

1 iunie – 7 iunie

Momente de tulburare

Textul de memorat: „*«Mâniați-vă, și nu păcătuți.» Să n-apună soarele peste mânia voastră» (Efeseni 4:26)*

Chiar și familiile cele mai bune se vor confrunta cu momente de tulburare, de conflict. Aceasta este o realitate a vieții într-o lume căzută. Uneori, lucruri simple, precum cine este de rând să ducă gunoiul sau dacă fiica ta adolescentă și-a făcut tema pentru școală sau dacă fiul tău a făcut treburile care erau în responsabilitatea lui în gospodărie - probleme care deranjează, dar care sunt relativ minore, pot fi rezolvate, în general, cu o tulburare minimă. Dar alte conflicte pot amenința să scindeze viața de familie. Soacra ale cărei abuzuri și manipulări amenință să distrugă căsnicia și sănătatea unei familii; tatăl care suferă de o tulburare psihică și își abuzează copiii; fiul care își abandonează convingerile religioase cu care a crescut și se dedă la o viață de promiscuitate sau fiica răsfățată care ajunge să abuzeze de finanțele părinților.

În Noul Testament ni se spune în repetate rânduri să ne iubim unii pe alții (Ioan 13:34; Romani 12:10), să trăim în pace și în armonie (Romani 15:5; Evrei 12:14), să fim răbdători, buni și amabili (1 Corinteni 13:4), să-i prețuim pe ceilalți mai presus de noi înșine (Filipeni 2:3) și să ne purtăm poverile unii altora (Efeseni 4:2). Mai ușor de zis decât de făcut, chiar și cu membrii familiei noastre. În studiul acesta vom vedea care sunt câteva căi de a liniști micile momente de tulburare, în special în familie.

Duminică, 2 iunie – Conflictul

1. Ce sfaturi importante ne pot ajuta să evităm conflictul cu ceilalți? Matei 7:5; Proverbele 19:11

Scriitorul cărții Proverbele face o observație foarte realistă: „începutul unei certe este ca slobozirea unor ape; de aceea, curmă cearta înainte de a se întezi” (Proverbele 17:14). Odată început, un conflict poate deveni incredibil de greu de stins. Conform cu Romani 14:19, putem preveni conflictul căutând lucrurile care aduc pacea și îl pot zidi pe celălalt.

Uneori, când ne acceptăm responsabilitatea într-un conflict, putem face ca partea cealaltă să se domolească. Să facem un pas înapoi și să ne gândim bine dacă merită să continuăm lupta. „înțelepciunea îl face pe om răbdător [încet la mânie - NRSV] și este o cinste pentru el să uite greșelile” (Proverbele 19:11). Să ne gândim ce va schimba acel conflict în viața noastră în următoarele trei zile și ce impact va avea peste cinci sau peste zece ani. Câte căsătorii nu au trecut prin lungi perioade grele pentru conflicte ale căror motive par astăzi atât de mărunte! În loc să lăsăm conflictul să se lungească, atunci când vorbim cu celălalt - soțul sau soția, un copil, un prieten, un coleg de serviciu etc. - să încercăm să definim clar problema și să rămânem la tema principală a discuției. Adesea, conflictul degenerază dacă motivul care l-a stârnit se pierde printre cuvintele pline de mânie adresate și de o parte, și de cealaltă; în același timp, sunt aduse în discuție probleme sau jigniri din trecut (o astfel de desfășurare a discuției poate fi letală pentru relație, în special într-o căsnicie). Un mod de a începe mai bine sau mai domol discuția este să ne confirmăm clar relația. Trebuie să-i spunem celui alt că ținem cu adevărat la el și la relația noastră. Odată ce ne-am exprimat sentimentele pozitive, putem trece la controversa imediată; totuși cu mare grijă ca, după ce am început pozitiv, să nu folosim cuvântul însă.

Dacă, după ce am început pozitiv, spun: „însă...”, practic, neg tot ce am spus mai înainte. După ce mi-am împărtășit sentimentele, trebuie să ascult și perspectiva celui alt, să mă gândesc la ce îmi spune și abia apoi să propun o soluție care să aibă în vedere binele și interesul amândurora (Filipeni 2:4,5).

