

Vassa Larin

CAFEAUA DE DIMINEAȚĂ
365 de reflecții pentru oameni ocupați

Traducere din limba engleză de
DRAGOȘ DÂSCĂ și IOAN-LUCIAN RADU

Carte tipărită cu binecuvântarea
Înaltpreasfințitului
TEOFAN
Mitropolitul Moldovei și Bucovinei

Editura DOXOLOGIA
2018

Cuprins

Cuvânt înainte	31
-----------------------------	----

IANUARIE

<i>1 Ianuarie</i>	
Din nou început	33
<i>2 Ianuarie</i>	
Alergând în lupta Sa	34
<i>3 Ianuarie</i>	
Din tulpina lui Iesei	36
<i>4 Ianuarie</i>	
Pregătirea căii Sale	38
<i>5 Ianuarie</i>	
Înnoirea întregii creații	40
<i>6 Ianuarie</i>	
Acceptarea slujirii omenești	42
<i>7 Ianuarie</i>	
Uneori este bine să nu știi	44
<i>8 Ianuarie</i>	
El Se arată	45
<i>9 Ianuarie</i>	
Pași mici	47
<i>10 Ianuarie</i>	
Creșterea prin durere	48
<i>11 Ianuarie</i>	
De la judecare la ajutorare	50

12 Ianuarie	
Miezul problemei	51
13 Ianuarie	
Responsabilitatea = capacitatea de a răspunde	53
14 Ianuarie	
Mărturisire vs. argumentare	54
15 Ianuarie	
Neînțelegerea voii lui Dumnezeu	55
16 Ianuarie	
Menține lucrurile simple	56
17 Ianuarie	
Cei care iubesc arătarea Lui	57
18 Ianuarie	
Eu și Tainele	59
19 Ianuarie	
Nu poți face foc fără o scânteie	61
20 Ianuarie	
Strălucind în întuneric	62
21 Ianuarie	
Redefinirea succesului	64
22 Ianuarie	
Construind cu Dumnezeu	66
23 Ianuarie	
Cum să abordezi neînțelegerile	67
24 Ianuarie	
Slujirea Lui fără frică	69
25 Ianuarie	
Fii milostiv	71
26 Ianuarie	
Putere în slăbiciune	73
27 Ianuarie	
Crescând împreună cu buruienile	74

28 Ianuarie	
Familia mai întâi?	76
29 Ianuarie	
Separați din cauza relațiilor	77
30 Ianuarie	
Trăind în prezent	79
31 Ianuarie	
Scoaterea celor noi	80

FEBRUARIE

1 Februarie	
Așteptând să-L întâlnesc	83
2 Februarie	
Iubirea purtătoare de cruce	85
3 Februarie	
Uimire și predare	86
4 Februarie	
Mântuire de la ce?	88
5 Februarie	
Cerând înțelepciune	90
6 Februarie	
Coboară-te degrabă	92
7 Februarie	
Scrise pentru noi	94
8 Februarie	
Tovărășia celor puternici cu cei slabi	95
9 Februarie	
Vederea semnelor	97
10 Februarie	
Îngenuncherea la rugăciune	99

11	<i>Februarie</i>	
	Un timp pentru odihnă	100
12	<i>Februarie</i>	
	A cui împărăție?	102
13	<i>Februarie</i>	
	Deschidere spre schimbare	104
14	<i>Februarie</i>	
	Părăsirea dumnezeiască	106
15	<i>Februarie</i>	
	Întâlnirea cu El în momentul prezent	108
16	<i>Februarie</i>	
	Menținerea atenției în timpul furtunii	110
17	<i>Februarie</i>	
	Cele două mari întrebări	112
18	<i>Februarie</i>	
	Încredințarea în ajutorul Maicii Domnului	114
19	<i>Februarie</i>	
	Iertare de neînțeles	115
20	<i>Februarie</i>	
	Ușile pocăinței	116
21	<i>Februarie</i>	
	Postul, un nou început	117
22	<i>Februarie</i>	
	O frică eliberatoare	118
23	<i>Februarie</i>	
	Pregătirea pentru spovedanie	120
24	<i>Februarie</i>	
	Atenție la cuvintele mele	122
25	<i>Februarie</i>	
	Postul potrivit	124
26	<i>Februarie</i>	
	Intră în arcă	126

