

## SZEMELGETÉS A KÖZELJÖVŐ ESEMÉNYEIBŐL

▶ Március 24. vasárnap 15:30 - Szántód, Községi Ház - Varga István evangélista  
Kérd meg a rokonodat, ismerősödet, hogy vigyen el az összejövetelre, ahol Jézus vár!



**KAROSSZÉK-KERESZTÉNYEK** – Azok a hívők, akik csak tétlenül üldögélnek, nem nyerik el a Szent Szellem tüzeit! Néha emberek úgy imádkoznak tüzéért, hogy nem adják át teljesen az életüket Istennek, így nem csoda, hogy nem is tesznek érte sokat. Kevés időt és kevés pénzt áldoznak Isten ügyére, nem tesznek erőfeszítéseket érte. Ha meg is kapnák Isten tüzeit, mit tennének vele? Otthon üldögélnének, és élveznék maguknak? Isten nem azért adja a tüzeit, hogy megmentsen minket a nehézségekből, hanem azok számára adja, akik vállalják a nehézségeket is az Evangélium hirdetéséért. „Menjetek el tehát, és hirdessétek az evangéliumot” (Márk 16,15). Tegyük ezt! – *Reinhard Bonnke*

**ÁLOM** – Nemrég volt egy álmom, amelyben egy nyitott járműben utaztunk. Ahogy közben felnéztem az út fölé behajló ágra, egy nagy darázs fészket láttam meg rajta. Abból egy nagy, fél öklömnyi darázs beesett közénk. Az első reakciónk a védekezés volt, de végül is nem támadott meg bennünket. Először nem értettem az álom jelentését. De másnap, ahogy imádkoztam az Ésaías 54,17-et: egyetlen ellenem készült fegyver sem lesz jó szerencsés... – megkaptam az álom jelentését. Azok a támadások, amelyek majd érni fognak bennünket, egyikük sem lesz hatásos, mert az Úr megóv a védőszárnyai alatt! Ajánlom mindenkinek, hogy ezt a kijelentett védelmet te is öltsd magadra. – *Bor Ferenc*

Hitben járjunk, ne látásban!  
2Kor. 5,7



Az olaj a te fejedről el ne fogyatkozzék. Préd. 9,8

**OLAJ** – Mózes negyven napot töltött a hegyen Isten jelenlétében, olajában. Nem mondta, hogy más dolgom van, kapálni kell, meg vár az asszony. Biztos vagyok benne, hogy számára szinte elrepült ez a negyven nap. Akik lent voltak, feladták. Számukra túl hosszú volt ez az idő. Lecserélték, behelyettesítették Istent valami mással. Mózes FENT volt, Istennel volt, csak Őreá nézett, csak Őt hallgatta, csak rá figyelt. Mózes nem törődött semmi mással. Akik LENT voltak, azok adták fel. Azoknak megfelelt a pótlék is, a helyettesítő, a hamis, a bálványborjú. Látnunk kell, mennyire fontos, hogy a kitartás öröme el ne hagyjon bennünket, a lámpásunkból soha ne fogyjon ki az olaj! Az olajra szükség van. Könnyebb feladni, egyszerűbb megoldást választani, de nem ennek van itt az ideje. Ha ismerős számodra a helyzet, a tanácsom a következő: keresd az olajat! És az nem LENT van, hanem FENT. Magasan, a mindenható Isten szárnyai alatt. – *Sólyomvári Ágnes*

## AZ ÜDVÖSSÉG IMÁJA – AZ ÉLET LEGFONTOSABB IMÁJA!

Uram, Jézus! Szükségem van rád! Köszönöm, hogy Isten Fiaként meghaltál értem a kereszten és megváltottál. Most kinyitom a szívem kapuját és befogadlak téged, mint Uramat, Megváltómat és Gyógyítómat! Köszönöm az örök életemet! (Róma 10,9-10)

