

Ce minunată este cartea aceasta! Val a scris o lucrare clasică – o carte de care toți avem mare nevoie. Nu există o relație mai importantă ca relația cu Tatăl nostru, însă ea este una dintre cele mai misterioase. Val a dăruit zidurile fricii, ezitării și nesiguranței cu care ne confruntăm atât de des în rugăciune. Pregătește-te să experimentezi libertate, în timp ce Val te ghidează cu pricepere către adevărul lui Dumnezeu despre conversația noastră cea mai importantă. Cu înțelepciune practică, din lumea reală, *Roagă-te cu încredere și consecvență* te va echipa pentru a-ți adânci credința sau pentru a primi credința. Este o lectură obligatorie!

LARA CASEY, autoare a cărții *Cultivate and Make It Happen*

Puternică, biblică și practică, *Roagă-te cu încredere și consecvență* va aprinde o dorință în inima ta de a fi un luptător în rugăciune în viața de zi cu zi. În cartea aceasta, Val dezvăluie lucrurile care ne împovărează și ne împiedică să ne rugăm cu încredere, iar apoi ne conduce spre libertate în timp ce vorbim cu Dumnezeu. Am așteptat o carte ca aceasta pe care să o recomand multor femei și știu că ea ne va conduce într-o relație mai profundă cu Dumnezeu!

GRETCHEN SAFFLES, autoare a cărții *The Well-Watered Woman*

Căutând să-și aprofundeze propria viață de rugăciune, marea scriitoare Flannery O'Connor a scris odată în jurnalul ei: „Nu mă poate învăța nimeni cum să mă rog?” Fără îndoială că Flannery avea nevoie de această carte. Într-un ghid revigorant pentru rugăciune care te va încuraja să vorbești mai mult cu Dumnezeu, Valerie ne prezintă aspectele dificile și personale ale călătoriei sale. Ea ne este atât ghid, cât și prietenă, în timp ce ne descoperă și abordează cele mai dificile subiecte. Cuvintele ei sunt atât inspiratoare, cât și încurajatoare, și această carte este una pe care o vei lua de pe raft iar și iar. Înțelepciunea găsită pe aceste pagini va aprinde focul de care ai nevoie ca să-ți duci viața de rugăciune la următorul nivel.

HANNAH BRENCHE, autoare a cărților *Fighting Forward* și *Come Matter Here*

Ce te face să neglijezi rugăciunea? Oprește-te să te gândești ce răspuns ai da și apoi folosește această carte pentru a găsi în Val Woerner un însoțitor de încredere care te va îndruma prin procesul de depășire a acestui obstacol pentru a-ți cultiva o viață de rugăciune înfloritoare.

ASHERITAH CIUCIU, autoare și gazdă a podcastului *The Prayers of REST*

Sunt încântată să văd o resursă despre rugăciune care este accesibilă, practică și fidelă adevărului Cuvântului lui Dumnezeu. Aceasta ar fi un punct de plecare excelent atât pentru noii credincioși, cât și pentru cei ce sunt creștini de multă vreme, dar care doresc să-L cunoască pe Dumnezeu în mod intim prin rugăciune. Val nu doar îi învață pe alții rugăciunea, dar ea o trăiește și lucrul acesta este vizibil în cartea ei.

PHYLICIA MASONHEIMER, autoare a cărții *Every Woman a Theologian*

Stăm prea ușor la distanță de cel mai important subiect al momentului: Cum putem vorbi cu Dumnezeu nostru? Și Val ne arată cum să reducem această distanță – nu ca un expert detașat, ci ca un om care este disperat să vorbească cu Dumnezeu, la fel ca tine și ca mine. Cartea aceasta este un ghid necesar pentru zile precum cele pe care le trăim.

SARA HAGERTY, autoare a cărții *Unseen* devenită bestseller

În paginile acestea, Val ne prezintă adevărul lui Dumnezeu care i-a modelat propria viață de rugăciune. În timp ce te face să înțelegi că aceeași consecvență și încredere este posibilă pentru tine, ea este suficient de sinceră ca să te anunțe despre luptele pe care, în mod inevitabil, le vei întâlni. Pregătește-te să fii încurajat și provocat de această conversație reală despre rugăciune pentru a-L cunoaște mai bine pe Dumnezeul care te ascultă atunci când te rogi.

