

Korku ve Öfkeyi Aşmak

Hayatımızdaki Açık Kapıları Kapatmak

Hemen hemen hepimiz bazen korkular yaşarız. Eğer ortada gerçekten bir tehlike varsa, korku iyi bir şeydir. Çünkü o, bizi körlemesine tehlikenin içine koştuktan alıkoyar. Fakat bazen de tehlike küçük olmasına rağmen aşırı korku hisseder ya da herhangi bir tehdit olmadan korkuya kapılırız. Hissettiğimiz korkunun aşırı ya da tamamen asılsız olduğunu fark etsek de çoğu zaman bu korkuyu gideremeyiz.

Öfke de benzer bir şekilde hayatımızı etkiler: Belirli bir durumdan dolayı hemen öfkelendiğimiz olur. Bazen öfkemiz haklı görülebilse de bazen de aşırıya kaçır. Aslında ortada büyük bir sorun yokmuş, fakat içimizde bir şeyler tetiklenmiş gibi. Böylece, gerçekte o duruma bağlı olmayan, içimizde saklı duran daha bir derin öfke dışarı çıkar. Bu öfke içimizde kaldığı sürece, zaman zaman ortaya çıkacaktır.

Bazı insanlar böyle nedensiz duyguları her gün yaşar, bazılarıysa hemen hemen hiç yaşamazlar. Aradaki bu fark bir kader değildir, bu durumun belli sebepleri vardır.

Bunu anlamak için hepimizin içinde bulunan bir kapı olduğunu hayal edin. Hepimizin korku için bir kapısı olduğunu düşünebiliriz: Kapı açık kaldığı sürece, bazen mantıksız bir korku içeriye girecektir. Bazılarımızın kapısı sadece birazcık açıktır, korku onlara daha nadiren gelebilir. Eğer kapımız tamamen açık olursa, bu durum bizim tüm düşüncelerimizi ve yaptıklarımızı etkiler, yaşamımız tamamen korku tarafından yönetilir. Benzer bir şekilde öfke için de bir kapımız vardır. Bu kapılar kapalı olduğu sürece, sağlıklı korku veya öfke duyguları hayatımıza giremez.

Bu kapılar başka insanlar tarafından ya da bizim tarafımızdan açılabilir. Bir kapının ilk kez açılışı çoğunlukla küçük yaşlarda hayatımızı etkileyen bir kişi, örneğin anne veya babamız aracılığıyla olabilir. Sonradan kendi hatalarımızdan dolayı kapıyı daha da çok açan kişi ise biz olabiliriz.

İyi haber şudur: Açık kapıları kapatabilmek mümkündür. Allah hayatımızın sağlıklı korkuların veya öfkenin kötü etkileri tarafından yönetilmesini istemez, tam tersine özgür olmamızı ister.

Korku kapısı ve öfke kapısı

	Korku kapısı	Öfke kapısı
Kapının açık olduğu durumda görülen belirtiler	Kontrol etme ihtiyacı Endişeler Kendini dışarıya kapatmak Umursamazlık Uyuşturucu / alkol	Nefret Kendine karşı nefret Dedikodu Kıskançlık Affedememek İftira
Yanlış yöntem	Kendimizi korumaya çalışmak	Kendimizi haklı göstermeye çalışmak
Gerçek	Allah bizi korumak ister	Allah bize hakkımızı vermek ister ve adalet getirecek

Açık bir kapı nasıl kapatılır

Allah bizim korku ya da öfke tarafından yönetilmemizi hiçbir zaman istemedi. Bu dünyayı yarattığı zaman, her şey mükemmeldi. Ne korku, ne acı, ne ölüm ne de adaletsizlik vardı. Maalesef, ilk insanlar tıpkı bizim gibi Allah'a isyan edip kötü yollara başvurdu. Bunun sonucu ise, şeytanın hüküm sürdüğü bozulmuş dünyamızdır. Şeytanın isteği, mümkün olduğu kadar çok insanı kontrol etmektir. Bunun için bahsettiğimiz açık kapıları kullanarak hayatımıza sağlıklı korkuları ve öfkeyi getirir ve insanları bunlarla tutsak eder.