**BIBLIAÓRÁK!** – SÁGVÁR, Általános Iskola, hétfő 17:30 (bejárat a rk. templom felőli oldalon)

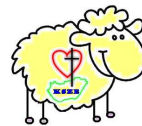
Ságvári és budapesti kóstoló: [www.bekevar.x3.hu/sagvar-hang.htm](http://www.bekevar.x3.hu/sagvar-hang.htm) [www.ksze.org](http://www.ksze.org)

Impresszum és előző számok: [www.bekevar-portal.hu](http://www.bekevar-portal.hu) E-mail: [bekevar.webkikoto@gmail.com](mailto:bekevar.webkikoto@gmail.com)

Köszönjük a nagylelkű adományokat! – Békevár Egyesület számlaszáma: 10700749-67761939-51100005

Lapunk ingyenes és vallásoktól független, terjesztés céljára változtatás nélkül sokszorosítható.

Az Örömhír másokkal való megosztása > másoknak az élet lehetőségével való megáldása!



A harag mérgező!

## ÖRÖM HÍR MONDÓ

KSZE Ságvár – ingyenes, elektronikus havilap – 2019. március



## A HARAG KEZELÉSE

„Azért... legyen minden ember gyors a hallásra, késedelmes a szólásra, késedelmes a haragra. Mert ember haragja Isten igazságát nem munkálja.” – Jakab 1,19-20.

**KONFLIKTUSOK** – Az élet minden területén gyakran találkozunk problémákkal, amelyek általában konfliktusokat idéznek elő. Minden (házassági, családi, gyülekezeti, munkahelyi, baráti, szomszédi) kapcsolat kezelésébe beletartozik a konfliktuskezelés is, amelynek során a viták sikeres megoldására kell törekedni. A célunk az legyen, hogy a keresztény életünkben megtanuljunk alkalmazni az isteni fajta szeretet működését, továbbá a mindennapjainkat fel tudjuk építeni az Ige szilárd alapjára és azt fenn is tudjuk tartani. Ehhez Isten szeretetét kell minél mélyebben megismerni és kiárasztani a környezetünkre.



Még ha haragudtok is, de ne vétkezzetek!  
Mielőtt a nap véget ér,  
szabaduljatok meg a haragtól! Ef. 4,26 EFO

**HARAG ELLENSZERE** – Jézus a szeretet parancsolatát adta nekünk az Újszövetségben. (Ján. 13,34) Ez azt jelenti, hogy nem szabad haragot tartanunk, hanem minden sérelmet meg kell bocsátanunk. Így – az elkövetett hibáink ellenére – a hitünkkel jó irányba tudjuk fordítani az életünk irányát. (Kol. 3,12-15) A megbocsátással nem csak a másik felet, hanem saját magunkat is felszabadítjuk a mérgező pusztító hatása alól, amely kihatással van az egészségünkre is. A jó és a rossz kapcsolat közötti különbség abból adódik, hogy a problémáinkat milyen mértékben vagyunk képesek megoldani. Ha nem vagyunk képesek sikeresen rendezni a viszályokat, akkor az idővel elfojtott indulatot, haragot és érzelmi eltávolodást okozhat. Isten segítségével mindenki meg tudja tanulni, hogy miként oldja meg sikeresen a nehézségeket. A következőkben tanulmányozzuk a kapcsolatokban felmerülő problémák kezelésének különböző módjait.

**HARAG KEZELÉSE** – Kezdjük a harag kezelésének kérdésével. Az Efézus 4,26-ban azt olvashatjuk: „Ám haragudjatok, de ne vétkezzetek: a nap le ne menjen a ti haragotokon”. Az Ige úgy kezdődik, hogy szabad haragudni. Mivel érző emberek vagyunk, ezért időnként haragra gerjedünk. Ennek okai lehetnek: sérelmet követtek el ellenünk; még nem vagyunk eléggé felnövekedettek a harag kezelésében; megvalósíthatatlan elvárásaink vannak és az önzés. Az **ELSŐ**, amire Pál apostol tanít minket az, hogy ismerjük el, hogy haragszunk. De ha letagadod a haragodat, attól az még nem múlik el, sőt addig-addig növekszik, amíg az pusztító és kezelhetetlen módon ki nem tör. A harag különböző formában és fokozatban jelentkezhet. A rosszul működő kapcsolatokban mindig helytelenül kezelik a haragot. Haragudhatunk, de mindjárt hozzá kell tennünk azt, hogy tanuljunk meg jól kezelni az indulatainkat, hogy el ne mérgesedjen a helyzet. És ha megtanulod őszintén kifejezni a haragodat, azzal megtetted az első lépést a probléma sikeres megoldásához. ▶ ▶ ▶ folytatás ▶ ▶ ▶

Akire haragszol, akire neheztelsz, annak a rabja vagy! Tanács: járj isteni fajta szeretetben és légy szabad!

