

## Atingerea credinței

*Credința este mâna care atinge infinitul.*

“Dacă aş putea doar să mă ating de haina Lui, mă voi tămădui”. O biată femeie a rostit aceste cuvinte, o femeie care timp de doisprezece ani suferise de o boală care îi făcuse viața o povară. Își cheltuisese toate mijloacele de trai pe doctori și leacuri, și aceasta numai pentru a fi declarată incurabilă. Însă, când a auzit de marele Vindecător, speranțele ei au renăscut. Ea a gândit astfel: “Dacă m-aș putea apropia suficient de mult ca să-I pot vorbi, aş putea fi vindecată”.

Hristos tocmai Se îndrepta către casa lui Iair, rabinul iudeu care Îl rugase să vină și să-i vindece fiica. Rugămintea venită din adâncul unei inimi zdrobite, “Fetița mea este pe moarte; Te rog să vii și să-Ți pui mâinile peste ea ca să se facă sănătoasă” (Marcu 5,23), mișcase inima gingașă, plină de compasiune a lui Hristos, pornind de îndată alături de conducător, către casa acestuia.

Ei înaintau însă încet, căci mulțimea Îl împingea pe Isus din toate părțile. Făcându-Și drum prin marea de oameni, Mântuitorul a ajuns în apropiere de locul în care se afla femeia suferindă. Ea încercase iarăși și iarăși, fără succes, să se apropie de El. Acum venise și ocazia ei. Nu vedea cum I-ar fi putut vorbi. Ea nu voia să-I împiedice înaintarea și așa destul de anevoioasă. Însă auzise că vindecarea avusese loc de la o atingere a veșmintelor Sale; și, temătoare că și-ar putea pierde și singura ei șansă de vindecare, ea înaintă cu trudă, zicându-și: “Dacă aş putea doar să mă ating de haina Lui, mă voi tămădui”.

Hristos cunoștea fiecare gând din mintea ei și Își îndrepta pașii către locul în care se afla ea. El Și-a dat seama de marea ei nevoie și o ajuta să-și exercite credința.

În timp ce El trecea, ea se întinse înainte și abia reuși să atingă marginea veșmântului Său. În acel moment, ea a știut că a fost vindecată. În acea singură atingere se concentrase credința vieții ei și pe loc încetară durerea și slăbiciunea. A simțit imediat cum fiecare fibră a ființei sale este străbătută de un fior, ca acela al unui curent electric. Asupra ei se lăsă simțământul unei sănătăți perfecte. “Și a simțit în tot trupul ei că s-a tămăduit de boală” (Marcu 5,29).

Femeia, recunoscătoare, dorea să-și exprime mulțumirea față de puternicul Vindecător care făcuse pentru ea, printr-o singură atingere, mai mult decât făcuseră doctorii în doisprezece ani întregi; însă nu îndrăzne. Ea încercă să se retragă din mulțime, cu inima plină de recunoștință. Deodată, Isus Se opri și, privind în jur, întrebă: “Cine s-a atins de Mine?”.

Uitându-se la El cu uimire, Petru răspunse: “Învățătorule, noroadele Te împresoară și Te îmbulzesc, și mai întreb: ‘Cine s-a atins de Mine?’” (Luca 8,45).

“S-a atins cineva de Mine”, a spus Isus, “căci am simțit că a ieșit din Mine o putere” (Luca 8,46). El putea să deosebească atingerea credinței de atingerea întâmplătoare a mulțimii nepăsătoare. Cineva Îl atinsese cu un scop profund și primise răspuns.

Hristos nu a pus întrebarea pentru propria Sa informare. El avea o lecție pentru popor, pentru ucenicii Săi și pentru femeie. El dorea să insuflă speranță celor năpăstuiți. Dorea să arate că ceea ce adusesese puterea vindecătoare era credința. Încrederea femeii nu trebuia trecută cu vederea fără nici un comentariu. Dumnezeu trebuia să fie slăvit prin mărturisirea ei plină de recunoștință. Hristos dorea ca femeia să înțeleagă că El aproba actul ei de credință. Nu voia ca ea să plece numai cu o jumătate de binecuvântare. Nu trebuia să rămână în necunoștință de faptul că El îi cunoștea suferința sau fără să știe ce dragoste plină de compătimire are El și că îi recunoaște credința în puterea Lui de a mântui în chip desăvârșit pe toți cei ce vin la El.

Privind către femeie, Hristos a insistat să afle cine se atinsese de El. Văzând că este în zadar să se ascundă, ea înaintă tremurătoare și se aruncă la picioarele Sale. Printre lacrimi de recunoștință, ea I-a spus, înaintea tuturor oamenilor, de ce I-a atins veșmântul și cum fusese vindecată numai de atât. Ea se temu ca nu cumva gestul său de a-I atinge veșmântul să nu fi fost o încumetare; însă, de pe buzele lui Isus, nu ieși nici un cuvânt de reproș. El nu rosti decât vorbe de aprobare. Ele veneau dintr-o inimă a iubirii, plină de compasiune pentru suferința umană. “Îndrăznește fiică”, a zis Isus cu blândețe, “credința ta te-a mântuit; du-te în pace” (Luca 8,48). Cât de încurajatoare erau aceste cuvinte pentru ea! Acum, nici o temere că L-ar fi supărat nu-i mai umbra bucuria de amărăciune.

Mulțimii curioase care se împingea în Isus nu i-a fost dată nici o putere vitală. Însă femeia suferindă care L-a atins cu credință a primit vindecare. Tot așa și în cele spirituale, contactul de circumstanță este diferit de atingerea credinței. A avea credință în Hristos numai ca Mântuitor al lumii nu poate aduce niciodată vindecare sufletului. Credința care lucrează spre mântuire nu este doar o aprobare a adevărului Evangheliei. Credința adevărată este aceea care Îl primește pe Hristos ca Mântuitor personal. Dumnezeu a dat pe singurul Său Fiu născut, pentru ca eu, prin credința în El, “să nu pier, ci să am viață veșnică”. Când vin la Hristos după cuvântul Său, trebuie să cred că primesc harul Său mântuitor. “Viața pe care o trăiesc acum în trup o

trăiesc în credința în Fiul lui Dumnezeu, care m-a iubit și S-a dat pe Sine pentru mine” (Gal. 2,20).

Mulți păstrează credința doar ca o opinie personală. Credința mântuitoare este o tranzacție, prin care cei care Îl primesc pe Hristos se unesc într-o relație de legământ cu Dumnezeu. O credință vie înseamnă o creștere a vigoriei, o încredere sinceră prin care, în harul lui Hristos, sufletul devine o putere biruitoare.

Credința este o biruitoare mai puternică decât moartea. Dacă cei bolnavi ar putea fi îndrumați să-și ațintească ochii în credință asupra puternicului Vindecător, vom vedea rezultate minunate. Aceasta va aduce viață corpului și sufletului.

Când lucrați pentru victimele obiceiurilor rele, în loc să le faceți să privească înspre disperarea și ruina către care se grăbesc, întoarceți-le privirile către Isus. Fixați-le atenția asupra măreției celor cerești. Aceasta va înfăptui mai mult pentru mântuirea trupului și sufletului decât vor reuși toate lucrurile îngrozitoare ale mormântului, când sunt puse înaintea celor neajutorați și în mod aparent lipsiți de orice speranță.

## “El ne-a mântuit pentru îndurarea Sa”

Slujitorul unui centurion zăcea bolnav de paralizie. Printre romani, slujitorii erau sclavi, cumpărați și vânduți în piețe și adesea tratați cu răutate și cruzime; dar centurionul era legat afectiv de slujitorul său și dorea mult ca acesta să se refacă. El credea că Isus îl putea tămădui. Nu-L văzuse pe Mântuitorul, însă ceea ce auzise despre El îi inspira credință. În ciuda formalismului iudeilor, acest roman era convins că religia lor era superioară religiei sale. El deja dăduse la o parte barierele prejudecăților și urii naționaliste, care îi separa pe cuceritori de poporul aflat sub cucerire. El manifestase respect față de serviciul divin și se arătase plin de bunătate față de iudeii care-I slujeau lui Dumnezeu. În învățătura lui Hristos - după cum i se spusese - el a găsit ceea ce împlinea nevoia sufletului. Tot ceea ce era spiritual în el vibra la cuvintele Mântuitorului. Însă el se considera nevrednic să se apropie de Isus și a apelat la iudeii bătrâni, pentru a cere vindecarea slujitorului său.

Bătrânii au prezentat cazul înaintea lui Isus și au stăruit la El că “face să-i faci acest bine, căci iubește neamul nostru și el ne-a zidit sinagoga” (Luca 7,4.5).

Pe când era însă în drum spre casa centurionului, Isus primește un mesaj chiar de la acest ofițer: “Doamne, nu Te mai osteni atâta, pentru că nu sunt vrednic să intri sub acoperământul meu” (Luca 7,6).

Totuși, Mântuitorul Își continuă drumul, iar sutașul vine personal pentru a explica mesajul său, zicând: “De aceea nici nu m-am socotit vrednic să vin eu însumi la Tine. Ci, zi o vorbă și robul meu va fi tămăduit. Căci și eu, care sunt sub stăpânirea altuia, am sub mine ostași. Și zic unuia: ‘Du-te!’ și se duce; altuia: ‘Vino!’ și vine; și robului meu: ‘Fă acest lucru!’ și-l face” (Luca 7,7; Mat. 8,8.9).

“Eu reprezint puterea Romei și soldații mei recunosc autoritatea mea ca fiind supremă. Tot așa Tu reprezinți puterea Dumnezeului nesfârșit și toate câte sunt create ascultă de cuvântul Tău. Tu poți porunci ca boala să plece și aceasta Ți se va supune. Spune numai un cuvânt și slujitorul meu va fi tămăduit”.