27 Februarie	
Un nou pom al vieții	128
28 Februarie	
Resentimentele	130
29 Februarie	
Foamea spirituală	132

MARTIE

1 Martie	
Trândăvia și deznădejdea	135
2 Martie	
Întunericul re-creator	137
3 Martie	
Sexualitatea lăsată de Dumnezeu	139
4 Martie	
Veniți să umblăm	141
5 Martie	
O tristețe mântuitoare	143
6 Martie	
Înțelepciune vs. anxietate	145
7 Martie	
A aprecia indecența	147
8 Martie	
A vedea și a crede	149
9 Martie	
Învățarea nu se termină niciodată	151
10 Martie	
Luarea deciziilor și anxietatea	152
11 Martie	
Ca tămâia	153

12 Martie	
	Binecuvântarea schimbării154
13 Martie	
	Dragostea de putere156
14 Martie	
	O arătare pentru toată lumea158
15 Martie	
	Duhul înțelepciunii Sale160
16 Martie	
	Păstrarea limitelor161
17 Martie	
	Amânarea duhovnicească163
18 Martie	
	Sâmbăta tăcută a Domnului165
19 Martie	
	Credință, dragoste și Iuda167
20 Martie	
	Dreptatea lui Dumnezeu169
21 Martie	
	Ortodoxia exterioară171
22 Martie	
	Frica bazată pe egoism173
23 Martie	
	Îndoiala de sine paralizantă175
24 Martie	
	Harul ajută la înfrânarea impulsurilor instinctive177
25 Martie	
	Acel „Fie” al Sfintei Fecioare179
26 Martie	
	Acoperirea goliciunii tatălui meu181
27 Martie	
	Castitate vs. curăție183

28 Martie	
Smerenia vindecă durerea	185
29 Martie	
Modul Său de a vedea lucrurile	187
30 Martie	
A-L vedea în Sfintele Taine	188
31 Martie	
A trăi așa cum vrea El	190

APRILIE

1 Aprilie	
Măcar pentru astăzi	193
2 Aprilie	
Să mergem iarăși	195
3 Aprilie	
Purtarea crucii celuiilalt	197
4 Aprilie	
O regulă dificilă	198
5 Aprilie	
Dragostea cea dintâi	200
6 Aprilie	
Un nou sine, un nou nume	202
7 Aprilie	
Atunci când Dumnezeu întrerupe cursul firesc al lucrurilor	204
8 Aprilie	
A te încrede în ceilalți	206
9 Aprilie	
A deschide ușa	208

10 Aprilie	
Platoșa păcii	209
11 Aprilie	
A priveghea	211
12 Aprilie	
Când munca devine laudă adusă Domnului	213
13 Aprilie	
Amânare	214
14 Aprilie	
Făgăduința de a crește	216
15 Aprilie	
Respect de sine vs. cunoaștere de sine	217
16 Aprilie	
O poveste comună	219
17 Aprilie	
Biruința celui slab	221
18 Aprilie	
A-L binecuvânta	223
19 Aprilie	
Paza gurii și a sufletului	225
20 Aprilie	
Jugul care eliberează	226
21 Aprilie	
Înnoire zilnică	228
22 Aprilie	
Iisus a plâns	230
23 Aprilie	
Singurătate	232
24 Aprilie	
Cinstire în smerenie	234
25 Aprilie	
Sfânt, nu desăvârșit	235

26 Aprilie	
Nu fi îngrijorat	237
27 Aprilie	
Înălțat	238
28 Aprilie	
Nu sunt singur	240
29 Aprilie	
Acceptând schimbarea	242
30 Aprilie	
Nu un învățător obișnuit	243

MAI

1 Mai	
Spovedania care eliberează	245
2 Mai	
Sete după Dumnezeu	247
3 Mai	
Stagnare spirituală	248
4 Mai	
A deveni real	250
5 Mai	
Rugăciunile Sfinților	252
6 Mai	
Dreapta viețuire vs. a avea dreptate	254
7 Mai	
El trece linia	255
8 Mai	
Un duh liber	257
9 Mai	
Dumnezei și oameni	259

10 <i>Mai</i>	Precum în cer, așa și pe pământ	261
11 <i>Mai</i>	Veșmântul Său, veșmântul meu	263
12 <i>Mai</i>	Adicții	265
13 <i>Mai</i>	Îmbracă-te și înfățișează-te	267
14 <i>Mai</i>	Rugăciunea în pace	269
15 <i>Mai</i>	Sărac cu duhul	271
16 <i>Mai</i>	Înjumătățirea Praznicului Cincizecimii	273
17 <i>Mai</i>	„Puterea voinței”	275
18 <i>Mai</i>	Blândețe	277
19 <i>Mai</i>	Perspectiva este totul	279
20 <i>Mai</i>	Cum arăt?	280
21 <i>Mai</i>	O viață fără de păcat?	282
22 <i>Mai</i>	Iisus și Pilat	284
23 <i>Mai</i>	Activism pentru pace	286
24 <i>Mai</i>	Lectură rugătoare	288
25 <i>Mai</i>	Siguranță oarbă	290

