

duminică, 22 martie	Luca 12:1-34
luni, 23 martie	Psalmul 35 Proverbele 8:22-31
marți, 24 martie	Psalmul 36 Proverbele 8:32-36
miercuri, 25 martie	Luca 13
joi, 26 martie	Luca 14
vineri, 27 martie	Luca 15
sâmbătă, 28 martie	Luca 16

Întâlnirea familiilor

O căsnicie de neclintit

Sâmbătă, 28 martie
ora 17:00

Poți susține lucrarea din biserica Poarta Cerului prin redirectionarea a 3,5% din impozitul pe venit. Scanează codul QR alăturat:



COLECTIVUL DE REDACȚIE

Teo Laze | Ildikó Trică | Andrada Popa | Alexandra Kardos
Roxana Guia | Christiana Ciochină | Andreea Cărpineanu
Dani Goagără | Fabian Timofte

Pentru sugestii sau materiale, trimite un e-mail aici:
buletin.duminical@yahoo.com

Dacă ți-a plăcut acest Buletin, ne-am bucura să-l oferi mai departe. Cineva are nevoie să citească aceste mesaje de încurajare. ♥

Meditație și rugăciune

*Doamne, de multe ori inima mea se aprinde repede.
Un cuvânt, o nedreptate, o oboseală, și mânia apare.
În acele momente uit că Tu ești lângă mine și las emoția să mă conducă.*

*Dar Tu, Doamne, ne-ai arătat un alt drum: drumul blândeții.
Învăță-mă să fiu încet la mânie, să nu răspund imediat cu duritate, ci să respir, să tac și să Te caut pe Tine în inimă.*

*Când simt că mânia se ridică în mine, ajută-mă să-mi ridic privirea spre Tine.
Pune în mine un duh de răbdare.
Dă-mi puterea să aleg bunătața în locul reacției rapide, iertarea în locul supărării, și liniștea în locul cuvintelor aspre.*

*Doamne, Tu ești izvorul păcii.
Învăță-mă să mă opresc înainte de a vorbi, să mă rog înainte de a judeca, și să iubesc înainte de a mă mânia.*

Fă din inima mea un loc al păcii Tale, ca prin mine să se vadă bunătața Ta în lume.

*„Un răspuns blând potolește mânia.”
(Proverbe 15:1a) (A.K.)*

Vă stau la dispoziție pentru nevoile dvs. spirituale:

PASTOR	NELU FILIP	0745 306 431
PASTOR	EUSEBIU STĂNILĂ	0722 800 691
PASTOR	NELU MOISA	0727 817 011
PASTOR	ADRIAN ȚUNEA	0722 240 046
PASTOR	RAUL DAMEAN	0734 539 044
PREZBITER	JANI KARDOS	0737 176 997
PREZBITER	MARIUS MAGDA	0759 021 051
PREZBITER	CIPRIAN MUNTEAN	0765 459 691
PREZBITER	LIVIU RUSU	0729 692 250
PREZBITER	ELISEI URSAN	0767 320 559

Programul bisericii

Duminică	Luni	Marți	Joi	Vineri
09:00 & 18:00	19:00	18:00	18:00	17:30
Servicii	Tineret	Rugăciune	Studiu biblic	Liceeni

Adresa bisericii

Strada Banul Mărăciune, Nr. 25, Timișoara



Într-o lume în care intensitatea este la cote maxime, cu toții am fi mai buni dacă am fi înceteți la mânie. Iar un domeniu în care ar fi foarte util să facem un pas înapoi ar fi cel al mâniei.

Din păcate, în timp ce furia este o parte naturală a existenței umane, a învăța să fii încet la mânie nu este. De cele mai multe ori, încercarea de a ne păstra calmul este peste puterile noastre. Avem nevoie de un ajutor care să depășească ceea ce avem noi de oferit. Din fericire, slujim unui Dumnezeu care este încet la mânie – și El ne poate învăța cum să fim și noi înceteți la mânie.

Urmează exemplul liderului

În unele privințe, furia este ca o cărămidă. Poate fi utilă sau distructivă, în funcție de modul în care este folosită. Cărămizile pot fi folosite pentru a construi biserici, școli și spitale. Dar pot și să fie aruncate în ferestre. De asemenea, furia poate stimula acțiunea împotriva nedreptății, dar poate și să dărâme relațiile din

temelii. De aceea, trebuie să vedem mânia din perspectiva lui Dumnezeu.