“Du-te, și faci-ți-se după credința ta”, a spus Hristos.

“Și robul lui s-a tămăduit chiar în ceasul acela” (Mat. 8,13).

Bătrânii evrei l-au recomandat pe centurion lui Hristos din pricina favorului pe care acesta îl făcuse “neamului nostru”. “Face să-i faci acest bine”, au zis ei, “căci (...) ne-a zidit sinagoga”. Însă centurionul a zis despre sine: “Nu sunt vrednic”. Totuși, nu s-a temut să ceară ajutor de la Isus. El nu se încredea în propria lui bunătate, ci în mila Mântuitorului. Singurul său temei era marea lui nevoie.

În același fel poate veni la Hristos orice ființă omenească. “El ne-a mântuit, nu pentru faptele făcute de noi în neprihănire, ci pentru îndurarea Lui” (Tit 3,5). Ai tu cumva simțământul că nu poți spera să primești binecuvântare de la Dumnezeu pentru că ești un păcătos? Amintește-ți că Hristos a venit în lume pentru a mântui pe păcătoși. Nu avem nimic care ne-ar putea recomanda înaintea lui Dumnezeu; invocarea clemenței - pe care o putem înainta acum și întotdeauna - este chiar condiția noastră peste măsură de deznădăjduită, care face ca puterea Sa răscumpărătoare să devină o necesitate. Dacă renunțăm complet la independența noastră, putem privi către crucea Calvarului, spunând:

*Nu port vreun preț în mâna mea,  
Eu doar mă prind de crucea Ta.*

“Dacă poți! ...Toate lucrurile sunt cu putință celui ce crede” (Marcu 9,23). Credința este aceea care ne unește cu cerul și ne aduce tărie pentru a face față puterilor întunericului. În Hristos, Dumnezeu a rânduit posibilități pentru a birui orice trăsătură rea și a ne împotrivi oricărei ispite, oricât de tari. Dar mulți au sentimentul că le lipsește credința și de aceea rămân departe de Hristos. Aceste suflete, în nevrednicia lor deznădăjduită, să se prindă de îndurarea Mântuitorului lor plin de compasiune. Nu vă uitați la eu, ci la Hristos. El, care i-a vindecat pe cei bolnavi și a alungat demonii când umbla printre oameni, este încă același puternic Răscumpărător. Atunci, prindeți-vă de făgăduințele Sale, care sunt asemenea unor frunze din pomul vieții: “Pe cel care vine la Mine, nu-l voi izgoni afară” (Ioan 6,37). Când veniți la El, să credeți că vă primește, căci a făgăduit. Nu puteți pieri când faceți acest lucru. Niciodată!

*Căci Tu ești bun, Doamne, gata să ierți, și plin de îndurare cu toți cei ce Te cheamă. Pleacă-Ți urechea, Doamne, la rugăciunea mea, ia aminte la glasul cererilor mele! Te chem, în ziua necazului meu, căci m-ascuți. (Psalmi 86, 5-7)*

*Dacă ai păstra, Doamne, aducerea aminte a nelegiuirilor, cine ar putea sta în picioare, Doamne? Dar la Tine este iertare, ca să fii de temut... Israele, pune-ți nădejdea în Domnul, căci la Domnul este îndurarea, și la El este belșug de răscumpărare! (Psalmi 130, 3-7)*

“Dar Dumnezeu Își arată dragostea față de noi prin faptul că, pe când eram noi încă păcătoși, Hristos a murit pentru noi”(Romani 5,8).

Și “dacă Dumnezeu este pentru noi, cine va fi împotriva noastră? El, care n-a cruțat nici chiar pe Fiul Său, ci L-a dat pentru noi toți, cum nu ne va da fără plată, împreună cu El, toate lucrurile?” (Romani 8,31.32).

“Sunt bine încredințat că nici moartea, nici viața, nici îngerii, nici stăpânirile, nici puterile, nici lucrurile de acum, nici cele viitoare, nici înălțimea, nici adâncimea, nici o altă făptură nu vor fi în stare să ne despartă de dragostea lui Dumnezeu, care este în Isus Hristos, Domnul nostru” (Romani 8,38.39).

## “Doamne, dacă vrei, poți să mă curățești”

Dintre toate maladiile cunoscute în Orient, lepra era cea mai de temut. Caracterul ei incurabil și contagios, precum și efectul său îngrozitor asupra victimelor îl umplea de teamă și pe cel mai curajos. Printre evrei, aceasta era privită ca o judecată în urma păcatului, fiind numită din această pricină “bătaia”, “degetul lui Dumnezeu”. Pentru că este adânc înrădăcinată, incurabilă și mortală, era considerată ca un simbol al păcatului.

Leprosul era, în prescripția legii ceremoniale, necurat. Orice atingea devenea necurat. Aerul era stricat de respirația sa. Ca unul care era deja mort, era îndepărtat de locuințele oamenilor. Cel care era bănuțat că ar avea boala trebuia să se înfățișeze preoților, care trebuia să-l controleze și să decidă care era condiția sa. Dacă verdictul era lepră, era izolat de familia sa, despărțit de adunarea lui Israel și sortit să nu poată sta decât în compania celor care erau afectați de același flagel. Nici împărații și mai-marii nu făceau excepție. Monarhul care era lovit de această boală teribilă trebuia să predea sceptrul și să părăsească în grabă societatea.

Despărțit de prietenii și rudele sale, leprosul trebuia să poarte blestemul maladii lui. Era obligat să își facă publică propria nenorocire, să-și sfășie hainele de pe el și să dea alarma, avertizându-i pe toți să fugă din prezența sa vătămătoare. Strigătul “Necurat! Necurat!”, care venea pe un ton sfâșietor de la proscrisul însingurat, era un semnal auzit cu frică și oroare.

*Cum ar putea să iasă dintr-o ființă necurată un om curat? Nu poate să iasă nici unul (Iov 14, 4).*

*Zidește în mine o inimă curată, Dumnezeule, pune în mine un duh nou și statornic (Psalmi 51, 10).*

În regiunea în care lucra Hristos, existau mulți astfel de suferinzi, iar atunci când veștile despre lucrarea Sa au ajuns și la ei, s-a găsit unul în a cărui inimă a încolțit credința. Dacă ar putea merge la Isus, ar putea fi vindecat. Dar cum să dea de Isus? Condamnat la veșnică izolare, cum să se înfățișeze înaintea Vindecătorului? Și îl va vindeca oare Hristos? Nu cumva, asemenea fariseilor - și chiar asemenea medicilor -, va pronunța și El un blestem asupra lui și îi va porunci să fugă din vecinătatea oamenilor?

El se gândește la tot ceea ce i s-a spus despre Isus. Nici unul din cei care au căutat ajutorul Său nu a fost respins. Nenorocitul om se hotărăște să-L găsească pe Mântuitorul. Deși este oprit să intre în cetăți, poate că va reuși să-I iasă în cale pe vreun drum mai puțin umblat, pe cărările de munte, sau să dea de El când îi învață pe oameni în afara orașelor. Dificultățile sunt mari, dar aceasta este singura lui nădejde.

Stând la distanță, leprosul prinde câteva cuvinte de pe buzele Mântuitorului. Îl vede cum Își pune mâinile asupra celor bolnavi. Îi vede pe șchiopi, pe orbi, pe paralitici și pe cei care erau pe moarte din pricina diferitelor boli cum se ridică sănătoși, laudându-L pe Dumnezeu pentru izbăvirea lor. Credința i se întărește. Se apropie mai mult și mai mult de mulțimea care ascultă. Restricțiile puse asupra lui, siguranța poporului, teama cu care îl privesc toți oamenii, toate sunt deopotrivă uitate. Se gândește numai la binecuvântata nădejde a vindecării.

El este o priveliște groaznică. Boala a săpat în el înfricoșător și trupul său care putrezește este oribil la privit. La vederea lui, oamenii se dau înapoi. În groaza care i-a cuprins, se calcă în picioare pentru a scăpa de atingerea lui. Unii încearcă să-l împiedice să se apropie de Isus, dar în zadar. El nici nu-i vede, nici nu-i aude. Expresiile de scârbă de pe fețele lor nu sunt luate în seamă. Nu-L vede decât pe Fiul lui Dumnezeu, nu aude decât glasul care aduce viață celor muribunzi.

Înaintând către Isus, se aruncă la picioarele Sale cu strigătul: “Doamne, dacă vrei, poți să mă curățești” (Matei 8,2).

Isus îi răspunde: “Da, vreau, fii curățit” (Matei 8,3) și Își pune mâna asupra lui.

De îndată, o schimbare se petrece cu leprosul. Sângele lui devine sănătos, nervii i se sensibilizează, mușchii i se întăresc. Crusta albă, solzoasă, nefirească, specifică leprei, dispare; iar carnea lui devine asemenea cărnii unui copilăș.

Dacă preoții ar afla împrejurările vindecării leprosului, ura lor față de Hristos i-ar putea împinge să pronunțe o sentință necinstită. Isus dorea să i se poată asigura omului o decizie imparțială. De aceea, El îi poruncește să nu spună nimănui despre vindecare, ci să se prezinte fără întârziere la templu cu un dar, înainte să se răspândească vreun zvon în legătură cu minunea. Înainte ca preoții să poată accepta un astfel de dar, li se cerea să-l cerceteze pe cel care adusese obolul și să confirme însănătoșirea sa completă.

Cercetarea aceasta a avut loc. Preoții care îl condamnaseră pe lepros la izolare au dat mărturie cu privire la refacerea sa. Cel vindecat a fost redat familiei lui și societății. El a simțit că darul sănătății era foarte prețios. El se bucură de vigoarea bărbăției și de întoarcerea sa în sânul familiei.

