

7 minute în familie

Aprecieri pentru această carte



Căutarea învățaturii profund morale a mesajului biblic și descoperirea sensului viu al textului sacru nu este la îndemâna noastră, a tuturor. Pentru înțelegerea semnificației reale spirituale a Cuvântului scris al Domnului, să apelăm cu smerenie și umilință la o călăuză demnă de încredere cum este prezenta carte, care să ne arate calea cea dreaptă a iubirii și a iertării spre împlinirea voinței divine.

—Prof. Dr. MARGIT ȘERBAN
membru al Academiei Române



Cu o vastă experiență tridimensională, Ileana Radu ne prescrie din vistieria inimii cea mai prețioasă rețetă condensată în *7 Minute în familie*. Înnobilată cu ingrediente divine, fără efecte secundare, fiecare tabletă tratează semiotic familia secolului XXI în toate aspectele ei. Pentru o viață sănătoasă, citiți cu inima bună pe tot parcursul zilei, iar rezultatele nu vor întârzia să apară!

—ANGELA ȚIPRIGAN, *autoarea cărții* Lada de zestre



Ileana Radu, medic de familie, psihoterapeut, formator în terapie familială sistemică, trudește creativ pentru vindecare individuală și familială; ca psihoterapeut, formator de școală, instruește temeinic, profesioniști care să ajute familii în dificultate. Extraordinara ei pasiune se trage din credința profundă că familia este creația lui Dumnezeu, și ceea ce a unit Dumnezeu, să nu poată despărți nici omul și nici boala.s

—Prof. Dr. RODICA MOCAN, *Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca*, și
—LIVIU MOCAN, *sculptor*

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

RADU, ILEANA

7 minute în familie / Ileana Radu. - Oradea: Scriptum, 2023

vol.

ISBN 978-606-031-155-3

Vol. 1. - 2023. - ISBN 978-606-031-156-0

7 MINUTE în familie

Viața noastră cea de toate zilele

VOLUMUL
1

ILEANA RADU



Editura Scriptum®
Oradea

Publicată sub titlul
7 minute în familie
de Ileana Radu

© 2023 Editura Scriptum®
ISBN general 978-606-031-155-3
ISBN volumul 1 978-606-031-156-0

str. Simion Bărnuțiu nr. 2, 410204 Oradea - Bihor
Tel./Fax/Robot: 0259-457.428
E-mail: scriptum@scriptum.ro
Pagina web: WWW.SCRIPTUM.RO

A doua ediție în limba română.

Cu excepția situațiilor când se specifică altfel, citatele biblice folosite sunt preluate din traducerea VDC – Versiunea Dumitru Cornilescu. Citatele biblice notate NTR provin din Noua Traducere Românească a Bibliei.

*Orice reproducere sau selecție de texte din această carte
este permisă doar cu aprobarea în scris a autorului.*

Tiparul executat în U. E.

CUPRINS



Mulțumiri	13
Cuvânt-înainte, <i>Cristina Olariu</i>	15
Prefață, <i>Vlad Mixich</i>	17



UNU FAMILII ȘI FAMILII



A crede și a te încrede	21
Cuibărire.....	23
Ascunzișuri	25
Bătrânii noștri – comoara din povară.	28
Blazon de familie.	30
Casă versus cămin	32
Cerul prin nume	35
Cine se îngrijește de pastori?	37
Căminul din casă.	39
Despre felurite înțărări	41
Emigrarea și rădăcinile	44
Și eu, și voi	47
Familia spirituală.	49

Familii și familii.	52
Iarba verde de acasă.	54
Îngrijorările mele de mamă	56
Între Evdokimov și Hollywood	58
Melodiile casei.	61
Misiunea de aproape	64
Moștenire și risipire.	66
Praful de pe lampă.	68
Protecție, dependență și resentiment	70
Provizorat și dependență	72
Semantica semnăturii	74
Suspînul din microfon	76
Urma rugăciunii.	78

DOI ROLURI, ROLURI



Cheia de gât și telefonul mobil	83
Maternitate	85
Părinți cu absențe nemotivate	88
Poziții și poziții	91
Sare, lumină și piper	95
Sindrom de Maria și sindrom de Marta	97

