፨48-2፨

ጠቃሚ ምክር
“ከሰው ጋር መጋጨት ስለቸኝ” ለሚሉ

(ካለፈው የቀጠለ)

1. “የሚጠሉን” ሰዎች ሊጎዱን ይችላሉ

ዳዊት በጥላቻ መንፈስ በተሞሉ ሰዎች መጎዳትን ስለቀመሰ “እግዚአብሔር ሆይ! ከክፉ ሰዎች አድነኝ፤ ከጨካኞችም እጅ ጠብቀኝ” በማለት የእግዚአብሔርን ዕርዳታ ሲጠይቅ እንሰማዋለን (መዝሙር 140፥1)። ዳዊት ሊጎዱት የሚመጡትን ሁሉ እንደ አመጣጣቸው መመለስ አቅቶት አልነበረም። ነገር ግን በቀል የእግዚአብሔር ብቻ መሆኑን አምኖ የበቀል እርምጃውን እግዚአብሔር ራሱ እንዲወስድ ስለተወለት ብቻ ነበር። በእኛ ላይ ጥላቻ ያላቸው ሰዎች ባላቸው ኃይልና ጥበብ እኛን ከመጉዳት ፍጹም ወደ ኋላ አይሉም። የእነዚህን ክፉ ሰዎች ኃይል ዳዊት አሳንሶ ለማየት አልሞከረም። ለዚህ ነው “እግዚአብሔር ሆይ! ከክፉዎች ኃይል ጠብቀኝ እኔን ለመጣል ከሚያሴሩ ከጨካኞች እጅ ታደገኝ” (መዝሙር 140፥4) ሲል ወደ እግዚአብሔር የጮኸው። እኔና እናተም “ሊያጠፉን የሚፈልጉትን” ሰዎች ኃይልና ጉልበት አሳንሰን ማየት ወይንም መናቅ አይገባንም። ከባድ የሚሆንብን እንደ አመጣጣቸው መልሰን የምንመጣባቸው ባለመሆናችን ብቻ ነው። ስለዚህ ዳዊት “እግዚአብሔር ጠባቂዬና መከታዬ ነው፤ መጠለያዬና አዳኜ ነው፤ በእርሱ ተማምኜ በሰላም እኖራለሁ” (መዝሙር 144፥2) እዳለው እኛም ጉዳያችንን ለጌታችን ነግረን ሊጎዱን ለሚሞክሩት ሰዎች ሳንርበተበት በሰላም እንኑር።

2. “የሚጠሉን” ሰዎች ያለበደላችን በደሎኞች ያደርጉናል

ሳኦል የዳዊት ትክክለኛ መንፈስ ስላልተረዳ የሴቶቹን ተራ ንግግር እያጋነነ “…በዚህ ዓይነት ከሆነማ ወደፊት እርሱን ሊያነግሡት ነው!” አለ (1ኛ ሳሙኤል 18፥9)። ዳዊት ለመንገሥ መፈለጉን የሚይሳይ ምንም ዓይነት እንቅስቃሴ ሊያደርግ ሳኦል አላየውም። ይሁን እንጂ ሳኦል ዳዊት ለመንገሥ እንደፈለገ አድርጎ ያሳድደው እንደነበረ እናያለን። እኛም መንፈሳችንን በትክክል ያልተርዱልን ሰዎች ትንሽ ነገር ካገኙ ያቺን በአጭር ጊዜ ውስጥ ተራራ አሳክለዋት ያለበደላችን በደለኞች እንደሚያደርጉን እናውቃለን።

3. የሚጠሉን ሰዎች ሊጥሉን ያሴራሉ

ሳኦል ዳዊትን የሚያጠፋበት ልዩ ልዩ ወጥመድ ቢዘርጋም የእግዚአብሔር ጥበቃ ከዳዊት ጋር ስለነበር ሊያጠፋው አልቻለም። ሳኦል ይበልጥ ዳዊትን የፈራው እግዚአብሔር ከእርሱ ጋር እንደሆነ ስላወቀ ነበር። ሳኦል ዳዊትን ለመጣል ካደረጋቸው ጥረቶች አንዳንዶቹን እንመልከት፦

