

## Uponyaji Kutokana na Kutosamehe, Kuhukumu na Kushitaki

Yesu alisema mambo haya alipokuwa akifunza juu ya siku za mwisho, “*Ndipo wengi watakapojikwaa, nao watasalitiana kuchukiana*” (Mat. 24:10). Kutosamehe kunaweza kuwa kizuizi kimoja kikubwa kinachozuia uponyaji wa roho. Kusamehe kunaweza kufafanuliwa kwa njia hii, “kitendo cha kumwachilia mtu huru ili asiwajibike kwako—kutokana na kosa alilokufanyia.”

**Kwa nini ni lazima tusamehe?** (Ufuatao ni wasia kutoka kwa maandiko)

1. Tunaamriwa kusamehe (Law. 19:16, Luka 6:37, Marko 11:27, Yak. 5:9, Kol. 3:13, Efe. 4:32).
2. Tusiposamehe, **Mungu hatatusamehe**; Kifo cha Yesu msalabani hakitakuwa na maana na wokovu wetu utakuwa wa shaka (Mat. 6:12-15 na 18:15).
3. Tusiposamehe, tutakuwa tunakula na kunywa hatia tunaposhiriki katika Ushirika Mtakatifu (1 Kor. 11:28-30).
4. Tusiposamehe, Mungu atatupeleka kwa “*watesaji*”—machungu na majeraha hu-geuka na kuwa hisia mbaya, kujihurumia, uchungu, maudhi, na hatimaye kinyongo (Mat. 18:33-34).
5. Uponyaji kutokana na magonjwa na msamaha yanaingiliana sana. Hatuwezi ku-pona mpaka tuamue kusamehe. (Isa. 33:24, Mat. 9:2-6, Marko 2:5-9, Luka 5:20-23, Yak. 5:15).
6. Hatuwezi kumtolea Bwana kitu chochote madhabahuni mpaka tusamehe kwanza na kujaribu kurekebisha mambo na kupatana na wengine (Mat. 5:25, Luka 17:3).
7. Sheria ya The law of the “*kuwa na neno juu ya mtu*”—“*Kila msimamapo na kusalili, sameheni, mkiwa na neno juu ya mtu; ili na Baba yenu ailye mbinguni awasamehe na ninyi makosa yenu.*” (Marko 11:25).
8. Tunaambiwa tusamehe “*saba mara sabini*” (Mat. 18:21-22), mpaka tuimarisha hali yetu ya kusamehe.
9. Tukikosa kusamehe tunajiambie wenyewe na pia kumwambia Mungu kwamba, “Nitawashika watu hawa mateka katika hasira yangu mpaka wanilipe, mpaka nipokee ninacho wadai (sheria ya kufunga na kufungua iliyo katika Mat. 16:19).

Pia kuna sheria mbili zinazotenda kazi katika kitendo cha kutosamehe: (1) sheria ya hatia (Mat. 5:26, Luka 17:3 na 18:15, Marko 9:40, Kol. 3:13, Efe. 4:32) na (2) sheria ya hukumu (Mat. 7:2, Yohana 7:24).

### Kuhusu Makosa

1. Kuna sifa mbili za lazima na muhimu katika kosa: (1) jeraha—kitendo cha kuumizwa—na (2) deni au unachonidai—mtu aliyekosewa **huhisi** kwamba anadai mtu kitu kwa kujeruhiwa. Sisi kama watu waliokosewa, tunamtaka mtu aliyetukosea aombe msamaha, aseme kwamba anasikitika, na ayarekebishe maneno aliyosema au kitu alichofanya, na aweze kukubali wajibu wa kurekebisha kosa alilofanya.

