

LBRIS

We know
books

LYSA TERKEURST

Îndrăznește
să spui
nu

CUM SĂ TE ELIBEREZI DE SENTIMENTUL
CĂ AR TREBUI SĂ LE FACI TUTUROR PE PLAC

Traducere din limba engleză de
DIANA POPESCU-MARIN

LITERA
București

LBRIS

We know
books
The Best Yes

Making Wise Decisions in the Midst of Endless Demands

Lysa TerKeurst

Copyright © 2014 TerKeurst Foundation

Publicată prin înțelegere cu Thomas Nelson,
o divizie a HarperCollins Christian Publishing, Inc.

Toate drepturile rezervate

INTROSPECTIV®

Introspectiv este parte a Grupului Editorial Litera

tel.: 0374 82 66 35; 021 319 63 90; 031 425 16 19

e-mail: contact@litera.ro

www.litera.ro

Îndrăznește să spui nu

*Cum să te eliberezi de sentimentul
că ar trebui să le faci tuturor pe plac*

Lysa TerKeurst

Copyright © 2024 Grup Media Litera

pentru versiunea în limba română

Toate drepturile rezervate

Editor: Vidrașcu și fiii

Redactor: Georgiana Harghel

Corector: Rodica Crețu

Copertă: Flori Zahiu-Popescu

Tehnoredactare și prepress: Ana Vărtosu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

TERKEURST, LYSA

Îndrăznește să spui nu: Cum să te eliberezi de
sentimentul că ar trebui să le faci tuturor pe plac /

Lysa TerKeurst; trad. din lb. engleză: Diana

Popescu-Marin. – București: Litera, 2024

ISBN 978-630-319-648-0

I. Popescu-Marin, Diana (trad.)

159.9

CUPRINS

1. Bifează a treia căsuță	7
2. Calea Celui Mai Bun Da	15
3. O agendă mult prea încărcată, un suflet dezamăgit	29
4. Uneori complic totul prea mult	45
5. Cuvântul lui Dumnezeu. Căi și miracol	63
6. Urmărește acea decizie	81
7. Frica de decizii	95
8. Cântăriți bine schimbul	113
9. Prezentați-vă la antrenament	123
10. Gestionarea dorințelor presupune înțelegerea așteptărilor	137
11. Puterea unui Nu modest	149
12. Stânjenitoarea dezamăgire născută dintr-un Nu	169

13. Dar dacă spun Nu, iar oamenii nu mă vor mai plăcea?	183
14. Cei care aleg să vadă recunosc Cel Mai Bun Da	199
15. Bucuria de a spune un Da chibzuit	211
16. Panica te împiedică să spui Cel Mai Bun Da	223
17. Cel Mai Bun Da	239
18. Când Cel Mai Bun Da din partea mea nu produce rezultatul scontat	253
19. Facem alegeri. Apoi alegerile noastre ne transformă	263
<i>Mulțumiri</i>	271
<i>Lucruri pe care n-aș vrea să le uitați</i>	273
<i>Instrumentul de urmărire a celei mai bune decizii</i>	289
<i>Note</i>	295
<i>Indice biblic</i>	299

1

Bifează a treia căsuță

Combinatia dintre un *drive-thru* și fiica mea cea mică este una periculoasă. Brooke e capabilă de multe lucruri în viața asta. Este o fată minunată, frumoasă, talentată, spirituală, generoasă. O minune de fată. Cred că am mai spus asta deja. Dar în fața unei gherete *drive-thru* intră în panică.

Chiar dacă discutăm în prealabil să-și pregătească comanda în gând, de fiecare dată ceva se întâmplă. Ori trece o veșnicie până îmi spune ce vrea. Ori se răzgândește chiar în momentul în care încep să comand ce dorește. Creează derută în mintea bietului om care îi preia comanda și care nu câștigă suficient pe oră pentru a avea de-a face cu oameni ca noi.

Mă simt îngrozitor, de parcă am încălca regulile unui *drive-thru*. Știu că îi irităm pe oamenii care așteaptă după noi. Nimeni nu claxonează, dar simt privirile și săgețile din ochi și dorința lor de a ne grăbi. Tensiunea crește până în punctul în care anticipez în orice clipă sunetul unui claxon, știu asta prea bine. Aș ieși din rând și m-aș duce în spatele cozii dacă aș putea, dar nu poți face asta într-un *drive-thru*. Există borne în asfalt care ajută la menținerea

corectă a fluxului de mașini, n-ai cum să fentezi traseul. Chiar dacă fiica ta nu se poate decide. Chiar dacă în spațele tău se întinde o coadă care înconjoară clădirea. Chiar dacă persoana care-ți preia comanda și-ar dori în sinea ei să dispari. Nu poți. Nu pot. Nu putem.

