

REZILIENT

Aprecieri pentru această carte

Cu eleganță și subtilitate, cartea *Rezilient* a autorului și a consilierului creștin John Eldredge este o adevărată învelitoare pentru sufletele noastre. Cu măiestrie, autorul explorează tema universală a dorinței noastre intrinsece ca lucrurile să fie remediate. Mai exact, toți tânjim după Eden. Survenind în urma pandemiei devastatoare de COVID-19, cartea tratează rănilor și durerile provocate de izolare, o experiență comună pentru mulți dintre noi. Cu o profunzime impresionantă, Eldredge adresează, de asemenea, importanța unei relații spirituale profunde cu Dumnezeu, o conexiune care ne susține în perseverarea noastră.



Rezilient se relevă ca o lectură cu o valoare remarcabilă în vremurile de restriște. Prin înțelepciunea și perspectiva sa pertinentă, autorul ne îndrumă către o reîntoarcere la sursa autentică a puterii noastre, în persoana lui Isus Cristos. Prin această călăuzire inspirată, el aduce în discuție nu numai impactul pandemiei globale, dar și profețiile referitoare la vremurile din urmă.



Cu o abordare care atinge sensibilitatea cititorului, *Rezilient* este o carte cu un subiect foarte potrivit pentru generația zilelor noastre. Într-o manieră empatică și cu onestitate, Eldredge se angajează în abordarea problemelor complexe pe care pandemia le-a scos la iveală și a traumelor pe care le-am îndurat cu toții. Cartea recunoaște importanța acordată acestor traume și îndeamnă la aducerea lor în fața lui Isus, în căutarea eliberării vindecătoare. În egală măsură, autorul subliniază că îndrumarea divină și vindecarea spirituală se pot dezvălui pe măsură ce inimile noastre se angajează în rugăciune sinceră și dezvoltăm noi obiceiuri sănătoase în viața de zi cu zi.



Rezilient se dovedește a fi o scufundare profundă în adâncul sufletului, o călătorie care aduce lumină asupra iubirii și conexiunii autentice cu Isus. Într-o manieră blândă și profundă, cartea dezvăluie dorințele și vulnerabilitățile noastre, care au la bază oboseala și trauma. Într-o manieră incitantă, ea afirmă promisiunile divine și adevărurile fundamentale din interiorul fiecărui individ. Până la urmă, *Rezilient* reprezintă un ghid inestimabil, ce ne învață cum să-L avem pe Isus în centrul vieții noastre, înțelegând că în El găsim izvorul de putere și vindecare, atât de necesar în această eră tumultuoasă.

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

ELDREDGE, JOHN

Rezilient : refacerea sufletului istovit în aceste vremuri tulburi / John

Eldredge.— Oradea: Scriptum, 2023

ISBN 978-606-031-169-0

821.111

REZILIENT

REFACEREA SUFLETULUI ISTOVIT ÎN ACESTE VREMURI TULBURI

JOHN ELDREDGE



Editura Scriptum®
Oradea

De același autor, la Editura Scriptum au mai apărut:

Ia-ți viața înapoi

Inimă neînfricată

Mută munții

Rezilient

Vânătoarea de lei

Împreună cu soția lui, Stasi:

Bucurie care sfidează circumstanțele

Captivantă

Originally published in U.S.A. under the title

Resilient: Restoring your weary soul in these turbulent times

© 2022 by John Eldredge

Published by arrangement with HarperCollins Christian Publishing, Inc.

Ediția în limba română, publicată cu permisiune, sub titlul:

Rezilient: Refacerea sufletului istovit în aceste vremuri tulburi

de John Eldredge

© 2023 Editura Scriptum®

str. Simion Bărnuțiu nr. 2, 410204 Oradea – Bihor

Tel./Fax/Robot: 0259-457.428

E-mail: scriptum@scriptum.ro

Pagina web: WWW.SCRIPTUM.RO

Toate drepturile rezervate asupra prezentei ediții în limba română.