Gândește-te la conflicte din trecut care acum ți se par prostești și insignifiante. Ce lecții poți învăța din acele experiențe care să te ajute să încerci să previi repetarea unor asemenea situații?

Luni, 3 iunie – Câteva principii pentru căsătorie

Căsătoria, ca și Sabatul, este un dar făcut de Dumnezeu oamenilor încă din Eden. Biblia ne descoperă ce luptă a dus, și încă duce, vrăjmașul sufletelor atât împotriva Sabatului, cât și împotriva căsătoriei. Chiar și cele mai bune relații de căsătorie se confruntă uneori cu conflicte.

În continuare, ne vom opri atenția asupra câtorva principii care pot ajuta cuplurile căsătorite să iasă cu bine din astfel de situații.

2. Ce principiu ar trebui să fie practicat în orice relație de căsătorie? Efeseni 1:7

Trebuie să învățăm să iertăm, mai ales atunci când partenerul de viață nu merită să fie iertat. Oricine îi poate ierta pe cei care merită iertați; de fapt, aceasta nici nu este iertare. Adevărata iertare înseamnă să le acordăm iertare celor care nu sunt îndreptățiți să o primească - așa cum ne iartă **Dumnezeu pe noi prin Hristos**. Și noi trebuie să facem la fel. Altfel, căsnicia, dacă va supraviețui (ceea ce este puțin probabil), ni se va părea un chin.

3. Ce adevăr important se găsește și în următorul verset? Romani 3:23

Trebuie să acceptăm că soțul sau soția este o ființă omenească păcătoasă, care este, într-o măsură mai mare sau mai mică, degradată emoțional, fizic și spiritual. Să ne obișnuim cu gândul acesta. Să învățăm să acceptăm greșelile partenerului de viață. Să ne rugăm în privința lor. Poate că va trebui să trăim cu aceste greșeli, dar nu trebuie să facem o obsesie din ele. Altfel, acestea vor ajunge să ne distrugă viața. Un Dumnezeu sfânt și desăvârșit ne acceptă pe noi așa cum suntem, prin Hristos; și noi, care nu suntem nici sfinți și nici desăvârșiți, trebuie să facem același lucru cu soțul sau soția.

Citește Filipeni 2:4-8. Ce principiu important găsim aici, care ne poate ajuta nu numai în căsătorie, ci în orice relație dificilă?

Marti, 4 iunie – Rolul mâniei în conflict

Cine nu a trăit sentimentul de mânie, într-un moment sau altul al vieții? Situația este și mai dificilă atunci când mânia este direcționată către un membru al familiei. Odată cu refuzul de a ierta, mânia se poate transforma într-o otravă care va provoca multă durere și suferință în cămin, în familie și în relații, în general.

4. Cum putem găsi echilibrul între a înțelege mânia ca emoție și mânia ca păcat? Care este diferența? Efeseni 4:26,27; Ecclesiastul 7:9

5. Ce spune Iacov că ar trebui să aplicăm întotdeauna când este posibil, dar mai ales atunci când avem de-a face cu membri ai familiei ale căror acțiuni, atitudini și cuvinte ne fac mânioși? Iacov 1:19,20

Dacă suntem mânioși pentru ceva, în loc să lăsăm mânia să atârne ca un nor întunecat asupra vieții, să o transformăm în ceva pozitiv. Să ne rugăm pentru cei care ne rănesc sau comit abuzuri împotriva noastră, să-i iertăm și să încercăm să fim o binecuvântare pentru ei. Probabil că, la început, nu va fi ușor, dar, atunci când luăm această decizie, să ne ținem de ea și Dumnezeu Se va îngriji de restul.

Uneori, rădăcina mâniei se trage din căminul în care am crescut. Oamenii mânioși provin adesea din familii mânioase, fiindcă învață de la modelele pe care le-au avut să ducă mai departe, în propria viață, același comportament, eventual transmițându-l mai departe copiilor lor. Uneori, mânia poate fi urmarea nevoilor neîmplinite sau a invidiei, ca în cazul lui Cain, pe care mânia l-a împins să își ucidă fratele.