TREI ANOTIMPURILE VIETII CA ANOTIMPURILE ANULUI



Anotimpurile familiei	101
Cei 7 ani de acasă	104
Zborul de acasă	106
Dorul de măritiș și frica de laț.	109
Bătrânețe încoronată sau împovărată.	112

PATRU
VIAȚA NOASTRĂ
CEA DE TOATE ZILELE



Activism*	117
Bine ai venit, furtună!	119
Cămașă de supraviețuitor.	122
Cetățile de scăpare.	125
Condamnarea la modele	128
Corvoadă sau tandrețe cu casa noastră.	130
Cu capul în nori și cu picioarele pe pământ.	132
Durerile și izvoarele noastre.	134
Extravaganță și chiverniseală	136
Lăudăroșia vieții	139
Mlădiere în furtună	142
Samariteanul și Intermezzo*	144
Starea de asediu.	146
Succes sau ispravă	148

CINCI
POVERI ȘI TOT FELUL
DE ALTE STRÂMTORĂRI



A te odihni în casa Domnului.	153
Ce vorbim când nu vorbim?	155
Cotloane	158
Crucea noastră cea de toate zilele	160
Cum e când Isus doarme la cârmă.	162
Curajul de a avea curaj.	164
Încâlceala cea de toate zilele	166
Iubiri și iubiri.	169
Nădejde cuviincioasă	172
Navigările noastre	176

ȘASE
BOLILE SUFLETULUI



Bolile sufletului	181
Felurite beteșuguri	183
Casa pribegiei	186
Iertarea ca leac	188
Leacurile iubirii	190
Metabolismul speranței	193
Mânie, furie și alte explozii	195
Sănătatea plânsului	197
Surpare și liman	199
Felurite frângeri*	201
Hrănit cu pâinea întristării*	203
Ce înseamnă a ieși de sub tăvălug	205

ȘAPTE
METAFORE BOTANICE



Copacul luminos sau lumina din copac	211
Cu casa-n spinare	214
Insula mea de zambile	217
Un brad vandalizat	219
Floarea-de-colt	221

OPT
SĂRBĂTORILE DOMNULUI,
SĂRBĂTORILE NOASTRE



Anatomia miracolului	225
Cine ne va lua piatra? – între Paște și Rusalii	228
Darurile pe care nu le avem sau dărnicia de care nu suntem în stare	231

Ieftinirea Crăciunului și răscumpărarea sărbătorii	233
Nefericirile Crăciunului	235
Serbare sau sărbătoare	238

NOUĂ
DE LUAT PILDĂ
DIN CARTEA CĂRȚILOR



Argintul de la gura sacului	243
Ben-Oni și Beniamin	245
Casa pe stâncă	248
Frângere și pâine	251
Imposibilul, specialitatea lui Dumnezeu	253
Miracol și limită*	255
Noe și porumbelul*	257
Plânsul lui Iosif	259
Întrebări pentru Dumnezeu	261
Cercetare, reflecție, schimbare	263
Moab – o soluție care nu izbăvește	265
Tânjire și tânguire	267
Despre autoare	269



Meditațiile marcate cu asterix (*) pot fi citite și în limba engleză, accesând linkul: www.scriptum.ro/7minute-v1.html sau scanând codul QR alăturat.

INDEX DE IMAGINI

- pag. 92-93, pictură, de Mara Morea (Radu)
pag. 102, pictură, de Mara Morea (Radu)
pag. 140, sculptură *Semințe*, de Liviu Mocan
pag. 156-157, pictură *Fetița-căpșună*, de Olivia Bennett (Radu)
pag. 161, pictură *Crucifix*, de Mara Morea (Radu)
pag. 167, pictură *Încâlceala*, de Mara Morea (Radu)
pag. 170, pictură *Girafe iubitoare*, de Mara Morea (Radu)
pag. 173, pictură *Zorii dimineții*, de Mara Morea (Radu)
pag. 174, pictură *Asfințit*, de Mara Morea (Radu)
pag. 180, pictură *Lumina nebiruită de întuneric*, de Laura Radu
pag. 212, pictură *Fețele înțelepciunii*, de Mara Morea (Radu)
pag. 215, pictură *Câtiva melci și casele lor*, de Mara Morea (Radu)
pag. 229, sculptură *Stâlpi împușcați* (fragment), de Liviu Mocan
pag. 249, desen *O construcție*, de Eunice Gall

