

## TRĂIEȘTI SAU DOAR EXIȘTI?

### *Aprecieri pentru această carte*

Dacă ai câțiva ani de umblare spirituală alături de Cristos, această carte te va captiva. Nu pentru că ar fi exclusivistă, ci pentru că mesajul ei cere un anumit nivel de maturitate în credință, lucru pe care l-am observat și în părerile altora.

Pe mine m-a captivat de la primele pagini. Felul în care Eldredge te conduce spre o viață trăită în har este remarcabil, iar ideea de a-ți păzi inima a rămas adânc întipărită în mintea mea. Am citit multe cărți creștine, dar aceasta este cu adevărat o comoară.

Pentru mine, *Trăiești sau doar exiști?* a fost o experiență profundă și transformatoare. O recomand din toată inima.



O carte extraordinară, care surprinde exact ceea ce lipsește astăzi din viața multor creștini. *Trăiești sau doar exiști?* vorbește despre trezirea spirituală de care comunitățile noastre au atâta nevoie. Noi toți căutăm peste tot ceva care să ne facă să ne simțim cu adevărat vii: în relații, în lucruri trecătoare, în dependențe de tot felul. Dar

adevărata viață se găsește doar în gloria pentru care am fost creați. Prin Cristos, suntem chemați să trăim liberi și întregi.

În adâncul fiecărei inimi există o tânjire după libertate. Vestea minunată pe care o aduce această carte este că libertatea aceea poate fi trăită cu adevărat, nu doar visată.

Citește-o, dăruiește-o, împărtășește-o. O recomand fără rezerve.



Cuvintele lui John Eldredge mi-au adus multă încurajare. Sunt profund recunoscătoare că inima mea s-a trezit la viață și că, deși sunt o femeie sensibilă și profund feminină, sunt puternică și capabilă de lucruri mărețe. Pot avea un rol esențial în înaintarea Împărăției lui Dumnezeu, iar acesta este exact lucrul după care tânjește inima mea.



Am trăit pe jumătate adormită pentru prea mult timp. Acum mă simt din nou plină de viață. Claritatea pe care am găsit-o era exact ceea ce îmi lipsea. E ca și cum cineva m-ar fi stropit cu apă rece într-o zi toridă de vară.



Este una să îți dorești o relație mai profundă cu Dumnezeu și cu totul altceva să descoperi că propria ta inimă este o comoară prețioasă pentru El. Această carte este extraordinar de bogată și transformatoare.

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**

**ELDREDGE, JOHN**

**Trăiești sau doar exiști?** / John Eldredge. - Oradea : Scriptum, 2026

ISBN 978-606-031-566-7

# TRĂIEȘTI SAU DOAR EXISTI?

*Recuperarea sensului,  
a pasiunii și a libertății interioare*

JOHN ELDREDGE



Editura Scriptum®  
Oradea

De același autor, la Editura Scriptum au mai apărut:  
*Dragoste sacră* *Mută munții*  
*Experimentează-L pe Isus* *Rezilient*  
*Ia-ți viața înapoi* *Trăiești sau doar exiști?*  
*Inimă neînfricată* *Vânătoarea de lei*

Împreună cu soția lui, Stasi:  
*Captivantă*

Originally published in U.S.A. under the title  
*Waking the Dead*  
by Thomas Nelson, a registered trademark of  
HarperCollins Christian Publishing, Inc., Nashville, TN  
© 2003 by John Eldredge  
This edition published by arrangement with  
HarperCollins Christian Publishing, Inc.

Ediția în limba română, publicată cu permisiune, sub titlul:  
*Trăiești sau doar exiști?*  
de John Eldredge

© 2026 Editura Scriptum®  
str. Simion Bărnuțiu nr. 2, 410204 Oradea – Bihor  
Tel./Fax/Robot: 0259-457.428  
E-mail: [scriptum@scriptum.ro](mailto:scriptum@scriptum.ro)  
Pagina web: [WWW.SCRIPTUM.RO](http://WWW.SCRIPTUM.RO)


Toate drepturile rezervate asupra prezentei ediții în limba română.  
Prima ediție în limba română.

Cu excepția situațiilor când se specifică altfel, toate citatele biblice folosite sunt din NTR - Noua traducere în limba română. Alte traduceri ale Bibliei folosite: NIV – New International Version; NLT – New Living Translation, NKJV – The New King James Version; MSG – The Message: The New Testament in Contemporary English; NRSV – The New Revised Standard Version of the Bible; NASB – New American Standard Bible; KJV – King James Version; Moffatt – The Bible: James Moffatt Translation.