- በዳዊት ላይ ሁለት ጊዜ ጦሩን ወረወረ፤ ዳዊት ግን ሁለቴም ዞር እያለ አመለጠ (1ኛ ሳሙኤል 18፥11)
- “…ሳኦል ዳዊትን ከፊቱ ለማራቅ የሺ ወታደሮች አዛዥ አድርጎ ላከው…” (1ኛ ሳሙኤል 18፥13)
- “ከዚህ በኋላ ሳኦል ዳዊትን እንዲህ አለው፤ እነሆ ሜራብ ተብላ የምትጠራ ታላቅዋ ሴት ልጄ አለች፤ ታማኝና ጀግና ወታደር ሆነህ የእግዚአብሔርን ጦርነት በመዋጋት ልታገለግለኝ ቃል ብትገባልኝ እኔ እርስዋን በሚስትነት እድርልሃለሁ። ሳኦል ይህን ያደርገበት ምክንያት እርሱ ከደሙ ንጹሕ ሆኖ ፍልስጥኤማውያን ዳዊት ይገድላሉ ብሎ በማሰብ ነበር” (1ኛ ሳሙኤል 18፥7)።
- ልጁን ሚካልን ከመዳሩ በፊት አንድ መቶ ፍልስጥኤማውያንን ገድሎ ሸለፈታቸውን እንደ ጥሎሽ እንዲያመጣ ጠየቀው። “…ሳኦል ይህን ያደርገበት ምክንያት ዳዊት በፍልስጥኤማውያን እጅ እንዲገደልለት በማቀድ ነበር” (1ኛ ሳሙኤል 18፥25)። በዚህ ሁሉ እግዚአብሔር ከዳዊት ጋር ስለነበር ሳኦል ያዘጋጃቸው ወጥመዶች ሁሉ ዳዊትን ሊይዙለት አልቻሉም። ለዚህ ነው ዳዊት “እግዚአብሔር ሆይ! ከክፉዎች ኃይል ጠብቀኝ፤ እኔን ለመጣል ከሚያሴሩ ከጨካኞች እጅ

ታደገኝ። ትዕቢተኞች ወጥመድ ዘረጉብኝ፤ የተጠላለፈ ገመድ አስቀመጡ፤ እኔንም ለመያዝ በመንገድ ላይ ወጥመድ አኖሩ” ያለው (መዝሙር 140፥ 4-5)። በትክክል መንፈሳችንን ያልተረዱ አንዳንድ ሰዎች ስለሚጠሉን እኛ የምንጠፋበት ወጥመድ እንደሚዘረጉልን ከዳዊት ሕይወት መማር እንችላለን። ይህንን መረዳታችን በፍርሃት ተሸማቀን እንድንኖር ሳይሆን በአምላካችን ብቻ ታምነን እንድንኖር ነው። “ጉድጓድን የሚቆፍር ሰው ራሱ ይወድቅበታል፤ ቅርጥንም የሚያፈርስ በእባብ ይነደፋል፤ ድንጋይን የሚፈነቅል በፈነቀለው ድንጋይ ራሱ ይጎዳል፤ እንጨትን የሚፈልጥ በፈለጠው እንጨት ይቆስላል” (መክብብ 10፥8-9) የሚለው ቃል አንዘንጋ።

4. የሚጠሉን ሰዎች ክፉን ያወሩብናል

ዳዊት መንፈሱን ሳይረዱለት ስለሚጠሉት ጠላቶቹ ሲናገር “ምላሳቸው እንደ መርዛም እባብ ተናዳፊ ነው፤ ቃላቸው እንደ እፉኝት መርዝ ነው፤” ይላል መዝሙር 140፥3 ይላል። ሀሳባችንን በትክክል ሳይረዱ የሚጠሉን ሰዎች ስለ እኛ በልባቸው ክፉ ነገር ማሰብ ብቻ ሳይሆን ስለ እኛ በልባቸው የያዙትን የተሳሳተ ግምት በምላሳቸውም ያውጁታል። ስለ እኛ መጥፎ ግምትና አስተያየት እንዲኖራቸው በሌሎች አዕምሮ ውስጥ መርዛቸውን ይረጫሉ። ይበልጥ ነገሩ እንዲመስልላቸው አተልቀው ያቀርቡታል። “የእርሱ ነገር አይወራ፤ …ተወው እባክህ፤ በጣም ትልቅ ጉድ ያለበት ሰው ነው፤ ከላይ እንደምታየው አይደለም፤ እኔ በጣም ቀረብ ብዬ አውቀዋለሁ፤ የሚሰማኝን ነግሬዋለሁ፤ (ይህን የሚለው አጠገቡ ሳይደርስ ነው) በማለት ጠልቆ ለማስጠላት መርዙን በሚያጋጥመው ዕድል ሁሉ በሰው አዕምሮ ውስጥ ይረጫል። ዳዊት “ምላሳቸው እንደ መርዛም እባብ ተናዳፊ ነው” ያላቸው እንደዚህ ዓይነቶቹን ነው። ይሄ ሁሉ የስም ማጥፋት ዘመቻ ሲካሄድ እኔና እናንተ ምንም አንሰማም፤ እቤታችን አርፈን ተኝተን ይሆናል፤ ስማችንን ለማስተካከል ምን ብለው እንዳወሩ አናውቅም። አልፎ አልፎ “ጌታ ሆይ ሌላ ስለ እኛ ምን ብለው አውርተው ይሆን? ብለን መጠየቃችን አይቀርም። ከዚህ በፊት ስለ እኛ ክፉ በማወራት የብዙዎችን አዕምሮ እንደበረዙ ስለምናውቅ ምላስ እንደ መርዛም እባብ ጎጂ መሆኑን ለመረዳት አንቸገርም።

