

Pr. MIHĂIȚĂ POPA

**ÎNDRUMAR PENTRU
RESTABILIREA SĂNĂȚII**

Text îngrijit și completat de
Protosinghel Sofian Ardelean

Se tipărește cu binecuvântarea
Prea Sfințitului CALINIC
Episcopul Argeșului

Ediția a patra revizuită

Editura EVANGHELISMOS
București, 2009

Coperta I: Vindecarea orbului din naștere

Coperta IV: Duminica Sfintei Cruci –
a III-a a Sfântului și Marelui Post

Prin credința în Dumnezeu putem fi tămăduiți de bolile trupești și sufletești. Rămâne doar ca noi, în fiecare clipă, să-L chemăm pe Mântuitorul Iisus Hristos să intre în lăuntrul inimilor noastre.

„Întoarceți-vă, copii răzvrățiți, și Eu voi vindeca neascultarea voastră” (Ieremia 3, 22).

Lucrarea poate fi consultată pe Internet la adresa:

www.geocities.com/indrumar

Pentru relații suplimentare, scrieți-ne la:

mihaelapopa02@yahoo.com

sau sunați-ne la telefon:

0237-275364; 0724419833; 021-3311022

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

POPA, MIHAI

Îndrumar pentru restabilirea sănătății / preot

Mihăiță Popa ; text îngrij. și compl. de Protosinghel Sofian Ardelean. - Ed. a 4-a, rev. - București : Evanghelismos, 2009

Bibliogr.

ISBN 978-973-7812-51-3

I. Ardelean, Sofian (ed.)

615.852

CUPRINS

| | |
|----------------------------|----|
| Cuvânt înainte | 9 |
| Din partea autorului | 11 |
| Introducere | 13 |
| Avertisment | 18 |

I. ASPECTE PRIVIND SĂNĂTATEA, BOALA, VINDECAREA

| | |
|---------------------|----|
| A. Sănătatea | 19 |
| B. Boala | 22 |
| C. Vindecarea | 26 |

II. ETAPELE RESTABILIRII SĂNĂTĂȚII SUFLETEȘTI ȘI TRUPEȘTI

| | |
|--|-----|
| A. Intrarea sub ascultarea unui părinte duhovnic..... | 34 |
| Cuvânt despre ascultare din Patericul egiptean..... | 42 |
| B. Rugăciunea sub ascultare | 44 |
| 1. Rugăcinea particulară..... | 44 |
| a) Rugăciunea permanentă..... | 44 |
| Efectele medicale ale rugăciunii | 55 |
| b) Citirea Sfințelor Cărți | 60 |
| Cuvânt de folos pentru citirea Sfintei Scripturi | 61 |
| Texte evanghelice de citit pentru cei bolnavi | 66 |
| c) Ostenelile trupului..... | 68 |
| 2. Rugăciunea în biserică..... | 69 |
| a. Sfintele Taine..... | 69 |
| a.1. Taina Sfântului Botez..... | 70 |
| a.2. Taina Sfintei Mirungeri | 71 |
| a.3. Taina Sfintei Spovedanii..... | 72 |
| Cuvânt despre pocăință și falsa pocăință | 77 |
| Cum se cuvine a ne păzi de păcate | 81 |
| Sfaturi în legătură cu duhovnicul și duhovnicia.... | 92 |
| Câteva din unelțirile diavolului la Taina Sfintei Spovedanii | 97 |
| Ghid pentru spovedania adulților..... | 100 |