Transpir. Încep să miros a ceapă. Genul ăla de miros produs de corp când deodorantul nu e bun. Serios. Și asta numai din cauză că durează prea mult să plasez comanda la ghereta *drive-thru*.

Îmi tot spun că, dacă se mai întâmplă o singură dată, o să mă uit la ea cu toată dragostea de mamă sătulă să mai pută ca o ceapă și o să-i spun „ori comanzi acum, ori plecăm”. O să-i spun fetei de la gheretă că ne pare rău, dar nu comandăm nimic și o să urmez traseul permis până voi putea ieși din rând și voi putea pleca.

O să ies din rând, pur și simplu.

O să o duc acasă, unde o să mănâncă resturile pe care le detestă atât de tare. Sau nimic. Pentru că este o lecție pe care trebuie s-o învețe!

Și ceea ce mă uimește cel mai mult este că restaurantul la care mergem cel mai des îl conduce tatăl ei. Adică e un loc în care a mers toată viața ei. Din prima zi în pântecul meu a fost hrănită cu mâncărurile preparate ca acasă la acest restaurant. Cât despre diversitatea meniului? Ei îi place aproape tot ce se servește la acest restaurant. Am văzut-o mâncând cu plăcere multe preparate din meniu. Și deci știu că orice ar alege îi va plăcea.

Și, cu toate acestea, ea încă e ca paralizată când vine momentul să comandăm.

De ce?

Pentru că nu vrea să se trezească pe drum, după câțiva kilometri și câteva înghițituri din mâncare, să-și dea seama că de fapt dorea cu totul altceva. Nu e vorba că ar crede că mâncarea pe care a comandat-o nu e bună, ci de tensiunea pe care o simte dându-și seama că ar fi putut face o alegere mai bună. Și doar se știe că fetelor nu le place să știe că au ratat ceva. Sau că au dat-o în bară. Sau că au scăpat o anume ocazie, că au ratat ceea ce ar fi putut fi.



În timp ce mă gândesc la frustrarea pe care mi-o provoacă agitația din *drive-thru* pentru că ea nu poate să ia o decizie, sunt provocată să fiu corectă în privința propriilor zbateri legate de decizii.

Răsuflu și simt că mă copleșește un fel de sinceritate nefiltrată.

Și eu mă lupt să iau decizii. Nu vreau să ratez ocazii, să stric relații dezamăgind oamenii, nici să încalc voia Domnului. Mă străduiesc din răputeri să mențin un soi de echilibru în viața mea. Mă lupt cu preocuparea față de ceea ce vor gândi alții despre deciziile mele. Mă lupt cu temerea că neputința mea de a face absolut totul îi va trimite pe copiii mei în cabinetul unui terapeut la un moment dat. Mă lupt cu sentimentul că nu înțeleg cum pot alte femei face totul. Mă lupt cu sentimentul că îl voi dezamăgi pe Dumnezeu. Atributele apar ca niște impulsuri în mintea mea: *Sunt obosită. Sunt împrăștiată. Sunt dezamăgită de mine.*

Mă simt ușor folosită și cam prea consumată. Sunt cam copleșită și mult prea epuizată.

Acestea sunt gândurile pe care nu le recunosc decât față de mine însămi. Într-o oarecare măsură pentru că sunt o persoană pozitivă și aceste mărturisiri sunt cam prea întunecate. Prefer galbenul viu griului mohorât. De asemenea, ezit să împărtășesc aceste lucruri pentru că nu știu cum să le rezolv, așa că de ce le-aș mai aduce în discuție? În oceanul cotidian al nesfârșitelor cerințe, trebuie să recunosc că nu navighez prea lin. Așa că pun mâna pe stilou și îndrăznesc să explorez această temă ca un autor care are cea mai multă nevoie de acest mesaj.

E o perioadă grea pentru mine. Admitere în loc de omitere.

