



OPPSTARTGUIDE

Først, velg den rollen som best beskriver din situasjon.



Du føler at du er blitt såret eller fornærmet av noen.



Du mener at en person har såret eller fornærmet noen andre enn deg selv.



Det ser ut til at du har såret eller fornærmet noen.



Noen har kommet til deg for å snakke om en konflikt mellom to personer, men du er ikke en av de to personene i konflikten.

Dernest, følg ditt ikon i brosjyren.

STADIUM 1

Møte med Gud

Be og fullfør disse trinnene for din rolle før du bestemmer deg for å snakke eller ikke snakke med den andre personen.

Unngå sladder



Ikke snakk til noen om en annen person på en upassende måte.

Ordspr 16,28; Ordspr 25,8-10; Ordspr 26,20

Ta bjelken ut av ditt eget øye



Hvordan kan du ha bidratt til problemet? Er det noe i ditt hjerte eller din tanke som kan hindre deg fra å se problemet, deg selv eller den andre part objektivt og fra Guds perspektiv? Matt 7,3-5; 1 Pet 2,1

Gjør bot for din part



Forbered deg til å bekjenne det du forstår til Gud og den andre personen hvis du har bidratt til problemet. Hvordan kan du være ydmyk på egne vegne, ære den andre personen, og være ærlig om hva du gjorde? Vurdér å inkludere disse elementene i din bekjennelse: ta personlig ansvar, nevne fornærmelsen med dens riktige navn eller beskrivelse, ikke unnskyldte deg selv eller skyldte på andre, vise ekte sorg og anger. Hvis det er synd; beskriv den ved å benytte bibelsk terminologi. Vis at du er klar over og lei deg for smerten og kostnaden du har forårsaket for dem. Spør dem om det er mer du trenger å ta ansvar for.

Matt 5,23-24; 2 Kor 7,8-11; Ordspr 28,13; Jak 4,6

Analysér



Hva er relasjonsproblemets karakter? Er det en kulturell eller personlig ulikhet? En feilkommunikasjon? En legitim uenighet? Kan det kalles synd? Hvordan kan du sette ord på problemet i form av umøtte, uklare eller ulike forventninger? Er dine forventninger legitime, rimelige, kjærlige og klart forstått?

Ordspr 23,23; Ef 4,25

Tilgi



Har du tilgitt den andre personen i ditt hjerte og hos Gud? Er du klar til å gi dem tilgivelse hvis de kommer til deg, bekjenner og gjør bot? Kan du ærlig og oppriktig be: "Jeg ønsker å tilgi dem slik som du, i Kristus, tilga meg." "Jeg ønsker å se dem med dine nådefulle og barmhjertige øyne." "Hjelp meg å fornye mitt sinn. Jeg ønsker ikke å holde fram med å gjenoppleve fornærmelsen." "Hjelp meg til aldri å snakke upassende til den andre personen eller andre om fornærmelsen." "Velsigne dem med din kjærlighet."

Ef 4,31-32; Ordspr 17,9; Kol 3,13; Fil 4,8; Matt 6,14-15; Matt 18,35

Still spørsmålstegn ved din rolle



Er du den mest passende personen til å gå til den andre personen? Hvis ikke, hvem kan tenkes å være det?

Ordspr 26,17; Matt 7,12

Evaluér



Hvis du kan overse en personlig fornærmelse kan du bestemme deg for å ikke bringe forholdet opp. Men vurder hvor alvorlig fornærmelsen kan bli. Hvordan kan personen det gjelder, og eventuelt andre, bli negativt påvirket av deres ord og handlinger? Er det skadelig for Jesu navn eller kirken? Er fornærmelsen klart beskrevet som synd i Bibelen? Er det en vane, eller bare et enkeltstående feilgrep? Jo mer alvorlig fornærmelsen og dens virkning, jo mer bør du vurdere å snakke med personen det gjelder.

Ordspr 19,11; 1 Pet 4,8; Kol 3,12-14; Gal 6,1-2; Jak 5,19-20; Titus 1,7-9; Matt 18,15; Fil 2,2-4

Søk passende råd



(Valgfri) Hvordan kunne en vis og upartisk person hjelpe deg å arbeide gjennom din rolle i det hele på en grundigere måte?

Ordspr 1,5; Ordspr 12,15; Ordspr 19,20

Vurdér ditt ansvar



Hva er de virkelige eller potensielle konsekvensene for deg, den andre part, eller for andre, hvis du ikke går til dem?

Gal 6,1-2; 3 Mos 19,17; Heb 10,24

Døm rett



Har du forhåndsdomt eller trukket forhastede konklusjoner? Er du partisk og heller mot en av partene? Har du enten benektet eller overdrevet sannheten om noen slags legitim fornærmelse?

Ordspr 17,15; 3 Mos 19,15; 1 Tim 5,21; Joh 7,24; Matt 7,1-2

Søk ditt hjerte



Be Gud vise deg ditt hjertes sanne motiver. Hvordan kan du med bibelske begreper beskrive dine motiver for å velge å snakke eller å ikke snakke med den andre personen? Ikke gå i sinne, for å kaste skam over den andre personen, eller bare for å lette samvittigheten. Ikke la ubegrunnet frykt, din stolthet eller mangel av kjærlighet holde deg fra å gå for å snakke med den andre personen. Ordspr 139,23-24

Forbered deg i kjærlighet



Hvis du bestemmer deg for å snakke med den andre personen: Hvordan ville du ønske å bli oppsøkt hvis du var i hans/hennes sted? Tenk gjennom ditt motiv for å gå.