26 <i>Mai</i>	
Marto, Marto!	292
27 <i>Mai</i>	
Împărate ceresc	294
28 <i>Mai</i>	
Alegerile Sale netradiționale	295
29 <i>Mai</i>	
Neputința	297
30 <i>Mai</i>	
Invidie	299
31 <i>Mai</i>	
Iertarea este începutul	301

IUNIE

1 <i>Iunie</i>	
Dăruirea de sine este vindecare	303
2 <i>Iunie</i>	
A înseta și a primi	304
3 <i>Iunie</i>	
Binele și răul	305
4 <i>Iunie</i>	
Împrăștiati în Duhul Sfânt	307
5 <i>Iunie</i>	
Stiluri diferite, același mesaj	309
6 <i>Iunie</i>	
A ieși în ordine	311
7 <i>Iunie</i>	
A cere cu bun simț și a porunci	313
8 <i>Iunie</i>	
Consumerism	315

9 Iunie	
O credință istorică	317
10 Iunie	
A dăruți pur și simplu	319
11 Iunie	
Iisus la curtea lui Irod	321
12 Iunie	
Rugăciunea din inimă	323
13 Iunie	
Rugăciunea pentru alții	325
14 Iunie	
Folositor în mod unic	326
15 Iunie	
Credință ceas de ceas	328
16 Iunie	
Un Domn plin de surprize	329
17 Iunie	
A te mărturisi și a aparține	331
18 Iunie	
A fi luminat	332
19 Iunie	
Încredere în propria persoană = credință steapă	334
20 Iunie	
Trupul Său, Trupul nostru	335
21 Iunie	
Pământul dreptății	337
22 Iunie	
Tatăl nostru	338
23 Iunie	
A cere ajutorul	340
24 Iunie	
Cu moartea pe moarte călcând	341

25 Iunie	
Primirea de străini	343
26 Iunie	
Numeroasele măști ale invidiei	345
27 Iunie	
Dumnezeu este cu noi	347
28 Iunie	
Analiza realității	349
29 Iunie	
Pășind prin frică	351
30 Iunie	
Ambiția de a avea	353

IULIE

1 Iulie	
Și nu ne duce pe noi în ispită	355
2 Iulie	
Compasiune	357
3 Iulie	
Nu sta în cale	358
4 Iulie	
Trei ferestre de lumină zilnică	359
5 Iulie	
Deja și nu încă	360
6 Iulie	
Sporire insesizabilă	362
7 Iulie	
În mijlocul celor fără de lege	364
8 Iulie	
Alegându-mi prietenii	366

9 Iulie	
El ne dăruiește tuturor	368
10 Iulie	
Calea păcii	370
11 Iulie	
O experiență comună	372
12 Iulie	
A-i vedea pe „ceilalți”	374
13 Iulie	
Căutând slava	375
14 Iulie	
Sfințind numele Său	377
15 Iulie	
A iubi lumina	379
16 Iulie	
A da sau a nu da mai departe	381
17 Iulie	
Frăția duhului	383
18 Iulie	
Cum vede Dumnezeu păcatul	385
19 Iulie	
A vorbi din inimă	386
20 Iulie	
Singurătate	387
21 Iulie	
Sporire în timp de criză	389
22 Iulie	
A te preda	391
23 Iulie	
Beția spirituală	393
24 Iulie	
Să ne rugăm iară și iară	395

25 Iulie	
Să-L lăsăm să ne întrerupă	397
26 Iulie	
Darul umorului	399
27 Iulie	
Mânie	401
28 Iulie	
Închisoarea resentimentului	403
29 Iulie	
Două împărății	404
30 Iulie	
Te vindeci când îți slujești aproapele	406
31 Iulie	
Sfințire prin adevăr, nu evadare din realitate	408

AUGUST

1 August	
A spori în vulnerabilitate	409
2 August	
Făgăduința râsului	411
3 August	
Trivialități lumești	413
4 August	
Este necesar să fii activ	414
5 August	
Aroganța orbește	415
6 August	
Un singur Izvor al luminii, multe canale	416
7 August	
Smerenia primește loc la masa Lui	418

