



SØK FRED

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.
Ordspråkene 16,28; 25,8-10; 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? Matteus 7,3-5; 1 Peters brev 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? Vurder å inkludere disse elementene i din bekjennelse: ta personlig ansvar, nevne fornærmelsen med dens riktige navn eller beskrivelse, ikke unnskyld deg selv eller skyld på andre, vis 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.
Matteus 5,23-24; 2 Korinterbrev 7,8-11; Ordspråkene 28,13; Jakobs brev 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 klart forstått, legitime, kjærlige og rimelige?
Ordspråkene 23,23; Efeserne 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." "Velsign dem med din kjærlighet."
Efeserne 4,31-32; Ordspråkene 17,9; Kolosserne 3,13; Filippene 4,8; Matteus 6,14-15; Matteus 18,35

Still spørsmål ved din rolle



Er du den mest passende personen til å gå til den andre personen? Hvis ikke, hvem kan tenkes å være det?
Ordspråkene 26,17; Matteus 7,12

Evalué



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.
Ordspråkene 19,11; 1 Peters brev 4,8; Kolosserne 3,12-14; Galaterne 6,1-2; Jakobs brev 5,19-20; Titus 1,7-9; Matteus 18,15; Filippene 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?
Ordspråkene 1,5; 12,15; 19,20

Vurder ditt ansvar



Hva er de virkelige eller potensielle konsekvensene for deg, den andre part, eller for andre, hvis du ikke går til dem? Galaterne 6,1-2; 3 Mosebok 19,17; Hebreerbrevet 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?
Ordspråkene 17,15; 3 Mosebok 19,15; 1 Timoteus' brev 5,21; Johannes 7,24; Matteus 7,1-2

Ransak ditt hjerte



Be Gud vise deg dine 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. Ordspråkene 139,23-24

Forbered deg i kjærlighet



Hvis du bestemmer deg for å snakke med den andre personen: hvordan ville du ha ønsket å bli oppsøkt hvis du var i hans/hennes sted? Tenk gjennom ditt motiv for å gå. Matteus 7,12; Galaterne 6,1; Ordspråkene 25,8-10; Filippene 2,2-4



Når en person kommer til deg for å snakke om en konflikt som ikke direkte involverer deg, må du først bestemme om du er den rette til å hjelpe denne personen. 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.

Ordspråkene 16,28; 25,8-10; 26,20

Vær objektiv og upartisk

Hjelp denne personen til å se både den andre parts perspektiv og eget perspektiv. Tal sannhet med kjærlighet.

Ordspråkene 18,17; Efeserne 4,15;
1 Timoteus' brev 5,21

Gi vis veiledning og råd

Hjelp denne personen gjennom alle relevante trinn i Stadium 1 for egen rolle på en klok måte. "Men visdommen ovenfra er først og fremst ren, dernest er den fredselkende, forsonlig og føyeelig, rik på barmhjertighet og gode frukter, upartisk og uten hykleri." Jakobs brev 3,17

Guds forventning til hvordan alle troende skal forholde seg til hverandre

- **Lev i fred** med hverandre (Markus 9,50)
- **Elsk** hverandre (Johannes 13,34)
- **Elsk hverandre inderlig** som søsken (Romerne 12,10)
- **Sett de andre høyere** enn dere selv (Romerne 12,10)
- **Hold sammen i enighet** (Romerne 12,16)
- **Døm ikke** hverandre (Romerne 14,13)
- **Ta imot** hverandre (Romerne 15,7)
- **Undervis** hverandre (Kolosserne 3,16)
- **Rettled** hverandre (Kolosserne 3,16)
- **Oppmuntre** hverandre (Hebreerbrevet 10,25)
- **Tjen** hverandre (Galaterne 5,13)
- **Bær hverandres byrder** (Galaterne 6,2)
- **Vær overbærende** med hverandre i kjærlighet (Efeserne 4,2)
- **Vær gode mot** hverandre og **vis medfølelse** (Efeserne 4,32)
- **Tilgi** hverandre (Efeserne 4,32; Kolosserne 3,13)
- **Underordne dere** hverandre (Efeserne 5,21)
- **Lyv ikke** for hverandre (Kolosserne 3,9)
- **Trøst** hverandre (1 Tessalonikerbrev 4,18)
- **Bygg** hverandre **opp** (1 Tessalonikerbrev 5,11)
- **Ikke baktal** hverandre (Jakobs brev 4,11)
- **Kom ikke med klager** mot hverandre (Jakobs brev 5,9)
- **Bekjenn syndene** for hverandre (Jakobs brev 5,16)
- **Be** for hverandre (Jakobs brev 5,16)
- **Ha fellesskap** med hverandre (1 Johannes 1,7)
- **Oppmuntre** hverandre (1 Tessalonikerbrev 5,11)
- **Streb etter å være gode** mot hverandre (1 Tessaloniker 5,15)
- **Utfordre og misunn ikke** hverandre (Galaterne 5,26)
- Vær ydmyke og **sett de andre høyere** enn deg selv (Filipperne 2,3-4)

STADIUM 2

Møte med den andre personen (om passende)

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

▲ Gå i kjærlighet Gå på den tiden og det stedet og med den holdning du selv ville ha ønsket å bli oppsøkt på hvis rollene hadde vært snudd. Matteus 7,12; Galaterne 6,1; Ordspråkene 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. Efeserne 4,29; Ordspråkene 15,1; Ordspråkene 25,11-12	◆ Gi en ærlig, ydmyk bekjennelse som gir Gud ære Vær spesifikk, nøye og angrende. 2 Korinterbrev 7,8-11; Ordspråkene 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 oppriktlig oppmerksomhet. Jakobs brev 1,19; Ordspråkene 18,17; Ordspråkene 25,12	▲ Gi tilgivelse Hvis den andre personen angret og ber om tilgivelse skal du gi henne din tilgivelse. Lukas 17,3-4	◆ Ta imot tilgivelse og renselse hvis de gir det 1 Johannes 1,9
		◆ Sett i rett stand alle feiltrinn som du kan rette opp Matteus 3,8; Hebreerbrevet 12,11; Galaterne 6,7-8

HVORFOR SØKE FRED?

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