2. Wakati mwingine makosa hutokea kwa sababu ya kutotimiza matarajio. Kwa kumtarajia mtu awe na mwenendo fulani, tunaweza kuwa tunajitayarisha **kuhisi tumekosewa**. (Kwa mfano shangazi anayeishi mbali anatuma zawadi ya mtoto na kutarajia kupata shukrani, lakini akakosa “kupokea shukrani” hiyo. Katika hali hii, tarajio zuri la kidebuturi la shangazi huyo la kupewa shukrani linakabiliwa na kule kusahau bila makusudi kutoa shukrani.) Tunapokuwa na matarajio fulani kuwahusu watu (yawe ni mazuri au la) huwa tunajitayarisha kukosewa kwa kutarajia mwenendo au matendo fulani kutoka kwa watu hao. Watu hao wasipotenda mambo tunavyotarajia, tunavyoamini wanatakiwa kufanya, tunaamua kwamba wametukosea, na hatimaye huhisi tumeudhika. Jambo hili mara nyingi hutendeka kati ya wazazi na watoto au kati ya wanandoa. Watu walio na **roho wa kutawala** watakuwa na tatizo kubwa katika hali hii. Mkosaji hakufanya jambo tulilodhani angefanya, au tulilotaka afanye, kwa hivyo sisi hukosewa na roho wa hasira hutuingia. s.
3. Makosa pia hutokana na mambo tunayojitarajia ya uwongo, yasiyowezekana, na ya kutiwa chumvi—kama vile kutaka kutambuliwa, kukubaliwa, au kutibithishwa, na jambo hilo halitendeki (roho wa kukataliwa hujitokeza katika mfano huu).
4. Watu waliokataliwa tangu utotoni huwa rahisi kujeruhiwa na makosa ya aina hii.
5. Uhusiano ukiwa wa karibu sana, hisia za kukosewa huwa kubwa zaidi (kama vile katika talaka). Watu unaowajali ndio wanaoweza kuumiza sana.
6. Wakati mwingine sisi huwafikiria vibaya watu wanaotukosea. Makosa mengine hutokea bila mtu kukusudia, au bila mkosaji kujua, lakini mara nyingi sisi hudhani kwamba kosa hilo lilifanywa makusudi.
7. Sis hukasirika na kuudhika. Shetani huona (na kutumia ukweli) kwamba tunayachukulia maneno na matendo ya wengine kwa njia “isiyotarajiwa.”
8. Mtu anapodanganywa, yeye “huamini” kwamba mtu huyo anasema ukweli, hata kama sivyo.
9. Kuna aina mbili ya watu waliokosewa: (1) wanaotendewa mambo kwa njia isiyo ya haki na (2) **wanaoamini** kwamba wametendewa mambo kwa njia isiyo ya haki.
10. Kiburi hutuzuia kukubali hali yetu halisi.
11. Tunapokosewa, sisi hufungwa, na “*lo lote utakalolifunga duniani, liatakuwa limefungwa mginguni ...*” (Mat. 16:19). Tunapoudhiwa na mkosaji sisi hujifunga, na vilevile humfunga aliyetukosea.
12. Tunapokosewa sisi huwa na **moyo mgumu**—wa kutukinga sisi, nasi hujenga kuta za kuuzingira moyo wetu. Kuta hizo hupunguza majeraha ya makosa ya siku za baadaye lakini pia hufungia nje upendo wa Mungu, unaotuponya. (Kwa maelezo zaidi kuhusu kuzivunja kuta hizi, tazama sehemu inayoeleza juu ya “Uponyaji Kutokana na Viapo na Matamania ya Kufa.”)
13. Kwa kawaida watu wanapokesewa wao hujaribu kukana, kusahau, au kulizika katika sehemu ya kufichika akili. Hali hii huwa ya muda tu; makosa hayo hujitokeza tena katika umbo lengine—kama vile magonjwa ya mwilini, kutokuwa na amani, n.k.
14. Baadhi ya hali zinazokuza hali ya mtu kuona amekosewa ni hizi: matusi, mashambulizi, kuumizwa, mgawanyiko, kutengana, kuvunjika kwa mahusiano, usaliti, na kurudi nyuma katika wokovu.
15. Tunapoliruhusu kosa libaki moyoni mwetu, jambo hilo husababisha madhara makubwa kiroho.
16. Mara nyingi sisi huwasaliti watu wanaotukosea—kwa kuwasengenya na kuwakosoa kwa watu wengine (bila wao kujua).
17. Mara nyingi sisi hukusanya makosa mengine kutoka kwa watu hao na kwa watu wengine.