8 August	
Construcția ridicată pe piatră	420
9 August	
Deschidere față de nou	422
10 August	
Cuvântul crucii	423
11 August	
Principii vs. personalități	425
12 August	
Prezența Lui veșnică	427
13 August	
Consumerism eclezial	429
14 August	
Strigând împreună	431
15 August	
O frumusețe tainică	433
16 August	
Chiar contează dogma?	435
17 August	
Întâlnirea cu Hristos	437
18 August	
Mândrie goală	438
19 August	
Mergând în lumina Lui	439
20 August	
Înapoi la origini	441
21 August	
Egocentrismul orbește	443
22 August	
Iisus este agresat	445
23 August	
Curajul	447

24 August	
Dați-le voi să mănânce	449
25 August	
O hotărâre făcută în fiecare zi	451
26 August	
Poveri greu de purtat	453
27 August	
Întristarea cea bună	454
28 August	
Crucea ei dătătoare de viață	456
29 August	
Lucrul „corect” nu este întotdeauna corect	458
30 August	
Înfruntarea respingerii	460
31 August	
Un Stăpân Care mă pune în încurcătură	462

SEPTEMBRIE

1 Septembrie	
Înainte de toate, roagă-te	463
2 Septembrie	
Ritualul iertării	465
3 Septembrie	
A pune întrebarea care contează	466
4 Septembrie	
Păzit de har	468
5 Septembrie	
Un Nou Legământ	469
6 Septembrie	
A merge și a înfăptui cu credință	471

7 Septembrie	
Satan învinuitorul	473
8 Septembrie	
Tăcerea lui Dumnezeu	475
9 Septembrie	
A ni se reaminti	477
10 Septembrie	
El le poartă pe toate	479
11 Septembrie	
Lasă-L pe El să semene	481
12 Septembrie	
Cel mai mic dintre voi	483
13 Septembrie	
A purta povara celuiilalt	485
14 Septembrie	
Piatra care nu a fost luată în seamă	486
15 Septembrie	
Ca un miel adus spre junghiere	488
16 Septembrie	
Atunci când Dumnezeu Se odihnește	489
17 Septembrie	
Pipăiți-mă și vedeți	491
18 Septembrie	
Două chipuri ale mâniei	493
19 Septembrie	
Este timpul să ne schimbăm atenția	494
20 Septembrie	
Ne zidim unii pe alții	495
21 Septembrie	
Noul în vechi	497
22 Septembrie	
Oameni care caută să placă altora	499

23	<i>Septembrie</i>	
	Laudă și recunoștință	501
24	<i>Septembrie</i>	
	Cei care au nevoie de doctor	503
25	<i>Septembrie</i>	
	A găsi prin a pierde	505
26	<i>Septembrie</i>	
	Acceași situație, reacție diferită	507
27	<i>Septembrie</i>	
	Nebunia crucii	509
28	<i>Septembrie</i>	
	Planuri de călătorie întrerupte	511
29	<i>Septembrie</i>	
	Alegorie și limbajul iubirii	513
30	<i>Septembrie</i>	
	A trece de la moarte la viață	515

OCTOMBRIE

1	<i>Octombrie</i>	
	A trece de la moarte la viață	517
2	<i>Octombrie</i>	
	Cu rugăciune și post	519
3	<i>Octombrie</i>	
	Demoni și îngerii	521
4	<i>Octombrie</i>	
	Credința simplifică lucrurile	523
5	<i>Octombrie</i>	
	Apucând mâna Lui	525
6	<i>Octombrie</i>	
	În Duh și Adevăr	527

7 Octombrie	
Ea nu a înțeles	529
8 Octombrie	
Pe drumul spre Ierusalim	531
9 Octombrie	
Cel care vine	533
10 Octombrie	
Dar îndrăzniți	535
11 Octombrie	
Lăsând totul în seama lui Dumnezeu	536
12 Octombrie	
Mergând, învățați	538
13 Octombrie	
S-a deșertat pe Sine	539
14 Octombrie	
Prietenie plină de har	541
15 Octombrie	
Dând „click” împreună cu El	543
16 Octombrie	
Drepte faceți cărările Lui	545
17 Octombrie	
A fi mamă	547
18 Octombrie	
Mergând, învățați	548
19 Octombrie	
Comoara neîmputănată	550
20 Octombrie	
Modul meu de a vedea lucrurile vs. modul Său	552
21 Octombrie	
Chemați să fim împreună sfinți	553
22 Octombrie	
Dezbinări bisericești	555

23	<i>Octombrie</i>	
	Căutându-i pe cei vii printre cei morți	557
24	<i>Octombrie</i>	
	Lucrări în curs de desfășurare	559
25	<i>Octombrie</i>	
	Judecata Lui subtilă	561
26	<i>Octombrie</i>	
	A nu mai flămânzi niciodată	562
27	<i>Octombrie</i>	
	O religie la care nu te-ai fi putut gândi	563
28	<i>Octombrie</i>	
	O pace nouă	565
29	<i>Octombrie</i>	
	A chema un sfânt în ajutor	567
30	<i>Octombrie</i>	
	Îngrijorări de ordin financiar și credință	569
31	<i>Octombrie</i>	
	Sfântul Pavel și contextul istoric	571