ሊጎዱን በሚነሱ ሰዎች ላይ የምንወስደው እርምጃ

ሀ) በፍርሃት አንርበትበትላቸው

አንድ እንግሊዛዊ ቄስ “መሸት ሲል ከሩቁ ምትሀት (መንፈስ) ብታዩ ቀረብ በሉና አነጋግሩት። ለማነጋገር ቀረብ ስትሉት የምታዩት ምትሀት ሳይሆን ታጥቦ እንዲደርቅ የተሰጣ ጨርቅ መሆኑን ትገነዘባላችሁ” ብሎ ተናገር። ብዙ ጊዜ ፍርሃታችን የተመሠረተው እውነትነት በሌለው ነገር ላይ ስለሆነ የእግዚአብሔር ቃል “ሰው ምን ያደርግብኝ ይሆን? ብለን እንዳንፈራ ይመክረናል። “ሰዎች ምን ያደርጉብኝ ይሆን? ብለህ በፍርሃት ብትጨነቅ አደጋ ላይ ልትወድቅ ትችላለህ፤ በእግዚአብሔር ብትታመን ግን በሰላም ትኖራለህ” (ምሳሌ 29፥25)። የጠላቶቻችንን አቅም አሳንሰን ባናይም ምን ያደርሱብን ይሆን ብለን ግን ልንፈራቸው አይገባንም። የእሥራኤል ሠራዊት “ጎልያድን ባዩ ጊዜ በመሸበር ሸሹ” ይላል (1ኛ ሳሙኤል 17፥24)። በአምላኩ የታመነውን ትንሹን የበግ እረኛ ዳዊትን ግን የጎልያድ ድንፋታ ሳያስደነግጠው “አንተ ሰይፍ፣ ጦርና ጭሬ ይዘህ መጥተህብኛል፤ እኔ ደግሞ…ሁሉን በሚችል በእግዚአብሔር ስም እመጣብሃለሁ” አለው (1ኛ ሳሙኤል 17፥45)። እኛም የእግዚአብሔር ክንድ ከጠላቶቻችን ኃይል እንደሚበረታ ስለምናውቅ ልንፈራቸውና ልንርበተበትላቸው አይገባንም።

ለ) የበቀል እርምጃ አንውሰድ

የሚጎዱንን ለመጉዳት፣ የሚወጉንን መልሰን ለመውጋት ዝንባሌ አለን። ይሁን እንጂ የእግዚአብሐኢር ቃል በተለያየ ስፍራ የበቀል እርምጃ እዳንወስድ ይነግረናል። “ሰውን ሁሉ እንደ ራስህ አድርገህ ውደድ እንጂ በማንም ላይ በቀል አትፈጽም፤ ቂምም አትያዝ፤ እኔ እግዚአብሔር ነኝ” ይላል ዘሌዋውያን 19፥18። በአዲስ ኪዳንም ውስጥ ተመሳሳይ ምክርን ይሰጠናል። “በሰው ሁሉ ፊት መልካም የሆነውን ነገር አድርጉ እንጂ ሰዎች ክፉ ነገር ሲያደርጉባችሁ እናንተም መልሳችሁ ክፉ ነገር አታድርጉባቸው። የሚቻላችሁ ቢሆን ከሰው ሁሉ ጋር በሰላም ለመኖር በእናንተ በኩል የሚያስፈልገውን ሁሉ አድርጉ” ይላል ሮሜ 12፥17-18።