MICHELLE MYERS, fondatoare a organizației *She works HIS way*

Cred că a vorbi cu Dumnezeu ar trebui să fie ceva simplu. Ar trebui să pară ceva accesibil. Ar trebui să ne vină în mod firesc! Și totuși trăim într-o lume căzută în care am uitat că El este la fel de aproape de noi ca trupurile noastre și respirația noastră. Așadar, avem nevoie de îndrumători... de persoane care să ne încurajeze... de femei cu înțelepciune care să ne amintească de puterea și caracterul practic al rugăciunii. Val a fost un astfel de ghid pentru mine în ultimii ani – mai întâi prin materialele produse de ea, iar acum prin această carte. Sunt atât de recunoscătoare pentru ea și nu pot să-ți sugerez suficient de insistent să-i citești cuvintele!

JESS CONNOLLY, autoare a cărților *You Are the Girl for the Job* și *Breaking Free from Body Shame*

Roagă-te cu încredere și consecvență

Roagă-te cu încredere și consecvență

Dă la o parte lucrurile care te împiedică să te bucuri
de cea mai importantă conversație

VALERIE WOERNER

IMAGO DEI
ORADEA, 2022

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

WOERNER, VALERIE

Roagă-te cu încredere și consecvență: dă la o parte lucrurile care te împiedică să te bucuri de cea mai importantă conversație / Valerie Woerner . - Oradea: Imago Dei, 2022

ISBN 978-606-8314-75-4

2

Originally published in English in the U.S.A. under the title:
Pray Confidently and Consistently, by Valerie Woerner

Copyright © 2021 by Valerie Woerner
Romanian edition © 2022 by Sc Optim Multiserv SRL - Editura Imago Dei with
permission of Tyndale House Publishers. All rights reserved.

Publicată în engleză în SUA sub titlul
Pray Confidently and Consistently de Valerie Woerner

Copyright © 2021 **Valerie Woerner**
Ediția în limba română © 2022 SC Optim Multiserv SRL – Editura Imago Dei cu
permisiunea Tyndale House Publishers. Toate drepturile rezervate.

Roagă-te cu încredere și consecvență
Valerie Woerner

Editura Imago Dei
str. Pascal, nr. 18, X 84, ap. 7
410444 Oradea, Bihor, România
Tel.: 0359-422337
E-mail: office@imagodei.ro
Pagina web: WWW.IMAGODEI.RO

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

Traducerea: Marcel Eugen Budea
Coperta și tehnoredactarea: Marcel Eugen Budea

ISBN 978-606-8314-75-4

**Mamei mele, care mi-a insuflat credința
că Dumnezeu a auzit și a răspuns rugăciunilor mele.**

* * *

Și noi, deci, fiindcă suntem înconjurați cu un nor așa de mare de martori, să dăm la o parte orice piedică, și păcatul care ne înfășoară așa de lesne, și să alergăm cu stăruință în alergarea care ne stă înaintea. Să ne uităm țintă la Căpetenia și Desăvârșirea credinței noastre, adică la Isus, care, pentru bucuria care-I era pusă înaintea, a suferit crucea, a disprețuit rușinea, și șade la dreapta scaunului de domnie al lui Dumnezeu.

EVREI 12:1-2

CUPRINS

Introducere 11

APROPIE-TE

- 1. Unde este spiritul din sticlă?** 21
Să înțelegem cui ne rugăm
- 2. Mă rog așa cum trebuie?** 35
Descoperirea atitudinii corecte pentru rugăciune
- 3. Oare voi primi vreodată lucrul acesta?** 53
Bazarea pe promisiunile lui Dumnezeu de a mă ruga cu încredere