Cu toată precauția luată de Isus, el nu mai putea ascunde faptul că fusese vindecat și umbla peste tot cu bucurie, vestind puterea Celui care îl însănătoșise.

Când a venit la Isus, acest om era “plin de lepră”. Otrava aceea mortală îi cuprinsese tot trupul. Ucenicii au căutat să-L împiedice pe Maestrul lor să îl atingă; căci acela care atingea un leproș devenea el însuși necurat. Însă, punându-Și mâna peste leproș, Isus nu a fost contaminat. Lepra a fost curățită. Tot așa este și cu lepra păcatului - adânc înrădăcinată, mortală, imposibil de curățit prin puterea omenească. “Tot capul este bolnav și toată inima suferea de moarte. Din tălpi până-n creștet, nimic nu-i sănătos; ci numai răni, vânătăi și carne vie” (Isaia 1,5.6). Însă Isus, care a venit să umble în firea omenească, nu este întinat de nici o necurăție. Prezența Sa este o putere vindecătoare pentru păcătos. Oricine va cădea la picioarele Sale, spunând cu credință: “Doamne, dacă vrei, poți să mă curățești”, va auzi răspunsul: “Da, vreau, fii curățit”.

În unele cazuri de vindecare, Isus nu a dat imediat binecuvântarea râvnită. Dar, în cazul leprei, nici nu a fost adusă bine cererea că a și fost ascultată. Când ne rugăm pentru binecuvântări pământești, răspunsul la rugăciunea noastră poate întârzia sau Dumnezeu ne poate da ceva diferit de ceea ce am cerut; însă lucrurile nu stau așa când cerem să fim izbăviți de păcat. Este voia Sa să ne curețe de păcat, să ne facă pe toți copii ai Săi și în stare să ducem o viață de sfințenie. Hristos “S-a dat pe Sine Însuși pentru păcatele noastre, ca să ne smulgă din această lume rea, după voia Dumnezeului și Tatălui nostru”. Și “îndrăzneala pe care o avem la El este că, dacă cerem ceva după voia Lui, ne ascultă. Și dacă știm că ne ascultă, orice I-am cere, știm că suntem stăpâni pe lucrurile pe care I le-am cerut” (Galateni 1,4; 1 Ioan 5,14.15).

Isus a privit către cei deznădăjduiți și cu inimile împovărate, către aceia ale căror speranțe se năruiseră și care căutau să-și stingă dorința fierbinte a sufletului cu bucurii pământești și i-a îndemnat pe toți să găsească odihnă în El.

## “Veți găsi odihnă”

Cu gingășie, El le-a spus oamenilor care trudeau: “Luați jugul Meu asupra voastră și învățați de la Mine, căci Eu sunt blând și smerit cu inima; și veți găsi odihnă pentru sufletele voastre” (Matei 11,29).

Prin aceste cuvinte, Isus S-a adresat fiecărei făpturi omenești. Toți oamenii sunt obosiți și împovărați, fie că o știu, fie că nu. Toți sunt aplecați sub poveri pe care numai Hristos le poate îndepărta. Cea mai grea povară pe care o ducem este aceea a păcatului. Dacă am fi lăsați să o purtăm, ne-ar strivi. Dar Acela fără păcat S-a pus în locul nostru. “Domnul a făcut să cadă asupra Lui nelegiuirea noastră a tuturor” (Isaia 53,6).

Domnul Hristos a purtat povara vinovăției noastre. El va lua greutatea de pe umerii noștri osteniți. Ne va da odihnă. El va purta și povara griji și întristării. Ne cheamă să punem asupra Lui toate grijile noastre; căci El ne poartă în inima Sa.

Fratele mai mare al neamului nostru omenesc Se află înaintea tronului veșnic și privește asupra fiecărui suflet care își întoarce fața către El, ca Mântuitor. Știe din experiență care sunt slăbiciunile firii omenești, care sunt lipsurile noastre și în ce constă tăria ispitelor cu care ne confruntăm; căci El a fost “ispitit în toate, asemenea nouă, dar fără păcat”(Evrei 4,15). El veghează asupra ta, copile tremurător al lui Dumnezeu. Ești ispitit? El va aduce izbăvire. Ești slab? El va da tărie. Ești neștiutor? El va da lumină. Ești rănit? El va aduce vindecare. Domnul “socotește numărul stelelor” și vindecă și “pe cei cu inima zdrobită și le leagă rănilor” (Psalmi 147,4.3).

Oricare ar fi neliniștile și încercările tale, deschide-ți sufletul înaintea Domnului. Duhul tău va fi îmbărbătat ca să poată suporta. Va fi deschisă pentru tine calea de a te elibera din încurcătura necazului și dificultății. Cu cât te știi mai slab și mai neajutorat, cu atât mai puternic vei deveni în tăria Sa. Cu cât sunt mai grele poverile, cu atât este mai binecuvântată odihna când le pui asupra Purtătorului de poveri.

Împrejurările îi pot despărți pe prieteni; apele mereu agitate ale mării celei întinse se pot arunca între ei. Însă nici un fel de situație și nici o distanță nu ne pot despărți de Mântuitorul. Oriunde ne-am afla, El este la dreapta noastră pentru a ne sprijini, păstra, susține și ridica moralul. Dragostea lui Hristos pentru cei răscumpărați ai Săi este mai mare decât iubirea unei mame pentru copilul ei. Este privilegiul nostru acela de a ne odihni în iubirea Sa; acela de a spune: “Voi avea încredere în El, căci El Și-a dat viața pentru mine”.

Iubirea omenească se poate schimba; însă iubirea lui Hristos nu cunoaște schimbare. Când strigăm la El după ajutor, mâna Sa este întinsă pentru a mântui.

*“Pot să se mute munții,  
Pot să se clatine dealurile,  
Dar dragostea Mea nu se va muta de la tine,  
Și legământul Meu de pace nu se va clătina, zice Domnul,  
care are milă de tine.”*

*(Isaia 54,10)*

## Vindecarea sufletului

*“Ca să știți că fiul omului are putere pe pământ să ierte păcatele.”*

Mulți dintre cei care au venit la Hristos pentru a fi ajutați își provocaseră singuri boala; totuși, El nu a refuzat să-i vindece. Iar când puterea din El a pătruns în aceste suflete, ei au fost convinși de păcatul lor și mulți au fost vindecați atât de boala spirituală, cât și de cea fizică.

Printre aceștia, era și paralizicul din Capernaum. Asemenea leproșului, acest paralizic își pierduse orice nădejde de vindecare. Boala lui era urmarea unei vieți păcătoase, iar suferințele sale erau și mai amare din pricina remușcărilor. Degeaba apelase el la farisei și la doctori după ajutor; ei l-au declarat incurabil, l-au numit păcătos și au susținut că va muri sub mânia lui Dumnezeu.

Cel paralizat se cufundase în deznădejde. Apoi a auzit despre lucrările lui Isus. Alții, la fel de păcătoși și neajutorați ca și el, fuseseră vindecați, iar el prinse curaj să creadă că și el ar putea fi tămăduit dacă ar fi dus la Mântuitorul. Speranța începu să i se năruie când își aminti cauza bolii sale, totuși nu putu să înlăture posibilitatea vindecării. Marea sa dorință era ușurarea de povara păcatului. El voia mult să-L vadă pe Isus și să primească asigurarea iertării și a împăcării cu cerul. Atunci ar fi fost mulțumit să trăiască sau să moară, după voia lui Dumnezeu.

Nu era timp de pierdut; carnea sa flască purta deja semnele morții. El îi imploră pe prietenii săi să îl ducă cu patul său la Isus, iar ei s-au învoit să facă aceasta cu bucurie. Mulțimea care se adunase în interiorul și împrejurul casei în care se afla Mântuitorul era însă atât de înghesuită, încât celui bolnav și prietenilor lui le era imposibil să ajungă la El sau măcar să se apropie într-atât, încât să-I audă glasul. Isus dădea învățătură în casa lui Petru. După cum era obiceiul lor, ucenicii Săi stăteau aproape de El și “niște Farisei și învățători ai Legii, care veniseră din toate satele Galileii și Iudeii și din Ierusalim, stăteau acolo” (Luca 5,17). Mulți dintre aceștia veniseră ca iscoade, căutând motive să-L acuze pe Isus. Dincolo de aceștia, se înghesuiau o mulțime de oameni care formau o masă haotică, cei dornici, cei cuviincioși, cei curioși și cei necredincioși. Erau reprezentate acolo diferite naționalități și toate păturile sociale. “Iar puterea Domnului era cu El, ca să vindece” (Luca 5,17). Duhul vieții plutea deasupra celor adunați acolo, dar fariseii și învățătorii nu erau conștienți de prezența Sa. Ei nu erau încercați de nici un simțământ al vreunei nevoi, iar vindecarea nu era pentru ei. “Și îndată și-a ridicat patul și a ieșit afară în fața tuturor.” “Pe cei flămânzi i-a săturat de bunătați și pe cei bogați i-a scos afară cu mâinile goale” (Luca 1,53).

Din nou și din nou, cei ce-l duceau pe paralizic încercară să-și facă drum împingând prin mulțime, dar în zadar. Bolnavul se uita împrejur, pradă unui chin de nespus. Cum să-și piardă nădejdea când ajutorul mult dorit era atât de aproape? La sugestia lui, prietenii îl purtară până sus pe casă și, desfăcând acoperișul, îl coborâră la picioarele lui Isus.