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

ISBN (tipărit) 978-606-031-566-7  
ISBN (e-book) 978-606-031-584-1

Tiparul executat în U.E.

The page features a decorative border of cracked, aged paper texture in the corners. The cracks are irregular and black, creating a frame around the central text.

*Slava lui Dumnezeu  
se arată în omul pe deplin viu.*

—SFÂNTUL IRINEU





# CUPRINS

*Mulțumiri*..... 9

Partea Întâi  
**CUM SĂ NE VEDEM LIMPEDE CALEA**

Capitolul 1: Înarmați-vă.....	13
Capitolul 2: Ochii inimii.....	29
Capitolul 3: Inima tuturor lucrurilor.....	45

Partea a doua  
**INIMA RĂSCUMPĂRATĂ**

Capitolul 4: Răscumpărat și restaurat.....	63
Capitolul 5: Gloria ascunsă în inima ta.....	79

Partea a treia  
**CELE PATRU IZVOARE**

Capitolul 6: Umblarea cu Dumnezeu.....	99
Capitolul 7: Primirea Sfatului Intim al lui Dumnezeu.....	119

Capitolul 8: Restaurare profundă .....	137
Capitolul 9: Războiul spiritual: luptă pentru inima ta.....	155
Capitolul 10: Eliberarea inimilor: integrarea celor patru izvoare..	171

Partea a patra

**CALEA INIMII**

Capitolul 11: Comuniuni ale inimii .....	193
Capitolul 12: Precum comorile Împărăției.....	211
<i>Apendice: O rugăciune zilnică pentru eliberare .....</i>	<i>231</i>
<i>Despre autor .....</i>	<i>235</i>



# MULȚUMIRI

**E**xistă momente în viața unui om când privește în urmă și realizează că tot ceea ce a construit nu a fost niciodată opera lui singur. Această carte este unul dintre acele momente.

Recunoștința mea se îndreaptă, mai întâi, către Travis. Tu ai crezut în mesajul acesta înainte ca eu să-l fi văzut limpede. Îți mulțumesc.

Și ție, Sealy, și întregii tale echipe. Ați fost mai mult decât agenți sau colaboratori profesioniști, ați fost păzitori ai acestui mesaj, tratând fiecare detaliu cu o seriozitate și o grijă pe care nu le-am luat niciodată de la sine înțelese. Vă sunt profund recunoscător.

Partenerilor mei de la Thomas Nelson vă mulțumesc pentru că ați văzut în această carte ceva demn de purtat mai departe în lume.

Prietenilor mei de la Ransomed Heart. Nu ați fost simpli colegi, ați fost frați și surori de arme.

Și ție, Jenny. Tu ai purtat cea mai grea parte din toată această poveste. Fără tine, nu există carte. Fără tine nu poate exista versiunea aceasta, mai întregă, mai vie. Și familiei mele voi sunteți terenul pe care cresc lucrurile bune din viața mea. Vă iubesc mai mult decât pot exprima.

Am reușit. Nu eu, ci noi. Și pentru asta, mai presus de toate, Îi mulțumesc lui Dumnezeu, Cel care pune visuri în inimile oamenilor și apoi are răbdarea să le vadă împlinite.



PARTEA ÎNTÂI

# CUM SĂ NE VEDEM LIMPEDE CALEA

*Drumul prin lume este mai greu de găsit  
decât drumul dincolo de ea.*

—WALLACE STEVENS

*Dar îngustă este poarta, strâmtă este calea care  
duce la viață și puțini sunt cei ce o găsesc.*

—MATEI 7:14



Există puține lucruri mai cruciale pentru noi decât propria noastră viață.

Și există puține lucruri pe care le înțelegem mai puțin limpede.

Călătoria pe care o facem nu urmează nicidecum drumul de cărămizi galbene.

Și totuși, nu este deloc o analogie rea. Putem porni la drum în lumină, cu speranță și bucurie, dar, mai devreme sau mai târziu, calea noastră pare să ne conducă întotdeauna în pădure, acoperită de o ceață densă. Unde este acea viață din belșug pe care Cristos ne-a promis-o? Unde este Dumnezeu atunci când avem cea mai mare nevoie de El? Ce se va alege de noi?

Efectul cumulativ al zilelor care se preschimbă în ani pe care nu-i înțelegem cu adevărat este o *erodare* subtilă. Ajungem să ne îndoim de locul nostru, să punem la îndoială intențiile lui Dumnezeu față de noi și pierdem din vedere lucrurile cele mai importante din viață.