18. Makosa ambayo hayajaponywa mara nyingi hugeuka na kuwa chuki, machung, na moyo mgumu.
19. Hatimaye sisi huwa na roho iliyojeruhiwa.
20. Makosa ndiyo sababu inayowafanya watu wengi kuacha ushirika wa makani yao/au kuiacha imani.
21. Watu wengi huamua kulipiza kisasi. Kwa hali yoyote, maandiko hutushauri, *“Msimlipe mtu ovu kwa ovu ... Kisasi ni juu yangu; mimi nitalipa, anena Bwana”* (Rum. 12:17-19).
22. Machungu hutokana na kisasi ambacho hakijatimizwa; huo ni “mzizi.” Waebrania 12:14-15 inatuonya: *“... shina la uchungu lisije likachipuka na kuwasumbua, na watu wengi wakatiwa unajisi kwa hilo.”* Mizizi hiyo ikilelewa (ikinyunyiziwa maji, ikilindwa, ikilishwa, na kutunzwa), hiyo huzidi kuwa mirefu na yenye nguvu. Hiyo huwa migumu kung’olewa. Na mavuno yake huwa ni hasira, kuudhika, wivu, chuki, mabishano, ugumu wa moyo, na kutokupatana. Tunapokosewa, uwezo wetu wa kuzaa matunda ya haki hukwama.

## Kuhusu Kusamehe

Mtu akitendewa dhambi, kwa mfano mtoto (kutusiwa kingono, kupigwa au kutusiwa), au anapopitia tukio la kutishia uhai wake, kuogofya na hata kumtia taharuki (ama tukio kama talaka), mtendewa hukumbuka wasiwasi, uchungu na hali ya kuachwa ukiwa na aibu vinavyomfanya kukumbuka mara kwa mara katika mawazo yake. Hali hii ya kukumbuka kitendo hicho huumiza zaidi ya tukio lenyewe. Hali hii huwadhuru 6% ya wavulana na 15% ya wasichana (tazama: [http://www.medicinenet.com/posttraumatic\\_stress\\_disorder/article.htm](http://www.medicinenet.com/posttraumatic_stress_disorder/article.htm)). Katika matukio haya, kusamehe huwa ni vigumu sana kwa mtendewa pasipo ya kuwa na mwombezi na kupata uponyaji wa ndani.

**Makwazo yasiposamehewa, kutosamehe kunakithiri ndani** ya nafsi ya mtendewa kiasi cha kufungua mlango kwa roho ya kutosamehe kuingia ndani ya mtendewa. Roho hii ya giza inapopenya hutafuta **haki za kumiliki** kwa kushambulia kumbukumbu ya mtendewa mara kwa mara. Haiwezi kutka hadi mtendewa atoe msamaha kwa Yule aliyemtenda ukatili na kuiamrisha roho hiyo iondoke mara moja.

Mtendewa yapasa atafute uponyaji na kukemea roho ya kutosamehe. Katika kusamehe, mtendewa atoe msamaha kwa dhati yake yote ama sivyo **hisia za kutosamehe** zitamrudia na hivyo kumfunga tena. Haki zilizotolewa kwa giza lazima zirudishwe kwa Yesu ili uponyaji wa ndani ukamilike. Mada hii imejadiliwa kwa undani katika sura inayoshughulikia: Uponyaji wa Machungu, Hisia na Kumbukumbu. Mambo mengine ya kimsingi ni:

1. Tukitaka kufunga mlango wa kutosamehe na kuwekwa huru, kwanza **tutambue Kristo alitusamehe dhambi zetu** – yaani alilipa madeni yetu, nasi pia yapasa tuwasamehe wanaotukosea (Mat. 6:12, 15; Mat. 18:35).