*Dedic această carte copiilor mei,
copiilor copiilor mei
și neamului meu
împrăștiat prin lume*



MULȚUMIRI



Mă îndrept cu recunoștință și smerenie către:

- ✓ Cei care m-au ascultat la radio și care m-au încurajat constant prin faptul că își aminteau subiectele când îi întrebam, cu nițică insolență „despre ce am vorbit?”
- ✓ Echipa Radio Vocea Evangheliei pentru devotamentul și perseverența în susținerea celor „7 minute în familie”.
- ✓ Prietenele devotate, Angela Țiprigan (ale cărei încurajări s-au transformat în mustrări și amenințări), Ramona Abrudan (care mi-a monitorizat progresul scrisului câteva luni bune).
- ✓ Fabiola (colegă și secretară, neobosită și încăpățânată ca o moață ce este).
- ✓ Familia mea și neamul meu (care m-au inspirat și mi-au dat substanța pentru scris și pentru trăit).
- ✓ Bunul Dumnezeu (care mi-a dat și îmi va da nemeritat de mult și spre care nădăjduiesc să se întoarcă întru slăvire munca sufletului meu).

CUVÂNT-ÎNAINTE



Povestea celor *7 minute în familie* a început la lumina lămpii din cabinetul de psihoterapie de pe str. Ion Ionescu de la Brad. Într-o după-masă de martie, am pornit reportofonul și am lăsat cuvintele să curgă. Împreună cu Ileana, ne-am hotărât să punem în lumină lucruri dosite, să vorbim deschis despre probleme reale, cu care familia contemporană se confruntă, fără să „cosmetizăm“ nimic, fără să ne temem de cuvinte. Dacă oamenii ar avea îndrăzneala de a vorbi deschis despre problemele cu care se confruntă, ar putea fi vindecați.

Ceea ce părea la început o rubrică radiofonică s-a transformat într-o călătorie împreună, din care amândouă am fost câștigate. Lângă Ileana înveți multe. Descoperi că viața are parfumul și gustul ei, în orice etapă te-ai afla. Apoi, că oricât de multe ar fi de făcut, trebuie să găsești răgazul de a te citi pe tine însăși și de a te lăsa să te bucuri de tihna unei conversații.

Fiecare rubrică a devenit o „pastilă“ – la propriu și la figurat. Condensate, în minute puține, regăsești adevăruri dense, lecții de viață, cu zâmbet și ironie, cu povești pitorești, prin care Ileana te invită să privești viața prin lentila ei. O viață plină de culoare, provocări, luptă, conflict și împăcare, cu îndrăzneala de a fi autentică și terapeutică în același timp.

7 MINUTE ÎN FAMILIE

Cele 7 *minute în familie* sunt o inițiere în psihoterapie, în care Ileana vorbește foarte mult despre speranță, „într-o profesie al cărei obiect de studiu rămâne suferința“.

—CRISTINA OLARIU
redactor-șef la Radio Vocea Evangheliei

PREFAȚĂ



Să te oprești. Să șezi. Să cugeți. Să dăruiești altora gândurile rotunde care ți-au fost și ție dăruite. Înșuruierea asta e rară în zilele noastre. În zilele noastre trebuie să fii inovativ. Să îți construiești o imagine bună. Să clădești CV-ul. Să gândești pozitiv. Să învingi. Doar că realitatea fiecăruia dintre noi e plină de nuanțe, de dileme, de noduri nedelegate și mirări nerăspunse. Și chiar și simpla și sincera lor contemplare e mai îmbogățitoare decât o imagine brici sau un CV pozitiv.

E ceea ce face Ileana Radu în textele acestei cărți. Se oprește. Se miră. Și ne întoarce cu asupră măsură ceea ce i s-a dat și ei. Nu e o carte de răspunsuri, nu veți găsi în ea rețeta fericirii matrimoniale, sau formula unică a succesului sau soluția gândirii veșnic pozitive. Nu. Veți găsi în ea ceva mult mai important: întrebări esențiale pentru miezul fiecărei ființe. Și fără aceste întrebări esențiale, niciunul dintre noi nu-și poate da răspunsurile proprii. Acele răspunsuri care schimbă cu adevărat.