| | |
|---|-----|
| Rugăciuni înainte de Spovedanie | 103 |
| Rugăciune după Sfânta Spovedanie | 111 |
| a.4. Taina Sfântului Maslu..... | 115 |
| a.5. Taina Sfintei Împărtașanii..... | 121 |
| Cuvânt despre folosul desei împărtașiri | 123 |
| Rugăciune înainte de Sfânta Împărtașire | 131 |
| Rugăciunile de mulțumire de după Dumnezeuasca Împărtașire | 154 |
| a.6. Taina Sfintei Cununii..... | 160 |
| Cuvânt despre uciderea de copii (avortul) | 166 |
| a.7. Taina Sfintei Preoții..... | 171 |
| b. Ierurgiile..... | 172 |
| Molitvele Sfântului Vasile cel Mare..... | 175 |
| Rugăciunile la Sfintele Moaște și la Icoanele făcătoare de minuni..... | 176 |
| Apa sfințită în Biserica Ortodoxă | 179 |
| c. Laudele, acatistele și paraclisele | 182 |
| d. Sfânta Liturghie | 184 |
| C. Postul creștin ortodox..... | 193 |
| 1. Temeiul scripturistic al postului..... | 194 |
| 2. Temeiul patristic și canonic al postului | 196 |
| 3. Cum să postim..... | 197 |
| 4. Treptele postului | 199 |
| 5. Felurile postului..... | 200 |
| 6. Durata postului..... | 201 |
| 7. Dezlegări de posturi pentru bolnavi și suferinzi .. | 202 |
| 8. Foloasele postului | 203 |
| 9. Virtuțile medicale ale postului..... | 206 |
| 10. Aspecte privind tratamentul câtorva boli | 217 |
| a. Regimul alimentar..... | 217 |
| a.1. În afecțiunile tumorale..... | 217 |
| a.1.1. <i>Rețeta preparării și efectele benefice ale grâului încolțit (germinat).....</i> | 222 |
| a.1.2. <i>Prepararea ceaiurilor pentru cancer (metastaze).....</i> | 224 |
| a.1.3. <i>Prepararea tincturii de propolis</i> | 226 |

| | |
|--|-----|
| a.2. În colite, ulcere stomacale, constipații, tulburări nervoase și ale stomacului..... | 226 |
| a.3. În bolile de inimă, hiper și hipotensiune arterială, prevenirea varicelor | 228 |
| a.4. În tratarea diabetului, a supra și subgreutății, a bolilor de ficat, ale glandelor și a sterilității... | 230 |
| a.5. În tratarea calculilor biliari și renali fără operație | 231 |
| a.6. În reumatism, artrită, artroză, sciatică, neplăceri ale încheieturilor coapsei și ale coloanei vertebrale | 233 |
| a.7. Când se dorește a se evita operațiile de apendicită, prostată și altele | 234 |
| a.8. În insomnie | 236 |
| b. Pregătirea spirituală..... | 237 |
| 11. Terapia prin plante (fitoterapia) | 241 |
| 12. Radioul și televizorul în timpul postului | 247 |

III. IMUNOTERAPIA TRUPEASCĂ ȘI SUFLETEASCĂ

| | |
|--|-----|
| A. Imunoterapia trupească..... | 252 |
| Metodica preparării și administrării autovaccinului antigripal..... | 258 |
| B. Imunoterapia sufletească | 261 |
| Aspecte privind ispita și suferința în viața creștină. | 265 |

IV. ASPECTE PRIVIND TRATAREA BOLILOR MINTALE

| | |
|---|-----|
| A. Nebunia de origine somatică (trupească)..... | 271 |
| B. Nebunia de origine demonică..... | 272 |
| C. Nebunia de origine spirituală..... | 282 |
| 1. Tristețea | 284 |
| 2. Acedia | 289 |

V. SCOPUL VIEȚII CREȘTINE

| | |
|--|-----|
| A. Scopul vieții pământești | 298 |
| 1. Bucuria vieții în Hristos | 308 |
| 2. Dragostea de Dumnezeu și de aproapele | 315 |

| | |
|---|-----|
| B. Moartea | 316 |
| Momentul morții în viața familiei creștine | 324 |
| C. Viața de după moarte | 328 |
| 1. Veacul de acum..... | 328 |
| Raiul..... | 332 |
| Iadul..... | 332 |
| 2. Veacul viitor | 335 |
| | |
| Aprecieri despre lucrarea „Îndrumar pentru restabilirea sănătății” | 342 |
| 1. Preot Profesor Constantin Galeriu | 342 |
| 2. Preot Profesor dr. Dumitru Popescu | 344 |
| 3. Protosinghel Sofian Ardelean..... | 348 |
| 4. Profesor Ionel Brandabur | 350 |
| | |
| Bibliografie | 352 |
| Anexa 1 | 355 |
| Anexa 2 | 356 |
| Anexa 3 | 357 |
| Anexa 4 | 358 |
| Anexa 5 | 361 |
| Postfață la ediția a patra | 364 |