2. **Msamaha si bure.** Katika Agano la kale dhabihu zilitolewa kufidia dhambi. Katika Agano Jipya Kristo aliutoa uhai wake ili tusamehewe dhambi.
3. Msamaha ni sawa na kuwekwa huru na rais hivyo basi mkosaji hapaswi kulipa fidia kwa makosa yake.
4. **Msamaha ni tendo la hiari sio hisia,** hata hivyo baada ya kusamehe mtu hujihisi mwepesi na mchangamfu.
5. Tunapotumia hiari yetu kusamehe, nguvu zote za Mbinguni huja kutusaidia
6. Msamaha unahitaji kumsamehe Mungu pia.
7. Lazima tujisamehe na kupokea **msamaha wa Mungu kwa niaba yetu,** kama tunavostahili *“kumpenda jirani yako kama nafsi yako”* (Math 22:39)
8. Jua kwamba punde tunapokiri, **Mungu hutusamehe** (1Yoh1:9).
9. Iwapo mtenda dhambi ni Mkristo, Mat 5:25-27 anahitajika kupatana na ndugu yake kabla ya kuto dhabihu. Kusamehe hakutegemei kupatana, yaani kusamehewa si lazima kuambatane na kukubali kwa mtesi wako. Hata hivyo Maandiko yanatuusia *“tubariki badala ya kulaani”* kwa hivyo ombi la Baraka lapasa kusemwa.
10. **Shetani atajaribu kukudanganya,** ufikiri kuwa ni vigumu kusamehe au hata huchukua muda mrefu.
11. Watu wengi hubeba machungu kinyume cha wafu. Wasamehe wafu pia.

Iwapo mtu ana kinyongo nawe, hiyo ni shida yao sio yako. Wanahitaji kupatanishwa na Mungu kama ilivyo kwako. Msamaha hauhitaji kupatanishwa. Si shida yako kama wako sawa na Mungu au la, kwa kuwa wewe unasimama peke yako mbele ya Mungu kwa kweli iliyo moyoni mwako.

### **Mfano wa Mtumishi Asiyesamehe**

Katika Mathayo 18, Yesu alifafanua zaidi juu ya utumwa uletwao na dhambi ya makosa na hatimaye kutosamehe. Mtumishi aliye-“pelekwa kwa watesaji” ni hali inayoendelea kuwepo **“mpaka” deni la (kusamehe) liweze kulipwa.** Fahamu kwamba wasomi hufafanua neno “watesaji” katika kifungu hiki kuwa na maana ya “roho wachafu” wanaoingia ndani ya mtu kupitia kwa mlango ulio wazi wa **kutosamehe** na kusababisha msukosuko, hukumu, machungu, na kukosa amani—hali inayobaki **mpaka** lile deni lisamehewe.

### **Kuhusu Hukumu**

1. Ingawaje ni kweli kwamba kukosewa na kuwa mtu wa kuwahukumu wengine kuna sifa zinazofanana (lakini zisizo sawasawa), matokeo yake ni sawa. Mtu akikosewa vikali, mtu huyo huweza kupata “roho wa kutosamehe,” “roho wa chuki,” “roho wa kuhukumu,” na/au “mzizi wa machungu,” naye hukusanya makosa na kuwakosoa watu vikali na kuwahukumu.
2. Tusipolishughulikia kosa hilo upesi, **litazaa tunda lililo kinyume na lile linalokuzwa na Mungu**—tunda la dhambi, sononeko, hasira, ukatili, wivu, kuudhika, mabishano, uchungu, chuki, na kijicho, mambo hayo yote huufanya moyo kuwa mgumu, na kumfanya mtu akose kuwa mwepesi kuhisi, na kutia doa katika maono yetu ya kiroho.