„Viseljétek el egymást, és [kegyelmet ajándékozva] bocsássatok meg kölcsönösen egymásnak, ha valakinek a másik ellen panasza volna...” – Kolosse 3,13.



következő vers hozzáteszi: „Az ördögnek pedig ne adjatok helyet”. (Ef. 4,27) Ha haraggal zárjuk le a napot, akkor lehetőséget adunk az ördögnek arra, hogy elmélyítse bennünk a haragot, és ezzel ajtót nyitunk neki, ő pedig éket ver a kapcsolatunkba.

**INDULAT FELOLDÁSA** – „Szűnj meg a haragtól, hagyd el a mérgeidet; ne bosszankodj, csak rosszra vinne.” (Zsolt. 37,8) A konfliktus helyes megoldásának első lépése az, hogy elismerjük azt, hogy haragszunk, és ezt hasonló esetben megengedjük a társunknak is. A második lépés az, hogy az eltérő vélemények hogyan csapnak össze egymással. A harmadik lépés pedig az, hogyha haragot érzünk, akkor azt rövid időn belül tisztázni kell egymással, mert az indulatok feloldása legtöbb esetben megbeszélést igényel. Meg kell tanulnunk azt, hogy hogyan közeledjünk helyesen a másikhoz, amikor indulat van bennünk. Addig várunk kell a helyzet tisztázásával, amíg az indulatainkat képesek leszünk irányítani. Várj egy-két órát, amíg uralni tudod az érzelmeidet, de semmi esetre se zárd le a napot haragosan, és ne várj napokat vagy heteket, amíg rászánod magad arra, hogy megbeszéled a problémáidat. Mindenképpen még aznap kerüljön sor a konfliktus megoldására. (Ef. 4,31)

**FELOLDATLAN HARAG** – A feloldatlan harag pusztító hatású. A ma haragja még nagyon jól kezelhető. A tegnap haragja viszont veszélyes, mert már sokáig érlelődött benned, és közben az ördög is megkörnyékezett. Mert az ördög mestere annak, hogy megosztást, szakadásokat és támadásokat idézzen elő. Az ördög hazug és a hazugság atyja és gonoszak az indítékai. (Ján. 8,44) Az ördög azon munkálkodik, hogy a másik ellen fordítson, és meggyőzzön arról, hogy ő is ellened fordult. Egy jó kapcsolatban az életünk része az, hogy adott esetben szembenézzünk az indulatainkkal, mert ez a fajta hozzáállás megfékezi a haragot. Indulat mindig is lesz a kapcsolatokban, de a nagyságát az határozza meg, hogy hogyan vagy képes kezelni azt. Az első lépés, amit tenned kell, hogy megengeded a magad és a társad számára is, hogy őszinték lehessetek egymáshoz az indulataitokkal kapcsolatban. A második lépés pedig az, hogy még aznap megbeszélitek a problémát. De várj addig, amíg uralni tudod az érzelmeidet, hogy ne mondj ki olyat, vagy ne tegyél olyat, amivel megsértened a másikat. Úgy beszéljétek egymással, hogy mindkettőtök szabadon el tudja mondani a sérelmeit. Ez azt jelenti, hogy a másik fél is beszélhet a negatív érzéseiről, retorzió nélkül. Határozzátok el, hogy még aznap megbeszélitek a harag kiváltó okát, és Isten segítségével közösen megoldást kerestek rá. A béke helyreállítása érdekében ez létfontosságú. ▶▶▶ folytatás ▶▶▶