Nu suntem pe deplin convinși că darul lui Dumnezeu pentru noi este *viața*. Am uitat că inima este miezul tuturor lucrurilor. Și nu avem nicio idee că ne-am născut într-o lume aflată în război.



## ÎNARMAȚI-VĂ

*Hoțul nu vine decât ca să fure, să înjunghie și să distrugă. Eu  
am venit ca oile să aibă viață și s-o aibă din belșug.*

—IOAN 10:10

*Preaiubiților, noi și lumea vom fi întotdeauna în război.  
Nu e cale de retragere. Înarmați-vă.*

—LEIF ENGER

**R**ămăseserăm aproape fără combustibil, iar ceața nu dădea semne să se ridice. Strâmtoarea Icy se întindea sub ochii noștri, frumoasă și amenințătoare. Întotdeauna am iubit oceanul – cu cât mai sălbatic, cu atât mai bine. Dar, în mod limpede, acesta nu era un loc în care să rămâi fără benzină. Dacă, printr-o întâmplare, am fi supraviețuit amarării forțate a micului avion, am fi rezistat cam șapte minute în acele ape. Salvarea noastră se afla la mai bine de patruzeci de minute depărtare. *Minunat. Așa se întâmplă*, mi-am spus.

*Vom ajunge în Reader's Digest. „Familie aflată în vacanță, pierită într-un accident fatal.”* Ploaia și ceața mânjeau parbrizul, în timp ce ne chinuiam să distingem ceva în fața noastră, căutând o

## TRĂIEȘTI SAU DOAR EXIȘTI?

spărtură în nori. Nu există radar pe aceste avioane; piloții amatori zboară în regim VFR – după regulile zborului la vedere. Dacă nu poți vedea unde te duci, ei bine, domnule, atunci nu poți merge într-acolo. Și nici nu poți continua la nesfârșit; ceasul care ticăie este indicatorul de combustibil. Încă trei minute și va trebui să ne întoarcem.

— Mai încercăm o dată.

„Muntele Fairweather”<sup>1</sup> este cu totul nepotrivit. Cu un asemenea nume, oare nu-ți imaginezi un loc minunat în Hawaii sau poate în Costa Rica – brize blânde, povârnișuri verzi și line, vreme mereu, ei bine, *frumoasă*? Acești munți se ridică brusc la peste 4.500 metri deasupra nivelului mării, chiar de pe țărmul sud-estic al Alaskăi, cu stânci abrupte și ghețari amenințători. Unele dintre cele mai severe condiții meteorologice din lume stăruie aici.

Pilotul striga peste huruitul motorului:

— Le zic așa pentru că nu-i poți vedea decât pe vreme bună.

*Ce drăguț. Ce minte strălucită a născocit ideea asta? Frica nestăvilă îmi înghițise cu totul simțul umorului. Ar fi trebuit să-i numească Vârfulile Morții Înghetate sau Munții Nici Să Nu-ți Treacă Prin Minte Să-i Traversezi. Vreme bună? Pe aici, asta înseamnă poate vreo douăzeci de zile pe an – dacă ai noroc.*

Noi am avut noroc.

Și n-am văzut niciodată în viața mea ceva mai uluitor. Am virat de-a lungul unor pereți verticali de granit care se ridicau și coborau la mii de metri de-o parte și de alta, ca o vrabie plutind printre munții Himalaya.

— Acelea sunt cascade? am întrebat, arătând spre mai multe suvoaie albe care cădeau, prin aerul subțire, peste stâncile negre.

— Avalanșe. Se pare că azi e cald sus pe-aici.

Crăpături uriașe din ghețarii de dedesubt adăposteau bălți de apă limpede – o culoare despre care nici nu știam că există, ceva între azuriu și albastru ceruleum.

— Crăpăturile alea sunt atât de mari încât am putea zbura direct prin ele.

---

1 Trad.: vreme bună (n.trad.).

## Înarmați-vă

M-am prefăcut că nu aud. Simțeam că scăpasem din ghearele Morții și nu voiam să-i mai ofer încă o șansă. Frumusețea care ne cuprindea acum era de ajuns.

