

Maria si Marta

revista surorilor



Nr. 14 Iulie 2006

„Binecuvântat să fie Dumnezeu, Tatăl Domnului nostru Isus Hristos, care ne-a binecuvântat cu tot felul de binecuvântări duhovnicești, în locurile cerești, în Hristos”

Efeseni 1:3

**BISERICA CREȘTINĂ BAPTISTĂ „GOLGOTĂ”
ȘOS. NICOLAE TITULESCU, NR. 56A, SECT. 1**

Spitele roții

Ce spune Biblia despre...

Siguranța pe care o ai ca și credincios

« Dacă Îl mărturisești, deci, cu gura ta pe Isus ca Domn și dacă crezi în inima ta că Dumnezeu L-a înviat din morți, vei fi mântuit. »

Romani 10 :9

« Adevărat, adevărat vă spun că cine ascultă cuvintele Mele și crede în Cel care M-a trimis are viața veșnică și nu vine la judecată, ci a trecut din moarte la viață. »

Ioan 5 :24

« Dar lucrurile acestea au fost scrise pentru ca voi să credeți că Isus este Hristosul, Fiul lui Dumnezeu și crezând, să aveți viața în Numele Lui. »

Ioan 20 :31

Când omul se întoarce la Dumnezeu și se hotărăște pentru o viață nouă – fu întrebat odată un credincios – care dintre daruri încep a lucra mai întâi în viața lui: credința, căința, frica de iad sau nădejdea ori Harul lui Dumnezeu ?

- O, dragul meu, răspunse credinciosul, eu îți voi răspunde la această întrebare dacă îmi vei spune și tu care din spițele roții se mișcă mai întâi când carul pleacă la drum ?.

- Toate deodată – răspunse omul !

Precum spițele roții pleacă toate deodată când carul pornește la drum, tot așa se întâmplă și cu întoarcerea la Dumnezeu.

Când vântul Duhului Sfânt suflă peste viața unui om, încep a se mișca deodată « spițele roții ».

Atunci toate darurile cerești și sufletești se pun în mișcare.



FEREAȘTRA CUNOAȘTERII DE SINE (2)

Prelucrat de Daniela Mariș după un material de la TCM International, folosit cu permisiunea Prof.Asoc. Suzanne G. Twist

Am văzut în numărul trecut care sunt cele patru secțiuni ale ferestrei cunoașterii de sine: zona publică (1), zona „petelor oarbe” (2), zona privată (3) și zona necunoscută (4). Vom putea beneficia de pe urma acestei unelte a autocunoașterii dacă ne vom pune câteva întrebări, într-o atmosferă de închinare, în fața Domnului, și vom încerca să dăm cu onestitate răspunsurile, cerându-I lui Dumnezeu să ne cerceteze inimile.

Iată câteva seturi de întrebări pe care să ni le adresăm și câteva referințe biblice la care să medităm:

1. Zona publică: Caracteristicile temperamentale pentru care sunt cunoscut sunt negative sau pozitive? Cu alte cuvinte, când cineva vorbește despre mine, rememorează mânia, vorbele repezite și privirea tăioasă, sau blândețea, privirea deschisă și zâmbetul cald? Dacă prima variantă este adevărată, ce spune asta despre inima mea, despre motivațiile mele și despre atitudinea mea față de cei din jurul meu, fie ei membri ai familiei, frați și surori din biserică sau vecini? Pe de altă parte, dacă am un defect vizibil, ce efect va avea acesta asupra mea? Va afecta acesta lucrarea pe care o fac pentru Domnul? Dacă da, ce părere are Dumnezeu despre acest lucru? Mă poate ajuta exemplul lui Moise?

Referințe: 1 Samuel 16:7; 2 Corinteni 10:7; Exodul 4:10-17.

2. Zona „petelor oarbe”: Există lucruri pe care eu nu le știu despre mine? Care ar fi acelea? Cui ar trebui să mă adresez ca să îmi spună adevărul despre mine? Dacă acela este Dumnezeu, ce crede El despre mine? Care sunt lucrurile care Îl întristează, Îl ofensează sau Îl supără la mine? Primesc răspunsuri la aceste întrebări citind Scriptura și aplicând-o la viața mea.