Cuvântarea a fost întreruptă. Mântuitorul privi înfățișarea îndurerată și văzu ochii rugători fixați asupra Sa. Cunoștea bine dorința fierbinte a aceluia suflet împovărat. Hristos fusese Cel care adusesese convingerea de păcat în conștiința lui, pe când era încă acasă. Când s-a căit de păcatele lui și a crezut în puterea lui Isus de a-l face bine, îndurarea Mântuitorului îi binecuvântase deja inima. Isus privise cum prima licărire de credință crește, transformându-se în convingerea că El era singurul ajutor al păcătosului, și văzuse cum se întărea cu fiecare efort de a veni în prezența Sa. Hristos îl atrăsese pe suferind la Sine. Acum, în cuvinte ce atinseră urechea ascultătorului asemenea unui cânt, Mântuitorul zise: “Îndrăznește, fiule. Păcatele îți sunt iertate” (Matei 9,2).

Povara vinei se rostogoli de pe sufletul bolnavului. El nu se poate îndoii. Cuvintele lui Hristos dau pe față puterea Sa de a citi inima. Cine poate tăgădui puterea Sa de a ierta păcatele? Speranța ia locul disperării și bucuria, locul tristeții apăsătoare. Durerea fizică a omului a dispărut și întreaga sa făptură este schimbată. Fără să mai ceară vreun alt lucru, stă întins, cufundat într-o tăcere plină de pace, prea fericit să mai scoată vreun cuvânt.

Mulți priveau cu un interes care îi lăsase fără răsuflare, pentru a prinde fiecare gest în această comunicare ciudată. Mulți simțeau că spusele lui Hristos erau un îndemn pentru ei - oare nu aveau ei sufletele bolnave din pricina păcatului? Nu erau ei înșiși dornici să fie eliberați de această povară? Însă fariseii, temându-se să nu-și piardă influența asupra mulțimii, își ziseră în inimile lor: “Hulește! Cine poate să ierte păcatele, decât numai Dumnezeu?” (Marcu 2,7).

Fixându-și privirea asupra lor, sub apăsarea căreia se ascuseră și se traseră înapoi, Isus zise: “Pentru ce aveți gânduri rele în inimile voastre? Căci ce este mai lesne? A zice: ‘Iertate îți sunt păcatele’ sau a zice: ‘Scoală-te și umblă’? Dar, ca să știți că Fiul omului are putere pe pământ să ierte păcatele, ‘Scoală-te’, a zis El slăbănogului, ‘ridică-ți patul și du-te acasă.’” (Matei 9,4-6).

Atunci, cel care fusese adus pe o targă la Isus se ridică în picioare cu elasticitatea și tăria tinereții. Și



îndată “și-a ridicat patul și a ieșit afară în fața tuturor; așa că toți au rămas uimiți și slăveau pe Dumnezeu, și ziceau: ‘Niciodată n-am văzut așa ceva!’” (Marcu 2,12).

În afară de puterea creatoare, nimic altceva nu ar fi putut restabili sănătatea aceluia trup degenerat. Același glas care, vorbind, a insuflat viață omului creat din țărâna pământului vorbise însuflând viață paralticului muribund. Și aceeași putere care a dat viață trupului reînnoise și inima. El, care la creațiune “a zis și s-a făcut”, care “a poruncit și a luat ființă” (Psalm 33,9), vorbise însuflând viață sufletului mort în păcate și nelegiuiri. Vindecarea trupului era o dovadă a puterii care reînnoise inima. Hristos i-a poruncit paralticului să se ridice și să umble, “ca să știți”, a zis El “că Fiul omului are putere pe pământ să ierte păcatele”.

Paralticul a găsit în Hristos vindecare atât pentru suflet, cât și pentru trup. El avea nevoie de sănătate sufletească înainte să se poată bucura de sănătate trupească. Înainte ca tulburarea fizică să poată fi vindecată, Hristos trebuie să despovăreze mintea și să curețe sufletul de păcat. Această lecție nu ar trebui trecută cu vederea. Astăzi există mii de oameni care suferă de boli fizice și care, asemenea paralticului, tânjesc după cuvintele: “Păcatele îți sunt iertate”. Povara păcatului, cu dorințele lui neliniștite și nemulțumite, este temelia bolilor lor. Ei nu pot găsi ușurare până nu vin la Vindecătorul sufletului. Pacea, pe care numai El poate s-o dea, ar reda vigoare minții și sănătate corpului. Un asemenea efect a avut asupra poporului vindecarea paralticului, de parcă s-ar fi deschis cerul și ar fi descoperit strălucirile unei lumi mai bune. În timp ce omul care fusese vindecat trecea prin mulțime, binecuvântând pe Dumnezeu la fiecare pas și ducându-și povara de parcă era un fulg, oamenii se trăgeau înapoi ca să-i facă loc și îl priveau având pe fețe o expresie de teamă amestecată cu respect, șoptind încet între ei: “Minunate lucruri am văzut astăzi” (Luca 5,26).

În căminul paralticului a fost mare bucurie când acesta s-a întors în familie, ducând cu ușurință patul pe care fusese luat cu grijă dinaintea lor numai cu puțin timp în urmă. Se strânseseră împreună cu lacrimi de bucurie, abia venindu-le să-și creadă ochilor. El stătea înaintea lor în toată puterea bărbăției. Brațele, pe care ei se obișnuiseră să le vadă lipsite de viață, acum erau gata să se supună voinței lui. Carnea, care fusese smochinită și care avea o culoare plumburie, era acum vie și roșie. Umbla cu pași siguri, sănătoși. Bucuria și speranța se citeau pe fiecare trăsătură a feței sale; iar în locul semnelor păcatului și suferinței, era acum o expresie de curățenie și pace. Lauda plină de recunoștință se înălța din mijlocul aceluia cămin, iar Dumnezeu era slăvit prin Fiul Său, care redase nădejdea celui deznădăjduit și tăria celui lovit. Acest bărbat și familia sa erau gata să-și dea viețile pentru Isus. Nici o îndoială nu umbrea credința lor, nici o nehotărâre nu tulbura loialitatea lor față de Acela care adusese lumina în căminul lor întunecat.

*Binecuvântează, suflete, pe Domnul și tot ce este în mine să binecuvânteze Numele Lui cel sfânt. Binecuvântează, suflete, pe Domnul și nu uita nici una din binefacerile Lui! El îți iartă toate fărădelegile tale; El îți vindecă toate bolile tale; El îți izbăvește viața din groapă; (...) și te face să întinerești iarăși ca vulturul. Domnul face dreptate și judecătoarea tuturor celor asupriți. (...) nu ne face după păcatele noastre, Nu ne pedepsește după fărădelegile noastre. (...) Cum se îndură un tată de copiii lui, așa Se îndură Domnul de cei care se tem de El. Căci El știe din ce suntem făcuți; Își aduce aminte că suntem țărână. (Psalm 103,1-14)*

## “Vrei să te faci sănătos?”

“În Ierusalim, lângă Poarta Oilor, este o scăldătoare, numită în evreiește Betesda, care are cinci pridvoare. În pridvoarele acestea zăceau o mulțime de bolnavi, orbi, șchiopi, uscați, care așteptau mișcarea apei” (Ioan 5,2.3).

La anumite intervale de timp, apele bazinului acestuia erau tulburate, iar credința populară era că acest lucru se datora unei puteri supranaturale și că oricine intra primul în scăldătoare, după tulburarea apelor, era vindecat de orice boală ar fi avut. Sute de suferinzi veneau în acel loc; însă erau așa de mulți când apa era tulburată, încât se repezeau înainte, călcând în picioare bărbați, femei și copii mai slabi decât ei. Mulți nu se puteau apropia de scăldătoare. Mulți care reușiseră să ajungă lângă ea mureau pe marginea ei. Fuseseră ridicate adăposturi în jurul acestui loc, pentru ca bolnavii să fie feriți de arșiță în timpul zilei și de răcoarea nopții. Existau unii care petreceau noaptea stând în aceste pridvoare, târându-se zi de zi până la marginea bazinului, în speranța zadarnică de a fi vindecați.

Isus Se afla în Ierusalim. Umblând singur, părând că meditează și Se roagă, El veni la scăldătoare. El îi văzu pe bieții suferinzi în așteptarea aceluia lucru pe care ei îl credeau singura lor șansă de tămăduire. El dorea fierbinte să-și exercite puterea de vindecare și să tămăduiască pe fiecare suferind. Însă era ziua Sabatului. Mulțimile mergeau la templu pentru a se închina și El știa că o astfel de lucrare de vindecare ar fi atârnat atât de mult prejudecățile evreilor, încât lucrarea Sa ar fi fost scurtată.

Dar Mântuitorul văzu un caz peste măsură de nenorocit. Era acela al unui bărbat care fusese un olog neajutorat timp de treizeci și opt de ani. Boala sa era în mare măsură rezultatul propriilor lui obiceiuri rele și era considerată ca o judecată venită de la Dumnezeu. Singur și fără prieteni, cu simțământul că era condamnat să nu aibă parte de îndurarea lui Dumnezeu, suferindul petrecuse ani lungi de mizerie. La vremea când se credea că apele se vor tulbura, cei care îi deplângeau starea de neajutorare îl purtau până în pridvor. Dar, în clipa mult râvnită, nu avea pe nimeni care să-l ajute să intre în apă. El văzuse clipocitul apei, dar nu putuse niciodată să ajungă mai departe de marginea bazinului. Alții, mai puternici decât el, aveau să plonjeze în unde înaintea sa. Bietul suferind, lipsit de ajutor, era incapabil să concureze cu succes mulțimea egoistă aflată în busculadă. Eforturile sale stăruitoare îndreptate înspre singurul său obiectiv, neliniștea și continua sa dezamăgire îi consumau cu repeziciune și ultimele rămășițe de tărie.

