

Iulia Blaga

Regândește!

Gândirea dirijează trăirea

EDITURA LIRA
Timișoara - 2023

REGÂNDEȘTE!

ISBN 978-606-9085-95-0

COPYRIGHT © 2023 – Iulia Blaga.

Toate drepturile rezervate. Nicio parte din această carte nu poate fi reprodusă sau difuzată electronic, mecanic, prin înregistrare audio, exceptând cazul unor scurte recenzii sau citate, fără permisiunea în scris a autorului.

Dacă nu există alte precizări, citatele biblice sunt luate din Sfânta Scriptură, traducerea Dumitru Cornilescu.

Kingdom Design

MOBIL: 0723762411
E-MAIL: kingdomdesignm@gmail.com
WEBSITE: www.kingdom-design.org
FB.COM: www.facebook.com/kingdomdesignm

Editura LIRA

E-MAIL: contact@lira.ro
WEBSITE: www.lira.ro
FB.COM: fb.com/edituralira

AI SCRIS O CARTE? NOI TE AJUTĂM SĂ O PUBLICI.
CONTACTEAZĂ-NE PENTRU DETALII.

GRAFICĂ ȘI TEHNOREDACTARE: Valentin Dedu

CORECTURĂ: Sorina Țuru, Corina Dedu

ADRESA DE E-MAIL PENTRU A CONTACTA AUTORUL:
julia.blaga90@gmail.com

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

BLAGA, IULIA

Regândește! : gândirea dirijează trăirea / Iulia Blaga. - Timișoara :
Lira, 2023

ISBN 978-606-9085-95-0

159.9

Cuprins

Mulțumiri	7
Prefață.....	9
Prolog	13
1. Gândurile și deșertăciunea lor	17
2. Cunoaște cu mintea, dar și cu inima.....	57
3. Când emoțiile preiau controlul vieții	89
4. Departe de mine gândul acesta.....	109
5. Gândul lui Hristos	151
6. Gânduri de pace și nu de nenorocire	179
7. Regândește!	205

Mulțumiri

DOAMNE, nu aş putea scrie niciun cuvânt fără puterea, călăuzirea și harul Tău bogat. Îți mulțumesc că mă inspiri și mă prelucrezi în fiecare zi pentru a mă asemăna pe deplin cu Tine. Tu dăltuiești în mine chipul Tău, tai cu măiestrie crengile uscate și cureți ființa mea întregă pentru a aduce mai mult rod pentru slava Ta.

OVIDIU, soțul meu, pe drept ești iubit. Tu ești sursa mea de inspirație când vine vorba de slujire și dăruire. Alături de tine, Dumnezeu a restaurat gândirea mea și trăirea mea. Îți mulțumesc că nu obosești să mă înveți, să mă mustrî în dragoste și să mă sfătuiești în toate aspectele vieții.

DANIELA LUCA, oare ce cuvinte aş putea folosi pentru a-mi arăta recunoștința și dragostea față de prietenia ta sinceră și dezinteresată? Prețuiesc sfaturile tale bogate și încurajările născute din preaplinul inimii tale. Îți mulțumesc în mod special pentru timpul pe care l-ai pus la dispoziție pentru a citi și a reciti pasaje din această carte. Am răs, am plâns și ne-am

rugat împreună pentru slovele așezate cu grijă în aceste pagini. Ne rugăm ca Dumnezeu să folosească aceste cuvinte spre transformare și regenerare.

DORINA ZIMBRU, în urmă cu doi ani m-ai provocat să scriu un articol pentru revista Persida, intitulat *Gânduri sfinte, cuvinte sfinte*, iar în timp ce pregăteam articolul respectiv s-a născut în inima mea dorința de a scrie această carte. Îți mulțumesc pentru frumoasa prietenie care s-a născut între noi și pentru colaborările roditoare.

CITITORILOR MEI. Eu nu scriu pentru un anumit grup de oameni cărora vreau să le transmit ceva. Ce îmi doresc este ca lucrarea mea să se transmită pe sine într-un mod plener și să atingă coardele sensibile ale sufletului. Scrisul este o energie care lucrează spre desăvârșire, modelând caracterul meu și caracterul celor ce-i înțeleg tainele. Prin scris, invit sufletul meu, dar și al cititorului mai aproape de inima lui Hristos. Nu caut un număr mare de cititori, îi caut pe cei ce-mi înțeleg vibrația sufletului, pe cei ce pot cânta pe aceeași coardă cu mine.