Alte întrebări la această secțiune ar fi: Știu să mă port cu ceilalți, am maniere plăcute? Vorbesc prea mult despre mine sau bârfesc despre alții? Știu să comunic eficient cu cei din jurul meu, sau îi întrerup de fiecare dată când vor să spună ceva? Dacă îi întreb pe cei din jurul meu care sunt lucrurile care îi deranjează la mine, sunt gata să primesc răspunsurile lor? Ce se va întâmpla după aceea, mă voi răzbuna pe ei, relația cu ei se va schimba, voi încerca să explic cum văd eu lucrurile, voi lua în considerare observațiile și voi încerca să mă schimb, sau voi reacționa cu supărare indiferent de atitudinea cu care mi s-au spus acele lucruri?

Referințe: 2 Cronici 16:7-10a; Proverbe 15:31,32; Proverbe 19:20; Matei 7:3-5; Luca 22:34; Apocalipsa 3:17.

3. Zona privată: Informațiile pe care le păstrez exclusiv pentru mine sunt păcate ascunse sau doar situații care nu prezintă nici un interes pentru ceilalți? Sunt

eu consecvent cu mine însumi? Pot să stau cu fruntea sus în fața lui Dumnezeu pentru toate deciziile pe care le-am luat? Care a fost motivația mea interioară atunci când m-am comportat într-un anumit fel cu soțul/soția, cu vecinul, cu fratele/sora? Ce spune Dumnezeu despre aspirațiile, dorințele, visurile mele? Ce spune modul în care îmi petrec timpul meu privat despre convingerile și valorile mele?

Referințe: Proverbe 15:11; Proverbe 20:27 (se aplică și zonelor 2 și 4); Proverbe 27:19; Proverbe 30:11-14, în special v.12; Isaia 5:21; Isaia 29:15; Matei 23:25-28; Romani 2:16; 1 Ioan 1:9.

4. Zona necunoscută: Cum m-aș comporta dacă aș deveni peste noapte foarte bogat? Ce aș face dacă, dimpotrivă, aș sărăci pe neașteptate, în urma unei calamități sau a unui faliment? Cum aș putea să mă pregătesc mai bine spiritual și sufletește, ca să fiu mai stabil și mai greu de „luat de val”? Cum voi face față, de exemplu, căsătoriei? Cum voi face față bătrâneții? Ce efect ar avea asupra mea durerea sau o altă suferință?

Referințe: Faptele Apostolilor 1:24-25; Filipeni 4:11b-13.

După cum observăm, unealta prezentată este într-adevăr, o fereastră. Ea ne deschide o perspectivă proaspătă asupra relației noastre cu noi înșine, cu cei din jurul nostru și, cel mai important, cu Dumnezeu, perspectivă care merită explorată. Să o folosim în timpul nostru de rugăciune, în timpul de autoanaliză, și Dumnezeu va lucra la șlefuirea caracterului nostru, spre slava Sa.



La originea cuvântului „caracter” este semnul sau „litera” făcută în piatră sau metal cu dalta sau priboiul gravorului. Caracterul nu se ștergea, ci rămânea uneori peste veacuri. Așa ceva este și la om. Caracterul este o „înscrisoare” în lăuntru lui, care rămâne și îi direcționează gândurile, gusturile, năzuințele, acțiunile și întregul lui comportament.