Bolnavul stătea întins pe așternutul său, ridicându-și uneori capul să privească înspre bazin, când un chip plin de blândețe și compasiune se aplecă spre el și atenția îi fu stârnită de cuvintele: “Vrei să te faci sănătos?”. Nădejdea i se înfiripă în inimă. Simțea că în vreun fel anume avea să primească ajutor. Dar licărirea curajului simțit se stinse curând. Își aminti de câte ori încercase să ajungă la scăldătoare și că șansele de a mai trăi până când apa avea să se tulbure din nou erau mici. Se întoarse, spunând obosit: “Doamne, n-am pe nimeni să mă bage în scăldătoare când se tulbură apa; și, până să mă duc eu, se pogoară altul înaintea mea”.

Isus îi poruncește: “Scoală-te, ridică-ți patul și umblă” (Ioan 5,6-8). Cu speranțe noi, bolnavul privește către Isus. Expresia feței Sale, tonul vocii Sale sunt ceva cu totul aparte. Dinspre El vine parcă iubire și putere. Credința ologului se prinde de cuvântul lui Hristos. Fără să pună vreo întrebare, își concentrează voința spre a I se supune și, făcând aceasta, tot corpul său îl ascultă.

Fiecare nerv, fiecare mușchi pulsează, străbătut de o viață nouă, iar membrele sale bolnave se pun în mișcare, pline de sănătate. Ridicându-se în picioare, plecă în calea sa cu pași siguri, sănătoși, laudându-L pe Dumnezeu și bucurându-se de tăria pe care abia o căpătase.

Isus nu-i dăduse paralticului nici o asigurare că va primi ajutor divin. Omul ar fi putut spune: “Doamne, dacă vrei să mă faci sănătos, mă voi supune cuvântului Tău”. S-ar fi putut poticni în îndoială și astfel și-ar fi pierdut singura lui șansă de tămăduire. Dar nu, el a crezut cuvântul lui Hristos, a crezut că fusese făcut sănătos; el a făcut imediat un efort, iar Dumnezeu i-a dat puterea; a vrut să meargă și a mers cu adevărat. Acționând după cuvântul lui Hristos, el a fost însănătoșit.

Prin păcat, am fost desprinși de viața lui Dumnezeu. Sufletele noastre sunt cuprinse de paralizie. Prin noi înșine, nu suntem în stare să ducem o viață de sfințenie, așa cum nu era în stare să umble cel paralizat. Mulți își dau seama de neputința lor; ei tânjesc după acea viață spirituală care îi va aduce în armonie cu Dumnezeu și se străduiesc s-o obțină. Dar în zadar. Ei strigă cu disperare: “O, nenorocitul de mine! Cine mă va scăpa din acest trup de moarte?” (Romani 7,24). Acești oameni descurajați, încleștați în luptă, să privească în sus. Mântuitorul Se pleacă asupra celor răscumpărați prin sângele Său, spunând cu o gingășie și o milă de nedescris: “Vrei să te faci sănătos?”. El îți spune să te ridici în sănătate și pace. Nu aștepta să simți că ești însănătoșit. Crede în cuvântul Mântuitorului. Pune-ți voința de partea lui Hristos, voința de a-I sluji - și făcând după cuvântul Său, vei primi tărie. Oricare ar putea fi răul practicat, patima dominantă care, prin îndelunga îngăduință, leagă atât trupul, cât și sufletul, poți fi izbăvit de ea prin Hristos, care dorește mult să o

facă. El va da viață sufletului care este “mort în păcate” (Efeseni 2,1). El va elibera robul care este ținut prin slăbiciune și nenorocire în lanțurile păcatului.

Sentimentul păcătuirii a otrăvit izvoarele vieții. Dar Hristos spune: “Voi ridica păcatele tale; îți voi da pace, te-am răscumpărat cu sângele Meu. Ești al Meu. Harul Meu va întări voința ta slăbită; voi îndepărta de la tine căința pentru păcat”. Când ispitele te asaltează, când grijile și nedumeririle te înconjoară, când, deprimat și descurajat, ești gata să te lași cuprins de disperare, privește la Isus și întunericul care te învăluie va fi risipit de strălucirea puternică a prezenței Sale. Când păcatul se luptă pentru a stăpâni sufletul tău și îți împovărează conștiința, privește către Mântuitorul. Harul Său este îndestulător pentru a birui păcatul. Inima ta recunoscătoare, care tremură din pricina nesiguranței, să se întoarcă spre El. Prinde-te de nădejdea pusă înaintea ta. Hristos așteaptă să te adopte în familia Sa. Tăria Sa va ajuta slăbiciunii tale; El te va conduce pas cu pas. Puneți mâna într-a Lui și lasă-L să te călăuzească.

Să nu simți niciodată că Hristos este departe. El este întotdeauna aproape. Prezența Sa iubitoare te înconjoară. Caută-L ca pe Unul care dorește să fie găsit de tine. El dorește nu numai să-I atingi veșmintele, ci să și umbli cu El într-o comuniune neîncetată.

## Vindecarea minții

Legătura care există între minte și trup este foarte strânsă. Când unul este afectat, celălalt se resimte. Starea minții afectează sănătatea într-o măsură mult mai mare decât își dau seama mulți. Multe dintre bolile de care suferă oamenii sunt rezultatul depresiei mintale. Durerea, neliniștea, nemulțumirea, remușcarea, vinovăția, neîncrederea, toate au tendința să zdrobească forțele vitale și să producă degenerare și moarte.

Boala este uneori produsul imaginației și este adesea agravată de aceasta. Mulți care ar fi putut fi sănătoși numai dacă s-ar fi gândit la aceasta sunt invalizi pe viață. Mulți își închipuie că fiecare expunere ușoară va produce boala, iar efectul cel rău are loc pentru că este așteptat. Mulți mor de o boală a cărei cauză este cu desăvârșire imaginară.

Curajul, speranța, credința, simpatia, iubirea dau sănătate și prelungesc viața. O minte împăcată, un spirit voios înseamnă sănătate pentru corp și tărie pentru suflet. “O inimă veselă este un bun leac” (Proverbe 17,22).

## Principii biblice de vindecare

Pacea statornică, adevărata odihnă a spiritului, nu are decât un singur Izvor. Despre acest lucru vorbea Hristos când a spus: “Veniți la Mine toți cei trudiți și împovărați și Eu vă voi da odihnă” (Matei 11,28). “Vă las pacea, vă dau pacea Mea. Nu v-o dau cum o dă lumea” (Ioan 14,27). Această pace nu este ceva pe care El îl dă separat de Sine Însuși. Ea se află în Hristos, iar noi o putem primi numai primindu-L pe El.

Hristos este izvorul vieții. Lucrul de care au nevoie mulți este să aibă o mai bună cunoaștere a Sa; ei au nevoie să fie învățați cu răbdare și blândețe, și totuși cu hotărâre, cum întreaga făptură poate să se deschidă înaintea mijloacelor de vindecare ale cerului. Când lumina iubirii lui Dumnezeu umple cămărilor întunecoase ale sufletului, oboseala plină de nervozitate și nemulțumirea vor înceta și bucurii ale satisfacției vor aduce vigoare minții și sănătate și energie corpului.

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

Ne aflăm într-o lume a suferinței. Dificultățile, încercările și întristarea ne așteaptă pretutindeni, de-a lungul drumului către căminul ceresc. Dar există mulți care fac poverile vieții de două ori mai grele, anticipând mereu necazurile. Dacă se confruntă cu nenorociri sau dezamăgiri, ei cred că totul merge către dezastru, că soarta lor este cea mai nenorocită, că vor ajunge sigur la ruină. Astfel, ei își atrag nefericirea asupra lor și aruncă o umbră pretutindeni în jur. Viața însăși devine o povară pentru ei. Dar nu trebuie să fie așa. Se cere prețul unui efort hotărât pentru a schimba făgașul gândirii lor. Însă schimbarea poate fi făcută. Fericirea lor, atât cea din viața aceasta, cât și cea din viața viitoare, depinde de concentrarea minții lor asupra lucrurilor optimiste. Să-și întoarcă privirile de la imaginea întunecată - care este imaginară - către binefacerile pe care Dumnezeu le-a presărat pe cărarea lor și, dincolo de acestea, către cele nevăzute și veșnice.

Pentru fiecare încercare, Dumnezeu a pregătit ajutor. Când, în deșert, Israel a ajuns la apele amare ale Mării, Moise a strigat către Domnul. El nu le-a oferit vreun remediu nou, ci le-a atras atenția asupra a ceea ce era la îndemână. Un copăcel pe care El îl crease trebuia să fie aruncat în izvor pentru a face apa dulce și curată. Când s-a făcut aceasta, poporul a băut din apă și s-a înviorat. În fiecare încercare, dacă-L căutăm, Hristos ne va da ajutor. Ochii noștri se vor deschide pentru a înțelege făgăduințele de vindecare amintite în Cuvântul Său. Duhul Sfânt ne va învăța cum să ne însușim fiecare binecuvântare care va fi un antidot pentru durere. Pentru fiecare înghițitură amară care ne este dusă la buze, vom găsi o ramură vindecătoare.

Nu trebuie să admitem ca viitorul, cu problemele sale grele, cu perspectivele lui nesatisfăcătoare, să ajungă să ne înmoaie inimile, să ne facă genunchii să tremure și mâinile să atârne neputincioase. “Să se prindă de tăria Mea”, spune Cel Atotputernic, “ca să poată face pace cu Mine; și va face pace cu Mine” (Isaia 27,5). Aceia care își predau viețile sub călăuzirea Sa și în serviciul Său nu vor fi aduși niciodată într-o situație pentru care El să nu fi prevăzut ieșire. Oricare ar fi situația în care ne aflăm, dacă suntem împlinitori ai Cuvântului Său, avem o Călăuză care să ne îndrume pe cale; oricare ar fi nedumerirea noastră, avem un Sfetnic priceput; oricare ar fi întristarea noastră, pierderea suferită sau singurătatea de care suferim, avem un prieten plin de compasiune.