## ÎNTR-O NEVOIE DISPERATĂ DE CLARITATE

Douăzeci de zile senine pe an – cam așa sună viața mea. Cred că îmi dau seama ce se întâmplă cu adevărat cam atât de des. În restul timpului, totul pare în ceață, ca oglinda din baie după un duș fierbinte. Știi ce vreau să spun. Asupra cărui lucru ești tu într-un totu lămurit în aceste zile? Dar în viața ta? De ce au mers lucrurile așa cum au mers? Unde era Dumnezeu în toate acestea? Și știi ce ar trebui să faci în continuare, cu o convingere adâncă și liniștită că va funcționa? Nici eu. Oh, mi-ar plăcea să mă trezesc în fiecare dimineață știind exact cine sunt și încotro mă duce Dumnezeu. Echilibrat în toate relațiile mele, neînfricat în chemarea mea. E minunat când văd limpede. Dar, pentru cei mai mulți dintre noi, viața pare mai degrabă ca și cum ai conduce cu parbrizul murdar și apoi ai vira direct spre soare. Pot distinge cumva formele din față și cred că lumina este verde.

## N-AR PRINDE BINE PUȚINĂ CLARITATE CHIAR ACUM?

Să începem cu motivul pentru care viața este incredibil de *grea*. Încerci să slăbești puțin, dar nu pare să se întâmple niciodată. Te gândești să faci o schimbare în carieră, poate chiar să-L slujești pe Dumnezeu, dar nu ajungi niciodată, de fapt, să o faci. Poate câțiva dintre voi chiar fac saltul, dar rareori iese așa cum v-ați imaginat. Încerci să recuperezi ceva în căsnicia ta, iar soțul sau soția te privește cu o expresie care spune: „Bună încercare” sau „Nu e cam târziu pentru asta?”, și lucrul acela chiar explodează într-o ceartă în fața copiilor. Da, avem credința noastră. Dar chiar și acolo – poate *mai ales* acolo – lucrurile par să nu se ridice deloc la înălțimea promisiunii. Se vorbește despre libertate și viață din belșug, despre pace ca un râu și bucurie de negărit, dar, sincer vorbind, vedem foarte puțin din toate acestea.

## TRĂIEȘTI SAU DOAR EXIȘTI?

Cum se face că, așa cum spunea Paul Tillich, doar „ici și colo în lume și din când în când în noi înșine” vedem vreo dovadă a unei noi creații? Ici și colo, din când în când. Cu alte cuvinte... nu prea mult. Când le pui una lângă alta, *descrierea* vieții creștine, care aproape strigă din Noul Testament, comparată cu viața *reală* a celor mai mulți creștini, este... stânjenitoare. Pavel pare un nebun, iar noi arătăm cam ridicol, ca niște copii care au rămas repetenți la școală. De ce oare aproape orice lucru bun – de la vacanța anuală în familie, la organizarea unei nunți, până la cultivarea unei relații sănătoase – cere atât de mult efort?

E aproape ca și cum ar exista ceva care lucrează împotriva noastră.

## ȘOCUL TERIBIL

Niște prieteni dragi de-ai mei s-au întors de curând dintr-o vacanță de trei săptămâni în Franța. Fusese visul lor timp de aproape douăzeci și cinci de ani. Ce putea fi mai romantic decât să te plimbi seara pe Champs-Élysées, așa cum fac îndrăgostiții? Părea modul perfect de a sărbători cea de-a douăzeci și cincea aniversare a căsniciei lor. Amândoi Îi slujiseră lui Dumnezeu cu credincioșie timp de decenii, dar, de-a lungul anilor, o întâlnire romantică în Europa păruse la fel de accesibilă ca și aterizarea pe Lună. Apoi, spre sfârșitul toamnei trecute, lucrurile s-au legat brusc.

Niște prieteni de-ai lor urmau să plece în Europa și le-au oferit două bilete să meargă împreună. Aveau concediu disponibil. Destinația era Franța. Și imediat ce au ajuns la Paris, totul s-a năruit. Craig s-a îmbolnăvit de pneumonie ambulantă; Lori a vrut să plece acasă încă din a treia zi. Au ieșit la suprafață tot felul de probleme din căsnicia lor, dar pentru că erau cu alți prieteni, aceste probleme s-au derulat mai ales în mintea lor – și gândurile lor tindeau puternic spre divorț. Nu a fost romantic; a fost *greu*. După aceea, când am vorbit la telefon despre toată povestea, Lori a spus: „În 90% din cazuri, viața nu este așa cum te aștepti.”

Nu glumea. Nu avem cu toții o poveste care se potrivește întocmai cu acest mic autocolant de mașină?