Femeile Noului Testament

Rubrică realizată de *Marioara Itoafă*

Femeia samariteancă

(continuare din nr.13)

Mărturisirea femeii

Deși această femeie era o păcătoasă, trăia în păcat după Legea lui Moise era totuși evlavioasă, interesată de felul cum trebuie să se închine lui Dumnezeu. Domnul Isus îi spune că El este Hristosul, cel ce trebuia să vină în lume să aducă eliberare spirituală, să facă posibilă închinarea înaintea lui Dumnezeu pentru orice om, în orice loc, în **Duh** și în **Adevăr**. Femeia înțelege că are o oportunitate minunată să stea de vorbă cu însuși Fiul lui Dumnezeu, Mântuitorul lumii. Este prima persoană la care Domnul Isus, în Evanghelia după Ioan, I se descoperă pe Sine ca Mesia. Nu numai că l-a acceptat pe Isus ca Mesia Cel așteptat ci această femeie a și fost primul mesager care l-a mărturisit pe Domnul samaritenilor. Viața femeii samaritence s-a schimbat radical, în inima femeii s-a deschis un izvor de apă vie și astfel ea a devenit un mesager prețuit pentru poporul său.



Ea crede în Mesia și plină de emoție și bucurie, aleargă și cheamă pe consăteni spunându-le: "*Veniți de vedeți*". Și oamenii au venit, au văzut, au stat de vorbă cu Isus, l-au rugat să rămână la ei și mulți au crezut în El ca fiind Mântuitorul, și în acest fel ei au primit mântuirea.

Succesul mărturiei femeii este accentuat de Ioan care spune că „*Mulți samariteni din cetatea aceea au crezut în Isus din pricina mărturiei femeii*” (4:39).

Desigur că dialogul purtat între Domnul Isus și femeia samariteancă a fost o lecție deosebită și pentru ucenicii Domnului, le-a arătat cum trebuie să treacă peste prejudecățile locului când este vorba de mântuirea celor pierduți.

Întâlnirile Domnului Isus cu femeile ilustrează nu doar respectul Său față de ele ca persoane dar și aprecierea Sa pentru curajul, inteligența și credința lor.

Și noi trebuie să ne uităm țintă la Domnul Isus și să învățăm din trăirea Lui pe acest pământ. Domnul Isus, a depășit orice barieră rasială, etnică, culturală și religioasă atunci când a conversat cu femeia samariteancă. Dumnezeu nu face deosebire între oameni, astfel că și noi trebuie să-I urmăm exemplul. Cei credincioși trebuie să-I aducem Tatălui și Mielului ceresc o închinare în Duh și Adevăr.

Numără binecuvântările

Numără binecuvântările și nu încercările;
Numără câștigurile și nu pierderile;
Numără bucuriile și nu tristețile;
Numără prietenii și nu dușmanii;
Numără zâmbetele și nu lacrimile;
Numără curajul și nu frica;
Numără faptele bune și nu cele rele;
Numără sănătatea și nu bogăția;
și în toate bazează-te numai pe Dumnezeu!

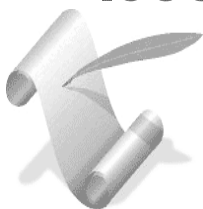


Alegerea lui Iuda

Un om l-a întrebat odată pe un mare teolog: “De ce l-a ales Isus pe Iuda Iscarioteanul să-l fie ucenic?”

Teologul nedumerit a răspuns: “Eu nu știu, dar am o întrebare și mai grea: De ce m-a ales Isus pe mine?”

ISUS ȘI CELE ZECE PORUNCI



„Să nu-ți faci chip cioplit...”

Exodul 20:4-6

DUMNEZEU ESTE DUH

A doua poruncă are ca scop de a păzi veritabilul sens spiritual adus cultului lui Dumnezeu. Interdicția de a fabrica imagini ale lui Dumnezeu este o barieră contra idolatriei. Tendința idolatriei s-a prezentat la fiecare clipă în istoria poporului ales. Când a venit Isus, El a afirmat: „Dumnezeu este Duh”. Numai cunoscându-L așa cum este, noi Îl putem adora și servi cum se cuvine.

Cu ce se aseamănă Dumnezeu? Cum caută oamenii să și-L imagineze? Ca un om sau ca un animal? O statuie de piatră sau un înger de foc? Dacă oamenii își pun astfel de întrebări, este pentru că ei n-au dat atenție mesajului Bibliei; pentru că ei nu cunosc pe Dumnezeul lui Isus Hristos.