ሐ) ለእግዚአብሔር አሳልፈን እንስጠው

ዳዊት ጠላቶቹ ያላቸውን ኃይልና አቅም ከዘረዘረ በኋላ "እግዚአብሔርን አንተ አምላኬ ነህ እለዋለሁ፤ እግዚአብሔር ሆይ! ዕርዳታህን ለማግኘት ስጮኽ ስማኝ" አለ (መዝሙር 14፥6)። እንደ ዳዊት የሚያሳድዱን ሲበዙ፥ ኃይላቸውና ተንኮላቸው በእኛ ላይ ያየለ ሲመስለን "ጌታ ሆይ! አንተ የእኔ ነህ፤ የምታመነው በአንተ ነው" እንበለው። የታወቀው አሜሪካዊ ሰባኪ ቻርለስ ስዊንደል ትግል ሲበዛበት፥ ሊያጠቁት የተነሱት ሰዎች ጉልበት ሲያይልበት የሚለው ሲገልጽ እንዲህ አለ። "ጌታ ሆይ! እባክህ ያ ሰው ድንበሩን እንዳይለቅ ያዝልኝ፤ እኔ ልታገለው የምችልበት አቅም የለኝም። እርሱ ከእኔ የበለጠ ብልሃተኛና ዘዴኛ ነው፤ በዚህ ዓይነት ጦርነት ውስጥ እርሱ ብዙ ልምምድ አለው። እኔ ደግሞ እንድምታውቀኝ በጣም ደካማ ነኝና በእኔ ፈንታ ሆነህ ተዋጋልኝ፤ አንተው ራስህ አስታግስልኝ እለዋለሁ" አለ። ለእግዚአብሔር ከተውንለት በእርግጥም እግዚአብሔር ለእኛ ይዋጋልናል።

ሙሴ በቀይ ባህር ፊት ለፊት የቆሙትን፥ የፈርዖንን ሠረገላ አስበርግጓቸው የሚያመልጡበት ቀዳዳ አጥተው ለነበሩት ለእስራኤል ሕዝብ "እግዚአብሔር ስለ እናንተ ይዋጋል፤ እናንተ ማድረግ የሚገባችሁ ጸጥ ብላችሁ ሁኔታውን መጠበቅ ብቻ ነው" አላቸው (ዘጸአት 14፥14)። ዳዊትም እግዚአብሔር የራሱን ድርሻ እንዲሠራ ወደነበረበት ሁኔታ እንዲህ ሲል ጠራው። "ጠላቶቼ እንዲያሸንፉኝ አታድርግ፤ በእኔ ላይ የሚናገሩት ዛቻ በእነርሱ ላይ እንዲፈጸም አድርግ። የእሳት ፍም በላያቸው ይውደቅ፤ ወደ ጉድጓድም ይጣሉ፤ ከዚያም ከቶ አይውጡ" (መዝሙር 140፥9-10)። ነገርን በማጣመም የሚያዩ፣ መራራነትን በልባቸው የሚያጠራቅሙ አንዳንድ አሳዛኝ ሰዎች አሉ። እንደነዚህ ዓይነት ሰዎች እያሳደዱ ነፍሳችንን ያስጨንቁአት ይሆናል። በዚህ ወቅት ለጌታ እንዲህ ብለን እንንገረው። "ጌታ ሆይ እኔ የምከላከልበት ኃይልና ጉልበት የለኝም፤ እነዚህ ሰዎች መንፈሴንና ሀሳቤን በትክክል እንዳልተረዱልኝ ገብቶኛል፤ ትክክለኛ መሆኔን አቃለሁ፤ በዚህ በምክንያት የሚያሳድዱኝን እንድታስታግስልኝ ይኸውና ሁሉንም ለአንተ ሰጥቼሃለሁ" እንበለው። ለእኛ ብቻ ሳይሆን ለክብሩ ሲል ያልጠበቅነውን ታላቅ ነገር ይሠራል። በእኛ ላይ ክፉ የሚናገሩ ምላሶች ሌሊቱን ሙሉ ሥራ ላይ መሆናቸውን ብናውቅም እኛ ግን እግዚአብሔር ስለ እኛ ሆኖ መልስ ይሰጥልናል በማለት የሰላም እንቅልፍ እንተኛለን። በእኛ ኃይልና ጉልበት ምንም ዓይነት ነገር ብናደርግ ክፉ የሚያወሩብንን ማስቆም አንችልም። ለእርሱ ሁሉንም ስንተወው ግን በእኛ ጎን ሆኖ ስለ እኛ ይዋጋልናል። በዚህ ዓይነት ልምምድ ውስጥ ማለፉን ባንወደውም ለእድገታችን ይጠቅመናልና በትዕግስት እንቀበለው። በዚህ አቅጣጫ ሁላችንም የራሳችን መራራ ጽዋ አለን። ሕይወታችንን ለሰዎች ጥቅም የሰጠን ብንሆንም እውነትነት በሌላቸው ሰዎች ተጎድተናል። ይሁን እንጂ ሁኔታው በጉልበታችን አንበርክኮናል፤ ከጌታችን ጋር አያይዞናል። ሲ.ኤስ. ሉዊስ "በምቾታችንና በደስታችን ጊዜ እግዚአብሔር በህሊናችን አማካኝነት በቀስታ ይናገረናል፤ በመከራችን ውስጥ ግን ጮኾ ይናገረናል። መከራ ለደንቆሮ ዓለም ቀስቅሶ ማስነሻ የድምጽ ማጉያ ነው" አለ። የሚጠሉን ሲጫኑን ያኔ እግዚአብሔር የሚለንን ለማዳመጥ ጆሮአችን ክፍት ይሆናል፤ ይህንን በሕይወታችን የተለማመድነው ስለሆነ እውነትነቱን እንመሰክራለን።

ሐ. ጥላቻ ሳይኖር እንዲሁ የሚፈጠር ግጭት

ከሰው ጋር እስከኖርን ድረስ የሀሳብ ልዩነት ይኖራል። የሀሳብ ልዩነት ካለ ደግሞ አንዱ ከሌላው ጋር መጋጨቱ አይቀርም። "በአደባባይ በመጀመሪያ ቀርቦ የሚናገር ሰው ተከራካሪው መጥቶ ጥያቄ እስከ ሚያቀርብለት ደረስ ዘወትር እርሱ ብቻ ትክክል የሆነ ይመስለዋል" ይላል ምሳሌ 18፥17። በሀሳብ ተለያይተን በመጋጨታችን መደናገጥ አይገባንም ምክንያቱም የሀሳብ መለያየቱንና መጋጨቱን በአግባቡ ከተጠቀምንበትና መፍትሄ ለማግኘት ራሳችንን ካለማመድን ለዕድገታችን በር ከፋች ሊሆንልን ይችላል። "ግጭት" ሊጠቅምም ሊጎዳም ይችላል። ወሳኙ አጠቃቀማችን ነው። በዚህ ሀሳብ ላይ ከመነጋገራችን በፊት እነዚህን እውነቶች እናስታውስ።

ሀ. ግጭት የእኛን የተፈጥሮ ባህሪ (personality) በግልጽ የሚያሳይ አይደለም፤ እንዲያውም ያደናግራል።
ለ. ግጭት ለዕድገታችን ምክንያት ሊሆን ይችላል።
ሐ. ግጭት ስሜታችንን መቆጣጠር ባለመቻላችን የሚደርስ አይደለም።

ቀደም ሲል "ግጭት" በምንም ዓይነት ሰው ሕይወት ሊደርስ የሚችል መሆኑን ተገንዝበናል። ሚስት ከባሏ፣ ባል ከሚስቱ፣ ልጆች ከወላጆቻቸው፣ አለቃ ከሠራተኞቹ፣ ጓደኛ ከጓደኛ፣ ጎረቤት ከጎረቤት ጋር ሊጋጭ ይችላል። ግጭታችንን በአግባቡ ከተጠቀምንበት ለዕድገታችን የሚበጅ መሆኑን ተገንዝበናል። ለመሆኑ ሰዎች በተለያየ አቅጣጫ ግጭት ሲደርስባቸ ችግራቸውን የሚፈቱት በምን ዓይነት ዘዴና መንገድ ነው? ፌርፊልድ የተባለ ጸሐፊ ሰዎች ግጭት ሲደርስባቸው የሚወስዱትን አምስት ዐይነት መንገዶችን ጠቅሷል።

1. ገለልተኛ መሆን (withdrawal)

አንዳንድ ሰዎች ትልቅም ሆነ ትንሽ ግጭት ሲደርስባቸው “ግጭትን እፈራለሁ፤ ከሰው ጋር በተጋጨሁ ቁጥር አዕምሮዬ ባዶ ከመሆኑም ሌላ ያለኝን ኃይል ሁሉ ነው የማባክነው። ምንም ያህል ብሞክር ይህን ሰው ልለውጠው አልችልም። ለመሞከርም አቅም የለኝም። ስለዚህ የምመርጠው ዝም ማለትና ራሴን ከሰው ትንሽ ራቅ ማደርግ ነው፤ በዚህም ራሴን ከግጭት መጠበቅ እችላለሁ” በማለት ራሳቸውን ከሁኔታው ገለል የሚያደርጉ አሉ። ማፈግፈግ ወይንም ከሁኔታው መሸሽ ስንል በሥጋ ብቻ ሳይሆን በዝምታና አስተያየታችንን ባለመስጠት ጭምር ነው።
ግጭትን ለማብረድ ከሁኔታው መሸሽ ወይንም ገለል ማለት የሚያስፈልግበት ጊዜ አለ። እዚህ ላይ ኢየሱስ ያደረገው ጥሩ ምሳሌ ይሆንልናል። ኢየሱስ የመጣው ለዓለም በመስቀል ላይ ለመሞት ነው። ያም የሚሆነው በእግዚአብሔር ፈቃድ፣ በእግዚአብሔር ጊዜና ሁኔታ ውስጥ እንጂ ሰው በሚመርጠው መንገድ አልነበረም። ወሳኙ እርሱ እንጂ ሰዎች አይደሉም። አንድ ጊዜ ግን የሃይማኖት መሪዎች ኢየሱስን ሊገድሉት ባሰቡ ጊዜ ደቀ መዛሙርቱን ይዞ ወደ በረሃ ገለል አለ። “ከዚያን ቀን ጀምሮ ኢየሱስን ለመግደል ተማከሩ። ከዚያ ወዲያ ኢየሱስ በአይሁዳውያን መካከል በግልጥ አልተመላለሰም፤ ነገር ግን ከዚያ ወጥቶ በበረሃ አጠገብ ወዳለቸው ኤፍሬም ወደምትባለው ከተማ ሄደ፤ እዚያ ከደቀ መዛሙርቱ ጋር ቆየ” ይላል ዮሐንስ 11፥53። አንዳንድ ጊዜ ግጭትን ከሚፈጥሩ ሰዎች ጋር ሽንጥን ገትሮ ከመከራከር በዝምታ ማለፍ የሚመረጥበት ጊዜ አለ። ይሁን እንጂ ሁልጊዜ ይህን መንገድ መጠቀም ከጥቅሙ ጉዳቱ ያመዝናል።

አንዳንድ ሰዎች ከኑሮ ጓደኞቻቸው ጋር በሚገጥማቸው ግጭት ውስጥ ገለል ወይንም ዝም በማለት ችግራቸውን ለማቃለል የሚሞክሩ አሉ። ሁኔታው ምንም ያህል የሚቆረቁርና ልክ ያልሆነ ነገር ቢሆንም ጭቅጭቅ እንዳይፈጠር በመፍራት ብቻ ዝም ይላሉ። ከላይ እንደ ምሳሌ የጠቀስነው ደበበ ሚስቱ ዙሪያሽ ወርቅ በሰዓቱ ለባብሳ መውጣት ባለመቻሏ ምክንያት በየጊዜው ስለሚጣሉ መጨረሻ ላይ ዝም ማለቱን እነደመረጠ ተመልክተናል። ይሁን እንጂ ያ ችግራቸውን አይፈታውም። በወቅቱ ፊት ለፊት በግልጽ በመነጋገር ማረም የሚቻለውን ነገር ዝም ብሎ ማሳለፉ ይጎዳል። ዝም በማለት የምንጎዳው ሌላውን ሰው ብቻ ሳይሆን ራሳችንንም ጭምር ነው። ነገር በውስጣችን በመያዛችን ምክንያት እንጎዳለን። በዝምታ ምክንያት ብቻ ብዙ ጋብቻዎች ፈርሰዋል። በሥጋ በአንድ ጣር ሥር ይኑሩ እንጂ በመንፈስ ግን ተፋትተው የሚኖሩ ባልና ሚስት ቁጥራቸው ትንሽ አይደለም። ከላይ ዝምታ ይታይብን እንጂ ውስጣችን በንዴት እየነደደ ነው። በዚህ ምክንያት በራስ ምታት፥ በሆድ ሕመም የሚሰቃዩ ብዙ ናቸው። ስለዚህም ዝምታን ወይንም ገለል ማለትን ለግጭት ዋና መድኃኒት አድርጎ መውሰድ ከጥቅሙ ጉዳቱ ያመዝናል።

2. እጅ መስጠት (መሸነፍ) (yield)

ግጭትን በመፍራት ወይንም ለሰላም ሲሉ ብቻ በነገሩ ባይምኑበትም “ተስማምቻለሁ” እያሉ የሚኖሩ ሰዎች አሉ። “ግጭት ከሰው ጋር ያለኝን ግንኙነት ይበልጥ ስለሚያሻክረው ሁኔታውን ባልስማማበትም፣ ባልደግፈውም፣ ለሰላም ስል ብቻ እስማማለሁ ማለት አለብኝ” እያሉ የሚኖር አንዳንድ ሰዎች አሉ። ሌሎች ሰዎች ከእነርሱ የተለየ ሀሳብ ያላቸው ሆነው ሲያዩ እነርሱ ከሰው ያነሱ ስለሚመስላቸው በግልጽ መጋጨቱን ይጠሉታል። በዚህም ምክንያት የራሳቸውን ፍልጎትና ምርጫ ለሰላም ሲሉ ይተዋሉ። “አንድነታችንን የሚያደፈርስ ግጭት ከሚፈጠር ይልቅ እኔ የራሴን ሀሳብና መንገድ ብተው ይሻላል” ይላሉ። በባልና ሚስት መካከል በሚፈጠር ግጭት ይህን ዘዴ የሚጠቀሙ ብዙዎች ናቸው። ግጭትን የሚፈራ ባል የሚሰማውን ሀሳብ በግልጽ ቢናገር ከእርሷ የተለይ ይሆናል ብሎ በመፍራት ቀድማ እርሷ ሀሳቧን እንድትገልጽ ያአርጋል። ይህን የሚያደርግበት ዋናው ምክንያት የእርሷን ሰምቶ “ተስማምቻለሁ! ጥሩ ነው” ለማለት እንዲችል ነው። ሀሳቡን ገልጾ የእርሱ ሀሳብ ከሚስቱ የተለየ ቢሆን አንድነታቸውን የሚያደፈርሰው ስለሚመስለው ለማንኛውም ውሳኔ የሚስቱ ሀሳብ ብቻ እንዲጸድቅ አድርጎ የራሱን ሀሳብ በውስጥ ያስቀራል።

3. “ከእኔ ይቅር፥ ከእኔ ይቅር” ስምምነት (compromise)

አንዳንድ ሰዎች ግጭትን በመፍራት “ሰው ሁሉ በአንድ ጊዜ ሊረካ አይችልም። ወይንም ሁልጊዜ እኔ ያልኩት ይሁን ብሎ ተስማምቶ መኖር አይቻልም። ስለዚህ ለሁላችንም የሚስማማውን መፍትሄ ለማግኘት መሞከር ያስፈልገናል። ከግጭት ለመዳን ወይንም ያለንን አንድነት ለመጠበቅ ከእኔ ይቅር፣ ከእኔ ይቅር ማለት ያስፈልገናል። ሁሉ ነገር በሰላም ማለቅ አለበት። ይህን ሰላም ለማግኘት ደግሞ የማምንበትንና የሕይወት መመሪያዬ ነው ብዬ የያዝኩትን እንኳን ቢሆን መተው አለብኝ። በዚህ ዓይነት ሌላው እንኳን ቢቀር በአንድነት ወደ አቅጣጫ መራመድ እንችላለን” ይላሉ።

4. ማሸነፍ (win)

አንዳንድ ሰዎች "ዓላማችን አሸናፊው ይኑር የሚባልበት ዓለም ስለሆነ ለመኖር ሁልጊዜ ማሸነፍ አለብኝ። ለእኔ እውነት የምለው በጉልበት የሚገኘውን ነው፤ የሰው ባህሪም ሊገነባ የሚችለው አንገቱን የሚያጥፍ ሲሆን ብቻ ነው። ዓላማው፣ ግቡና አስተሳሰቡ ከሚያጠራጥረኝ ሰው ጋር ግጭት ቢያጋጥመኝ በራሴ አስተሳሰብና ግምት ብቻ ተመርቼ ወደፊት በመሸምጠጥ አሸናፊ ሆኜ እቆማለሁ። ግጭትን በመፍራት ብቻ ወሸዋሻ (ተለዋዋጭ) ሆኜ መኖርን አልመርጥም። ስለዚህ ባለኝ ጉልበትና ጥበብ አግባብቼና አስገድጄ በእኔ መንገድ ብቻ እንዲሄድ ወይንም የእኔን ሀሳብ እንዲቀበሉ አደርጋለሁ" የሚሉ አሉ። እንደዚህ ዓይነት ሰዎች ከእነርሱ ሀሳብ ውጪ ሌላ ሀሳብ ስለማይቀበሉ አብሮአቸው ለሚኖረው ሰው ሰላም አይሰጡትም። የሚፈልጉትን ያገኛሉ፤ ግን ከሰው ጋር የሚኖራቸ ግንኙነት የደፈረሰ ይሆናል።

5. መፍትሔ ማግኘት (resolve)

ይሄን ዘዴ የሚጠቀሙ ሰዎች ችግርን በአንድ አቅጣጫ ወይንም አመለካከት ብቻ አያዩትም። ተፋትጎ በሚገኘው ጥሩ ሀሳብ ተጠቅመው ውሳኔ ላይ ይደርሳሉ እንጂ ግጭትን በመፍራት ብቻ ደካማውን ውሳኔ አይቀበሉም። የራሳቸውን ፈቃድ ለመፈጸም ብቻ ሲሉ ሌላውን ወደ ታች አይጫኑም። በውይይታቸው ወቅት ግጭት ቢኖርም "ላለመስማማት፥ መስማማት" እንደሚያስፈልጋቸው ያውቃሉ። በአስተሳሰብ ቢለያዩ እርስ በርሳቸው ሳይቆሳሰሉና ሳይጎዳዱ ልዩነታቸውን ለመቀበል ስለወሰኑ ጥሩ ነው ብለው ከሚያስቡት መፍትሄ (ውሳኔ) የደርሳሉ። ግጭት ብዙ ጥሩ ጥሩ ውጤቶች እንዳሉትና እንዲሁም አንድነታቸውንም የበለጠ የሚያሳድግ መሆኑን ስለሚያውቁ ግጭትን አይፈሩም።
ብዙዎቻችን "ክርስትያን ሆነን ለምን እንጋጫለን?" የሚለውን ጥያቄ መጠየቅ እንፈልጋለን። ጥያቄው ትክክል ነው። ከዚህ በፊት ካልጠየቅን አሁን መጠየቅ ይገባናል። ብዙዎቻችን ለችግራችን ቀላል መልስ እንፈልጋለን። ልዩ ጸሎት ጸልየን አንድ ቀን ከእንቅልፋችን ስንነቃ ችግራችን ሁሉ ተቃሎ ብናገኘው የሚል ምኞት አንዳንዶቻችን ይኖረናል። ማወቅ ያለብን ነገር ቢኖር ክርስትያን መሆናችን ብቻ ከግጭት ነጻ የማይደርገን መሆኑን ነው። ክርስትያን መሆን "የሰላም" መግቢያው እንጂ መጨረሻው አይደለም። ስለዚህ እግዚአብሔር በሕይወታችን ለሚያመጣው ለውጥ ልባችን የተከፈተ መሆን አለበት። ልባችን ለለውጥ ክፍት ከሆነ ክርስትያኖች የሚያጋጥመንን ግጭት እንዴት መፍታት እንዳለብን እየተማርን እንመጣለን። በዚህ መካከል ስለራሳችን ብዙ ነገር ማወቅ እንጀምራለን።
ክርስትያኖች ብንሆንም እግዚአብሔር ገና ሠርቶ ያልጨረሰን ስለሆንን እንታገስ። ሕይወት ቀስ እያለ የሚያድግና የሚለወጥ ነገር ነው። የአሁኑ አቋማችን በትላንትናው ዕለት በሰጠነው መልስ ላይ የተመሠረተ ዕድገት ነው። ስለዚህ "መሆን የምንችለው" አሁን በምንሰጠው መልስ፣ በምንኖረው ኑሮ ነውና አኗኗራችንን እንጠብቅ። አሁን ያለንበት የሕይወት አቋም ደስ ሊያሰኘን ወይንም ላይሳኘን ይችላል። "ነገ" ሲደርስ አዲስ ነገር፣ አዲስ ሁኔታ፣ አዲስ ጥያቄ ይዞልን ሲመጣ ለዚያ ለውጥ ራሳችንን ማዘጋጀት ያስፈልገናል። በእግዚአብሔር መንፈስ ለመመራት ከፈቀድን ሁኔታው ጥሩ ይሁንም አይሁንም የክርስትና ባህሪያችን ጤናማና ዕድገት የሚታይበት ሊሆን ይገባል።

....

በሚቀጥለው ክፍል እስክንገናኝ፥ የጌታ ጸጋና ሰላም ከሁላችን ጋር ይሁን።