## Înarmați-vă

Chiar cu o zi înainte primisem un alt telefon. În dimineața aceea urma să aibă loc ultima consultație a fiului nostru Blaine la cardiolog, iar eu eram nerăbdător să aflu veștile. Știu că fiecare părinte crede că propriul copil e cu mult deasupra celorlalți, dar vă spun eu – Blaine este unul cu totul special. A împlinit unsprezece ani anul acesta și este unul dintre cei mai sănătoși și mai fericiți copii pe care i-am cunoscut vreodată. Inima lui e atât de bună, atât de trează spiritual, atât de atentă la inimile celorlalți. E surprinzător de plin de compasiune pentru un băiat de vârsta lui și, în același timp, este cel mai curajos dintre noi toți. Când vine vorba de cățărare pe stânci, sărituri de pe stânci sau schi, Blaine e mereu primul care se aruncă. E un atlet excelent, un artist talentat și un adevărat comedian când începe cu umorul lui. Cântă la vioară, memorează poezii despre cowboy, aruncă chestii în aer, vrea să devină cavaler Jedi. Îl iubesc pe băiatul ăsta.

Și e o poveste lungă de rugăciune, speranță și îngrijorare pentru Blaine. Când era mic, pediatrul lui a observat o anomalie la inimă în timpul unui control de rutină. Cardiologul a confirmat, după o serie întreagă de investigații, că într-adevăr Blaine avea mai multe găuri în inimă. „Va avea nevoie de operație”, a spus el. Noi am ales să așteptăm până când Blaine avea să fie mai mare, lăsându-I lui Dumnezeu timp să intervină. Gândul de a-mi pune fiul sub anestezie generală și de a-i deschide inima îmi dădea fiori reci.

De-a lungul acelor ani, am petrecut multe nopți în rugăciune, cerându-I lui Dumnezeu să vindece inima lui Blaine. Într-una dintre acele seri, Stasi – care nu e deloc genul care are viziuni – a avut o imagine clară: o lumină care pătrundea în inima lui. În clipa aceea a simțit cu certitudine că Dumnezeu îl vindecase. Și de dimineață, în ziua controlului anual, când am început să mă rog pentru Blaine, am simțit că Isus îmi spune: *L-am vindecat*. Inima mea s-a liniștit și am așteptat veștile bune.

— Bună... eu sunt. O tăcere lungă. Blaine are nevoie de operație... imediat.

Speranța s-a evaporat. Am simțit acea senzație grea, de greutate în stomac, care anunță o cădere iminentă în gol – senzația pe care o ai când scara de sub tine începe să se clatine. Tot felul de gânduri și emoții s-au năpustit asupra mea. *Ce? O, nu... Nu după toate astea...*

## TRĂIEȘTI SAU DOAR EXIȘTI?

*Eu... eu credeam...* Inima mi s-a strâns. Mă simțeam disperat, trădat, părăsit de Dumnezeu. Sentimentul că noi am eșuat – că nu ne-am rugat suficient sau că nu am crezut suficient. Simțeam că sunt la doar câteva clipe distanță de o prăbușire lăuntrică totală. Părea inevitabil.

Aceste momente nu sunt o progresie rațională, calculată a gândurilor; seamănă mai degrabă cu a fi aruncat peste bord dintr-o plută în plină furtună. Vine repede și cu furie, dar curentul te trage întotdeauna spre pierderea inimii. De cele mai multe ori suntem luați de val; cedăm, ne pierdem inima și abia mai târziu reușim să ieșim din nou la suprafață. Unii nu reușesc niciodată să se salveze.

## OCHI CARE SĂ VADĂ

Când Spillane tratează marinari răniți în largul mării, primul lucru pe care îl evaluează este gradul lor de conștiență. Nivelul cel mai înalt, numit „alert și orientat de patru ori”, descrie aproape pe oricine în situații obișnuite. Persoana știe cine este, unde se află, cât e ceasul și ce s-a întâmplat recent. Dacă cineva suferă un traumatism cranian, primul lucru pe care îl pierde sunt evenimentele recente – „alert și orientat de trei ori”, iar ultimul lucru pe care îl pierde este identitatea. Despre o persoană care a pierdut toate nivelurile de conștiență, până la identitate, se spune că este „alert și orientat de zero ori”.

Când John Spillane se trezește în apă, el este alert și orientat de zero ori. Înțelegerea lui despre lume se reduce la simplul fapt că există, nimic mai mult. Aproape simultan, înțelege că simte o durere sfâșietoare. Pentru multă vreme, asta e tot ce știe. (*Furtuna Perfectă*)

John Spillane este un parașutist de salvare trimis în Atlanticul de Nord, în cea mai cumplită furtună a secolului al XX-lea – *furtuna perfectă*, așa cum a fost numită în cartea și filmul care au apărut mai târziu, ca să salveze un pescar pierdut în larg. Când elicopterul lui se prăbușește, este nevoit să sară în întunericul absolut de la o înălțime necunoscută, iar când lovește apa, viteza e atât de mare încât e ca și