A. Pentru ce această poruncă?

1. Contra idolatriei:

- Este absolut imposibil a prezenta pe Dumnezeul infinit, fără o formă vizibilă. Nici o imagine nu poate exprima măreția și sfințenia Lui.
- Falsificarea imaginilor, pentru a reprezenta pe Dumnezeu antrenează o deformare a cunoașterii Lui, făcând din Dumnezeu un obiect pe care oamenii îl pot vedea, atinge, manipula. Aceasta conduce la degradarea și coborârea lui Dumnezeu la măsura omului. Un asemenea Dumnezeu nu poate inspira adorare, respectare și minunare.
- Idolatria merge cu toate felurile de corupții. Apostolul Pavel o remarcase la păgânii din timpul său (Romani 1:23-25). Dreptatea și sfințenia nu poate fi cultul idolilor.
- Pericolul idolatriei în Israel venea de acolo că Israelii dădeau imaginii locul lui Dumnezeu, însă El nu poate conviețui cu idoli.

2. Un Dumnezeu gelos (Exod 20:5-6)

Prea adeseori se înțeleg greșit aceste cuvinte. Ele înseamnă că Dumnezeu iubește pe om cu o iubire arzătoare. El este Creatorul lui, Liberatotul lui. El are drept la iubirea și fidelitatea omului. Dumnezeu nu poate admite ca un rival să-I ia locul în inima noastră. Dacă El este gelos este pentru că vrea binele oamenilor și știe că ei nu pot cunoaște viața decât iubindu-L.

3. Adevăratul cult (Ioan 4:7-10; 19-24)

Femeia pe care o întâlnește Isus era însetată de Dumnezeu. Ea suferea de a nu putea fi în legătură cu El. Suferința ei nu venea din faptul că era o „eretică”. Ea era de părere că ajunge puțină religie ca să fie în legătură cu Dumnezeu. Dar Isus o face să înțeleagă că prezența lui Dumnezeu nu este legată de practici sau datini religioase, sau un sanctuar oarecare, identic cu cel de la Ierusalim. Dumnezeu vrea ca mai întâi să locuiască în noi. El poate fi adorat pretutindeni și la orice moment. Dar pentru a putea fi prezent în noi, implică un răspuns din partea noastră: *încrederea, iubirea, supunerea*, deci renunțarea la păcat. Adevăratul cult este de ordin spiritual: el nu este legat de slujbe religioase. El este dăruirea noastră înșine lui Dumnezeu, aducând trupurile noastre „*ca o jertfă vie, sfântă, plăcută lui Dumnezeu*” (Romani 12:1). Această dăruire Dumnezeu o așteaptă în fiecare clipă și în toate domeniile vieții noastre.

B. ADEVĂRURI CARE NE FAC SĂ TRĂIM

1. Adevăratul cult este legătura cu Dumnezeu.

Nu este suficient să asistăm la servicii religioase, să cântăm cântări și să spunem rugăciuni pentru a adora pe Dumnezeu. Toate aceste lucruri pot fi mijloace de adorare, deși ele pot fi doar gesturi deșarte sau acțiuni de rutină, incapabile să ducă la comuniune cu Dumnezeu. Pentru a adora pe Dumnezeu în Duh și adevăr, trebuie să fim conștienți de prezența Sa, ca o persoană vie, Domnul și Mântuitorul nostru. Adorând, noi vom fi cuprinși de sfințenia lui Dumnezeu, de puterea Sa, de îndurarea Sa și de gloria Sa.

2. Dumnezeu este întotdeauna aproape.

Pretutindeni. Oriunde ne-am afla, putem fi siguri de prezența Sa și de prietenia Sa. Domnul răspunde celui care-L cheamă și-i dă lumina Sa, adevărul Său și iubirea Sa.

3. Relevându-se nouă, Dumnezeu ne arată cum trebuie să-L adorăm.

Pentru că Dumnezeu este Tatăl nostru ceresc, putem veni în fața Lui cu încredere și siguranță ca niște copii. Pentru că El este sfânt, trebuie să venim în fața Lui cu teamă și respect. Pentru că El este Domnul tuturor, trebuie să-I oferim ascultarea și consacrarea noastră. Pentru că El este Cel atotputernic, trebuie să ne apropiem de El cu umilință și credință, conștienți de nevrednicia noastră, dar siguri de îndurarea Lui. El este cel care ne invită și ne îndeamnă să venim la El.