Poate că avem motive serioase să fim mânioși, dar să nu le folosim ca scuză pentru a rămâne așa. Să nu negăm mânia și să nu încercăm să o justificăm. Mai degrabă să-L rugăm pe Dumnezeu să ne ajute să o folosim într-un mod pozitiv. Apostolul Pavel ne dă un sfat bun: „Nu te lăsa biruit de rău, ci biruiește răul prin bine” (Romani 12:21).

Toți avem motive să ne mâniem, uneori chiar până la durere. Uneori, poate că suntem îndreptățiți să fim mânioși. Cum putem să nu lăsăm mânia să ne strice viața și nouă, și celor din jur?

Miercuri, 5 iunie – Conflict, abuz, putere și control

Uneori, conflictul și mânia nerezolvate se pot transforma într-o relație foarte negativă, dinamic distructivă și chiar abuzivă. Abuzul poate lua mai multe forme – fizic, verbal, emoțional, psihologic, sexual etc. Dar, sub orice formă ar fi, abuzul este contrar principiului împărăției lui Dumnezeu – dragostea neegoistă.

6. Ce învățături despre relații se găsesc în următoarele versete? 1 Ioan 4:7,8; Coloseni 3:19

În original, în limba greacă, cuvântul *necaz* se referă la a fi mânios sau înverșunat împotriva partenerului de viață, provocându-i continuu durere, manifestând ură și o ostilitate puternică. Pavel este foarte clar în afirmația sa că un soț nu trebuie să fie ostil sau violent. Abuzul sexual, fizic sau psihic nu este acceptabil pentru un soț creștin. În schimb, este recomandat să-și iubească soția. Pavel arată clar, de asemenea, că dragostea este răbdătoare și amabilă, nu este invidioasă, nu se laudă, nu este mândră, nu este nepoliticoasă, nu caută folosul său, nu este iute la mânie, nu ține raportul greșelilor celuilalt, nu se bucură de rău, ci se bucură de adevăr. Dragostea întotdeauna protejează, întotdeauna are încredere, întotdeauna speră și întotdeauna perseverează. Niciunul dintre atributele dragostei nu scuză și nu acceptă nici pe departe abuzul, indiferent de formă.

O relație sănătoasă este aceea în care ambii parteneri se simt protejați și în siguranță, în care mânia este administrată într-un mod sănătos și în care a-și sluji unul altuia este o normă de conduită. Adesea, victimele se simt vinovate, ca și când ar fi responsabile de a-și fi provocat abuzatorul sau ca și când ar merita, cumva, abuzul comis asupra lor. Abuzatorii pot fi destul de vehemenți și adesea chiar iscusiți în a-și face victimele să se simtă vinovate. Adevărul este că nimeni nu merită să fie abuzat de altcineva, iar abuzatorii sunt pe deplin responsabili de alegerile și de faptele lor. Vestea bună este că Biblia oferă mângâiere, nu acuzații, pentru victimele abuzului. În anumite situații, în care probleme scapă de sub control, oamenilor nu trebuie să le fie frică să caute ajutor de specialitate.

Unele culturi scuză și chiar permit abuzul asupra femeilor. De ce creștinii nu trebuie să accepte nicidecum un astfel de comportament?

Joi, 6 iunie – Iertare și pace

7. „Tot ce voiți să vă faceți vouă oamenii, faceți-le și voi la fel; căci în aceasta sunt cuprinse Legea și Prorocii” (Matei 7:12). Gândește-te la toate aspectele experienței tale, în familie și în afara ei, în care ar trebui să aplici acest principiu și, în spațiile de mai jos, scrie care ar putea fi acele ocazii și determină cum ai putea, prin credință, să faci exact așa.

Pavel ne îndeamnă: „Urmăriți pacea cu toți și sfîntirea, fără de care nimeni nu va vedea pe Domnul” (Evrei 12:14). Chiar și atunci când facem tot, unii oameni care ne-au rănit tot nu vor asculta și nu se vor schimba. Poate că unii ne vor prezenta scuze, dar alții nu. Indiferent care ar fi cazul, este spre binele nostru, în special atunci când este vorba despre un membru al familiei, să parcurgem drumul iertării despre care am vorbit mai înainte.