CUVÂNT ÎNAINTE

Pentru vindecarea oamenilor este necesară dumnezeiasca pogorâre de sus, exprimată în limbajul creștin ortodox prin **harul vindecării** (darul puterii).

Legătura ruptă dintre om și Dumnezeu, datorată greutății păcatelor, nu poate fi refăcută decât numai de Fiul lui Dumnezeu, prin Sfintele Taine ce le-a instituit, prin care împărtășește putere și har, unind iarăși pe om cu Dumnezeu, precum zice Sfântul Ioan Evangelistul: „Și sângele lui Iisus, Fiul lui Dumnezeu, ne curățește pe noi de tot păcatul” (Ioan 1, 7). Tot același evangelist ne înfățișează deosebit de expresiv, în pericopa evanghelică a vindecării paralizicului de 38 de ani, că la vremea cuvenită îngerul se pogora în scâldătoare spre a demonstra că Harul lui Dumnezeu este acela care vindecă bolile și că nu apele (sau medicamentele din zilele noastre, plantele etc.) au putere tămăduitoare de sine stătătoare.

Scopul întrebării Domnului: „Voiești să te tămăduiești?” este de a ne face să înțelegem că slăbănogul se chinuiește pentru păcatele lui, după cum auzim din cele ce-i spune Iisus în biserică: „De acum nu mai păcătui, că să nu-ți fie mai rău!”. Cei 38 de ani de suferință ne arată cât de înfricoșată este pedeapsa lui Dumnezeu pentru păcătoși. Dar, pentru iertarea păcatelor, este nevoie de supunerea voinței omului păcătos față de voința dumnezeiască.

Când bolnavul pune început bun vieții sale prin Taina Spovedaniei, se rupe legătura dintre cauza și efectul bolii și îndată vinele trupului își reiau puterea lor firească, iar duhul, după legile firii, merge fără împiedicare în toate mădularele trupului. Astfel, Dumnezeu, care a zis: „Să se facă lumină!” și s-a făcut lumină, îi zice slăbănogului: „Scoală-te!” și se îndreptează îndată trupul slăbănogului, ridicându-și pe umerii săi patul și umblând.

Această carte descrie etapele restabilirii sufletești și trupești ca o completare în domeniul medicinei integrative.

Conținutul îndrumarului nu poate înlocui opinia preotului duhovnic, medicului și specialistului fitoterapeut iar conținutul său nu este destinat a servi la stabilirea unui diagnostic sau la recomandarea unui tratament. El demonstrează modul în care, prin intermediul unor simple modificări aduse atitudinii generale, stilului de viață și regimului alimentar, putem aborda în forță boala, în paralel cu urmarea strictă a remediilor spirituale ale Bisericii lui Hristos și ale artei medicale științifice și populare, ori cum la fel de bine am putea evita cu totul apariția acesteia.

Atunci când sufletul participă la pacea divină și la ordinea harului, el comunică această pace și ordine funcțiilor trupului.

Avem datoria să ne îndumnezeim firea omenească prin har și să ne transformăm personalitatea într-un mediu de acțiune a energiilor divine.

Fiecare creștin are datoria să construiască prin prezența lui Dumnezeu în ființa sa, un om nou, de la care să emane apoi, în chip firesc, o lume nouă.

„...căci, iată, Împărăția lui Dumnezeu este înăuntrul vostru” (Luca 17, 21).