De citit: *Deuteronom 5:1-10; 2Împărați 17:6-14; 1Împărați 19: 1-3, 9-12; Faptele Apostolilor 17:22-31; Psalmul 139:1-12; Psalmul 46:1-11; 1Corinteni 2:6-16.*

(Studii biblice – I. Hodoroabă)

Cu dorul iubirii

Isuse, ce cântec să-ți cânt
din pieptu-mi în care mai bate
o inimă plină de-avânt,
de visuri și doruri curate?

O, Doamne, ce dar să-ți ofer
să nu se-nvechească prin vreme?
Iubirea fierbinte cu dorul de Cer
ce nu va-nceta să te cheme.

Isuse, ce gânduri să-ți scriu
de Tine să fiu mai aproape
la fel ca și Moise-n pustiu
în oaza cu iarbă și ape?

Ce vorbe în rugă să-Ți spun
să capăt prin ele putere,
când multe poveri mă răpun
și nu mai găsesc mângâiere?

De brațul Tău sfânt eu mă prind
ca mugurul tânăr de-o rază,
să fiu ca un sacru colind
ce ține o inimă trează.

Corneliu Livanu

Reflecții și concluzii

2Timotei 3:16-17 „*Toată Scriptura este insuflată de Dumnezeu și de folos ca să învețe, să mustre, să îndrepte, să dea înțelepciune și neprihănire, pentru ca omul Lui Dumnezeu să fie desăvârșit și cu totul destoinic pentru orice lucrare bună.*”

Reflecții:

- Biblia este manualul pentru întreținerea vieții.
- A fost scris de Creatorul și Mântuitorul nostru prin oamenii inspirați de El.
- Cunoscându-ne în întregime, El ne arată cum să reușim în viață, nu urmărind standardele lumii ci pe ale Sale.
- Manualul Său definește păcatul ca fiind problema noastră fundamentală, dându-ne în același timp, soluția lui Dumnezeu care este egală cu „credința în Isus, Domnul și Mântuitorul nostru.”
- Acest manual ne spune că El a murit și a înviat pentru a plăti vina păcatului nostru.
- El ne asigură că Duhul Sfânt care locuiește în noi, ne umple și ne va transforma după chipul lui Hristos. În măsura în care ne vom lăsa prelucrați de El.
- El ne dă principii generale ca și porunci specifice, care aplicate ne vor ajuta să trăim cu înțelepciune.

Concluzii:

- Oh, mai avem încă mâini murdare și încheieturi julite și va mai trebui să cugetăm la acest manual pentru a-i înțelege termenii neobișnuiți.
- Duhul Sfânt ne va învăța, consultând manualul lui Dumnezeu cât mai des.

*Cuvântul Tău e Adevăr etern
Curate slove-n pagini se aștern
Cartea Sfântă-i călăuza tinereții
Și sprijin tare-n anii bătrâneții.*

(Watts)

Culegeri din „Meditații asupra Cuvântului lui Dumnezeu”

Aristița Drăgan

DESPRE MÂNIE - III

(continuare din nr. 13)

Am vorbit până acum despre „mânia care manipulează” și despre „mânia care avertizează” în legătură cu pericolul unei manipulări și am dat ca exemplu pentru acest al doilea tip, mâniile Domnului Isus. Ambele sunt mâni controlate.



Dar să ne întoarcem la mâniile necontrolate, de tipul “caietele de pe masă”, însoțite de un sentiment de vină. Este vorba de o suprareacție în fața unui pericol necunoscut, din subconștient, practic o enervare sau “iuțime” cum i se spune în Biblie (Efeseni 4:31-32).