Matt 7,12; Gal 6,1; Ordspr 25,8-10; Fil 2,2-4



Når noen kommer til deg for å snakke om en konflikt som ikke direkte involverer deg, må du først bestemme om du er en passende person til å hjelpe dem. Hvis du er det så be, og hjelp dem deretter med å identifisere deres rolle. Følg så disse punktene:

Unngå sladder

Ikke snakk til noen om andre personer på en upassende måte.

Ordspr 16,28; Ordspr 25,8-10;
Ordspr 26,20

Vær objektiv og upartisk

Hjelp dem se både den andre parts perspektiv og deres eget. Tal sannhet med kjærlighet.

Ordspr 18,17; Ef 4,15; 1 Tim 5,21

Gi vis veiledning og råd

Hjelp dem gjennom alle relevante trinn i Stadium 1 for deres rolle på en klok måte. "Men visdommen ovenfra er først og fremst ren, dernest er den fredselskende, forsonlig og føyelig, rik på barmhjertighet og gode frukter, upartisk og uten hykleri."

Jak 3,17

STADIUM 2

Møte med den andre personen (om passende)

(Du må kanskje gjøre dette flere ganger for å oppnå fred.)

Etter å ha fullført stadium 1, hvis du mener at du bør snakke med den andre personen:



Gå i kjærlighet Gå på den tiden og det stedet og med den holdning du selv ville ha ønsket å ha blitt oppsøkt hvis rollene hadde vært snudd.

Matt 7,12; Gal 6,1; Ordspr 25,8-12

Snakk slik at du ærer Gud med det du sier

Bruk "jeg"-utsagn og formuleringer som ikke er anklagende. Bruk rolig, ikke-truende kroppsspråk. Bruk tydelige, bibelske begreper når du nevner den eller de tingene som har såret eller fornærmet deg.

Ef 4,29; Ordspr 15,1; Ordspr 25,11-12

Bekjenn med ekte sorg Hvis du har bidratt til problemet på noen slags måte må du gjøre bot for dette. 2 Kor 7,8-11

Lytt Vær rask til å høre men sen til å tale og sen til å bli sint. Lytt til den andre personen med oppriktig oppmerksomhet. Jak 1,19; Ordspr 18,17

Gi tilgivelse Hvis den andre personen angrep og ber om tilgivelse skal du gi henne din tilgivelse. Luk 17,3-4

Etter å ha fullført stadium 1, hvis du mener at du bør snakke med en av partene:



Gå i kjærlighet Gå på den tiden og det stedet og med den holdning du selv ville ha ønsket å ha blitt oppsøkt hvis rollene hadde vært snudd.

Matt 7,12; Gal 6,1; Ordspr 25,8-12

Snakk slik at du ærer Gud med det du sier

Bruk "jeg"-utsagn og formuleringer som ikke er anklagende. Bruk rolig, ikke-truende kroppsspråk. Bruk tydelige, bibelske begreper når du nevner den eller de tingene som har såret eller fornærmet deg.

Ef 4,29; Ordspr 15,1; Ordspr 25,11-12

Bekjenn med ekte sorg Hvis du har bidratt til problemet på noen slags måte må du gjøre bot for dette. 2 Kor 7,8-11

Lytt Vær rask til å høre men sen til å tale og sen til å bli sint. Lytt til den andre personen med oppriktig oppmerksomhet. Jak 1,19; Ordspr 18,17

Etter å ha fullført Stadium 1, når du går for å bekjenne ditt feilgrep eller din synd til den andre personen:



Gå i kjærlighet Gå på den tiden og det stedet og med den holdning du selv ville ha ønsket å ha blitt oppsøkt hvis rollene hadde vært snudd.

Matt 7,12; Gal 6,1; Ordspr 25,8-12

Gi en ærlig, ydmyk bekjennelse som gir Gud ære

Vær spesifikk, nøye og angrende.

2 Kor 7,8-11; Ordspr 28,13

Lytt Vær rask til å høre men sen til å tale og sen til å bli sint. Lytt til den andre personen med oppriktig oppmerksomhet. Jak 1,19; Ordspr 18,17; Ordspr 25,12

Gi tilgivelse Hvis den andre personen angrep og ber om tilgivelse skal du gi henne din tilgivelse. Luk 17,3-4

Ta imot tilgivelse og renselse hvis de gir det 1 Joh 1,9

Sett i rett stand alle feiltrinn som du kan rette opp Matt 3,8; Hebr 12,11; Gal 6,7-8

Hvorfor Søke Fred?

- **Søk** det som tjener til fred og bygger opp fellesskapet. Rom 14,19
- **Streb** etter fred med alle. Heb 12,14
- **Sett alt inn** på å bevare Åndens enhet, i den fred som binder sammen. Ef 4,3
- **Hold fred med alle**, om det er mulig, så langt det står til dere. Rom 12,18

Søk Fred: De fem søylene

- 1 Gud ønsker at du skal leve i fred med alle mennesker.
- 2 Din relasjon med andre mennesker speiler og påvirker din relasjon med Gud.
- 3 Behandle alle som unike personer skapt og elsket av Gud.
- 4 Behandle alle likt, fordomsfritt og upartisk.
- 5 Alle blir velsignet når du søker fred på en bibelsk måte.