Bu kapılar günah vasıtasıyla açılır. Bu kendi günahımız da olabilir, başka insanların günahları da. Günah şeytana hayatımızda güç kazandırır. Ayrıca yalanlara inanmamıza yol açar. Kapıları açık tutan, inandığımız yalanlardır. Bazı örnekler:

- Baban bir gün sana haksız yere kızmış. Onun bu adaletsiz davranışından dolayı sen de öfkelenmişsin. Artık “haklarım için savaşırsam kimse bana adil davranmaz” diye inanmışsın.
- Öğretmenin seni tüm sınıfın önünde aşağılamış. Artık derste herhangi bir şeyi söylemekten korkmaya başlamışsın, çünkü “akıllı bir öğrenci değilim” diye inanmışsın.

Allah bu dünyada ortaya çıkan bozukluk ve günah sorunu için bir çözüm vaat etti. Adem’in ilk isyanından hemen sonra, şeytanın başını ezecek bir kurtarıcının geleceğini vaat etti (Yaradılış 3:15). Bu kurtarıcı, İsa Mesih’tir. Dünyada günah işlememiş tek kişi O’dur. Bundan dolayı şeytanın O’nun üzerinde hiçbir yetkisi yoktur. İsa Mesih, insanlar tarafından öldürüldü fakat üç gün sonra dirildi. Bu şekilde Allah mesajını tasdik etti: İsa Mesih, şeytana ve ölüme galip geldi. Bir kimse İsa Mesih’e güvenirse, şeytanın etkisinden özgür olacaktır.

Bizi özgür kılan İsa Mesih olduğu için, açık kapıları kapatmak konusunda O’nun rolü çok önemlidir. Yuhanna 8:31-32’de İsa Mesih şöyle der: “Benim sözüme itaat ederseniz hakikaten talebelerim olursunuz. Hakikati bileceksiniz ve hakikat sizi hür kılacak.”

İki kapıyla ilgili üç önemli ayet

Öfkeniz size günaha sürüklemesin. Öfkenizin üzerine güneş batmasın. Şeytan’ın size aldatmasına fırsat vermeyin. (Efesliler 4:26-27)

Allah’ın bize bahsettiği Mukaddes Ruh sayesinde artık çekingen değiliz; tersine Ruh bizi kudret, sevgi ve sağduyu sahibi kılar. (2.Timoteos 1:7)

Rab Ruh’tur ve Rab’bin Ruhunu nerede bulunursa orada hürriyet var. (2.Korintliler 3:17)

Kapıları kapatma süreci

Çoğu zaman hayatımızdaki kapıları açmış olan birden fazla olay vardır. Allah hepsini kapatmak ister ve hangi noktadan başlamamızın en uygun olacağını da O bilir. O’na doğrudan sorarak Allah’a bizimle konuşma ve bizi yönlendirme fırsatını veririz. Kapıları kapatma süreci her zaman Allah’a bir soru sormakla başlar. O bize bir şeyler açıklar, genellikle kapıyı açmış olan somut bir olayı gösterir. İsa Mesih’in yardımıyla bu olaydan gelen tüm kötü etkileri sileriz. Allah genellikle her şeyi bir anda göstermez çünkü bu bize fazla gelebilir. Bizi teşvik edip tüm süreç boyunca adım adım yanımızda yürümek ister.

Uygulama rehberi

Bu konuda tecrübeli bir yardımcının yardımını kullanın! Herhangi bir şekilde huzursuz hissederseniz ya da zorlanırsanız hemen söyleyin! Allah’la sohbet etmeye hazırsanız şöyle başlayabilirsiniz:

Allah’ın Ruhunu! Beni hangi kapıya yönlendirmek istiyorsun? İsa Mesih! Bu süreçte beni koru.

Bu kapı hayatımda ilk defa ne zaman açıldı? Onu kim açtı?

Allah’ın size bir şeyler göstermesini bekleyin. Kapının başka bir kişi tarafından açıldığı durumda: Bu kişiyi yaptıkları ve hayatındaki kapıyı açtığı için affedin. Ayrıntılar için “Adım Adım Affetmek”. Kapıyı siz açtıysanız: Allah’tan özür dileyin ve tövbe edin.

İnanmadığım hangi yalan kapıyı açık tutuyor?

Allah’ım, bu yalanla işbirliği yaptığım için özür dilerim. _____ yalanını reddediyorum.

İsa Mesih, bu yalana karşılık gerçek nedir?

Gerçeği ve onu kabul ettiğinizi söyleyin.

Kontrol etmek için: İsa Mesih, kapı şimdi nasıl gözüküyor? Kapıyı kapatır mısın?

Şu an kapatmak mümkün değilse, O’ndan kapı kullanılmasın diye eşikte durmasını isteyin.