Eu cred că enervarea ascunde întotdeauna un păcat personal. Păcatele sunt ca niște aisberguri, din care nu vedem decât o mică parte, restul rămânând ascuns în adânc. Pocăința noastră este de multe ori superficială: nu punem mâna pe întreg păcatul nostru, cu toată grozăvia lui. De aceea recidivăm, cădem mereu în greșală. “Inima omului este nespus de înșelătoare și de deznădăjduit de rea”. Ea are mecanisme foarte puternice și bine puse la punct pentru a se apăra de lucrurile penibile și amenințătoare pentru Eul nostru. Nu știu care este relația între acestea și păcat, dar știu un lucru: de câte ori am reușit să conștientizez adevărata natură a păcatului meu, starea de enervare se dezamorsa (pericolul nu mai era necunoscut, deci nu mai era nevoie să suprareacionez). În plus, reacția mea era controlabilă și puteam să o dirijez împotriva pericolului.

Dar despre ce păcat putea fi vorba în acea enervare “caietele de pe masa”? Hai să încercăm împreună un exercițiu de conștientizare.

Deci, păcatul meu ar putea ...O clipă! Parcă era vorba de păcatele fetelor, nu de ale mele! Fie ce-o fi, am de partea mea un Mântuitor care poate și vrea să ia asupra Lui chiar și păcatul pe care-l caut. Amin!

Încep prin a face imediat, rapid, o listă de păcate probabile, pe care să o analizez mai târziu:

- autoritate ignorată. Țsta nu este un păcat, e o frustrare, mai bine scriu „mândrie”,
- disperare. Nu e păcat, mai bine scriu „slaba credință”,
- lipsa de răbdare, încăpățănare,
- lipsa de blândețe,
- lipsa de dragoste,
- răutate, răzbunare, ...

Acum să analizez:

- mândria – incredibil, dar adevărat în cele mai multe cazuri de enervare: mândria de a nu recunoaște eșecul în educația pe care ai dat-o, mândria de a vrea să rezolvi singur, fără Dumnezeu, problema cu care te confrunți.
- lipsă de credință - adică nu puteam să am mai multă încredere în Dumnezeu că va lucra El, ce nu pot eu?
- lipsă de răbdare – răbdarea de a lăsa pe Dumnezeu să lucreze după planul Lui...

Din păcate, nemaifiind sub puterea acelei iritații, îmi este greu, aproape imposibil să mai sesizez în dreptul căruia păcat analizat s-ar fi dezamorsat enervarea mea. Duhul Sfânt să vă călăuzească în căutări de felul acesta.

Am discutat despre mâniile „corecte”, mâniile manipulative și enervări. Vom întâlnii însă și combinații de mâniile „corecte” cu enervări. Să luăm, de exemplu, mânia celui înșelat în încrederea acordată. Pericolul îl surprinde și persoana suprareactionează, bineînțeles fără sentiment de vină. Dar mânia aceasta poate fi uneori însoțită de enervare, de iritare, care probabil ascunde un viciu de acordare a încrederii: fie principiul care a stat la baza acordării acestei încrederi, fie limitele în care a fost ea acordată au fost greșite.

Oricare ar fi însă natura mâniilor, eu cred că noi ar trebui să încercăm să le eliminăm din viața noastră. Este dificil să facem deosebirea între o mânie “corectă” și una “vinovată”, așa cum este dificil să controlezi momentul din care “un pic de vin” devine “prea mult vin”. Și, așa cum unele comunități de credincioși au hotărât să se oprească de la băuturi alcoolice, deși ele pot fi, în sine, remedii bune pentru “desele noastre îmbolnăviri”, tot așa ar trebui și noi să ne hotărâm pentru a ne opri de la mânie. Dumnezeu să ne ajute la aceasta!

Anca Șerban

Biserica Golgota - București



Viața cotidiană în vremurile biblice

M.C. Tenney

- Femeile cu putere în Israel -

Majoritatea evreicelor n-au avut niciodată acces la o responsabilitate publică, dar există câteva excepții. Scriptura ne citează și ne prezintă mai multe femei ilustre în domeniul politic, militar sau religios.