Prima ediție în limba română.

Cu excepția situațiilor când se specifică altfel, toate citatele biblice folosite sunt din NTR - Noua traducere în limba română. Alte traduceri ale Bibliei folosite: AMP - The Amplified Bible; ESV - English Standard Version; MSG - The Message; NASB - New American Standard Bible; NET - New English Translation; NKJV - New King James Version; NLT - New Living Translation; NRSV - New Revised Standard Version NLT- The New Living Translation.

Orice reproducere sau selecție de texte din această carte este permisă doar cu aprobarea în scris a Editurii Scriptum, Oradea.

ISBN 978-606-031-169-0

*Dedic această carte lui Sam și Susie,
lui Blaine și Em, lui Luke și Liv:
Timpul pe care îl petrec împreună
cu voi mă face să fiu un bărbat mai rezilient!*

El Şi-a întărit poporul.

PSALMUL 148:14 NLT



Cuprins

<i>Mulțumiri</i>	11
<i>Introducere</i>	13
Capitolul 1: Pur și simplu vreau ca viața să fie bună din nou	19
Capitolul 2: Unde suntem? Ce se întâmplă?.....	35
Capitolul 3: Tăria care învinge	53
Capitolul 4: Gloria Edenului, nu pustietate.....	67
Capitolul 5: Asigurarea abundenței	83
Capitolul 6: Locuri neconvertite	101
Capitolul 7: Împărăția fără Împărat.....	117
Capitolul 8: Fântâna adâncă din noi.....	133
Capitolul 9: Rețeta ta	151
Capitolul 10: Ține-te bine!.....	181
<i>Despre autor</i>	199



Mulțumiri

Ii mulțumesc lui Luke Eldredge, care a furnizat cercetări neprețuite pentru acest proiect, precum și echipelor de la Yates & Yates și Thomas Nelson, care au contribuit la aducerea acestui mesaj crucial în mâinile tale.



Introducere

Nu este un moment obișnuit

Cămilele au un călcâi al lui Ahile, de aici vom începe. Dar vulnerabilitatea lor este mascată de *reziliența* lor legendară: aceste faimoase „corăbii ale deșertului“ străbat mările nisipoase încă de dinainte de vremea lui Avraam.

Rezistența și forța cămیلelor sunt cu adevărat impresionante – ele pot căra încărcături grele pe distanțe lungi sub soarele arzător al deșertului, și pot rezista fără apă săptămâni întregi, în timp ce oamenii mor de sete. Dar ceea ce te induce în eroare cu privire la cămile este faptul că ele vor străbate o mie de kilometri, dând dovadă în aparență de o rezistență nelimitată, fără să-ți dea impresia că sunt pe cale să cedeze. Și dintr-odată, cad din picioare. După cum i-a spus Alchimistul lui Santiago:

Cămilele sunt înșelătoare, ele fac mii de pași și par să nu obosească niciodată. Apoi, deodată, cad în genunchi și mor. Dar caii obolesc puțin câte puțin. Vei ști întotdeauna cât de mult îi poți forța și când li se apropie moartea.¹

1 Paulo Coelho, *Alchimistul*, București, Humanitas, 2018.

REZILIENT

Și sufletele oamenilor ascund un călcâi al lui Ahile.

Noi avem o capacitate uimitoare de a ne mobiliza în fața calamităților și constrângerilor. Ne tot mobilizăm, și într-o zi, descoperim că nu mai avem ce oferi. Sufletul nostru pur și simplu spune: *M-am săturat, nu mai vreau să mai fac asta*, în timp ce ne prăbușim în abisul descurajării, al depresiei sau pur și simplu avem sentimentul acut al golului sufletesc.

Nu vrei să-ți forțezi sufletul până ajunge în acel punct. Dar *tot* ceea ce ține de vremurile în care trăim ne împinge forțat sufletele spre punctul acela. Unii oameni aproape că sunt deja acolo.