Iar o privire rapidă asupra Cuvântului Său confirmă faptul că Domnul știe cum să fie încet la mânie (Psalmul 103:8; Proverbe 15:8). Și, ca popor al Său, El ne provoacă să fim înceteți la mânie (Iacov 1:19). Așadar, fiind oameni care Îl proclamă pe Hristos, a învăța cum să fim înceteți la mânie este incredibil de important, deoarece ne permite să reflectăm caracterul Său în lume. Și asta e ceva de care lumea are mare nevoie.

Cum să fii încet la mânie

A descoperi cum poți fi încet la mânie presupune un întreg proces. Nu poți apăsa pur și simplu un întrerupător și să observi instantaneu după aceea cum se aprinde lumina – sau să vezi cum scade temperatura. Dar există pași practici pe care îi poți face.

(Continuarea, la pagina 3.)

NECLINTIT
1 CORINTENI 15:58

„De aceea, preaiubiții mei frați, fiți tari, neclintți, sporțiți totdeauna în lucrul Domnului, căci știți că osteneala voastră în Domnul nu este zadarnică.” – 1 Corinteni 15:58

Sora OFELIA Dancea



Viața pe calea Domnului

Sora Ofelia a încheiat legământ cu Domnul la vârsta de 32 de ani, în anul 1984.

Versetul/pasajul îndrăgit din Biblie

Întreg Psalmul 23.
Sora Dancea spune atât de frumos:

„Domnul este Păstorul meu, al copiilor mei, și al

tuturor celor care vor să Îl lase să le fie Păstor. El ne duce și ne conduce viața la ape de odihnă și nimeni și nimic exterior nu ne poate smulge din mâna Lui.”

Experiențe cu Domnul

„Pot să spun că toate încercările prin care am trecut mi-au schimbat viziunea despre viață și credință, și m-au făcut să înțeleg că o viață fără Domnul este sumbră, că împreună cu El, chiar dacă de multe ori este greu și pare imposibil, în final, Domnul își ține tot timpul de promisiunile făcute.

Pe mine m-a scos dintr-o viață tristă și disperată, și mi-a dat o familie pe pământ, dar mai ales mi-a dat o familie și o viață-eterne.”

Cel mai dificil moment din viață

Acest moment a coincis cu cel în care sora Ofelia L-a simțit pe Domnul cel mai aproape. Sora mărturisește: „Cel mai greu moment din viață și când L-am simțit cel mai aproape pe Domnul a fost când am acceptat dragostea Lui și am devenit parte din familia Lui, și pentru o perioadă de timp am pierdut tot ceea ce avusesem pe pământ. Domnul, în schimb, mi-a dat imediat o altă familie, dar partea frumoasă a fost că mi-a dat tot înapoi, și chiar mai mult, exact ca lui Iov.”

Sfaturi pentru cei mai tineri (și nu numai)

„Încredeți-vă în Domnul, căci doar EL poate schimba întristarea în bucurie!”, afirmă cu toată convingerea sora Ofelia.

Motive de rugăciune

Sora Ofelia vine înaintea Domnului cu următoarele motive:

- întoarcerea la Domnul a întregii familii;
- Dumnezeu să îi țină mintea limpede;
- Dumnezeu să îi dea putere pentru a se putea întreține singură.

Sora Dancea dorește, de asemenea, să mulțumească Bisericii *Poarta Cerului* pentru susținerea în rugăciune, și fraților din Departamentul de seniori, care o vizitează mereu, și prin care se simte binecuvântată!

Astăzi și toată săptămână viitoare dorim să mijlocim înaintea Domnului pentru sora **Ofelia**, aducând înaintea Lui cauzele specificate! Dumnezeu să îi întărească mărturia în fața tuturor oamenilor!

(F.T.)

Le urăm

„La mulți ani!”

în umblarea cu Domnul celor care își serbează ziua de naștere săptămâna viitoare:

| DUMINICĂ, 22 MARTIE |

Alina Melen
Alexandru Galea
Sabrina Oprea
Simona Blidar
Valeria Gîscă

| LUNI, 23 MARTIE |

Adrian Gheorghe
Claudia Stoica
Răzvan Tutunaru
Simona Toma

| MARȚI, 24 MARTIE |

Dorica Criste
Florica Cioră
Mariana Jura
Nicoleta Beres

| MIERCURI, 25 MARTIE |

Lucas Muntean

| JOI, 26 MARTIE |

Andreea Tudor
Beatrice Stoica
Marian Blăgniceanu

| VINERI, 27 MARTIE |

Elizabeth Rusu
Ioan Argyelan
Naomi Chindea
Patricia Trifan

| SĂMBĂTĂ, 28 MARTIE |

Adina Stana
Amalia Ciobanu
Aurel Toader
Miriam Popa
Răzvan Cioara

„Nădăjduiește în Domnul! Fii tare, îmbărbătează-ți inima și nădăjduiește în Domnul!”