Eroine militare



Cele două eroine militare celebre din Vechiul Testament sunt Debora și Iael. Și una și cealaltă au contribuit la același lucru. Dumnezeu a vorbit prin Debora ca să semnaleze generalului Barac modul în care cananiții puteau fi învinși. Barac a acceptat să-i atace și cananiții au fost puși pe fugă. Totuși, generalul lor Sisera a fugit pe jos. Iael l-a văzut, s-a dus să-l salute și l-a invitat în cortul ei unde l-a adormit. În timpul somnului lui, Iael i-a bătut un țăruș de cort în cap ca să-l omoare. (Jud.4 și 5)

Într-un alt moment, mai multe femei au participat la apărarea orașului lor Tebeț împotriva agresorilor. Conducătorul acestora, Abimelec, s-a apropiat de poartă ca să-i dea foc. Una din femei l-a zărit și i-a aruncat o piatră de moară în cap; aceasta grea fiind, i-a spart capul. Rănit mortal, i-a poruncit celui care îi purta armura: "Scoate sabia și omoară-mă, ca să nu se spună despre mine. L-a omorât o femeie" (Jud. 9:54). Atacul a fost anulat. Generațiile ulterioare au onorat-o după merit pe această femeie neidentificată ca autoare a acestei victorii (2Sam. 11:21).

În epoca lui Isus, evreii povesteau o istorie populară cu privire la o văduvă bogată numită Iudita, care era evaluată și frumoasă. Israel fusese invadat de o armată asiriană condusă de generalul Holofern, care a asediat unul din orașele evreiești, i-a tăiat căile de aprovizionare și i-a dat cinci zile ca să se predea. Iudita și-a încurajat concetățenii să se încreadă în Dumnezeu că le va da victoria, apoi s-a îmbrăcat în haine foarte frumoase și i-a făcut o vizită lui Holofern. Generalul a găsit-o foarte frumoasă și i-a cerut să revină în fiecare zi. În ultima noapte înaintea zilei în care trebuiau să se predea evreii, Iudita era singură cu Holofern. El a băut mai mult ca de obicei și în timp ce dormea după beție, Iudita a luat sabia, i-a tăiat capul și l-a pus într-un coș înainte de a se întoarce în oraș. Dimineața, asirienii și-au găsit conducătorul mort, iar evreii au repercutat o victorie ușoară.



Sfaturi practice

Cum să păstrezi valoarea nutritivă a alimentelor

- Știi că dacă tai salata verde cu cuțitul, frunzele se oxidează și își pierd din calități? Mai bine rupe frunzele una câte una.
- Mai bine fiert sau fript decât prăjit. Și mai bine, gătește la aburi în loc să fierbi, dacă este vorba de legume: în acest fel vei păstra toate vitaminele care, în cazul unor tipuri de preparare, se pierd.
- Prepararea înăbușită a alimentelor înseamnă că valoarea nutritivă a acestora va scădea mult prin gătire. Rezultate mai bune obții dacă folosești pentru înăbușire un vas de fontă și îl acoperi cu un castron metalic în care pui apă rece.
- Când tai legumele în vederea fierberii, este preferabil să le tai mai mari, ca să reduci consumul de vitamina C. De asemenea, nu le fierbe până se înmoaie prea tare, deși unora s-ar putea să le placă mai mult așa. Cu cât sunt ținute mai mult pe foc, cu atât își pierd calitățile nutritive și mai ales conținutul de vitamine.
- Dacă vrei să păstrezi nu doar proprietățile, ci și gustul cărnii, pune-o în apă când aceasta fierbe. Dacă pui carnea de la început, cea care capătă savoare și își însușește o parte dintre nutrienți este zeama (din acest motiv se prepară astfel supele și ciorbele).

Știați că...

- **Gulia** este o legumă folosită atât ca aliment cât ca și medicament? Ea conține vitaminele A, B, C, mineralele arsenic, calciu, cupru, fier, fosfor, iod, magneziu, potasiu, sulf.
- **Mazărea** este nu numai un aliment, ci și un medicament folosit pentru sănătatea noastră? Ea conține vitaminele A, B, C și minerale fier, fosfor, potasiu.