Am intrat în pandemia COVID din 2020 fiind deja epuizați de nebunia vieții moderne. Acum, cartea asta nu are drept temă pandemia, deși atunci când istoria ne va spune povestea, COVID-19 va fi precum cel de-al Doilea Război Mondial al generației noastre – catastrofa globală prin care am trecut. Ceea ce a debutat în 2020 a fost o experiență împărtășită a unei traume globale, iar trauma își lasă amprenta asupra noastră – experiența prelungită a pierderilor mici și mari, tensiunea uriașă legată de măști, carantină, vaccinuri, închiderea școlilor, și lista poate continua. Jurnalistul Ed Yong a câștigat în 2021 premiul Pulitzer pentru Raportare Explicativă datorită modului în care a prezentat pandemia. Iată ce a descoperit el:

Milioane de oameni au îndurat un an de suferință, de anxietate, izolare și traumă prelungită. Unii își vor reveni fără probleme, dar în cazul altora, momentele liniștite după ce nivelul de adrenalină scade și totul revine la normal pot fi percepute, în mod neașteptat, ca o pedeapsă. Când au, în sfârșit, ocazia de a respira liber, oamenii descoperă că mai degrabă suspină decât respiră. „Oamenii își lasă capul în jos și fac ceea ce trebuie să facă, dar când au parte de o pauză, toate aceste sentimente îi asaltează deodată“, mi-a spus Laura von Dernoot Lipsky, fondatoarea și directoarea Institutului de Gestionare a Traumelor... „Pe cât de dificilă este trauma inițială, a spus ea, consecințele ei sunt cele care îi distrug pe oameni.“¹

1 Ed Yong, „What Happens When Americans Can Finally Exhale: The Pandemic’s Mental Wounds Are Still Wide Open“, *Atlantic*, 20 mai

NU ESTE UN MOMENT OBIȘNUIT

În clipa de față, ne aflăm într-un soi de negare globală a costului real al acestor ani grei (care nu s-au sfârșit încă). Noi vrem pur și simplu să depășim momentul, așa că încercăm acum să ne regăsim cumva echilibrul, apelând la tot felul de modalități de recuperare și alinare. Dar, oameni buni, noi n-am plătit încă factura psihologică a tuturor lucrurilor prin care am trecut. Nu am spune niciodată unui supraviețuitor al unei traume că trebuie să se pună pe picioare imediat ce a abuzul a încetat. Și totuși, această mentalitate este prezentă în negarea colectivă a traumelor prin care am trecut.

Ar trebui să fim mai blânzi cu sufletele noastre. Negarea nu vindecă nimic, și acesta este motivul pentru care mă îngrijorează mai mult ce urmează decât ce a fost. În starea noastră grav afectată din prezent, când ne apropiem de ceea ce Scriptura numește „sfârșitul veacului“, ne confruntăm cu unele dintre încercările despre care ne-a avertizat Isus (Matei 24:3).

Vremurile extraordinare pot fi palpante, dar ele tind și să ne consume mult energia. Inimile noastre vor avea nevoie de călăuzire și de pregătire. Ar fi o idee bună ca, în vremea asta, să te ocupi în mod serios de tăria sufletului tău.

În caz că ai uitat deja cum a fost pandemia, permite-mi să-ți împrăpătez memoria. Frica de moarte a asaltat deodată omenirea, o moarte nevăzută și imprevizibilă, moartea provocată de o molimă. În doar câteva săptămâni, ne-am găsit în diferite forme de carantină și izolare – școlile, bisericile și afacerile și-au închis toate porțile. Economia a fost lovită puternic. Tot ceea ce înseamnă o viață normală și voioasă ni s-a luat într-o clipită și ni s-a refuzat luni întregi.