Să recunosc faptul că uneori simt nevoia de o reevaluare. De câteva minute în care să șoptesc „Doamne-Dumnezeule, chiar îmi doresc să trăiesc frumos viața. Așa că ofer și slujesc și iubesc și fac lucruri și mă sacrific. Fac totul cu inima bucuroasă, cu un carnet de cecuri generos, cu o agendă menită să facă din mine fiica Ta. Îți studiezi Cuvântul. Învelesc adevărul în inima mea și, ca un ostaș înspăimântat, dar curajos, țintesc tot mai sus, tot înainte, în fiecare zi.“

Și totuși mă încercă acest sentiment sâcâitor, că înăuntrul meu ceva nu e în regulă. Cineva mă roagă un lucru despre care știu imediat că nu este viabil. Creierul îmi spune nu. Programul îmi spune nu. Realitatea mea spune nu. Dar inima mea spune da! Apoi cuvintele îmi trădează intenția de a spune nu și, cu zâmbetul pe buze, spun „Da, bineînțeles“.

Mi-e groază să spun da, dar nu am puterea să spun nu. Mi-e groază să spun da nu pentru că n-aș ține la persoana

respectivă. Ba o iubesc chiar foarte mult. Dar mi-este groază de consecințele pe care acel da le vor avea asupra ființei mele deja epuizate.

Și continui să mă răluiesc ca și cum așa ar trebui să trăiască o femeie cu frica lui Dumnezeu, ca și cum totul s-ar rezuma la asta.

Folosesc în mod eronat cele mai puternice două cuvinte, *da* și *nu*. Îmi clătesc fața cu râvnă și sădesc chemarea de parcă aș trăi lipsită de vedere, la mila solicitărilor pe care alții mi le adresează zilnic. Percep fiecare sarcină ca și cum ar fi propria misiune.

Ai nevoie de mine? Aici sunt. Pentru că mi-e prea teamă sau sunt prea lașă sau prea ocupată sau prea *orice* pentru a fi onestă și a spune „de data aceasta nu pot“.

În aceste timpuri extraordinare, în care majoritatea femeilor flutură stindarde de autenticitate legate de trecutul nostru, ne ferim de sinceritatea privind prezentul nostru. Suntem în stare să vorbim despre toate nedreptățile trecutului, dar nu suntem în stare să recunoaștem limitările prezentului.

Și în tot acest timp acidul suprasolicitării ne macină sufletul. Iar prin găurile create se preling lacrimile chemării neîmplinite care nu s-a materializat niciodată. Am spus „da“ de atâtea ori încât am pierdut din vedere misiunile pe care eu le numesc Cel Mai Bun Da – și asta doar pentru că nu am acordat atenție avertismentelor șoptite dinăuntrul aceluia spațiu subtil.

Sunt obosită. Sunt împrăștiată. Sunt dezamăgită de mine. Mă simt ușor folosită și cam prea consumată. Sunt cam copleșită și mult prea epuizată.

Nu trebuie să confundăm porunca ce ne îndeamnă să iubim cu dorința de a face pe plac celorlalți. Și spun asta nu doar din pricina cercului vicios creat de nevoia de a face pe plac, cu toate că și acesta e un element al ecuației. Îmi lipsesc uneori ocaziile de a spune cel mai potrivit „da” pentru că pur și simplu nu înțeleg că ele fac parte din ecuație. Mă dau peste cap luând decizii și bifând căsuța cu „da” sau căsuța cu „nu”, fără a-mi da seama că există o a treia căsuță marcată Cel Mai Bun Da.

*Nu trebuie să confundăm porunca
 ce ne îndeamnă să iubim cu dorința
 de a mulțumi pe toată lumea.*

Ce înseamnă Cel Mai Bun Da veți întreba. Vom dezvălui acest lucru pe parcursul acestei cărți. Dar, sub forma lui cea mai pură, Cel Mai Bun Da înseamnă a-ți îndeplini rolul.

La biserică.

La școală.

La serviciu.

Acolo unde te afli în oricare dintre zile.

Și ce este așa de nemaipomenit să faci asta? Potrivit planului lui Dumnezeu, tu ai un rol de îndeplinit. Dacă ți-l cunoști și crezi în el, îl vei trăi. Ți vei trăi viața luând decizii filtrate prin Cel Mai Potrivit Da. Vei fi un exponat reușit al Cuvântului lui Dumnezeu mărturisit. Iubirea ta

netulburată va conferi autenticitate credinței tale. Înțelepciunea ta te va ajuta să iei decizii care vor fi la fel de neclintite și mâine. Și vei fi viu și vei fi prezent la toate acestea.