Dacă, în ignoranța noastră, facem pași greșiți, Mântuitorul nu ne abandonează. Nu trebuie să avem niciodată simțământul că suntem singuri. Îngerii sunt tovarășii noștri. Mângâietorul pe care Hristos a făgăduit că-L va trimite în Numele Său rămâne cu noi. Pe calea care duce la cetatea lui Dumnezeu, nu există nici o dificultate pe care cei care se încred în El să n-o poată birui. Nu există primejdii din care să nu poată

scăpa. Nu există nici un fel de întristare, de suferință și slăbiciune omenească pentru care El să nu fi prevăzut un remediu.

Nimeni nu trebuie să se lase pradă descurajării și disperării. Satana poate veni la tine cu această sugestie crudă: "Cazul tău este lipsit de speranță. Nu poți fi răscumpărat". Însă există nădejde pentru tine în Hristos. Dumnezeu nu ne poruncește să biruim în propria noastră tărie. El ne cere să venim aproape, lângă El. Oricare ar fi dificultățile cu care ne confruntăm - care înconvoaie și sufletul și trupul -, El așteaptă să ne elibereze.

El, care a luat firea umană asupra Sa, știe ce înseamnă compasiunea față de suferințele omenirii. Nu numai că Hristos cunoaște fiecare suflet, nevoile personale și încercările aceluia suflet, dar știe și toate împrejurările care frământă și nedumeresc spiritul. Mâna Sa este întinsă cu o gingășie plină de milă către fiecare copil suferind al Său. Cei care suferă cel mai mult primesc cea mai adâncă compasiune și milă din partea Sa. El este mișcat de înțelegerea neputințelor noastre și dorește ca noi să lăsăm nedumeririle și necazurile noastre la picioarele Sale și să le părăsim acolo.

Nu este înțelept să privim la noi înșine și să ne cercetăm emoțiile. Dacă facem aceasta, vrăjmașul ne va pune înaintea dificultăților și ispitele care slăbesc credința și nimicesc curajul. A ne cerceta îndeaproape emoțiile și a da frâu liber sentimentelor înseamnă a hrăni îndoiala și a ne încurca în urzeala nedumeririlor. Trebuie să ne îndepărtăm privirile de la noi înșine către Isus.

*Pacea lui Hristos, la care ați fost chemați, ca să alcătuiți un singur trup, să stăpânească în inimile voastre, și să fiți recunoscători. Cuvântul lui Hristos să locuiască din belșug în voi în toată înțelepciunea... Și orice faceți, cu cuvântul sau cu fapta, să faceți totul în Numele Domnului Isus, și mulțumiți, prin El, lui Dumnezeu Tatăl. (Coloseni 3, 15-17)*

Când ispitele te asaltează, când grijile, nedumeririle și întunericul par să-ți învăluie sufletul, privește către locul din care ai văzut ultima dată venind lumina. Odihnește-te în iubirea lui Hristos și sub grija Sa protectoare. Când păcatul se luptă în inimă pentru supremație, când vina apasă sufletul și împovărează conștiința, când necredința întunecă mintea, amintește-ți că harul lui Hristos este de-ajuns pentru a birui păcatul și a risipi întunericul. Intrând în comuniune cu Mântuitorul, intrăm pe teritoriul păcii.

## Făgăduințele de vindecare

*Domnul scapă sufletul robilor Săi și nici unul din cei ce se încred în El nu este osândit. (Psalm 34,22).*

*Cine se teme de Domnul are un sprijin tare în El, și copiii lui au un loc de adăpost la El. (Proverbe 14,26)*

*Sionul zicea: "M-a părăsit Domnul, și m-a uitat Domnul!" Poate o femeie să uite copilul pe care-l alăptează, și să n-aibă milă de rodul pântecelei ei? Dar chiar dacă l-ar uita, totuși Eu nu te voi uita cu nici un chip: Iată că te-am săpat pe mâinile Mele, și zidurile tale sunt totdeauna înaintea ochilor Mei. (Isaia 49,14-16)*

*Nu te teme, căci Eu sunt cu tine; nu te uita cu îngrijorare, căci Eu sunt Dumnezeuul tău; Eu te întăresc, tot Eu îți vin în ajutor. Eu te sprijinesc cu dreapta Mea biruitoare. (Isaia 41,10)*

*Ascultați-Mă, casa lui Iacov, și toată rămășița casei lui Israel, voi, pe care v-am luat în spinare de la obârșia voastră, pe care v-am purtat pe umăr de la nașterea voastră: până la bătrânețea voastră Eu voi fi Același, până la căruntețele voastre vă voi sprijini. V-am purtat, și tot vreau să vă mai port, să vă sprijinesc și să vă mântuiesc. (Isaia 46,3.4)*

Nimic nu exercită o influență mai mare pentru favorizarea sănătății sufletului și trupului ca spiritul de recunoștință și laudă. Este o datorie categorică aceea de a ne împotrivi melancoliei, gândurilor și sentimentelor de nemulțumire - o datorie tot atât de mare ca aceea de a ne ruga. Dacă ne îndreptăm către cer, cum putem merge ca un grup de oameni care se jelesc, gemând și plângându-se tot drumul până la casa Tatălui nostru?

Aceia care spun că sunt creștini, dar se plâng neîncetat și se gândesc la voieșie și fericire ca la ceva păcătos, nu au o religie adevărată. Aceia care găsesc o plăcere sumbră în tot ceea ce este melancolic în lumea naturală, care aleg să privească asupra frunzelor moarte mai degrabă decât să culeagă minunatele flori vii; care nu văd nici o frumusețe în piscurile munților semeți și în văile înveșmântate în verde crud; care își adorm simțurile ca să nu audă vocea veselă care le vorbește în natură, atât de dulce și melodioasă pentru cel care are urechi pentru ea - aceia nu trăiesc în Hristos. Ei își strâng tristețe și întunecime, când ar putea avea strălucire, pe Însuși Soarele neprihănirii, care să răsară în inimile lor, aducând vindecare în razele Sale.

Adeseori, mintea ta poate fi întunecată din pricina durerii. Nu încerca atunci să raționezi. Știi doar că Isus te iubește! El îți înțelege slăbiciunea. Poți împlini voia Sa odihnindu-te pur și simplu în brațele Sale.

Este o lege a naturii aceea ca gândurile și sentimentele noastre să fie încurajate și întărite pe măsură ce vorbim despre ele.

Deși cuvintele exprimă gânduri, este de asemenea adevărat că și cuvintele sunt urmate de gânduri. Dacă am vrea să dăm mai multă expresivitate credinței noastre, să ne bucurăm mai mult de binecuvântările pe care știm că le avem - marea îndurare și iubire a lui Dumnezeu - ar trebui să avem mai multă credință și o bucurie mai mare. Nici o limbă nu poate exprima și nici o minte omenească, finită, nu poate concepe binecuvântarea care se naște din aprecierea bunătății și iubirii lui Dumnezeu. Chiar pe acest pământ putem avea o bucurie asemenea unui izvor nesecat - căci este alimentat de șuvoaiele care ies de la tronul lui Dumnezeu.

Așa stând lucrurile, să ne educăm inimile și buzele să aducă laudă lui Dumnezeu pentru iubirea Sa fără seamăn. Să ne educăm sufletele să fie pline de speranță și să trăiască în lumina care vine de la crucea de pe Calvar. N-ar trebui să uităm niciodată că suntem copii ai Împăratului ceresc, fii și fiice ale Domnului oștirilor. Este privilegiul nostru să ne odihnim liniștiți în Dumnezeu.

"Pacea lui Hristos (...) să stăpânească în inimile voastre, și fiți recunoscători" (Coloseni 3,15). Uitând de necazurile și dificultățile noastre, să dăm laudă lui Dumnezeu pentru ocazia de a trăi pentru slava Numelui Său. Binecuvântările proaspete ale fiecărei noi zile să trezească laudă în inimile noastre pentru aceste dovezi ale grijii Sale iubitoare. Când deschizi ochii dimineța, mulțumește-I lui Dumnezeu că te-a păzit în timpul nopții. Mulțumește-I pentru pacea pe care ți-a pus-o în inimă. Dimineța, ziua la amiază și noaptea, recunoștința ta să se înalțe către cer ca un parfum plăcut.

Când cineva te întreabă ce mai faci, nu încerca să te gândești la ceva trist pe care să i-l spui, pentru a-i câștiga compasiunea. Nu vorbi despre lipsa ta de credință, despre întristările și suferințele tale. Ispititorul este nespus de bucuros să audă astfel de cuvinte. Când vorbești despre subiecte sumbre, îi dai lui slavă. Nu trebuie să ne preocupe puterea cea mare a lui Satana de a ne birui. Adesea ne predăm în mâinile lui, vorbind despre puterea sa. Să vorbim mai bine despre marea putere a lui Dumnezeu de a uni toate interesele noastre

cu ale Sale. Vorbește despre puterea inegalabilă a lui Hristos, vorbește despre slava Sa. Tot cerul este interesat de mântuirea noastră. Îngerii lui Dumnezeu, mii și mii și de zeci de mii de ori zeci de mii, sunt însărcinați să le slujească celor care vor fi moștenitori ai mântuirii. Ei ne păzesc de rău și resping puterile întunericului, care urmăresc nimicirea noastră. Nu avem oare motive să fim mulțumitori în fiecare moment, chiar și atunci când există aparente încurcături pe cărare noastră?

## Înălțați cântări de laudă

Exprimați-vă lauda și recunoștința prin cântări. Când suntem ispitiți, în loc să dăm glas simțămintelor noastre, să înălțăm prin credință o cântare de recunoștință către Dumnezeu.