NOIEMBRIE

1	<i>Noiembrie</i>	
	Simțirea prezenței lui Dumnezeu	573
2	<i>Noiembrie</i>	
	Totul este bine	574
3	<i>Noiembrie</i>	
	Răsplăți tainice	575
4	<i>Noiembrie</i>	
	Nu-ți trăi viața comparându-te cu ceilalți	577
5	<i>Noiembrie</i>	
	Nu doar o sărutare	578

6	Noiembrie	În Duh și în adevăr	580
7	Noiembrie	Răbdarea	582
8	Noiembrie	Îngerul anonim	584
9	Noiembrie	A lăcrimat Iisus	586
10	Noiembrie	De la „toleranță” la acceptare	588
11	Noiembrie	Binecuvântata frângere	589
12	Noiembrie	Disponibilitatea de a te lăsa învățat	590
13	Noiembrie	Lumina cea adevărată	592
14	Noiembrie	Adevărata ucenicie	593
15	Noiembrie	Dragostea lui Dumnezeu	595
16	Noiembrie	Rămâneți în Mine	596
17	Noiembrie	Viața deșartă lăsată de la părinți	598
18	Noiembrie	Pătrunși la inimă	600
19	Noiembrie	Nu stă în cuvânt, ci în putere	602
20	Noiembrie	Recunoștința zilnică	603
21	Noiembrie	Rugăciunea intrării	605

22	<i>Noiembrie</i>	
	Rugăciunile făcute în comun	607
23	<i>Noiembrie</i>	
	Jertfa de sine	608
24	<i>Noiembrie</i>	
	Crucea care aduce smerenie	609
25	<i>Noiembrie</i>	
	Conștientizarea fizică vs. viața în Duhul	610
26	<i>Noiembrie</i>	
	Mahmureala	612
27	<i>Noiembrie</i>	
	Hrană potrivită	614
28	<i>Noiembrie</i>	
	Șoc și consternare	615
29	<i>Noiembrie</i>	
	Înfrânarea ochilor	617
30	<i>Noiembrie</i>	
	Pregătirea pentru venirea Lui	619

DECEMBRIE

1	<i>Decembrie</i>	
	Copilăria duhovnicească	621
2	<i>Decembrie</i>	
	Dreptatea: merită să lupți pentru ea?	623
3	<i>Decembrie</i>	
	Greșelile transformate în lucruri de valoare	625
4	<i>Decembrie</i>	
	Maica Domnului este adusă	627
5	<i>Decembrie</i>	
	Primirea lui Hristos	629

6 Decembrie	Curățarea inimii	631
7 Decembrie	Chestiuni secundare	633
8 Decembrie	Strigând la Dumnezeu	635
9 Decembrie	Cei care nu merg după noi	637
10 Decembrie	Ridicăta prin smerenie	639
11 Decembrie	Lumina cea adevărată	641
12 Decembrie	Roadă vs. părinți	643
13 Decembrie	Unitatea cerului și a pământului	645
14 Decembrie	Angoasa existențială	647
15 Decembrie	Auzirea glasului lui Dumnezeu	649
16 Decembrie	Lumina Lui deranjantă	651
17 Decembrie	Martori ai lui Dumnezeu	653
18 Decembrie	Sarcasmul	655
19 Decembrie	Hristos vine să restaureze	657
20 Decembrie	Dumnezeul părinților noștri	659
21 Decembrie	Dăruind de Crăciun	661

22	<i>Decembrie</i>	
	Oprți-vă și ascultați	663
23	<i>Decembrie</i>	
	Primirea Lui în Duhul Lui	665
24	<i>Decembrie</i>	
	Crăciunul în diferite calendare	667
25	<i>Decembrie</i>	
	Mergeți și întâmpinați-L	669
26	<i>Decembrie</i>	
	Maica Domnului se aduce	671
27	<i>Decembrie</i>	
	Să-ți găsești timp pentru Dumnezeu	673
28	<i>Decembrie</i>	
	Aeroporturi și insulte	675
29	<i>Decembrie</i>	
	Tragedie fără sens	676
30	<i>Decembrie</i>	
	Devine din ce în ce mai bine	678
31	<i>Decembrie</i>	
	Mergând înainte împreună	680
	Despre autoare	683