

VIAȚA SPIRITUALĂ

ARTICOLE ȘI RESURSE INSPIRAȚIONALE

<http://spiritual.alfaomega.tv>

Amărăciune și resentimente

Atunci când ești jignit sau dezamăgit de alții și când permiți ca rănilor să încolțească în inima ta, amărăciunea și resentimentele vor prinde rădăcini. Amărăciunea și resentimentele sunt păcătoase și distrugătoare, ele fiind caracterizate de un duh de neiertare, și în general, de atitudini negative și critice. Ele vor amprenta gândurile și acțiunile noastre conștiente și inconștiente. Dacă li se permite înrădăcinarea, acestea vor distruge și ucide (Galateni 5:19-21). Însă ele pot fi înlăturate prin dragoste.

Ce spune Scriptura?

“Urmăriți pacea cu toți și sfințirea, fără care nimeni nu va vedea pe Domnul. Vegheați ca nimeni să nu fie lipsit de harul lui Dumnezeu, ca nu cumva vreo rădăcină de amărăciune să dea lăstari, să vă aducă tulburare și mulți să fie înținați de ea.” (Evrei 12:14,15)

“Orice amărăciune, orice iuțime, orice mânie, orice strigare și orice defăimare să fie înlăturate de la voi, împreună cu orice fel de răutate. Și fiți buni unii cu alții, miloși și iertați-vă unul pe altul, cum v-a iertat și Dumnezeu pe voi în Hristos.” (Efeseni 4:31-32)

„Când era batjocorit, nu răspundea cu batjocuri; și, când era chinuit, nu amenința, ci Se supunea dreptului Judecător.” (1 Petru 2:23)

„Isus zicea: „Tată, iartă-i, căci nu știu ce fac!” Ei și-au împărțit hainele Lui între ei, trăgând la sorți.” (Luca 23:34)

„Dacă iertați oamenilor greșelile lor, și Tatăl vostru cel ceresc vă va ierta greșelile voastre.” (Matei 6:14)

„Binecuvântați pe cei ce vă prigonesc: binecuvântați și nu blestemați. Bucurați-vă cu cei ce se bucură; plângeți cu cei ce plâng. Aveți aceleași simțăminte unii față de alții. Nu umblați după lucrurile înalte, ci rămâneți la cele smerite. Să nu vă socotiți singuri înțelepți. Nu întoarceți nimănui rău pentru rău. Urmăriți ce este bine, înaintea tuturor oamenilor. Dacă este cu puțință, întrucât atârnă de voi, trăiți în pace cu toți oamenii.

Preaiubiților, nu vă răzbunați singuri; ci lăsați să se răzbune mânia lui Dumnezeu; căci este scris: „Răzbunarea este a Mea; Eu voi răsplăti”, zice Domnul. Dimpotrivă: dacă îi este foame vrăjmașului tău, dă-i să mănânce; dacă-i este sete, dă-i să bea; căci dacă vei face astfel, vei



grămădi carbuni aprinși pe capul lui. Nu te lăsa biruit de rău, ci biruiește răul prin bine.“
(Romani 12:14-21)

Cum poți fi eliberat de amărăciune și resentimente

La fel ca depresia și orice alt stres emoțional, amărăciunea și resentimentele pot agrava sau chiar determina anumite probleme de sănătate, cum ar fi artrita. Poți fi afectat la nivelul minții, duhului sau în alt mod. Relațiile tale vor avea întotdeauna de suferit.

Dumnezeu te poate elibera de acest păcat, care reprezintă o emoție opresivă și distructivă, având ca rădăcină ura, și care la rândul ei este asemănată cu uciderea. Trebuie să te pocăiești. Nimeni nu poate avea parte de pace și fericire atâta timp cât emoțiile, precum amărăciunea și resentimentele îl chinuiesc. Dacă nu ai făcut acest lucru până acum, roagă-L pe Dumnezeu să te ierte și să vină în viața ta chiar acum. El te va elibera de puterea vrăjmașului (Psalm 91:3).

Dacă ești deja creștin, ai de asemenea nevoie să Îl rogi pe Dumnezeu să te ierte dacă ești cuprins de amărăciune și resentimente. Apoi, cere-I să te ajute să ierți fiecare persoană care te-a rănit și față de care porți această amărăciune sau resentimente, la fel cum te-a iertat Dumnezeu pe tine.

Ai nevoie să fii botezat cu Duhul Sfânt, în cazul în care nu ești deja. Urmărește ocazii în care să poți arăta dragoste persoanei care te-a rănit.

Dumnezeu iartă și uită păcatele. Cu toate acestea, probabil ai constatat că, deși te-ai străduit din răputeri să ierți și să uiți, nu ai reușit. Dumnezeu te poate ajuta să-ți cureți memoria. În loc să îți amintești cu răutate și ciudă, amintește-ți cu iertare. Apoi, mergi încă un pas înainte și roagă-L pe Dumnezeu să îl ierte pe cel ce te-a jignit. Iertând tu însuși și cerându-I lui Dumnezeu să ierte persoana respectivă, Dumnezeu va putea să te binecuvânteze pe tine și acea persoană.

Roagă-te astfel:

Tată, recunosc că am păstrat amărăciune și resentimente față de _____. Mărturisesc acest lucru ca fiind păcat, și te rog să mă ierți. Și eu îl iert pe _____. Amintește-mi, Doamne, să nu mai păstrez aceste resentimente în inima mea, ci să iubesc această persoană. Tată, de asemenea te rog să îl ierți pe _____. Îți mulțumesc că ascuți și răspunzi rugăciunii mele. În Numele lui Isus. Amin.

Referințe biblice (temă pentru acasă)

Amărăciune

Fapte 8:23
Romani 3:14
Efeseni 4:31
Evrei 12:15
Iacov 3:14

Ură

Leviticul 19:17
Proverbe 10:12
Proverbe 15:17
1 Ioan 2:9
1 Ioan 4:20

Invidie

Psalm 37:1
Proverbe 3:31
Proverbe 23:17
Galateni 5:26
Geneza 26:14
Matei 27:18

Răutate

1 Corinteni 5:8, 14:20
Coloseni 3:8
1 Petru 2:1
Estera 3:6
Psalm 140:3
Isaia 59:4,5. Matei 27:23
Ioan 12:10. Fapte 7:54