Te laudăm, Dumnezeule, pentru Fiul dragostei Tale,  
Pentru Isus care a murit, iar acum S-a înălțat.  
Te laudăm, Dumnezeule, pentru Duhul luminării Tale  
Care ne-a descoperit pe Mântuitorul și ne-a risipit întunericul.  
Toată slava și lauda pentru Dumnezeul întregului har  
Care ne-a răscumpărat, căutat și călăuzit căile.  
Ridică-ne iarăși și umple fiecare inimă cu dragostea Ta  
Și fiecare suflet să fie din nou aprins cu foc de sus.  
Aleluia! A Ta să fie slava, aleluia! Amin.  
Aleluia! A Ta să fie slava. Ridică-ne iarăși!

Cântecul este o armă care poate fi întotdeauna folosită împotriva descurajării. Când ne deschidem astfel inima înaintea razelor de lumină ale prezenței Mântuitorului, vom avea sănătate și binecuvântarea Sa.

*Lăudați pe Domnul, căci este bun, căci în veac ține îndurarea Lui! Așa să zică cei răscumpărați de Domnul, pe care i-a izbăvit El din mâna vrăjmașului. (Psalm 107,1.2)*

*Cântați, cântați în cinstea Lui! Vorbiți despre toate minunile Lui! Făliți-vă cu Numele Lui cel sfânt! Să se bucure inima celor ce caută pe Domnul! (Psalm 105, 2.3)*

*Căci El a potolit setea sufletului însetat, și a umplut de bunătați sufletul flămând. Cei ce ședeau în întuneric și în umbra morții, trăiau legați în ticăloșie și în fiare; (...) Atunci, în strâmtorarea lor, au strigat către Domnul, și El i-a izbăvit din necazurile lor. I-a scos din întuneric și din umbra morții și le-a rupt legăturile. O, de-ar lauda oamenii pe Domnul pentru bunătatea Lui, și pentru minunile Lui față de fiii oamenilor! (Psalm 107,9-15)*

*Pentru ce te mâhnești, suflete, și gemi înăuntrul meu? Nădăjduiește în Dumnezeu, căci iarăși Îl voi lauda: El este mântuirea mea și Dumnezeul meu. (Psalm 42,11)*  
*Mulțumiți pentru toate lucrurile; căci aceasta este voia lui Dumnezeu, în Hristos Isus, cu privire la voi. (1 Tesaloniceni 5,18)*

Această poruncă este o asigurare că și lucrurile care par să ne stea împotriva vor lucra spre binele nostru. Dumnezeu nu ne-ar îndemna să fim mulțumitori pentru ceea ce ne-ar face rău.

*Domnul este lumina și mântuirea mea; de cine să mă tem? Domnul este sprijinitorul vieții mele: de cine să-mi fie frică? (Psalm 27,1)*  
*Căci El mă va ocroti în coliba Lui, în ziua necazului, mă va ascunde sub acoperișul cortului Lui (...) Voi aduce jertfe în cortul Lui în sunetul trâmbiței, voi cânta și voi lauda pe Domnul. (Psalm 27,5.6)*

*Îmi pusesem nădejdea în Domnul, și El S-a plecat spre mine, mi-a ascultat strigătele. M-a scos din groapa pieirii, din fundul mocirlei; mi-a pus picioarele pe stâncă, și mi-a întărit pașii. Mi-a pus în gură o cântare nouă, o laudă pentru Dumnezeul nostru. Mulți au văzut lucrul acesta, s-au temut, și s-au încrezut în Domnul. (Psalm 40,1-3)*

*Domnul este tăria poporului Său, El este Stânca izbăvitoare a unsului Său. (Psalm 28,7)*

Una dintre piedicile cele mai sigure în calea refacerii celor bolnavi este fixarea atenției asupra lor înșile. Mulți bolnavi simt că toți ar trebui să le ofere compasiunea și sprijinul lor, când de fapt lucrul de care au nevoie este acela de a-și devia atenția de la ei înșiși, pentru a se gândi și îngriji de alții.

Adesea este solicitată rugăciunea pentru cei năpăstuiți, întristați sau descurajați, și acesta este un lucru bun. Ar trebui să ne rugăm ca Dumnezeu să aducă lumină în mintea întunecată și să mângâie inima întristată. Însă Dumnezeu răspunde la rugăciunea aceluia care vin în întâmpinarea binecuvântărilor Sale. Când înălțăm rugăciuni pentru acești oameni cuprinși de întristare, ar trebui să-i încurajăm să încerce să-i ajute pe cei mai nevoiași decât ei. Întunericul va fi alungat din propriile lor inimi când vor încerca să-i ajute pe alții. Când căutăm să-i mângâiem pe alții cu mângâierile de care ne bucurăm noi înșine, binecuvântarea se întoarce la



noi.

Capitolul 58 din Isaia este o rețetă pentru maladiile corpului și sufletului. Dacă dorim sănătate și adevărata bucurie a vieții, trebuie să punem în practică regulile date în acest text. Despre slujirea pe care o acceptă El și despre binecuvântările acesteia, Domnul spune:

*Iată postul plăcut Mie : împarte-ți pâinea cu cel flămând, și adu în casa ta pe nenorociții fără adăpost; dacă vezi pe un om gol, acoperă-l și nu întoarce spatele semenului tău. Atunci lumina ta va răsări ca zorile, și vindecarea ta va încolți repede; neprihănirea ta îți va merge înaintea și slava Domnului te va însoți. Atunci tu vei chema, și Domnul va răspunde, vei striga, și El va zice: "Iată-Mă!" Dacă vei îndepărta jugul din mijlocul tău, amenințările cu degetul și vorbele de ocară, dacă vei da mâncarea ta celui flămând, dacă vei sătura sufletul lipsit, atunci lumina ta va răsări peste întunecime, și întunericul tău va fi ca ziua în amiaza mare! Domnul te va călăuzi neîncetat, îți va sătura sufletul chiar în locuri fără apă, și va da din nou putere mădularelor tale; vei fi ca o grădină bine udată, ca un izvor ale cărui ape nu seacă." (Isaia 58,7-11)*

Faptele bune constituie de două ori o binecuvântare - atât pentru binefăcător, cât și pentru cel ce se bucură de actul de binefacere. Conștiința facerii de bine este unul dintre cele mai bune medicamente pentru corpurile și mințile afectate de boală. Când mintea este liberă și fericită în urma sentimentului datoriei bine împlinite și satisfacției de a fi dăruit și altora fericire, influența înviorătoare, moralizatoare, aduce o viață nouă întregii făpturi.

Cei afectați să caute să arate compasiune mai degrabă decât să o pretindă neîncetat. Puneți povara propriei voastre slăbiciuni și întristări asupra Mântuitorului celui milostiv. Deschideți-vă inima înaintea iubirii Sale și lăsați-o apoi să se reverse și asupra altora. Amintiți-vă că toți au încercări greu de purtat și ispite greu de biruit și că puteți face ceva pentru a ușura aceste poveri. Exprimați-vă recunoștința pentru binecuvântările pe care le aveți; arătați-vă aprecierea pentru atențiile pe care le primiți. Păstrați-vă inima plină de făgăduințele prețioase ale lui Dumnezeu, pentru a putea scoate din această comoară cuvinte care vor fi mângâiere și tărie pentru alții. Aceasta vă va învălui într-o atmosferă utilă și înălțătoare. Țelul vostru să fie acela de a-i binecuvânta pe cei din jurul vostru și veți găsi căi pentru a fi de folos atât membrilor propriei voastre familii, cât și altora.

Dacă cei ce suferă de pe urma unei sănătăți șubrede ar vrea să uite de ei înșiși, îndreptându-și atenția către alții; dacă ar împlini porunca Domnului, de a sluji celor mai nevoiași ca ei, și-ar da seama de adevărul făgăduinței profetice: "Atunci lumina ta va răsări ca zorile, și vindecarea ta va încolți repede" (Isaia 58,8).

## Izvorul vindecării

În minunile Sale, Mântuitorul a dezvăluit puterea care este neîncetat la lucru în favoarea omului, pentru a-l susține și vindeca. Prin mijloacele naturale, Dumnezeu lucrează zi de zi, oră de oră, clipă de clipă, pentru a ne ține în viață, pentru a ne zidi și reface. Când oricare din părțile corpului suferă un accident, începe de îndată un proces de tămăduire; agenții naturali sunt puși la lucru pentru a restabili sănătatea. Însă puterea care lucrează prin acești agenți este puterea lui Dumnezeu. Toată puterea dătătoare de viață este de la El. Când cineva își revine după o boală, Dumnezeu este Acela care îl reface.

Boala, suferința și moartea sunt lucrarea unei puteri opuse. Satana este nimicitorul. Dumnezeu este reparatorul.

Cuvintele rostite către Israel sunt valabile astăzi pentru cei care își recapătă sănătatea corporală sau sufletească. “Eu sunt Domnul care te vindec” (Exod 15,26).

Dorința pe care o are Dumnezeu pentru fiecare ființă omenească este exprimată prin cuvintele: “Preaiubitule, doresc ca în toate să-ți meargă bine și să fii sănătos, tot așa cum îi merge bine și sufletului tău” (3 Ioan 2).

El este Acela care “îți iartă toate fărădelegile tale, El îți vindecă toate bolile tale; El îți izbăvește viața din groapă, El te încununează cu bunătate și îndurare” (Psalm 103,3.4).

Când Hristos a vindecat, El i-a avertizat pe mulți dintre cei afectați: “Să nu mai păcătuiești, ca să nu ți se întâmple ceva mai rău” ( Ioan 5,14). Astfel, El i-a învățat că aduseseră boala peste ei, călcând legile lui Dumnezeu, și că sănătatea nu putea fi păstrată decât prin ascultare. (...)