I. ASPECTE PRIVIND SĂNĂTATEA, BOALA, VINDECAREA

A. SĂNĂTATEA

„Dumnezeu însuși a dat oamenilor știința vindecării, ca să se mărească întru leacurile Sale cele minunate” (Sirah 38, 6).

Imediat după ce Dumnezeu l-a făcut pe om din țărâna pământului și i-a suflat suflare de viață, sufletul și trupul său posedau o sănătate deplină, pentru că erau pătrunse de energiile divine. Astfel, Sfântul Grigore Palama notează că harul dumnezeiesc completa, prin foarte multe binefaceri, insuficiența naturii noastre. Iar Sfântul Vasile remarca: „Erau feriți de boală (...) datorită darurilor primite la creație”.

Datorită păcatului neascultării protopărinților noștri Adam și Eva, am pierdut haina de lumină protectoare dumnezeiască, trecând în această lume trecătoare și pieritoare, fiind osândiți să ducem o viață care este prada multor rele și nenorociri. Acum, sănătatea trupului, pentru orice om, nu mai poate fi un bun dobândit în mod definitiv; ea nu există niciodată în mod absolut și de fapt nu este altceva decât un echilibru parțial și provizoriu, o stare de mai puțină boală.

Sfântul Maxim Mărturisitorul notează la modul general: „O viață bine ordonată este cauză a sănătății”, în schimb dezordinile spirituale se traduc inevitabil, în suflet și trup, prin tulburări patologice.

Atunci când sufletul participă la pacea divină și la ordinea harului, el comunică această pace și ordine funcțiilor trupului, putându-se realiza chiar și la vârste înaintate o uimitoare vigoare și o tinerețe surprinzătoare.

În cazul sfinților, uneori trupul face dovada suferinței și a stricăciunii, iar alții le este dat să manifeste în corp sănătate prin harul lui Dumnezeu, transformând soarta obișnuită a materiei. Sfântul Ioan Scărarul scrie în această privință: „Atunci când omul este unit și amestecat launtric cu iubirea dumnezeiască, se vede strălucind pe trupul său ca într-o oglindă, strălucirea și liniștirea sufletului său, precum s-a petrecut cu Moise atunci când, după ce a fost cinstit cu vederea lui Dumnezeu, fața sa a devenit toată plină de lumină”. De aici putem trage concluzia că trupurile sfinților s-au făcut nesticăcioase pentru că au fost curățite de această flacără prea curată a dragostei dumnezeiești, fiind pătrunse de harul divin, dobândind astfel însușirea nesticăciunii. Fiind cei dintâi care realizează în această lume premisele transfigurării și ale Învierii asigurate întregului neam omenesc prin Hristos, ei mărturisesc înaintea tuturor oamenilor despre sfârșitul oricărei boli, despre vindecarea naturii umane totale prin „doctorul suprem al sufletelor și al trupurilor”, manifestând primele roade ale acestora și aducând o cheazășie a sănătății superioare și definitive din Împărăția cerurilor.

E firesc deci că trebuie să preferăm sănătatea, dar cu condiția ca să fie trăită în Dumnezeu și pentru Dumnezeu. Întoarcerea la sănătatea fizică are sens, după învățătura Sfinților Părinți, în raport cu scopurile ultime ale omului și cu mântuirea întregii

sale ființe, care nu este cu puțință decât prin biruința asupra păcatului. Dacă omul rămâne bolnav sufletește, sănătatea trupului nu-i slujește la nimic, căci el rămâne „trup” (cf. In. 6, 63) și nu-și folosește organele spre a-L slăvi pe Dumnezeu, luând la sfârșitul vieții pământești destinația gheenei.

Sănătatea dată de Dumnezeu și de medicină nu este aceeași. Dumnezeu vindecă atât sufletul cât și trupul, iar medicina cel mult trupul, pentru scurtă durată și precar. Deci sănătatea trupeză este provizorie, iar în sănătatea sufletească se cuprinde începutul vieții veșnice. Este importantă sănătatea sufletească și, cu atât mai însemnată, cu cât sufletul e superior trupului (Sfântul Ioan Gură de Aur).