Această carte se toarnă peste ființa cititorului la fel cum se toarnă catalizatorul peste o poțiune. Rezultatul final depinde de chimist, dar fără catalizator, chimistul e un simplu bucătar.

—VLAD MIXICH (MD, MSc)

*expert al Agenției Europene pentru Sănătate și Securitate
in Muncă EU-OSHA*

UNU

FAMILII ȘI FAMILII



A CREDE ȘI A TE ÎNCREDE



Diferența este mică atunci când te uiți la grafică. Eu nu sunt teolog și nu știu să fac studiu biblic după toate regulile hermeneuticii, dar maestrul și prietenii pe care i-am avut și care m-au învățat cât de cât cum să citesc și cum să înțeleg Scriptura, au reușit de multe ori să-mi arate ce diferență majoră poate să facă o prepoziție ori o conjuncție sau, uneori, chiar locul unde este pusă virgula în Scriptură; se schimbă sensurile. Între „a crede“ și „a te încrede“ în Dumnezeu este o diferență mai mare decât prefixul în sine. Diferența asta apare tocmai din legătura extraordinară dintre a crede și a te încrede. Cum poți să te încrezi în El dacă nu crezi în El? O realitate pe care eu o întâlnesc și cred că și tu o întâlnești este că tot felul de oameni fac supoziții și presupoziții despre Dumnezeu; aceștia au mai degrabă superstiții și tot felul de așteptări de la Dumnezeu, dar nu prea Îl cunosc și nu prea Îl cred pe El, așa cum este revelat în Scriptură. Una dintre condițiile pe care Scriptura le pune foarte clar și concret este că, dacă te apropii de El, trebuie să crezi că El este și că răsplătește pe cei ce Îl caută.

A crede în Dumnezeu este apanajul celor care au minte și rațiune și trebuie să și-o folosească. Dumnezeu ne-a creat cu rațiune nu pentru ca să nu ne folosim de ea. Ca să-L crezi pe Dumnezeu trebuie să Îl descoperi în Cuvântul Lui și să ai parte de revelația pe care o

conține Scriptura. Iar acesta este un exercițiu cât se poate de anevoios, dar și de răsplătitor dacă te angajezi în el.

A te încrede în Dumnezeu înseamnă a intra într-un exercițiu care e un fel de actualizare a credinței, particularizare a credinței, măsurare a credinței tale în acțiuni, în fapte, în lucruri care sunt demonstrabile. Adică, aici și acum, în propria mea viață, în realitatea vieții mele Dumnezeu Se descoperă, intervine și lucrează.

Aproape că m-a apucat spaima când am recitit Pentateuhul și când am văzut ce acuzații grave a pus Domnul pe neîncrederea israeliților. Ispita de a nu-L crede pe Dumnezeu, de a nu credita izbăvirea pe care o dă Dumnezeu – fie că dă mană, fie că dă prepelițe, fie că te trece Marea Roșie, fie că te scoate din Egipt, după ce i-a potopit cu plăgile – când ai avut demonstrația intervenției Lui, a pune la îndoială faptul că bunul Dumnezeu ar putea să intervină din nou pe măsura divinității și a promisiunilor Sale este ceva ce nu-L onorează. Cât despre mine, m-am aflat de multe ori în situația de a nu-L fi onorat pe Dumnezeu din cauza lipsei mele de încredere în El. Îmi aduc aminte de capitolul 12 din Luca – unul de-a dreptul pivotal – care vorbește despre îngrijorări și pe care aș îndrăzni să îl numesc alfabetul încrederii în asaltul grijilor zilnice. (Și câți dintre noi nu suntem asaltați de cotidianul acesta care e tot mai greu și tot mai rău?) Evanghelistul Luca îți aduce aminte că viața e mai mult decât hrana și trupul e mai mult decât îmbrăcămintea; și n-ar strica să faci un exercițiu să te mai uiți la crini, la păsări, că poate îți mai vine inima la loc și înveți ce mare este această diferență pe care o dă doar un prefix. A crede și a te *încrede*. Poți să te *încrezi* cu adevărat doar după ce ai crezut cu adevărat.