*Problema gândurilor noastre
trebuie tratată, nu ascunsă.*



*Din fericire, Biblia are o
soluție mult mai eficientă
decât psihologia, iar soluția se
numește înnoirea minții.*

Prefață

Regândește! Iată un titlu care te provoacă. Probabil îți aduci aminte de vechiul proverb românesc: „Dă-i, Doamne, românului mintea cea de pe urmă”, acea minte care produce atitudinile, deciziile, cuvintele și faptele care nu sunt urmate de regret. Poate că proverbul mai spune și ceva despre firea românilor și despre faptul că avem nevoie să ne îmbunătățim modul în care gândim.

Iulia Blaga a scris o carte care se potrivește acestei nevoi a creștinului român, o carte despre gânduri și gândire, o carte despre puterea și gestionarea emoțiilor, o carte despre minte și inimă, o carte despre efortul conștient de a crește personal pentru a avea „gândul lui Hristos”. Maturitatea și sănătatea spirituală nu sunt întâmplătoare. Ele sunt rezultatul unui proces intenționat care începe cu o analiză a gândirii în lumina *Scripturii*.

Te invit să citești această carte cu inima deschisă, cu un creion în mână și cu un jurnal alături în care să

notezi ceea ce te ajută, ceea ce te surprinde, ceea ce te provoacă, ceea ce îți propui să pui în aplicare. O carte pe care nu o citești nu te poate ajuta. O carte pe care nu o aplici, de asemenea, nu poate să aibă un impact prea mare asupra ta. Cartea Iuliei nu este o analiză teoretică a fenomenului gândirii, ci o carte practică, o chemare concretă la maturizare.

Iulia Blaga pleacă de la propria căutare și se expune *Scripturii* pentru a putea analiza lumea gândurilor și lumea gândirii. Cele două nu sunt sinonime, însă se influențează una pe cealaltă. Aparent se întâmplă în același loc, mintea. Îmi place foarte mult faptul că Iulia adaugă și o discuție despre emoții și inimă. Din punct de vedere didactic, noi putem face diferența între inimă și minte, dar în mod real diferența dintre cele două este doar o iluzie analitică. Unde se sfârșește inima și începe mintea? Unde se termină emoția și începe gândirea? Poate este mai bine să le analizăm așa cum le trăim, pe toate împreună. De fapt, nu analiza este cea mai importantă, ci efectul pe care o astfel de carte îl poate avea în viața noastră: o viață mai conștientă, mai sănătoasă și mai matură.

Scriitorul, așa cum mărturisește și Iulia la începutul cărții, nu știe unde poate să ducă o pagină albă pe care începe să scrie câteva cuvinte. O simplă frază conduce la un subiect, apoi la analiza unui fenomen, apoi își dă seama că ceea ce scrie îl ajută să se înțeleagă și să

se vindece. Scrisul este revelator și terapeutic, dar și cititul are acest rol. Scriitorul scrie cartea pe care avea nevoie să o citească. Cuvintele vindecă, aduc lumină și se transformă într-un instrument de lucru, un instrument prin care să capeți o cunoaștere de sine mai bună și o înțelegere biblică a lumii. Ultima frază nu este o simplă dorință, ci exprimă convingerea că se poate ajunge cu adevărat la maturitate creștină, iar cărțile, fără îndoială, sunt un instrument necesar pentru asta.

Multe dintre durerile din viața noastră sunt trăite la nivel mental. Câte dintre aceste dureri am putea să le evităm dacă am învăța să ne disciplinăm gândurile? Iulia Blaga scrie despre „stăpânirea gândurilor”. A-ți disciplina gândurile și, implicit, emoțiile este o abilitate pe care fiecare creștin trebuie să o dezvolte. De fapt, asta înseamnă maturitate. Creștinii ar trebui să trăiască cele mai frumoase și mature vieți, în primul rând pentru că au ceva ce ceilalți oameni nu au: harul lui Hristos și înțelepciunea pentru viață pe care o oferă *Scriptura*.

Un alt lucru important de subliniat este faptul că Iulia vorbește nu doar despre disciplinarea gândurilor, ci și despre sfințirea gândirii. Gândurile nu sunt doar produsul nostru, ci și al celor din jurul nostru. Lumea în care ne-am născut, familia și prietenii, tradițiile, contextul bisericesc și multe altele ne influențează mai

mult decât ne dăm seama. În ciuda acestor lucruri, suntem responsabili de ceea ce se întâmplă în mintea noastră. Nu ne putem declina responsabilitatea. De fapt, o putem face, însă în acest fel jucăm numai rolul victimei și nu avem nicio șansă să ieșim din această capcană. Ceea ce ne spune *Biblia*, iar Iulia scoate foarte bine în evidență este că putem să ne controlăm și să rescriem lumea gândurilor, și să dăm naștere, astfel, la o nouă gândire care poate să producă un alt mod de viață, acea viață care ți-a fost promisă. Nu poți trăi cu o minte veche o viață nouă.