Pagina gospodinelor



Ghidul plantelor aromatice

„Oare cum să fac? Le toc, le rup sau le zdrobesc? Le pun de la început în mâncare sau la sfârșit?” Plantele aromatice pot fi împărțite în două mari categorii: lemnoase și verdeață. Câteva din caracteristicile lor vor fi prezentate mai jos.

Planta	Caracteristici	Folosire	Merge cu...
Lavanda	<i>Dulce, cu flori, cu iz ușor mentolat și de lamâie, cu buchet amărui și aroma foarte persistentă</i>	<i>Folosește floarea întregă și frunzele tocate, proaspete sau uscate</i>	<i>Preparate franțuzești, macaroane. Păstrează în borcanul cu zahăr fire uscate, mărunțește în aluaturi.</i>
Roinița	<i>Aroma subtilă de mentă, combinată cu aromă de mere coapte</i>	<i>Frunzele trebuie tocate mărunt, fiindcă sunt cam ațoase.</i>	<i>Preparate din carne de porc și miel, salate proaspete de vară, cu cușcuș, roșii pătrunjel</i>
Cimbrisor	<i>Miros plăcut, cald, aromă de lămâie și gust ușor amărui</i>	<i>Desprinde frunzele între degete sau folosește firele întregi</i>	<i>Preparate cu carne de pui, pește și fruct de mare; în deserturi cu fructe și la biscuiți</i>
Maghiran	<i>Dulce, cald și ușor picant</i>	<i>Desprinde frunzele între degete și apoi toacă sau sfărâmă. Aduagă spre sfârșitul gătitului, căci este foarte delicat.</i>	<i>În preparate cu ou, pui, ciuperci sau salate.</i>
Tarhon	<i>Aromă puternică și persistentă, dulce, de anasn. Este suficientă o cantitate mică.</i>	<i>Folosește doar frunzele, pentru feluri mai delicate și codițele (tocate) în ciorbe sau preparate mai consistente.</i>	<i>Preparate cu pui, pește și ouă. Se folosește mult în bucătăria franțuzească.</i>

La multi

ani!

Salutăm surorile născute în luna August cu

Psalmul 84 : 11

„Caci Domnul este un soare si un scut, Domnul da indurare si slava, si nu lipseste de niciun bine pe cei ce duc o
viata fara prihana”

ACHIM Victoria	HAURES Matilda	PETKOVA Iliana
ANGHEL Elena	IONESCU Vasilica	PETRE Gherghina
ANTON Lidia	ITOAFA Marioara	POPILIAN Georgeta
BADINA Margareta	JURJEU Maria	PRAVALICI Lucretia
BALATICA Rodica	MADUTA Sanda	PURICE Elena
BIVOLARU Elena	MAFTEI Aurelia	PUSCAS Silvia
BRAD Daniela	MARA Ioana	RADUTA Iuliana
BRAD Mădălina Florentina	MIRON Maria	RUS Maria
BUCURESCU Violeta	NICA Mitana	SAVENCU Luiza
CAPOTA Cornelia Daniela	NICOLAE Elena	SIMIOANA Marinela
CIORNEI Maria	OAIE Vetuta	SIMION Carmen
CLIPA Luminita	OLARIU Lizica	SLOTEA Maria
COCAR Rodica	ORMANGI Vasilica	SOCACIU Floarea
CORICOVAC Elena	PADURARIU Elena	STOCHIAN Gabriela
DASCALIUC Daniela	PALTANISEANU Elena	STRAINESCU Lucia
DUMITRU Stela	PAPP Aurelia	VASILE Maria I
ENACHE Roxana Maria	PAVELESCU Clara	ZAHARESCU Maria Sofia
GURALIVU Maria	PESTRITU Gherghina	ZAMFIROIU Rodica
	PETER Ana Maria	

**Vă invităm să luați parte la serviciile divine care au loc în Biserica Baptistă
„Golgota” după următorul program:**

Vineri: orele 18,00 – 20,00

Duminică: orele 9,00 – 12,00

18,00 – 20,00