3. Shetani akifaulu kutushawishi kutoa hukumu kutokana na (kwa mfano) kuudhika au hasira, au mtazamo wa mbaya wa kukosoa, mara tutaanza kusikia kutoka kwa roho ya ushetani/ mizungu. Roho ya ushetani/mizungu itatwambia “mambo” yote “yasiyo sahihi” na kila tu; itakuja na kutunong’onezea, na pia kutupa maono na ndoto mbaya kuhusu mtu fulani, huduma fulani, n.k. **Roho hiyo ya ushetani/mizungu huanza kuthibitisha na kihalalisha hisia zetu mbaya**, na kutufanya tujione kwamba sisi ni “polisi” wa Mungu”—waliopewa kazi ya kuulainisha Mwili wa Kristo.
4. Tunapohukumu, Shetani hutuweka katika eneo lengine la kiroho ambapo itakuwa rahisi kwetu kutawaliwa kwa hila. Tutadanganywa ili tuamini mambo yasiyo sahihi; kwa mfano, tutaanza kuchagua kuamini mambo mabaya kuhusu watu wengine na matendo yao, na jambo hilo husababisha migawanyiko katika uhusiano. Na pia sisi hujitenga na watu hao kimwili na kihisia. Wakati mwingine roho wa udanganyifu na uwongo hutuingia, ili iweze kutudanganya zaidi na kutufunga.
5. **Tukiwa na utumwa chini ya “roho wa kuhukumu,” sisi huwahukumu wengine kulingana na vile tunawaona kwa macho yetu ya kimwili wala sio anavyowaona Yesu.** “... siangalii mambo kama wanavyoyaangalia binadamu; binadamu huangalia uzuri wan je, lakini mimi naangalia moyoni” (1 Sam. 16:7). Halafu sisi “hutenda” kulingana na vile tunavyoona kimwili, jambo ambalo limetiwa doa na roho ya uovu.
6. Wakati mwingine kupitia kwa karama ya Roho Mtakatifu, tunaweza kuona dhambi ya mtu mwingine. Nasi huweza kuamua kwamba, “kwa vile tunaiona dhambi hiyo, wao pia wanaiona.” Nasi tunaweza kujiuliza ni kwa nini matendo yao haya-kubaliani na mwenendo tunaoamini kuwa sahihi, mwema, wa uadilifu au wa haki. Katika kiwango, ni vyema kukumbuka kwamba si wajibu wetu kuwarekebisha watu hao—**urekebishaji, au usadikishaji, ni kazi ya Mungu**. Watu walio na kipawa cha kupambanua roho mara nyingi huwa rahisi kuingia katika mtego huu wa adui.
7. Sisi **huhukumu nia** za watu wengine, na kisha kudunisha thamani yao (ambayo ni kuu sana machoni pa Mungu).
8. Wakati mwingine sisi huhukumu makundi ya watu, makabila mengine, au tamaduni fulani. Ilhali hatukubali kwamba “tunabagua,” ilhali hicho ndicho tunachokifanya.
9. Wakati mwingine sisi huhukumu uwezo wa mtu mwingine wa kuhudumu kulingana na yale tunayo yaona kupitia kwa roho hii ya kuhukumu. Halafu tunakataa kupokea huduma ya mtu huyo, na kuamu kupokea tu huduma ya watu tunaoamini kwamba hali yao ya kiroho “iko katika kiwango cha kawaida” (sawa na chetu au zaidi ya chetu).
10. Tunapokuwa na hali ya kukosoa na kuhukumu, **huwa tunamuasi Mungu** (Hes. 12:1).

Huu ni wakati mzuri wakutalii maisha yako. Je umewahi kutusiwa, kuonewa, kulaulumiwa? Tazama yaliyo ndani ya moyo wako na ujiulize kama umewahi kumuonea, kumlaumu au kutoa ushahidi wa uongo kinyume cha mtu mwingine. Je mimi hutafuta makosa katika maisha ya watu wengine? Wakati mwingine tunawahukumu wengine kwa njia isiyofaa. Twaweza kuwa waaminifu lakini tuishie kuwaudhi wengine. Tunapaswa kujihadhari na hali hizi na badala yake kutafuta nafasi ya kutubu na kurekebisha mhusiano yetu na Mungu.