Trebuie să fie făcut clar faptul că umblarea după poruncile lui Dumnezeu este o viațuire corectă. Dumnezeu a stabilit legile naturii, însă legile Sale nu sunt niște impuneri arbitrare. Fiecare “Să nu...”, atât în legea sănătății trupesti, cât și în cea morală, implică o făgăduință. Dacă ne supunem Lui, în drumul nostru vom găsi binecuvântare. Dumnezeu nu ne forțează niciodată să facem ceea ce este bine, dar El caută să ne salveze de la rău și să ne conducă la bine.

Să se îndrepte atenția oamenilor către legile care au slujit de învățătură Israelului. Dumnezeu le-a dat instrucțiuni concise în ce privește obiceiurile lor de viațuire. El le-a făcut cunoscute legile legate atât de bunăstarea spirituală, cât și de cea fizică; și, punând condiția ascultării, El i-a asigurat: “Domnul va depărta de la tine orice boală” (Deut. 7,15). “Puneți-vă inima la toate cuvintele prin care dau mărturie astăzi.” “Căci ele sunt viață pentru cei ce le găsesc și sănătate pentru tot trupul lor.” (Deut. 32,46; Prov. 4,22).

Dumnezeu dorește ca noi să atingem standardul perfecțiunii, care a devenit posibil pentru noi prin darul lui Hristos. El ne cheamă să facem alegerea de a ne așeza de partea cea corectă, de a ne uni cu uneltele cerești, de a adopta principiile care vor reface în noi chipul divin.

În Cuvântul Său scris și în marea carte a naturii, El a descoperit principiile vieții. Este lucrarea noastră aceea de a obține o cunoaștere a acestor principii și, prin ascultare, să cooperăm cu El pentru refacerea sănătății, atât a corpului, cât și a sufletului.

Oamenii au nevoie să afle că binecuvântările care vin din ascultare, în plinătatea lor, pot fi ale lor numai când primesc harul lui Hristos. Harul Său este ceea ce îi dă omului puterea de a asculta de legile lui Dumnezeu. Acesta îl face capabil să rupă legăturile obiceiului rău. Aceasta este singura putere care îl poate face să umble și să rămână statornic pe calea cea dreaptă.

Când este primită în curățenia și puterea sa, Evanghelia este un remediu pentru maladiile care își au rădăcina în păcat. Soarele neprihănirii răsare “cu vindecare sub aripile Lui” (Maleahi 4,2). Nimic din tot ceea ce oferă această lume nu poate vindeca o inimă zdrobită, nu poate aduce liniște sufletească, alunga grijile sau boala. Faima, geniul, talentul - nici unul dintre acestea nu poate aduce bucurie unei inimi întristate sau de a da înapoi viața irosită. Viața lui Dumnezeu în sufletul omului este singura nădejde a acestuia.

Iubirea pe care Hristos o răspândește prin toată ființa este o putere dătătoare de viață. Fiecare parte vitală - creierul, inima, nervii - este atinsă de aceasta, aducându-i vindecare. Prin ea, cele mai înalte energii ale fapturii sunt puse în mișcare. Ea dezleagă sufletul de vină și tristețe, de neliniște și griji care strivesc forțele vitale. O dată cu ea, vin seninătatea și stăpânirea de sine. Ea sădește în suflet o bucurie pe care nici un lucru pământesc nu o poate distruge - bucurie în Duhul Sfânt - , o bucurie dătătoare de sănătate, dătătoare de viață.

Cuvintele Mântuitorului: “Veniți la Mine (...) și Eu vă voi da odihnă” (Matei 11,28) sunt o rețetă pentru vindecarea suferințelor fizice, mintale și spirituale. Deși oamenii și-au provocat suferința prin propria lor purtare greșită, El îi privește cu milă. În El, ei pot găsi ajutor. Domnul Hristos va face lucruri mari pentru cei care se încred în El.

# Rugăciunea

Dr. Neill Nedley

Chiar și scepticii sinceri recunosc că rugăciunea are beneficii unice care nu pot fi oferite de meditația orientală. Un caz de acest gen este prezentat de Dr. Larry Dossey, un medic din Texas. Dr. Dossey a fost educat în tradiția protestantă evanghelică; cu toate acestea, a devenit un agnostic în timp ce era la colegiu. Câțiva ani mai târziu, el a ajuns interesat de filozofii orientale ca Budism și Taoism și a început să practice meditația. Totuși, perspectivele lui spirituale au fost zguduite când a aflat că existau o serie de studii științifice care arătau că rugăciunea schimba sănătatea pacienților pentru care se ruga cineva. După cum a descris reacția lui inițială față de datele convingătoare, Dossey nu dorea să aibă de a face cu “vorbirea cu Dumnezeu”. Totuși, în cele din urmă, el a ajuns la o concluzie: “Am hotărât că a nu folosi rugăciunea pentru pacienți era același lucru cu a reține un medicament sau o procedură chirurgicală puternică”. Dossey, convins de puterea rugăciunii, nu a mai fost mulțumit doar cu meditația; el și-a făcut un obicei zilnic din a comunica cu Izvorul Absolut al puterii.

Ceea ce am spus despre experiența lui Dossey nu are legătură cu efectul rugăciunii asupra lobului frontal. Totuși, aceasta demonstrează că din perspectiva oamenilor de știință care își pun probleme, rugăciunea are beneficii care se întind dincolo de simpla meditație. Totuși, Dossey stabilește legături profunde între rugăciune și lobul frontal în cartea sa Cuvinte care vindecă: Puterea rugăciunii și practica medicinei (*Healing Words: The Power of Prayer and the Practice of Medicine*). Cartea este probabil mai cu multă rezonanță pentru că Dossey nu este un zelot religios care încearcă să promoveze o anumită credință. El apare ca un om de știință onest care a fost obligat să recunoască puterea rugăciunii în ciuda prejudecăților sale. Deși felul cum înțeleg eu rugăciunea diferă de cel al lui Dossey, cred că el a pus la un loc câteva idei valoroase care sunt relevante pentru acest capitol.

Una dintre cele mai interesante conexiuni ale lobului frontal apare atunci când Dossey leagă rugăciunea cu una din cele mai enigmatice întâmplări pentru medicii seculari, regresul spontan al cancerului (RSC). În cazul unui regres spontan al cancerului, o persoană care prezintă un cancer fatal supraviețuiește fără să urmeze nici un tratament. De fapt ea se poate vindeca pe deplin de cancer sau mai poate exista o dovadă a existenței cancerului fără a afecta mortal persoana. Dossey citează cercetarea lui Yujiro Ikemi din Japonia, făcută asupra regresului cancerului. Apoi el face următoarea observație: “Adesea, o atitudine de devoțiune și acceptare asemenea rugăciunii – nu rugăciune agresivă pentru anumite rezultate, incluzând vindecare de cancer – precede vindecarea. În mod interesant, poate exista o conexiune mai puternică între lobul frontal și o putere mai înaltă prin rugăciune – și o acceptare a bolii sau a necazului care ajută la pavarea căii către sănătate”. Mai târziu, în cartea sa, când Dossey discută din nou despre cercetarea lui Ikemi, el scoate în evidență că “toți pacienții [care au experimentat regresul spontan al cancerului] s-au predat cu totul voinței lui Dumnezeu după ce au aflat că au cancer”.

De fapt există dovezi că exercițiul de meditație sau relaxare poate scurtcircuita acest proces sau poate fi dăunător. Un studiu al hormonilor de stres realizat înainte, imediat și la două zile după operații, pare să susțină aceste argumente. Dossey arată că cercetătorii britanici au găsit că hormonii de stres care slăbesc imunitatea au crescut semnificativ doar la cei care au practicat exerciții de relaxare. Acei care și-au exprimat temerile și frica – fără a folosi tehnici de relaxare – nu au prezentat o creștere a numărului de hormoni de stres. Rugăciunea nu presupune negarea sau lupta cu simptomele, ci aducerea persoanei care se roagă în legătură cu Dumnezeu.

Adesea, rugăciunea poate fi în primul rând receptivă: prin consemnarea la voia lui Dumnezeu. Alteori, rugăciunea poate fi foarte activă. Acestea ar putea include: lupta cu Dumnezeu pentru primirea de răspunsuri la întrebări dificile sau căutarea de a cunoaște voința Sa când suntem dezorientați. În acest ultim context, rugăciunea poate fi privită ca una din activitățile fundamentale ale lobului frontal. Se poate susține că fără un lob frontal care este sănătos și intact, nu putem rosti rugăciuni atât de active și concentrate. Prin definiție, rugăciunea de mijlocire este o rugăciune concentrată. În astfel de situații, ne rugăm pentru anumite persoane, cerând adesea un anumit rezultat.

S-a demonstrat că o astfel de rugăciune are rezultate care pot fi măsurate științific. Unul dintre cel mai mult citate studii este acela făcut de cardiologul Randolph Byrd. Dr. Byrd a numit la întâmplare jumătate din 400 de pacienți bolnavi de inimă, internați la reanimare, pentru care să se facă mai multe rugăciuni. Ei nu știau de aceste rugăciuni. Acei pentru care s-au făcut mai multe rugăciuni au avut mult mai puține probleme cu plămâni, au necesitat mai puține antibiotice și numărul decedaților a fost mai scăzut (deși acest ultim rezultat “nu era important din punct de vedere statistic” – aceasta însemnând că au murit prea puțini oameni pentru a putea determina dacă rugăciunea a hotărât sau nu diferența în rata mortalității). Într-adevăr un lob frontal sănătos ne poate ajuta să ne folosim pe deplin de rugăciune.