Urmărește-mă cu atenție acum. Să fii privat brusc de o viață normală, să trăiești cu frica suferinței și a morții, să fii bombardat cu știri negative, să fii ținut într-o stare constantă de incertitudine cu privire la viitor, fără să știi cum se va termina toată povestea și să nu mai vezi chipurile oamenilor, care sunt ascunse în spatele unei măști – pot să subliniez faptul că aceasta

2021, <https://www.theatlantic.com/health/archive/2021/05/pandemic-trauma-summer/618934/>

REZILIENT

este exact tortura pe care regimurile teroriste obișnuiau să o folosească pentru a-și distruge prizonierii din punct de vedere psihologic și fizic?

Oameni buni, pandemia aceasta a avut un efect traumatizant asupra noastră, iar noi trebuie să ne planificăm recuperarea și să găsim o nouă reziliență.

„Cel puțin acum ne putem întoarce la o viață normală“, a spus un prieten. Dar nici lucrul acesta nu este adevărat. Știu că tu îți *dorești* asta, dar evenimentele converg într-un mod care împiedică desfășurarea unei vieți normale. Inamicul nostru, prințul întunericului, a orchestrat această situație în așa fel încât să facă mult rău inimii omului. Cred că suntem pe cale să asistăm la o mare lepădare de credință.

Însă există speranță, o mare speranță. Isus Cristos știa că omenirea se va confrunta cu vremuri grele, în special pe măsură ce istoria se îndreaptă cu repeziciune spre sfârșitul vremurilor. El ne-a sfătuit cum să trăim în mijlocul unor încercări majore, și acum ar fi un moment foarte bun în care să fim atenți la ceea ce ne-a spus Domnul. Creatorul și Răscumpărătorul omenirii ne-a oferit o cale către recuperare și reziliență. Ar fi foarte neînțelept din partea noastră să o ignorăm sau să o amânăm „pe altă dată“. Indiferent ce crezi cu privire la anii care vin, cred că ne putem pune cu toții de acord că ne-ar prinde foarte bine ca inimile și sufletele noastre să dea dovadă de o reziliență mai mare.

În vremurile astea nu avem nevoie de predici motivaționale și nici de povestioare drăguțe. Ci avem nevoie de un ghid de supraviețuire – iar cartea de față exact asta este. Fiecare capitol începe cu o poveste adevărată de reziliență umană dovedită în ciuda celor mai potrivnice circumstanțe. Vei întâlni și o secțiune de abilități care să-ți atragă atenția asupra unor instrumente practice pentru întărirea inimii și a sufletului. Și fiecare capitol ți-L va pune în centrul atenției pe Însuși Isus, căci avem nevoie de reziliența supranaturală pe care ne-o oferă Cristos. Ea este întotdeauna disponibilă – noi trebuie doar să ne-o însușim.

APA VIETII

În 1946, Wilfred Thesiger a făcut o călătorie imposibilă prin deșertul *Empty Quarter* al Arabiei, alături de patru beduini, pe timp de iarnă, parcurgând traseul pe spatele cămălelor. Călătorii au ajuns într-un punct disperat al odiseei lor, când perspectivele păreau sumbre: aproape rămăseseră fără apă, iar următoarea fântână se afla dincolo de un lanț montan de dune impracticabil, iar cămălele lor dădeau semne de colaps.

Toate burdufurile erau transpirate și noi ne făceam griji în privința apei. De-a lungul zilei, picurau regulat și amenințător, picăturile de apă cădeau, una câte una, pe nisip, în timp ce noi călăream, precum sângele care se scurge dintr-o rană care nu poate fi oprită...

Presupun că eram slăbit din cauza foamei, căci porțiile de mâncare pe care le consumam erau extrem de mici, chiar și după standardele beduinilor. Dar setea era cea care mă săcăia cel mai mult... Eram permanent conștient de ea. Chiar și când dormeam, visam izvoare involburate de apă rece ca gheața, dar îmi era greu să adorm...