„Dumnezeu este Cel ce dă sănătate celui ce suferă, când voiește”, zice Sfântul Varsanufie, voia Sa hotărând, așa cum am văzut, ceea ce este mai bine pentru fiecare din punct de vedere duhovnicesc. Deci sănătatea este un dar prețios de la Dumnezeu. Bogăția, fără sănătate, este pentru om aproape totuna cu ceea ce reprezintă drumul pentru un om fără picioare. În zilele noastre, rareori se întâmplă ca în trupul sănătos să viețuiască un suflet sănătos, ci în cea mai mare parte, și aproape întotdeauna, sufletul sănătos viețuiește în trupul neputincios, iar sănătatea trupului îi deschide omului ușa spre multe capricii și păcate, iar neputința trupului o închide (Sfântul Tihon Zadonschi).

Un bătrân oarecare deseori se îmbolnăvea. În cursul unui an s-a întâmplat să nu fie bolnav; bătrânul se mătrea foarte mult din această pricină și plângea zicând: „M-a părăsit Dumnezeuul meu și nu m-a cercetat” (Patericul egiptean).

„În boala ta nu fi nebăgător de seamă, ci te roagă Domnului și El te va tămădui” (Sirah 38, 9).

Un însoțitor inevitabil al vieții noastre este boala. Oricât am vrea s-o evităm, oricât ne-am strădui să ne păstrăm sănătatea, totuși, cândva, aceasta se va clătina și va cădea și, astfel ne vom îmbolnăvi, adică ne vom găsi în patul durerii: bătrâni, tineri și copii, bărbați și femei, buni și răi. Toți, fără nici o deosebire, trecem prin această „probă de foc” care este boala.

Dumnezeu îngăduie lipsurile și neajunsurile în viața noastră nu fără un scop anume; întotdeauna scopul lui Dumnezeu este relația noastră cu El. Durerea trupească are drept scop să ne determine a ne apropia de Hristos. Nu trebuie să fim dezamăgiți dacă Hristos ne refuză ceea ce Îi cerem și ne dă altceva mult mai important – mântuirea noastră sufletească. Sănătatea sufletească este infinit mai scumpă decât cea trupească.

O nenorocire gravă, o boală grea și istovitoare ne nimicește egoismul, ne face să înțelegem că nu suntem nimic și totodată ne determină să ne gândim la Dumnezeu Cel uitat de noi, să ne pocăim, să ne plângem păcatele, să alergăm la duhovnic și cu durere în suflet să cerem dumnezeiasca milă, iar la sfârșit Sfânta Împărtășanie. Atunci, și numai atunci, sufletul nostru se va ușura și va reînvia din starea de morbiditate. E mai bine ca în toată viața de aici să fii bolnav cu trupul, dar cu sufletul să fii sănătos, decât să fii sănătos cu trupul, iar cu sufletul să fii neputincios.

Pentru trup, bolile sunt o băutură amară, iar, pentru suflet, o tămăduire mântuitoare. Așa cum sarea împiedică putreziciunea cărnii și a peștelui și nu îngăduie să se înmulțească într-însele viermii, tot așa orice boală ferește Duhul nostru de putreziciunea și descompunerea duhovnicească și nu îngăduie patimilor, asemenea unor viermi sufletești, să se zămislească în noi (Sfântul Tihon Zadonschi).

Bolile trupești curăță bolile sufletești (Schimonahul Macarie). În vremea bolii noi simțim că viața omenească este asemenea unei flori care se usucă aproape imediat după ce își desface petalele și asemenea unui nor, care se risipește și nu lasă nici o urmă.

„Dacă te molipsești de vreo boală, nu te deznădădui și nu te împuțina cu duhul, ci mulțumește-i lui Dumnezeu, că El se îngrijește ca să-ți procure prin această boală un bine” (Avva Isaia).