### Shina la Uchungu

Tusiposhughulikia kutosamehe na kuwahukumu wengine (Efe 4:26) hali hii ya-weza kuleta machungu. “*Angalieni sana mtu ye yote asiikose neema ya Mungu na kwamba shina la uchungu lisije likachipuka na kuwasumbua na watu wengi wakatiwa unajisi kwa hilo.*” (Heb 12:15) Uchungu huzaa kisasi, hasira, chuki na hata ukatili unaoishia mauaji (kumharibia mtu sifa au matusi) Ili kuelewa zaidi, tazama: kitabu cha: *The Transformation of the Inner Man*, Victory House, 1982 ISBN 0-932081-13-4, kurasa 237 – 268 kichoandikwa na John na Paula Sanford

### Huenda Tukahitaji Kumsamehe Mungu

Wakati mwingine sisi humkasirikia Mungu, anapokosa kufanya vitu tunavyotara-jia (kama vile kumwacha mtu katika familia yetu afe, anapoacha mambo mabaya yawa-tendekee watu wazuri, n.k.) au anapokosa kutuponya tunapodhani kwamba tuna imani ya kutosha kupokea uponyaji. Tunatakiwa kufahamu kwamba **hatuwezi kuuona mpango wa Mungu kutuhusu sisi au kuwahusu wengine**. Huenda ikawa tunatoa hukumu isiyo sahihi kabla ya wakati kufika. Ni lazima **tumwache Mungu awe Mungu**—kuyaachilia mapenzi yetu kwake na matarajio yetu kwake. Katika hali hii, tunahitaji kumwambia Mungu kwamba tunatubu na kuomba msamaha kutoka kwake.

### Kwa Nini Tunahitaji Kujisamehe

Shetani kila mara hujaribu kutufanya tuhisi tuna hatia na kuhukumika; yeye huta-fanya tuhisi kwamba tuawajibika kwa dhambi zote tulizotenda. Huenda tuliwatendea wengine mambo yasiyo ya haki, au tuliwaumiza au kuwajeruhi, tulizini, n.k. Kwa kuwa na nia mbovu, Shetani hujaribu kutufanya “tuhisi” kwamba sisi ndio tulikuwa wa kulau-miwa katika kila hali, nasi hatimaye hujihukumu wenyewe. “Kutojisamehe” huzaa hisia za kuona kwamba huna thamani. Uponyaji huauwezi kuja mpaka tujisamehe wenyewe, hata kama Mungu ametusamehe.

### Kwa Wale Waliotukosea

Mtu akikukabili na kosa ulilomfanyia, ni lazima ukumbe **kunyenyekoa**. Kiburi hujitetea, lakini unyenyekevu hukubali na kusema, “Ni kweli. Ninatubu kwa kukukosea. Tafadhali nisamehe.” Unaweza kusikitika kwa kwa kufanya kosa hilo. Unatakiwa ku-fanya hivyo hata ukidhani kwamba hujafanya chochote na kwamba umelaumiwa bure.

### Uponyaji wa Mahusiano

Ukombozi hauwezi kupatikana iwapo mhitaji ana kasoro katika mahusiano yake na wa-zazi wake.

- a. Imetupasa kuwaheshimu (Kutok 20:12) Amri ya 5. Hii ndiyo amri ya kwanza iliyo na ahadi. Tumeahidiwa kuwa tukiwaheshimu baba na mama, tutafanikiwa maishani mwetu.
- b. Yatupasa kuwasamehe (Mat. 15:4, Mark 10:19, Eph. 6:2)
- c. Hatuwezi kuwa wanafunzi tukiwachukia baba na mama zetu (Luka 14:26)
- d. “*Ikiwa mtu atamlaani baba yake au mama yake, taa yake itazimwa katika giza nene.*” (Mith 20:20).

Yakupasa kuwapenda (heshimu) baba na mama yako, lakini si lazima kuishi nao. Iwapo jamaa si salama kukaa nao, ni afadhali mtu kujitenga nao. Hii ni kusema waheshimu, na kuwa tayari kuwasaidia. Ni vyema kufuata maagizo yao ikiwa tunaishi chini ya mamlaka yao. Iwapo mhitaji hakupokea upendo wa wazazi au alizaliwa nje ya



ndoa, hali ya kukataliwa yaweza kumfuata. Uponyaji wa ndani waweza kuhitajika iwapo mtu ametusiwa kwa maneno, vitendo au kingono.. Mhuduma atafute majeraha ya kihisia kwa ishara kama hasira, kujidharau, kuhurumia au huzuni isiyo na sababu.