„Minden keserűség és harag, indulat, szóváltás és szitkozódás legyen távol tőletek minden gonosszággal együtt.” – Efézus 4,31. Görög szöveg szerint

**HANGNEM** – Vizsgáljuk meg azt, hogy amikor haragosak vagyunk, akkor azt milyen hangnemben beszéljük meg egymással. Kutatások igazolják, hogy bármilyen összetűzés is történik, mindig az első három perc dönti el a párbeszéd kimenetelét. Ha a beszélgetést nyers és goromba stílusban kezdjük el, akkor az már kezdettől fogva kudarcra van ítélve. Tehát ha nem megfelelő hangnemben kezdted el a beszélgetést, akkor jobb, ha rögtön be is fejezed, és egy kis idő múlva, amikor már lenyugodtál, ismét nekirugaszkozsz. Mert mindennek rendelt ideje van. (Préd. 3,7) Nagyon fontos, hogy vállaljuk a felelősséget minden gonosz, bántó szóért, amit kimondtunk a vita során, és ezekért kérjünk bocsánatot.



**BEISMERÉS** – Hogyha a hibás fél nem hajlandó rövid időn belül megbocsátani és folyton támad, az azt fogja eredményezni, hogy a helyzet még jobban el fog mérge-sedni. Ez a másikat egy védekező helyzetbe kényszeríti, mert azt látja, hogy semmi esélye sincs. Erre a helyzetre a megoldás az lenne, ha a hibás fél beismerné, hogy ő hibázott, és bocsánatot kérne. De a tapasztalatok szerint ez sajnos ritkán fordul elő. Sokan úgy kezdik a konfliktus megbeszélését, hogy fenyegetőznek, és közben sértéseket vágnak a másik fejéhez. Amikor sérelem van a szívünkben, elutasítást és haragot érzünk. Ilyen helyzetben mindenképpen irányításunk alatt kell tartani a szavainkat. Ez az a helyzet, amikor nem engedhetjük meg magunknak, hogy az érzelmeink irányítsanak. A szavaknak súlyos ereje van, és azok maradandó lelki sebeket okozhatnak. (Péld. 18,21) Azok, akik nem értik a harag kezelésének alapelvét, ők folyton megbántják egymást, így egyre távolabb kerülnek egymástól és boldogtalanná válnak.

**SZAVAK EREJE** – Azok pedig, akik értik a szavakban rejlő hatalmat, felismerik, hogy óvatosnak kell lenni azzal kapcsolatban, hogy mit mondanak ki. Ennek az alapelvnek az alkalmazása a legfontosabb a probléma és a konfliktus kezelésében. „Semmi romlott beszéd a ti szátokból ki ne jöjjön, hanem csak amely hasznos és szükséges az építésre, hogy kegyelmet adjon a hallgatónak.” (Ef. 4,29) Ahhoz, hogy sikeresen oldjuk meg a helyzetet, a szeretet és a megerősítés szavaival kell kezdenünk a beszélgetést a társunkkal, a családtagjainkkal, barátainkkal, stb. Ha a beszélgetés kezdetén biztosítod a szeretetedről a másik felet, akkor ő nem érzi magát fenyegetve. „Legyetek mindig alázatosak, szelídek, türelmesek, és isteni szeretettel viseljétek el egymást!” (Ef. 4,2 EFO) A szelíd, megerősítő hangnem a lehető legjobb légkört teremti meg ahhoz, hogy meghallgasson, és indulatok nélkül, a megoldást keresvén válaszoljon. Mindenkor a szelídségnek és tisztelőnek kell uralnia a szavainkat. Ha megtanuljuk szeretettel körbevenni a másikat, és megtanuljuk irányítani az indulatainkat, akkor sikeres és boldog életet élhetünk. „És azért imádkozom, hogy a ti szeretetetek még jobban és jobban bővüljék ismeretben és minden megértésben; Hogy megítélhessétek, hogy mi a rossz és mi a jó; hogy legyetek tiszták és botlás nélkül valók a Krisztusnak napjára.” (Fil. 1,9-10) – Hné Éva (Jimmy Evans tanítása alapján)