănătate, precum și procedurile pe care mi le-a făcut terapeuta. Doresc să subliniez bunătatea,

profesionalismul, blândetea personalului medical, precum și a celorlalți lucrători, iar procedurile sunt cât se poate de bune, naturale și eficiente. Bineînțeles că le voi recomanda altor persoane să vină la acest sanatoriu din Sărata Nouă, MD și să stea 2 serii odată, nu una, și apoi să repete mereu, de câte ori au posibilitate.

Vă mulțumesc pentru tot și desigur că voi reveni cu mare drag!

IMPRESIILE PACIENTULUI ȘEVCHENKO MIHAIL

Bună ziua! Mă numesc Șevchenko Mihail Vasilevici. Am venit aici pentru că starea mea de sănătate se înrăutățise (glucoză în sânge, tensiune) și, de asemenea, datorită recomandării din partea prietenilor mei. Sunt foarte mulțumit de tratament. Mi-au plăcut mult toate procedurile. M-au impresionat procedurile nestandarde. Și mai ales curățenia impecabilă și atenția din partea personalului. De asemenea, mi-a plăcut foarte mult mâncarea neobișnuită, gustoasă și benefică! Bucătari înzestrați de Dumnezeu!

Personalul medical - calificat, sunt foarte mulțumit de proceduri, în mod special de cataplasme și masaj cu parafină. Baia alternantă de șezut este pur și simplu incomparabilă. Iar doctorul din acest sanatoriu este trimis de Însuși Dumnezeu!

Deja am recomandat și altor oameni acest sanatoriu și îl voi recomanda și în continuare - să nu ezite să meargă pentru a-și îmbunătăți sănătatea! Chiar și medicul de familie m-a rugat să-mi împărtășesc impresiile despre acest sanatoriu!

De îndată ce voi avea posibilitate financiară, mă voi întoarce neapărat aici!

REȚETĂ



BĂUTURI SĂNĂTOASE

BĂUTURI ÎMPOTRIVA RĂCELII Ingrediente (2 porții):

- 1 banană (puteți să o înghețați, pentru că băutura să aibă consistență cremoasă);
- 1 kiwi;
- 1 pahar suc de mere (proaspăt sau conservat);
- ½ pahar de apă.

Mixați în blender.

Cei care mănâncă mere, banane, citrice sau kiwi măcar o dată pe zi, suferă mai rar de afecțiuni respiratorii.

SUC PENTRU TUSE Ingrediente (1 porție):

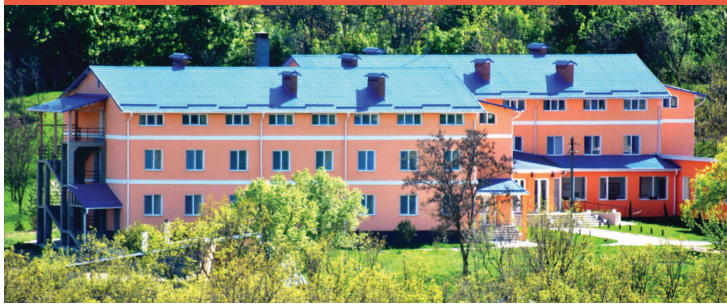
- 1 tubercul de fenicul;
- Jumătate de ceapă;
- 3 morcovi;
- 1 lingură de miere.

Treceți totul prin storcător, adăugați miere.

Feniculul și ceapa fluidizează mucusul din tractul respirator și facilitează expectorația.



CENTRUL DE SĂNĂTATE „SPERANȚA”



Într-un cadru natural splendid, vei găsi un centru nou și modern, echipat la cele mai înalte standarde, unde un personal bine pregătit te va răsfăța cu cele mai bune proceduri și activități în vederea relaxării și restabilirii sănătății.

www.centrusperanta.md
www.facebook.com/centrusperanta

Înscriere prealabilă la nr. de tel.: **0(263)62-1-34**
067-65-21-47



SERIILE APROPIATE 2020:

9 februarie – 20 februarie
23 februarie – 5 martie
8 martie – 19 martie
22 martie – 2 aprilie
5 aprilie – 16 aprilie
26 aprilie – 7 mai

Sărata Nouă, Raionul Leova



CENTRUL EDUCATIV „VIAȚĂ DIN BELȘUG”

vă oferă:

- lecții despre modul sănătos de viață cu medici calificați
- clase de bucătărie vegetariană
- învățarea tehnicilor mersului scandinav și practica lui
- programul „Adio, țigări!” (pentru cei care doresc să se lase de fumat)
- programul de antrenamente pentru slăbire
- programul de restabilire a vederii „Viață fără ochelari”
- programul antistres „Bucurați-vă de viață”
- studiarea limbii engleze
- studiarea limbii române
- studiarea Bibliei: cursul „Așa vorbește Biblia” și consultația pastorului
- consultația psihologului
- clubul copiilor „Aventurieri”
- clubul de tineret „Așa sau altfel”.

or. Chișinău, str. Putnei 66a
tel: 0(22) 467950, 069028978


STILIMED
CENTRU MEDICAL

ofera servicii medicale de înaltă calitate pentru toate vârstele!

oferă prin pachet medical publicului larg interesat următoarele servicii medicale:



CARDIOLOGIE
ENDOCRINOLOGIE
GASTROENTEROLOGIE
KINETOTERAPIE
IMAGISTICA MEDICALĂ
LABORATOR DIAGNOSTIC
LOGOPEDIE
NEUROLOGIE

PEDIATRIE
PSIHIATRIE
PSIHOLOGIE
REUMATOLOGIE
STOMATOLOGIE
UROLOGIE

Puteți face programări la tel.:
022 99 09 30, 069 830 777

Republica Moldova, Chișinău,
str. Ginta Latină 11/1, MD-2044
(în spatele supermarketului "Green Hills")

Transport public spre Centrul Medical
STILIMED:

AUTOBUZ: 5, 23
TROLEIBUZ: 13, 16, 21, 23, 24, 26
MICROBUZ: 113, 116, 117, 123, 129, 140,
166, 191

www.stilimed.md

PUBLICAȚIE OFICIALĂ A BISERICII CRĂȘTINE ADVENTISTE DE ZIUĂ A ȘAPTEA DIN REPUBLICA MOLDOVA

Responsabil de editie: directorul Departamentului Publicații al Uniunii de Biserici Moldova – Stanislav Becciu

Articolele din ziarul «Comoara Ascunsă» sunt preluate și publicate cu permisiunea editurii «Джерело ЖИТТЯ».

Redactor-șef: Scurtu Ana
Traducere: Perciun Rodica
Design: Vasile Rusu
Imprimare: Editura "Tipografia Centrală"
Tiraj: 16000 ex.

Adresa Redacției: „Comoara Ascunsă”,
Departamentul Comunicare, Uniunea
de Biserici Creștine Adventiste de
Ziua a Șaptea din Republica Moldova,
MD – 2070, mun. Chișinău,
șos. Hîncești 136/1,
tel.: (022) 731693, fax: 723170

www.adventist.md

Datele de contact ale persoanei ce
vă distribuie ziarul: