> A znane są uczynki ciała, którymi są: cudzołóstwo, nierząd, nieczystość, rozpusta; Bałwochwalstwo, czary, nienawiść, niezgoda, zawiść, gniew, spory, kłótnie, herezje; Zazdrość, zabójstwa, pijaństwo, hulanki i tym podobne; o nich wam mówię, jak już przedtem powiedziałem, że ci, którzy takie rzeczy czynią, królestwa Bożego nie odziedziczą.
>
> *— Galacjan 5:19-21*

Książka: Nowy Testament / Galacjan

Tematy: gniew, ciało, bożki, Krolestwo Boga, seksualność, grzech

Interpretacja:

W Liście do Galatów apostoł *Paweł* wymienia czyny uznawane za „uczynki ciała” i otwarcie stwierdza, że ci, którzy się ich dopuszczają, nie odziedziczą *Królestwa Bożego*. Ważne jest, aby rozróżniać uczynki ciała od grzechu w ogóle. Wszyscy grzeszymy, lecz gdy przyjmujemy *Jezusa jako naszego Zbawiciela*, *Duch Święty* pomaga nam przezwyciężać pokusę grzechu. Jeśli jednak żyjemy według uczynków ciała, nie możemy doświadczać Bożych błogosławieństw.

Uczynki ciała

Do uczynków ciała wymienionych w *Galacjan 5:19-21* należą między innymi cudzołóstwo, rozpusta, nieczystość i lubieżność. Rozpusta odnosi się do kontaktów seksualnych poza małżeństwem, podczas gdy cudzołóstwo oznacza relacje seksualne z osobą inną niż własny współmałżonek. Nieczystość obejmuje nieczyste myśli, słowa i czyny, natomiast lubieżność to silne pożądanie seksualne.

Wymieniono również bałwochwalstwo i uprawianie czarów – praktyki polegające na oddawaniu czci fałszywym bóstwom zamiast prawdziwemu Bogu. Wrogość, kłótnie, zazdrość, gniew i waśnie to postawy, które mogą wyrządzić wielką szkodę każdej relacji. Waśnie i herezje stanowią podziały oraz fałszywe poglądy, które mogą osłabić naszą wiarę.

Zazdrość i morderstwo to niebezpieczne skłonności, które mogą wyrządzić innym krzywdę fizyczną i emocjonalną, podczas gdy pijaństwo i hulaszcze uczty to formy braku umiaru, mogące poważnie zaszkodzić naszemu zdrowiu. Należy pamiętać, że te uczynki ciała są sprzeczne z wolą Bożą. W miarę jak pogłębiamy naszą relację z Bogiem, Jego Duch pomaga nam je odrzucić i żyć zgodnie z Jego wolą.

Dlatego musimy starać się dystansować od tych uczynków ciała i dążyć do życia w posłuszeństwie Bogu. Oznacza to na przykład odwrócenie się od rozpusty i dążenie do czystości oraz wstrzemięźliwości, odrzucenie bałwochwalstwa na rzecz oddawania czci jedynie prawdziwemu Bogu, a także porzucenie gniewu i waśni, by szukać pokoju i miłości.

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*

> Uważajcie, bracia, żeby nie było czasem w kimś z was przewrotnego serca niewiary, które by odstępowało od Boga żywego.
>
> *— Hebrajczyków 3:12*

Książka: Nowy Testament / Hebrajczyków
Tematy: gniew, zlo, wiara, serce, bliźni

Interpretacja:

List do Hebrajczyków koncentruje się przede wszystkim na wierze, jaką wierzący pokładają w *Jezusie Chrystusie*, wyjaśniając, jak wprowadzać tę wiarę w czyn i jak prowadzić życie chrześcijańskie, które cechuje się komunią z Bogiem oraz braterską miłością. Trzeci rozdział podkreśla, jak ważne jest zachowanie niezachwianej i stałej wiary w Boga, niezależnie od wszelkich trudności, które mogą się pojawić.

Wezwanie do ufności Bogu

Fragment *Hebrajczyków 3:12* stanowi dla wierzących swoiste ostrzeżenie – przestrogę przed popadnięciem w niedowiarstwo. Autor listu zachęca nas, byśmy nieustannie kierowali swój wzrok na Boga, trwali w zaufaniu do Niego i dbali o to, aby nasza wiara nie słabła. Przypomina nam, że własne niedowiarstwo może sprawić, iż zaczniemy oddalać się od Boga.

Znaczenie właściwego nastawienia serca

Wspomniane w tym wersecie „złe, niewierne serce” stanowi ostrzeżenie przed odstępstwem i porzuceniem wiary. Niedowiarstwo może doprowadzić do zerwania więzi z Bogiem i oddzielenia nas od Niego. Taki stan miałby katastrofalne skutki dla naszego chrześcijańskiego życia i mógłby nawet doprowadzić do utraty błogosławieństw płynących z zbawienia.

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*

> Tak więc, moi umiłowani bracia, niech każdy człowiek będzie skory do słuchania, nieskory do mówienia i nieskory do gniewu.
>
> *— Jakuba 1:19*

Książka: Nowy Testament / Jakuba

Tematy: gniew, sluchac, samokontrola, głoszenie

Interpretacja:
List św. Jakuba to jeden z najbardziej praktycznych i przystających do życia tekstów w całej Biblii. Autor zawarł w nim cenne wskazówki dotyczące naszej codzienności, pomagając nam stawać się lepszymi ludźmi i oddawać chwałę Bogu we wszystkim, co robimy. Pod tym względem omawiany werset jest szczególnie istotny, gdyż wskazuje na potrzebę cierpliwości i rozwagi w słowach oraz czynach.

Skory do słuchania

Pierwszą radą płynącą z tego wersetu jest zachęta, by być „skorym do słuchania". Oznacza to gotowość do wysłuchania innych i zwracania uwagi na to, co mówią. W świecie coraz bardziej spolaryzowanym – w którym często ograniczamy się do słuchania jedynie tego, co utwierdza nas w już posiadanych przekonaniach – rada ta jest bardziej aktualna niż kiedykolwiek. Musimy uczyć się słuchać z empatią i pozostawać otwartymi na poglądy innych, nawet jeśli nie zawsze się z nimi zgadzamy.

Nieskory do mówienia

Drugą radą zawartą w tym wersecie jest to, by być „nieskorym do mówienia". Oznacza to, że powinniśmy starannie przemyśleć swoje słowa, zamiast mówić tylko dla samego mówienia. Nasze słowa często mogą zranić innych, nawet jeśli nie mamy takiego zamiaru. Musimy poświęcić czas na refleksję nad tym, co chcemy przekazać, i dobierać słowa z rozwagą. Postępując w ten sposób, okazujemy szacunek bliźnim i unikamy niepotrzebnych konfliktów.

Nieskory do gniewu

Trzecią i ostatnią radą płynącą z tego wersetu jest zachęta, by być „nieskorym do gniewu". Oznacza to konieczność panowania nad emocjami i unikania impulsywnych reakcji w trudnych sytuacjach. Gdy pozwalamy, by gniew wziął nad nami górę, tracimy zdolność jasnego myślenia i możemy powiedzieć lub zrobić coś, czego później będziemy żałować. Dlatego musimy uczyć się panować nad gniewem oraz reagować na konflikty w

sposób spokojny i opanowany.

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*

> Wróć, odstępczyni Izrael, mówi PAN, a nie wybuchnie na was mój gniew. Ja bowiem jestem miłosierny, mówi PAN, i nie chowam gniewu na wieki.
>
> *— Jeremiasza 3:12*

Książka: Stary Testament / Jeremiasza
Tematy: gniew, Przebaczenie, laska, miłosierdzie

Interpretacja:
Werset *Jeremiasza 3:12* ukazuje nam Bożą miłość i miłosierdzie wobec Jego ludu, nawet gdy ten zbuntował się przeciw Niemu i okazał nieposłuszeństwo. W tym fragmencie Bóg kieruje do Izraela przesłanie, wzywając go do nawrócenia i zapewniając, by nie lękał się Jego gniewu, gdyż jest On miłosierny i nie będzie gniewał się wiecznie.

Przesłanie zawarte w tym wersecie niesie nadzieję i obietnicę przebaczenia. Bóg wzywa swój lud, aby do Niego powrócił, porzucił bunt oraz szukał Jego miłości i łaski. Bóg nie ukarze Izraela z pełną surowością swego gniewu; przeciwnie – jest gotów przebaczyć i na nowo zbudować relację ze swoim ludem.

Dla nas, wierzących *w Chrystusa*, przesłanie to ma ogromne znaczenie. W codziennym życiu często zdarza nam się okazywać nieposłuszeństwo Bogu, postępując w sposób buntowniczy i przekorny. Werset ten uczy nas jednak, że Bóg jest zawsze gotów nam przebaczyć oraz okazać swoją miłość i miłosierdzie.

Jedną z najważniejszych lekcji płynących z tego fragmentu jest konieczność gotowości do okazania skruchy i zwrócenia się ku Bogu, gdy popełniamy błędy. Często mamy skłonność do usprawiedliwiania swoich przewinień lub przekonania, że nasz grzech jest zbyt wielki, by mógł zostać przebaczony. Werset ten pokazuje nam jednak, że Bóg jest zawsze gotów nam wybaczyć, o ile tylko okażemy skruchę za nasze grzechy i powrócimy do Niego z pokornym i posłusznym sercem.

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*

> I powiedział: Co wychodzi z człowieka, to kala człowieka. Z wnętrza bowiem, z serca ludzkiego pochodzą złe myśli, cudzołóstwa, nierząd, zabójstwa; Kradzieże, chciwość, niegodziwość, podstęp, wyuzdanie, oko złe, bluźnierstwo, pycha, głupota. Całe to zło pochodzi z wnętrza i kala człowieka.
>
> *— Marka 7:20-23*

Książka: Nowy Testament / Marka
Tematy: gniew, zlo, duma, oczyszczenie, grzech, pokusa

Interpretacja:
Fragment Ewangelii *Marka 7:20–23* ukazuje, jak wielkie znaczenie mają nasze myśli i czyny. Uczy nas, że złe uczynki nie pochodzą z zewnątrz, lecz rodzą się w naszych sercach i umysłach. Biblia mówi, że serce z natury jest zdradliwe i często sprowadza nas na manowce. Dlatego tak ważne jest, abyśmy strzegli swoich serc i chronili je, nie pozwalając sobie ulec złym myślom czy pragnieniom.

Natura grzechu

Współczesna kultura ma tendencję do przypisywania złych czynów jednostki wpływowi społeczeństwa, wychowania czy czynników zewnętrznych. Jednak przywołane wersety przypominają nam, że negatywne działania w rzeczywistości biorą swój początek w nas samych – w naszych własnych myślach. Oznacza to, że odpowiedzialność za nasze czyny spoczywa wyłącznie na nas i musimy dążyć do tego, by nasze myśli były pozytywne i budujące.

Fragment ten wymienia również czyny wynikające ze złego serca, takie jak cudzołóstwo, rozpusta, morderstwo i inne niegodziwe postępki. Pokazuje nam to, że jeśli nie będziemy czuwać nad swoimi umysłami i sercami, ryzykujemy zejście na mroczne ścieżki, które oddalają nas od prawdy i dobra.

Przemiana serca

Mimo że mamy skłonność do grzechu, nie oznacza to, iż musimy tacy pozostać. *Jezus* przyszedł i umarł na krzyżu, abyśmy mogli otrzymać przebaczenie grzechów i stać się nowymi stworzeniami. Oferuje nam szansę na uzyskanie nowego serca – czystego i nieskażonego grzechem. Ta przemiana serca jest nieustannym procesem, który wymaga naszego aktywnego udziału.

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*

> Gniew głupiego objawia się od razu, a roztropny skrywa hańbę.
>
> *— Przysłów 12:16*

Książka: Stary Testament / Przysłów
Tematy: gniew, samokontrola, mądrość

Interpretacja:

W 12. rozdziale Księgi Przysłów (werset 16.) znajdujemy mądrą radę dotyczącą panowania nad emocjami – a konkretnie nad gniewem. Werset ten mówi o dwóch rodzajach ludzi: głupich i roztropnych. Według Słowa Bożego głupcem jest ten, kto w każdej sytuacji natychmiast wyraża swój gniew, natomiast osoba roztropna ignoruje obelgi i dzięki temu panuje nad swoimi emocjami.

Kim są głupcy?

Biblia opisuje głupców jako osoby, które działają bez zastanowienia nad konsekwencjami swoich czynów i nie pozwalają, by mądrość kierowała ich decyzjami. W kontekście tego wersetu głupcy to ci, którzy pozwalają, by gniew dyktował ich postępowanie i słowa.

Choć gniew jest naturalną emocją, może popychać ludzi do impulsywnych działań, których często później żałują. Dlatego tak ważne jest, aby uczyć się panowania nad sobą i nie pozwalać, by emocje brały nad nami górę.

Roztropność: klucz do panowania nad emocjami

Werset ten wskazuje również na roztropność jako klucz do panowania nad emocjami. Roztropność to umiejętność zastanowienia się przed podjęciem działania lub wypowiedzeniem słów. Ludzie mądrzy nie ulegają gniewowi; zamiast tego rozważają sytuację przed podjęciem decyzji, by wybrać najlepsze możliwe rozwiązanie.

Zatem roztropność pomaga nam zarządzać emocjami i myśleć przed działaniem, chroniąc nas przed wpadnięciem w pułapkę gniewu. Gdy zatrzymamy się na chwilę refleksji, uświadamiamy sobie, że gniew często nie jest najlepszą reakcją na daną sytuację, i możemy poszukać innych sposobów rozwiązania problemu.

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*