Din lecția rostită de Mântuitorul către slăbănog: „Iată că te-ai făcut sănătos, de acum să nu mai greșești, ca să nu-ți fie ceva mai rău” (Ioan 5, 14), cunoaștem că pricinile bolilor sunt de fapt păcatele noastre și că, prin urmare, cea dintâi lecuire împotriva lor constă, întotdeauna, nu atât în picăturile prescrise de doctori, cât în picăturile care curg dintr-o inimă zdrobită și înfrântă. Boala este urmarea îndepărtării harului lui Dumnezeu de omul căzut în păcat, care este moarte a sufletului și a trupului.

Cele mai grele păcate, care au îmbolnăvit aproape în întregime societatea creștină, sunt:

- ◆ mândria;
- ◆ neascultarea (ieșirea de sub ascultarea preoților duhovnici și, implicit, a Bisericii);

◆ ateismul și indiferența, după cuvântul psalmistului: „Zis-a cel nebun întru inima sa: «Nu este Dumnezeu!»” (Ps. 52, 1).

În vremea de pe urmă, spun Sfinții Părinți, trei păcate mari vor stăpâni și vor pustii tot pământul:

- necredința în Dumnezeu;
- mândria – izvorul sectelor;
- desfrânarea, cu toate ficele ei.

Toate trei sunt simbolizate alegoric în Apocalipsă prin cei trei de șase – 666 (cap. 13, 18). Aceste zile, prevestite de Sfânta Scriptură și de Sfinții Părinți, cu mulți ani în urmă, le trăim acum.

Moartea sufletească, produsă de aceste păcate grele, a dus la apariția bolilor în care vindecarea este aproape imposibil de realizat. În boală, înainte de a apela la doctori și medicamente, folosește-te de rugăciuni (Sfântul Nil Sinaitul).

În vremea bolii, fiecare trebuie să se gândească și să spună: „Cine știe? Poate că în boala mea mi se deschid porțile veșniciei”. Cel ce se însănătoșește după boală, îndeosebi după una serioasă și primejdioasă, trebuie să simtă și să spună: „Mi s-a dat de sus un termen de amânare, ca să mă pocăiesc și să-mi îndrept viața potrivit poruncii lui Hristos”.

Sfânta Scriptură ne mărturisește că boala este urmare a păcatului strămoșesc și ne servește ca introducere sau aducerea aminte de ceasul morții (Fac. 3, 17-19). „În tot ceea ce faci, adu-ți aminte de cele de pe urmă ale tale și în veci nu vei păcătui” (Sirah 7, 38).

Dumnezeu sloboade bolile sub diferite forme și scopuri, pe care providența divină le urmărește pentru binele oamenilor:

- prin boala unor oameni se arată lucrurile Providenței și atotputernicia lui Dumnezeu în lume (Ioan 9, 3, 11, 4);

- alteori, boala este un rău preventiv, spre a nu aluneca în păcate mai mari (II Corinteni 12, 7-10);

- iar alteori boala este o răsplată a păcatelor (Exod. 15, 16; Ioan 5, 14).

Numai pe cei răi și nevrednici boala îi duce la deznădejde și păcat. Pe cei credincioși îi încearcă și le sfințește trupul și sufletul, precum în cazul lui Iov și a lui Lazăr (Ioan 11, 1-44; Luca 16, 20-22). Să nu uităm că puterea lui Dumnezeu în cei neputincioși se desăvârșește și că prin multe suferințe ne este dat să intrăm în împărăția lui Dumnezeu.

„Fiule, în boala ta, nu fi nebăgător de seamă, ci te roagă Domnului și El te va tămădui. Depărtează păcatul, tinde-ți mâinile spre faptele cele drepte și-ți curățește inima de toată călcarea de lege (...). Să aduci tămăie și jertfă de pomenire din floarea tămăiei, și junghie jertfe grase, pe cât te ajută puterile. Apoi dă rând doctorului, că și pe el Domnul l-a făcut; și să nu se depărteze de lângă tine, fiindcă și el este de trebuință, că uneori izbânda este în mâinile lui. Că și el se roagă Domnului ca să-l ajute în meșteșugul lui și tămăduire să dea spre însănătoșirea bolnavului (...). Cel ce păcătuiește față de Ziditorul său să cadă în mâinile doctorului! Domnul scoate leacurile din pământ și omul înțeleghător nu le disprețuiește.