*Cel Mai Bun Da înseamnă să-ți îndeplinești rolul.
 Dacă ți-l cunoști și crezi în el, îl vei trăi.*

Ești pregătit să începi să te întrebi *Care este Cel Mai Bun Da pentru mine?*

Și eu sunt. Trebuie doar să rezolv mai întâi această mică problemă de la *drive-thru*. Are cineva vreo sugestie pentru un deodorant mai bun? Presimt că voi avea nevoie de el.

2

Calea Celui Mai Bun Da

Crăciunul care a trecut m-a găsit la fel de ocupată cum sunt de obicei în timpul sărbătorilor. În fiecare an îmi propun să mă restrâng, astfel încât să mă pot concentra acolo unde este realmente nevoie în această perioadă. Am momente în care chiar îmi reușește. Dar sunt și momente de-a dreptul jalnice.

Sincer, pot fi cea mai mare idioată.

Mă grăbeam, mă simțeam frustrată. M-am dus la Target să cumpăr hârtie de împachetat cadouri și nu știu cum se face că am cheltuit 97 de dolari pe te miri ce. Abia după ce am ajuns acasă mi-am dat seama că uitasem hârtia de împachetat pe acel mic raft de sub căruciorul de cumpărături. Când am ajuns la casă am uitat să o iau de acolo și să o plătesc. Astfel încât toate planurile mele de a asorta cutare cu cutare lucru și de a reproduce ceea ce văzusem în balamucul de pe Pinterest s-au spulberat.

Acum nu mai puteam decât să reciclez pungile pe care scria „La mulți ani“ – mototolite și uzate – pentru cadourile care trebuiau împachetate în secunda aceea, altfel întârziam la petrecerea de Crăciun. Și apoi – vai mie,

Doamne-Dumnezeule – mi-am amintit că trebuia să duc și fursecuri la respectiva petrecere.

Invitații al căror nume de familie începea cu A-M trebuiau să aducă aperitivele.

Invitații cu numele de la N la Z trebuiau să aducă deserturi.

M-a cuprins disperarea și am început să cotrobăi în cămară, de unde am ieșit cu niște ouă de ciocolată de la Paști, ambalate în folie în culori pastel. *O să zic că sunt ornamente de ciocolată*, mi-am găsit singură o scuză.

În tot acest timp, soțul meu, Art, îmi tot spunea că vrea să-i dea niște bani unuia dintre angajații lui.

„Vorbim mai târziu despre asta”, l-am repezit, înfuriată de faptul că își găsisese tocmai acel moment de panică nebună să vorbească despre generozitate. Îmi exploda creierul tot gândindu-mă cum dau și dau și iar dau și ofer și uneori mă satur să mai dau. Așa că acum duc bomboane de Paști la o petrecere de Crăciun la care nici măcar nu vreau să merg, cu cadouri împachetate în plase desenate cu baloane, pentru zile de naștere.

„Mama, de ce ai împachetat cadourile așa?” Adolescenta cu mâinile în șold habar n-avea cât de aproape eram să contramandez Crăciunul. Nu numai petrecerea. Ci toată ziua de 25 decembrie.

„A, păi asta nu e totul. Pentru desert vom duce ciocolată de Paști. Și dacă ai un singur comentariu la adresa evidenței mele priceperi în ale mersului în vizită, nu mai mergem. Auzi ce spun? Să n-aud un cuvânt. Fugi la mașină și hai să ne prefacem că murim de plăcere să mergem la petrecere.”

După care soțul meu a spus ceva despre cum nu mai poate să aștepte să discutăm despre banii de care angajatul lui avea nevoie, așa că l-am repezit din nou. „Nu vreau să ajut.”

Cunoașteți acea minunată impresie de certitudine care-ți spune fără urmă de tăgadă că ești cea mai rea persoană de pe planetă? Genul ăla de situație în care, dacă s-ar acorda diplome pentru „cea mai rea persoană”, v-ați califica pentru locul întâi în acel moment al istoriei? Asta ar fi fost momentul meu.

Eram atât de prinsă în vârtejul lucrurilor superficiale din lumea mea încât n-am auzit strigătele de ajutor din lumea altcuiva. Dumnezeu mă tot îndemnase să ascult, să ascult cu adevărat ce-mi spunea soțul meu, să mă opresc și să mă concentrez și să-i acord câteva minute. Dar am refuzat. Am trecut în viteză pe lângă. Și m-am purtat de parcă eram absolut îndreptățită să fac asta.