ÎNCREDE-TE

- 4. Vrei totul?** 71
Predarea fiecărei părți din mine
- 5. Dar dacă nu am chef?** 85
Adevărul, nu emoțiile, trebuie să-mi determine ascultarea
- 6. Ți-a plăcut de plângăciosul David?** 99
Învață să te plângi, să te îndoiești și să strigi către Dumnezeu
- 7. Ce zici de planul meu?** 113
Renunțarea la control și încrederea în voia lui Dumnezeu

IMPLICĂ-TE

8. **Unde ești, Doamne?** 131
Apropie-te de Dumnezeu când ești în vale
9. **Sunt bine acum, dar nu ai vrea să te ocupi de următoarea problemă?** 147
Rămâi dependent pe vârful muntelui
10. **Poți încăpea în cutia aceasta?** 159
Învață cum să trăiești în prezența lui Dumnezeu
11. **Mă lupt cu lucrurile potrivite?** 177
Implicarea în adevărata ta bătălie spirituală

FII PERSEVERENT

12. **Pot primi puțin ajutor?** 193
Acceptarea instrumentelor care elimină zgomotul
13. **Ai vrut să spui ceva?** 213
Vorbește mai încet ca să poți auzi vocea Lui
14. **Ești sigur că porunca aceasta a fost pentru mine?** 231
Învață să combini rugăciunea și postul
15. **Dar pentru cât timp?** 249
Cum să continui când ești obosit

Epilog 261

Rugăciuni care ne ajută să dăm la o parte
pedicile 265

Mulțumiri 271

Note 273

Despre autoare 278

Introducere

Eu nu alerg. Nu mă înțelege greșit. *Am mai alergat*, dar nu fac din alergare un obicei.

Nu a fost întotdeauna așa. Am o amintire plăcută despre cum alergam desculță prin holul aparent nesfârșit al clădirii școlii gimnaziale unde se întâlnea biserica noastră când eu aveam opt ani. Mi se părea că doar vârfurile degetelor loveau podeaua de linoleum la fiecare pas, de parcă era nevoie de toată puterea mea pentru a încetini suficient ca să nu mă ridic de la pământ. Mi se părea că sunt lipsită de greutate, de neoprit și chiar o ființă supraomenească.

Aș da orice să alerg din nou așa. Douăzeci și șapte de ani mai târziu, mă simt foarte stânjenită. Simt în genunchii mei slabi greutatea loviturilor asfaltului. Simt cum carnea mi se ridică și coboară și chiar amețesc atunci când ating pământul. Simt aerul, e adevărat, dar este apăsător și dens și pare să mă împingă în jos.

Te-ai simțit vreodată așa – nu pe trotuar, ci în viața ta de rugăciune? Ai simțit povara distragerilor și responsabilităților ca o dimineață umedă din Louisiana? Ceva prin care pur și simplu nu poți răzbate?

Eu m-am simțit așa.

Îmi doresc cu disperare să mă simt ușoară și nestingerită în viața mea de rugăciune, dar în schimb, lucrurile acestea pe care

nici măcar nu le pot vedea mă trag tot timpul în jos. Nu mă rog pentru că trebuie să petrec timp în fața unui ecran discutând cu oameni pe care abia îi cunosc.

Apăs butonul de amânare a alarmei, crezând că acele câteva minute petrecute în pat mă vor înviora mai mult decât timpul cu Dumnezeu.

Fac rugăciuni banale pentru că știu că ar *trebui* să spun ceva, dar uit că rugăciunea are de fapt putere.

Rugăciunea poate fi una dintre cele mai grele discipline spirituale din viața creștină. Dacă și tu ai simțit lucrul acesta, nu ești singur.

Este logic. Pot măsura atât de multe lucruri, chiar și în umblarea mea cu Dumnezeu, dar nu pot măsura rugăciunea. Știu când am citit câteva capitole din Biblie. Știu dacă dau zeciuială. Și știu dacă am sărit peste o masă și am postit. Însă porțile rugăciunii sunt larg deschise. Structura poate fi atât de fluidă încât uneori nu știu dacă pot eticheta ceea ce tocmai s-a întâmplat ca fiind rugăciune pentru că undeva în ultimele cinci minute am deviat de la lista mea de lucruri de făcut.