(Psalmul 27:14)

(R.G.)

(Continuare din prima pagină.)

Lista de mai jos include patru lucruri pe care le poți face pe măsură ce înveți să fii încet la mânie. Nu le vei stăpâni peste noapte, dar le poți cultiva în inima ta, astfel încât să crească în timp. În cele din urmă, cu ajutorul lui Dumnezeu, a fi încet la mânie va deveni un ritm normal al vieții tale în fiecare zi.

Petrece timp citind și meditănd la Cuvântul lui Dumnezeu.

Cuvântul lui Dumnezeu ne spune multe despre mânie și ne oferă informațiile necesare pentru a înțelege perspectiva Lui. Nu poți reacționa la mânie ca Dumnezeu, până când nu știi ce spune El despre acest subiect. Căutarea și aprofundarea versetelor biblice despre mânie este cel mai bun mod de a începe.

Recunoaște semnele.

Mânia izbucnește atunci când anumite evenimente declanșatoare din viața noastră sunt activate. Ar putea fi o așteptare care n-a fost îndeplinită sau o nedreptate pe care am trăit-o. Oricare ar fi cazul, declanșatoarele sunt activate și furia se va manifesta. Dar dacă știi din timp care sunt factorii declanșatori, poți simți când ești în pericol. Uneori, poți evita declanșarea lor.

Mânia tinde să accelereze lucrurile în inimile și în mințile noastre. Adrenalina își face simțită prezența, iar noi suntem tentați să răspundem rapid. Dar a fi încet la mânie înseamnă a reacționa în mod opus. Ne luăm o pauză, încetăm și procesăm. Ascultăm, în loc să reacționăm impulsiv. Pe scurt, dăm dovadă de răbdare, așa cum face Dumnezeu.

Vulnerabilizează-te.

Mânia este un inamic pe care nu-l poți învinge singur. În primul rând, ai nevoie de ajutorul lui Dumnezeu – motiv pentru care studiarea Scripturii ocupă un loc important în această listă. Dar poți, de asemenea, să te faci vulnerabil în fața altor persoane din viața ta, care te vor susține în această „luptă” (cum ar fi soțul sau soția ta, dacă ești într-o relație de căsătorie).

De asemenea, ai putea implica prieteni apropiați sau pastorul bisericii din care faci parte. Poți apela la consilieri și terapeuți profesioniști pentru a-ți oferi sprijin și mecanisme de adaptare pentru a face față problemelor legate de mânie. Nu ești singur în această situație, așa că nu te lupta ca și cum ai fi.

Înlătură mânia, găsește pacea.

Poate că nu știi acest lucru, dar Bob Dylan, un renumit cântăreț de muzică folk, a trecut odată prin ceea ce unii numesc „faza de muzică creștină”. La sfârșitul anilor '70 și începutul anilor '80, a lansat o serie de albume care reflectau teme biblice despre viață și credință. Într-unul dintre cântecele din acea perioadă, Dylan a remarcat că toți trebuie să slujim cuiva. Noi alegem dacă este diavolul sau Domnul, dar niciunul dintre noi nu poate scăpa de a sluji pe cineva.

Acesta este un lucru important de reținut atunci când ne gândim la mânie. Alegerea cui îi slujim va determina dacă reacționăm cu stăpânire de sine sau nu. Când apostolul Pavel a enumerat roadele Duhului (Galateni 5:22-23), mânia nu se regăsea nicăieri. În schimb, roada firii (Galateni 5:19-21) este plină de cuvinte și atitudini legate de mânie.

Cu alte cuvinte, a fi încet la mânie înseamnă a fi călăuzit de Duhul Sfânt. A-I permite Duhului lui Dumnezeu să te conducă și să te călăuzească este singurul mod în care vei învăța să fii încet la mânie.



scris de Bob Bunn pentru *Manhood Journey*,
preluat de pe *edictumdei.org*