Oare nu din lemn s-a îndulcit odinioară apa, pentru ca Dumnezeu să-și vădească puterea Sa? și El însuși a dat oamenilor știință, ca să Se preamărească întru lucrurile Sale cele minunate. Cu acestea vindecă doctorul și alungă durerea, iar spițerul pregătește din alifile sale, așa încât lucrurile Domnului

să nu contenească; și sănătatea, poruncită de El, să stăpânească pe fața pământului” (Sirah 38 , 4-15).

Esențial, pentru om în general și pentru cel bolnav în special, este ca el să obțină trezvia lăuntrică, păzirea minții și curăția inimii, singurele mijloace de a ne întoarce la harul desăvârșit al Duhului ce ne-a fost dat la început prin botez.

„Până la o vreme va suferi cel îndelung-răbdător, după aceea-i va răsări veselia”.

C. VINDECAREA

„Doamne, Dumnezeul meu, strigat-am către Tine și m-ai vindecat” (Ps. 29, 2).

„Căutați pe Domnul și vă întăriți, căutați fața Lui, pururea” (Ps. 104, 4).

Pocăința și mărturisirea noastră sinceră trebuie să facă începutul vindecării noastre. Ca să ajungem la însănătoșirea trupească, este necesar ca mai întâi minunea să se întâmple înlăuntrul nostru. Adică, mai întâi trebuie să ne lepădăm de omul cel vechi și să ne îmbrăcăm cu cel nou. Hristos se află întotdeauna aproape de noi, lângă noi, gata să ne ajute; este suficient să-L chemăm. De aceea Domnul ne avertizează: „În lume necazuri veți avea, dar îndrăzniți! Eu am biruit lumea”.

Vindecarea omului poate fi prezentată în următoarele etape:

- *vindecarea clinică*, pusă în evidență prin dispariția simptomelor de boală;
- *vindecarea paraclinică*, concretizată prin revenirea analizelor la parametrii normali;

- *vindecarea microbiologică*, constatată în urma dispariției agresorilor biologici;
- *vindecarea imunologică*, pusă în evidență de apariția anticorpilor specifici de individ;
- *vindecarea psihică*, înlătură efectele stresului;
- *vindecarea sufletească* finalizată odată cu îndeplinirea canonului dat de duhovnic și împărtășirea cu vrednicie cu Trupul și Sângele Domnului nostru Iisus Hristos;
- *vindecarea genetică*, în care Providența divină COPLEȘEȘTE suferința. „Iată toate le fac noi” (Apoc. 21, 5).

Foarte important este să parcurgem în totalitate cele șapte trepte ale vindecării, care-l vor ajuta pe om să-și pună în valoare puterile fizice și spirituale existente în ființa sa, să pătrundă în cele mai ascunse taine ale vieții, îndumnezeindu-și firea omească prin har și transformându-și personalitatea sa într-un mediu de acțiune a energiilor divine.

Pentru a fi mai convingători în ce privește necesitatea restabilirii fără răgaz a fiecăruia dintre noi, vă prezentăm didactic, la Anexa 1, schema procesului de vindecare în creștinism. De asemenea, aceasta ne va fi de un real folos și pentru înțelegerea clară a informațiilor prezentate, legate de scopul vieții creștine.

„De vei asculta cu luare aminte glasul Domnului Dumnezeului tău și vei face lucruri drepte înaintea Lui și vei lua aminte la poruncile Lui și vei păzi legile Lui, nu voi aduce asupra ta nici una din bolile, pe care le-am adus asupra Egiptenilor, că Eu sunt Domnul Dumnezeul tău care te vindecă” (Ieșirea 15, 26).

Chiar atunci când ne credem deplin sănătoși, boala se află deja în noi și va fi de-ajuns să slă-