Dacă dai din cap și te gândești: *Fata aceasta mi-a citit jurnalul*, îți promit că nu l-am citit. Însă le-am citit pe ale mele. M-am chinuit să îmi iau în serios viața de rugăciune. M-am chinuit să-i înțeleg puterea. Și uneori îi recunosc puterea și totuși îmi aleg telefonul.

De când scriu un jurnal de rugăciune, cu șapte ani în urmă, viața mea de rugăciune a crescut. Și dorința mea de a vorbi despre ceva care m-a ajutat să mă concentrez în rugăciune s-a transformat într-o misiune de a înțelege luptele zilnice cu care se confruntă femeile ca să le pot încuraja în această conversație a vieții. De atunci, am realizat mai multe materiale orientate pe rugăciune, am scris un curs de rugăciune și am creat o comunitate online în care femeile pot să se sprijine reciproc în fața provocărilor cu care se confruntă în rugăciune. După ani în care am facilitat aceste conversații, știu cu siguranță că există

lucruri exterioare și interioare care ne distrag atenția și ne fac să ratăm o viață de rugăciune care depășește orice ne-am putea imagina – iar această carte se va concentra asupra lucrurilor interioare pe care nu le-am putut aborda în jurnalele noastre de rugăciune.

În 2019, Crossway a chestionat paisprezece mii de oameni cu privire la viața lor de rugăciune și două procente au spus că sunt „foarte mulțumiți”.¹ Două procente. Aceasta înseamnă că probabil te numeri printre aceia dintre noi care nu suntem mulțumiți și tânjim după mai mult.

Un alt sondaj a dezvăluit că 30% dintre persoanele chestionate au spus că nu au petrecut nici măcar zece minute continue în rugăciune în ultima săptămână.² Nu voi îndrăzni să întreb câte minute am petrecut cu telefoanele noastre în săptămâna aceasta.

**Nu trebuie să
șchiopătăm prin viața
noastră de rugăciune
purtând poveri inutile.**

Aceasta este vestea proastă.

Dar iată vestea bună. Nu trebuie să șchiopătăm prin viața noastră de rugăciune purtând poveri inutile – precum așteptări nefondate, dorința de a controla, lucruri care ne distrag atenția sau mândrie. Când dăm la o parte aceste poveri, putem înainta într-un ritm constant.

Evrei 12:1-2, pe care îl folosesc ca pasaj cheie în această carte, ne oferă cea mai frumoasă imagine a alergării neîngrădite:

Și noi, deci, fiindcă suntem înconjurați cu un nor așa de mare de martori, să dăm la o parte orice piedică, și păcatul care ne înfășoară așa de lesne, și să alergăm cu stăruință în alergarea care ne stă înaintea. Să ne uităm țintă la Căpetenia și Desăvârșirea credinței noastre, adică la Isus, care, pentru bucuria care-I era pusă înaintea, a suferit crucea, a disprețuit rușinea, și șade la dreapta scaunului de domnie al lui Dumnezeu.

În vremurile străvechi, atunci când a fost scrisă cartea Evrei, mulți bărbați purtau ținute lungi care atârnavă pe ei. Practic erau niște haine largi. Când sportivii concureau, ei renunțau la cât mai multe haine ca să poată alerga fără nicio piedică.³ Se spune că unii greci antici, cu siguranță cei mai competitivi, chiar alergau fără nici un fel de haine pe ei.

O scenă din serialul *The Biggest Loser* mă ajută să vizualizez mai clar lucrul acesta. Aproape de sfârșitul unei competiții, concurenții, care în acel moment aveau o greutate mult mai mică decât atunci când au început, alergau purtând greutateți egale cu numărul de kilograme pe care le-au pierdut în timpul competiției. Cu fiecare kilometru, ei pierdeau o parte din greutate până când, în cele din urmă, aruncau totul și puteau alege liberi.⁴ A fost emoționant să văd ce se putea întâmpla atunci când concurenții nu erau atât de împovărați. Și nu era vorba doar greutatea fizică; puteai vedea că ei au fost eliberați de poverile lor emoționale.

Eu vreau ca și noi să alergăm liberi.