De fapt, iertarea este o parte esențială a rezolvării conflictului, mai ales în familie. Când cineva păcătuiește împotriva noastră, vrăjmașului lui Dumnezeu îi place să ridice un zid între noi și acea persoană, o barieră care să ne împiedice să o iubim așa cum ne-a iubit Hristos pe noi. Iertarea este alegerea noastră de a ocoli acea barieră.

„Noi nu suntem iertați pentru că iertăm, ci așa cum iertăm! Temeiul pentru orice iertare se află în iubirea nemeritată a lui Dumnezeu, dar, prin atitudinea noastră față de alții, noi dovedim dacă ne-am însușit sau nu această iubire. De aceea, Domnul Hristos spunea: «Căci cu ce judecată judecați, veți fi judecați; și cu ce măsură măsurați, vi se va măsura» (Matei 7:2).” - Ellen G. White, *Parabolele Domnului Hristos*, p. 251

În același timp, când noi suntem cei care greșim, trebuie să încercăm să refacem relația ruptă, ceea ce poate implica să mergem la cealaltă persoană, să-i spunem că regretăm ce am făcut și să-i cerem iertare. Așa a spus Isus: „Dacă îți aduci darul la altar și acolo îți aduci aminte că fratele tău are ceva împotriva ta, lasă-ți darul acolo, înaintea altarului, și du-te întâi de împacă-te cu fratele tău; apoi vino de adu-ți darul” (Matei 5:23,24). Este frumos atunci când cineva care ne-a rănit ne prezintă scuze și își cere iertare. În același fel, este frumos să facem și noi așa față de ceilalți.

În ce fel a te gândi la toate lucrurile pentru care trebuie să-ți ceri iertare te poate ajuta să înveți să-i ierți pe alții?

Vineri, 7 iunie – Un gând de încheiere

„Prea adesea se întâmplă ca părinții să nu fie uniți în conducerea familiilor lor. Tatăl, care este foarte puțin timp acasă cu copiii și nu le cunoaște particularitățile caracterului și temperamentului, este aspru și sever. El nu își stăpânește firea, însă îi corectează pe alții cu patimă. Copilul știe acest lucru și, în loc să fie supus, pedeapsa îl umple de mânie. Mama îngăduie, cu anumite ocazii, anumite abateri pe care alteori le pedepsește aspru. Copiii nu știu niciodată exact la ce să se aștepte și sunt ispitiți să vadă cât de departe pot merge cu încălcarea libertății. Astfel, sunt semănate semințele răului, care răsar și apoi aduc roade.” - Ellen G. White, *Căminul adventist*, pp.314-315

„Căminul trebuie să fie centrul iubirii celei mai curate și nobile. Pacea, armonia, iubirea și fericirea trebuie să fie cultivate cu străduință în fiecare zi, până când aceste lucruri prețioase vor ajunge să sălășluiască în inimile celor care compun familia. Planta iubirii trebuie îngrijită atent, altfel moare. Orice principiu bun care dorim să prospere în suflet trebuie cultivat cu grijă. Iar ceea ce Satana sădește în inimă – invidia, gelozia, cearta, vorbirea de rău, nerăbdarea, prejudecata, egoismul, lăcomia și mândria – trebuie dezrădăcinat. Dacă li se permite acestor lucruri rele să rămână în suflet, ele vor aduce roade care îi vor pângări pe mulți. O, cât de mulți cultivă plante otrăvitoare care ucid fructele prețioase ale iubirii și mânjesc sufletul!” - *Ibidem*, pp. 195-196

BIBLIA ȘI CARTEA ISTORIA MÂNTUIRII – STUDIU LA RÂND

Biblia: Judecătorii 14-20

1. Ce obișnuiau tinerii să facă pe vremea lui Samson?
2. Cine a fost blestemat și binecuvântat de mama sa pentru aceeași faptă de hoție?
3. Cine au fost preoții seminției lui Dan și ce greșală au făcut?
4. Unde se afla chivotul legământului în vremea conflictului dintre Israel și Beniamin?

Istoria mântuirii, capitolul 67

5. Ce anume va studia mintea nemuritoare, cu o încântare neobosită (cu o plăcere ce nu va scădea niciodată)?