O felicit pe Iulia Blaga pentru subiect și, mai ales, pentru abordare. *Regândește!* este o carte echilibrată, biblică și practică.

DR. VALENTIN DEDU



Fiecare zi este nouă și plină de oportunități. Ia-o de la capăt fără resentimente!



Aproape 90% din problemele noastre sunt determinate de atitudinile noastre.

Prolog

Cartea cu pagini albe

„Cartea cu pagini albe, devenită bestseller în Italia”, iată un titlu care mi-a captivat atenția. În timp ce mulți scriitori abia își câștigă existența din scris, un italian a publicat o carte cu 110 pagini albe, iar în momentul de față, cartea a ajuns bestseller pe Amazon. Autorul italian explică în descrierea cărții motivul pentru care a lăsat cele 110 pagini nescrise și îi invită pe cumpărători să-și scrie notițele în ea.

În timp ce răsfoiam articolul, m-am gândit instantaneu la bine-cunoscuta comparație a vieții umane cu o carte. Mulți scriitori au abordat această temă înaintea mea, ba mai mult de atât, iubitul nostru poet, Costache Ioanid, merge până acolo încât compară viața cu o peniță ce scrie fără încetare fiecare vorbă, fiecare faptă și fiecare gând.

Toți ne naștem fără gânduri, amintiri sau memorie. Nimeni nu își aduce aminte cum a fost nașterea sa,

gustul laptelui, când a făcut primul pas sau care au fost primele cuvinte rostite. Adevărul acesta universal întărește mai mult comparația de sus. Când ne naștem, conținutul cărții noastre este gol, precum bestsellerul pomenit mai sus, iar cu trecerea anilor fiecare pagină va fi scrisă rînd cu rînd. Povestea vieții noastre o putem scrie de unii singuri sau alături de cel mai mare și nobil autor, Dumnezeu.

În mod involuntar, noi toți suntem autori. Fiecare persoană în parte scrie o carte cu viața sa. Fiecare decizie, fiecare faptă, fiecare schimbare nu reprezintă altceva decât un capitol sau un subcapitol nou din viața ta. Fiecare zi petrecută alături de cineva înseamnă un nou titlu al unei povestiri în capitolul pe care tocmai îl trăiești.

De câte ori ai ocazia să citești o carte, vei observa că există formulări geniale, bizare și unele chiar lipsite de sens, totodată sunt pagini ermetice, greu de înțeles, iar unele sunt sfâșietoare pentru cititor. Totuși, după ce ai citit cartea, vei încerca să rezumi totul la o idee, apoi vei trece la următoarea carte. Tot așa sunt și capitolele vieții noastre: unele ne înspăimântă și ne îngrozesc, iar altele ne dau elan și forțe noi. Fiecare capitol încheiat deschide drumul unui capitol nou.

Tot ceea ce gândim și simțim începe să prindă contur în cei mai fragezi ani din viața noastră. Fiecare atitudine, sentiment, opinie și valoare pe care o ai în

calitate de adult le-ai învățat în perioada copilăriei. Ca să înțelegem mai bine afirmațiile acestea, aș dori să facem un exercițiu de gândire. Cartea vieții tale cu pagini albe este încă neînsemnată. Fiecare persoană care va intra în contact cu tine: părinți, neamuri, frați, surori, profesori, colegi de clasă, colegi de lucru, vecini, membrii unei congregații, vor sfârși prin a scrie ceva în cartea ta. Să presupunem că ai ajuns la vârsta pe care o ai în momentul de față și cineva îți pune în mâini cartea completată de toți oamenii cu care ai avut contact. Ce crezi, vei regăsi în viața ta din atitudinile lor, crezul lor, obiceiurile și acțiunile lor? Cu siguranță, da! Chiar dacă unii oameni își pun amprenta mai puternic decât alții asupra vieții noastre, în final, toți sfârșesc prin a scrie ceva în cel puțin unul din capitolele vieții noastre. Părinții sunt cei ce scriu introducerea, frații sunt cei ce completează primele capitole din viața noastră, apoi urmează profesorii, colegii, anturajul, în cele din urmă soțul, soția și apoi copiii. Iată, așadar, o concluzie puternică: *Cartea cu pagini albe* chiar dacă este opera unui singur autor, pe alocuri conține influențe puternice din viața celorlalți.



*Gândurile trebuie disciplinate,
altfel vor pune în acțiune tot
răul ce s-a zămislit în noi.*