Vreau ca viețile noastre de rugăciune să nu fie împiedicate de unele lucruri care ne distrag atenția și amenință să ne fure timpul prețios cu Domnul în favoarea unor lucruri banale. Vreau să învățăm să ne rugăm cu încredere și să-L cunoaștem cu adevărat pe Dumnezeu cărui ne rugăm. Vreau ca viața noastră de rugăciune să fie bogată și profundă și să ne transforme modul în care gândim. Vreau să-L iubim pe Dumnezeu atât de mult încât să nu ne putem imagina a nu conversa cu El în fiecare zi. Vreau să experimentăm bucuria rugăciunii perseverente, consecvente, care Îl slăvește pe Dumnezeu.

Dă la o parte piedicile

Te-ai întrebat vreodată de ce rugăciunea este atât de dificilă? La urma urmei, doar Îi vorbim lui Dumnezeu și ascultăm ceea ce ne zice El. De ce este atât de ușor să întind mâna după lista de lucruri pe care trebuie să le fac, după telecomandă, telefon sau

chiar o carte foarte bună? Răspunsul scurt este că dușmanul nostru știe că rugăciunea este puternică. El știe ce se va întâmpla dacă ne vom ruga și este speriat. El încearcă să ne saboteze cursa deoarece știe că, după ce am dat la o parte piedicile, ne vom ruga cu putere.

În *The Compound Effect*, Darren Hardy ne arată cum ne ajută acest efect de combinare atunci când încercăm să ne dezvoltăm orice obicei:

Este ca roțile unei locomotive cu abur. Când stau pe loc, este nevoie de foarte puțin pentru a le împiedica să înainteze – o bucată de lemn de 2,5 cm așezată sub roata din față poate face lucrul acesta... Însă după ce trenul începe să ruleze, roțile intră într-un ritm. Dacă presiunea rămâne constantă, trenul capătă un impuls și fii atent! La o viteză de 88 de kilometri pe oră, acest tren poate zdrobi un zid de beton armat de 152 centimetri și își poate continua drumul.⁵

Putem fi opriți de o bucată mică de lemn sau putem trece prin otel și beton. Atenția ne poate fi distrasă de un bâzâit din jurul dormitorului nostru sau de lângă vasele din chiuvetă, sau ne putem ruga în timp ce se aude *Tangled* în fundal, în timp ce ne confruntăm cu o căsuță de e-mail plină sau chiar cu momente de frică.

Vreau să trec peste distragerile mele. Trebuie să fac lucrul acesta.

Intimitatea noastră cu Dumnezeu depinde de viața noastră de rugăciune. Nu putem avea o relație strânsă cu El – nu putem experimenta puterea, înțelepciunea, pacea și bucuria Lui – dacă nu mergem la El.

Rugăciunea Îl invită pe Dumnezeul care este mai puternic decât am putea fi noi vreodată să intervină în viața noastră. Nu vreau să ratăm aceste posibilități! Care sunt poverile pe care trebuie să le aruncăm, astfel încât să nu ne oprească de la o

conversație mai profundă cu Dumnezeu? Ce distrageri ne încetinesc ca o ceață groasă atunci când am putea alerga în voie cu Tatăl nostru?

Rugăciunea Îl invită pe Dumnezeu care este mai puternic decât am putea fi noi vreodată să intervină în viața noastră.

Stephen Nielsen spune că termenul la care se face referire în Evrei 12:1 „este un impediment, un obstacol, ceva care ne împiedică să auzim glasul lui Dumnezeu sau ne împiedică să dorim să auzim glasul Lui. Este orice ne afectează simțurile

spirituale, ne îndreaptă spre păcat, ne distruge rezistența și ne împiedică să privim spre Isus.”⁶

Oare ce piedică, dacă ai identifica-o, și-ar pierde din putere și ar deveni doar ceva care amenința să te elimine și să te facă să cazi? Este piedica așteptărilor, a distragerilor sau a emoțiilor? Sau piedica fațadelor sau a văilor? În capitolele următoare, vom vorbi despre cincisprezece piedici specifice din viața noastră de rugăciune, ce anume ne fac ele să ratăm și cum le putem da la o parte.