Îmi făceam griji în privința apei care se tot scursesese pe parcursul drumului și în privința cămălelor noastre.¹

Prima nevoie a supraviețuitorului este apa. Poți trăi patruzeci de zile fără hrană, însă doar trei zile fără apă. Apa este viață; găsirea apei este unul dintre primele tale obiective.

1 Wilfred Thesiger, „From Arabian Sands“, în *Points Unknown: The Greatest Adventure Writing of the Twentieth Century*, ed. David Roberts, New York, W. W. Norton, 2000, p. 93, 95.



Capitolul 1

Pur și simplu vreau ca viața să fie bună din nou

Redă ochilor mei strălucirea.

PSALMUL 13:3 NLT

Dorința noastră ca lucrurile să fie bune din nou reprezintă una dintre cele mai profunde tânjiri ale inimii omului. Ea a sălășluit în adâncurile ființei noastre încă de când ne-am pierdut adevăratul cămin. Căci inimile noastre își amintesc de Eden.

În cea mai mare parte a timpului, această dorință frumoasă și intensă curge precum un râu subteran dincolo de suprafața conștiinței noastre – atât timp cât găsim alinare într-o anumită măsură de bunătate din viețile noastre. Câtă vreme ne bucurăm de munca noastră, de familia noastră, de aventurile noastre sau de micile plăceri ale lumii acesteia, dorința ca lucrurile să fie bune din nou pare să fie înăbușită. Dar atunci când încercările și suferința se năpustesc în valuri, această tânjire se ridică la suprafață, asemenea unei balene care iese din apă pentru aer, într-un avânt plin de forță. Lucrul acesta este adevărat mai ales după o perioadă de încercări grele, deoarece în timpul încercării noi ne mobilizăm. Dar atunci când furtuna se

REZILIENT

potolește, dorința ca lucrurile să fie bune din nou își face simțită prezența, cerând să fie împlinită.

Modul în care gestionăm această tânjire – atât de crucială în ceea ce privește identitatea noastră și adevărata noastră viață lăuntrică – modul în care ascultăm de ea, dar și felul în care o direcționăm, înspre bine sau rău, este ceea ce ne decide viitorul.

Forța care ne propulsează

Dumnezeu a dăruit fiecărui suflet uman o capacitate și o forță, o aspirație primordială pentru viață. Acest lucru este la fel de important pentru tine ca propria ta supraviețuire. În epicentrul ființei noastre se găsește o dorință adâncă de a *aspira* la lucruri care ne dau viață, de a *planifica* în vederea realizării acelor lucruri, de a ni le însuși, de a ne *bucura* de ele, și de a o lua de la capăt în timp ce aspirăm la lucruri noi! Aceasta reprezintă acea poftă esențială de viață pe care ne-a dăruit-o Dumnezeu. Hai să numim această capacitate Impulsul Primordial al Vieții.

Dorința ca lucrurile să fie bune din nou este strigătul melancolic al Impulsului Primordial al Vieții din noi, asemenea strigătelor tulburătoare ale balenelor din adâncul mării.

Mi se pare că nu putem renunța niciodată la dorință și la a tânji după ceva atât timp cât suntem cu adevărat în viață. Există anumite lucruri pe care le simțim a fi frumoase și bune și trebuie să le dorim din tot sufletul.¹

Această foame permite oamenilor să supraviețuiască în mijlocul celor mai teribile calvaruri, însă ea ne permite și să savurăm toată bunătatea acestei lumi, să iubim și să creăm lucrări de o frumusețe răpitoare.

De mult timp mă bucur de poeziile Sfântului Ioan al Crucii despre intimitatea sufletului cu Dumnezeu. Așa că am fost șocat și indignat

1 George Eliot, *The Mill on the Floss*, 1880; repr., New York, Penguin Classics, 2003, p. 314 [în rom.: *Moara de pe Floss*, Rao, 2000].