Soțul meu cerea bani pentru o familie deosebită pe care eu încă n-o cunoscusem. Soția abia începuse să lucreze în bucătăria restaurantului soțului meu. Veneau dintr-o altă țară și nu vorbeau engleza. Ceea ce îngreuna cererea față de ceilalți privind nevoia lor de ajutor. Nu aveau prea mulți prieteni aici. Și tocmai trecuseră prin cel mai tragic eveniment din viața lor. Fetița lor se născuse la sfârșitul primăverii cu grave complicații. Exact în dimineața respectivă pierduse lupta pentru viață.

Și în vreme ce pe mine mă stresa faptul că îmi lăsasem hârtia de împachetat la Target, o prietenă a acestei mămici i-a telefonat soțului meu să ceară ajutor pentru înmormântare.

Când mi-am dat, în sfârșit, seama despre ce vorbea soțul meu, m-am simțit cumplit de vinovată. Nu numai pentru că fusesem prea preocupată, ci pentru că avusesem o reacție atât de violentă când aflasem că dorea să discute despre a da cuiva bani.

Uneori pot fi de-a dreptul îndărătnică.

Chiar în dimineața aceea mă rugasem Domnului să mi Se arate. L-am rugat pe Dumnezeu universului să aducă revelația Lui în viața mea, după care mi-am terminat rugăciunea și am uitat să fiu atentă. Am uitat să-L caut. Am uitat să îmi acordez inima cu vocea Lui și cu invitația Lui.

Totul din cauza haosului din ziua respectivă.

Când viața nu pare a fi decât o alergătură între diferite solicitări, devenim uituci. Uităm lucruri simple, cum ar fi unde ne-am lăsat cheile mașinii sau care e ingredientul principal pentru cină, când ne repezim până la magazinul alimentar. Dar, lucru și mai supărător, uităm de Dumnezeu. Verbalizăm faptul că avem încredere în Dumnezeu și ne bazăm pe El, dar oare chiar așa e?

O modalitate rapidă de a verifica dacă acest lucru este adevărat e abilitatea noastră de a observa ceea ce Dumnezeu vrea ca noi să observăm și disponibilitatea noastră de a participa când Dumnezeu ne invită să participăm.

NU RATA MISIUNEA

Trebuie să recunosc, sunt repezită și îmi scapă deseori invitațiile lui Dumnezeu. Astăzi, la biserică, am trecut pe

lângă o femeie palidă și fără păr în cap. Un mic fior în inimă mi-a spus *Du-te și salut-o*. L-am ignorat.

Am văzut un pahar aruncat în parcarea restaurantului în care am luat masa de prânz. Știam că trebuie să-l iau de pe jos și să-l arunc la coș. Am trecut fix pe lângă el.

De vreo două săptămâni încoace simt acest impuls de a le invita pe prietenele fiicei mele la o cină specială și la o seară de studiu al Bibliei. Nici acum n-am vorbit cu ea despre asta, nici n-am stabilit o dată.

Toate acestea sunt simple acte de obediență pe care le-am ignorat. Dar nu pentru că n-aș fi fost conștientă de ele. Le-am ignorat pentru că am fost prea ocupată – prinsă în vârtejul nesfârșitelor solicitări. Iar graba ne face răzvrățiți. Știam ce am de făcut și am ignorat totul cu bună-știință.

A ignora îndrumarea lui Dumnezeu nu pare a fi ceva prea grav în aceste cazuri. În marea configurație a lumii, cât de grav poate fi faptul că nu am luat de jos acel pahar? La urma urmelor, cum pot fi sigură că la mijloc a fost Dumnezeu?

Cred că întrebarea mai potrivită ar fi *Cum pot fi sigură că la mijloc nu a fost Dumnezeu?*

Dacă ne propunem să fim femei care răspund prin Cel Mai Bun Da, trebuie să tânjim după compania neștirbită a lui Dumnezeu. Paharul n-ar fi fost mare lucru dacă eu n-aș fi încălcat cuvântul Lui. Cel care se supune cuvântului Domnului astăzi va conștientiza profund îndrumarea Lui de mâine. Îi cer mereu îndrumare lui Dumnezeu, dar n-o voi căpăta dacă îi ignor constant cuvântul.