Știm cu toții că rugăciunea este mai importantă decât Netflix sau somnul. Cred că ai răspuns corect de fiecare dată atunci când ți s-a pus întrebarea aceasta la școala duminicală. Însă, sper ca în cartea aceasta să găsești motivația de a descoperi cum să transformi rugăciunea într-o prioritate în viața ta de zi cu zi. (O notă rapidă pe măsură ce avansăm: Ține-ți Biblia la îndemână! Am învățat atât de multe despre rugăciune în timp ce am studiat Scriptura în anul acesta, așa că îți voi împărtăși multe lucruri. Analizează pasajele în întregime, dacă poți face lucrul acesta. Una dintre cele mai bune modalități prin care ne putem transforma viața de rugăciune este prin cunoașterea Cuvântului lui Dumnezeu.)

Haideți să dăm acum la o parte piedicile care ne sufocă viața de rugăciune și ne fac să gâfâim după Isus. Nu merită să trecem

prin această viață bazându-ne pe propria noastră putere slabă când Dumnezeu universului ne cheamă să stăm cu El, să-I spunem nevoile noastre și ceea ce este pe inima noastră și pur și simplu să-L cunoaștem.

* * *

Vedem unii giganți spirituali din trecut care păreau să trăiască având pace, scop și eficiență datorită comuniunii lor strânse cu Dumnezeu. Ne dorim o astfel de viață, dar nu putem ajunge la ea prin rugăciuni făcute în grabă. Este nevoie de așteptare, fervoare și timp. Nu ne place să spunem lucrul acesta de teama de a nu-i copleși pe cei care se simt deja copleșiți de viață, copii și slujbă. Însă adevărul este că, dacă nu-l menționez, ești lăsat să crezi că rugăciunea nu îți va aduce atât de mult bine pe cât se spune, sau mai rău, că Dumnezeu a mințit în toată Scriptura atunci când ne-a spus că El dorește să-I cerem ceea ce avem nevoie. Lucrurile valoroase din viață necesită efort.

De ce să ne rugăm?

- Pentru că așa a spus Dumnezeu (1 Tesaloniceni 5:16-18). Dacă acesta ar singurul motiv pe care l-am avea, ar fi de ajuns.
- Pentru că rugăciunea Îi aduce slavă lui Dumnezeu (Ioan 14:13).
- Pentru că am fost creați pentru comuniune cu Dumnezeu (Apocalipsa 21:3-4).
- Pentru că rugăciunea schimbă lucrurile (Iacov 5:16).
- Pentru că acesta este modul în care trăim în centrul voii lui Dumnezeu (Proverbe 3:5-6).
- Pentru că avem nevoi și doar Dumnezeu ne poate ajuta (Matei 11:28-30).

ROAGĂ-TE CU ÎNCREDERE ȘI CONSECVENȚĂ

Vreau să alerg cu Domnul ca atunci când aveam opt ani și simțeam că nimic nu mă poate opri. Și, în cele din urmă, accept ceea ce e nevoie pentru a face lucrul acesta. Sunt recunoscătoare că acele piedici care mă încurcă atât de mult chiar pot fi date la o parte. Oare am această speranță?

S-ar putea să ne confruntăm cu piedici chiar acum, dar nu acesta este sfârșitul povestirii.

Piedicile sunt date la o parte.

Și suntem pe cale să alergăm de parcă picioarele noastre goale abia ating linoleumul.

Tată, Îți mulțumesc pentru fiecare persoană care citește aceste cuvinte chiar acum. Mă rog s-o umpli de speranță cu privire la această posibilitate de a merge mai în profunzime cu Tine. Oferă-i o pasiune care să o ajute să crească și, Tată, păzește-o de dușmanul nostru care încearcă cu disperare să facă tot ce poate pentru a ne încetini, a ne opri sau a ne face să ne întoarcem. Apropie-ne tot mai mult de Tine. În Numele lui Isus, Te rugăm toate acestea!

Apropie-te

Dă la o parte orice lucru care te împiedică
să vii la Dumnezeu cu încredere