Asili ya kutosamehe katika mahusiano ni ndugu, dada, waajiri, waalimu, wapenzi, na watoto. Unapowahudumia wahitaji waulize juu ya mahusiano ya wazazi wao na kama kuna kutosamehe kulikojificha.

### **Kuwa Mtu Asiyeweza Kukosewa**

Kama watu wazima waliokomaa kiroho, lengo letu linatakiwa kukuza moyo usi-oweza kukosewa, kuwa watu wasioweza kukosewa. Katika sehemu mbalimbali, maandiko yanatwambia tuwe watu wasioweza kukosewa (Zab. 119:165, Luka 7:23, Rum. 14:21, 1 Kor. 8:13). Ingawaje hatuwezi kulifikia lengo hili mara moja, mwongozo ufuatao unaweza kutusaidia:

1. Tunahimizwa kwamba tusikae na hasira kutwa nzima (Efe. 4:26). Tunatakiwa **kupatana upesi**; tukichelewa kwa muda mrefu itakuwa vigumu kufanya hivyo.
2. Unapokosewa, usimwambie kila mtu makosa uliyofanyiwa; **mwendee mtu aliye-kukosea**, kama alivyotwambia Yesu tufanye. (Ikiwa unatatizo na ulimi wako, angalia sehemu inayoeleza kuhusu “Kuuponya Ulimi Wako.”)
3. **Samehe**—kwani kitendo hicho kinahitajika, lakini hatuwajibiki kumwamini mtu. Kusamehe ni lazima lakini; mtu lazima adhihirishe anaweza kuaminiwa.
4. Usione hatia ikiwa bado unahisi kwamba hutaji kuhusiana na mtu aliye-kukosea. Mungu anatutaka tuwapende, lakini si lazima kufurahia kuwa nao.
5. Lengo letu linatakiwa kuwa ni **kukuza “tunda la roho”** maradufu ili tuweze kuunda ulinzi wa kudumu wa upendo wa kuuzunguka moyo wetu, ili makose ya-siweze kuingia ndani.

### **Namna ya Kusamehe**

1. Mtu atahitaji kufanya juhudi ili aweze kuwa huru kutokana na kutosamehe. Sharti **utambue kwamba umeumizwa (kwa kusadikishwa) kisha ukiri**.
2. Uwe tayari kufuta madeni yote ya watu waliokukosea.
3. Chukua kalamu na umwombe Mungu ili akuonyeshe mtu yeyote ambaye hujamsamehe. Andika majina ya watu hao hapa chini. Usishangae kuona idadi utakayoonyeshwa na Mungu.

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

4. Shiriki orodha hii (katika kipindi cha kukiri) na rafiki mwaminifu au mchungaji.
5. Muulize rafiki huyo mwaminifu au mchungaji aombe nawe, ili Roho Mtakatifu afkufunulie zaidi **mtu yeyote ambaye bado hujamsamehe**—ingawaje huenda ukawa umemsahau mtu huyo. (Si rahisi kuyaona “mambo” yetu yote.)
6. Kumbuka, Bwana hakuhitaji upatane na mtu huyo ikiwa mtu huyo hayuko tayari kufanya hivyo. **Upatanisho unahitaji msamaha kutoka kwa pande zote mbili**. Lakini, jua kwamba Mungu anakuhitaji wewe **uwe tayari kupatana**.

7. Ikiwa unaona ugumu kumsamehe mtu fulani mwambie Bwana. "**Niko tayari kufanywa kuwa tayari kwa kitendo cha uwezo wangu na hiari yangu.**" Njia hii hufanya kazi kama kuwa na deni. Atakusamehe sasa, na kukuweka huru, unapojitahidi kumsamehe mtu uliyekubali kusamehe. Hakikisha umeweza kumsamehe mtu huyo au upate msaada kwa kuwaambia watu wengine wakuombe ili uweze kutimiza lengo hilo.
8. Ikiwa una ugumu wa kumsamehe mtu fulani, **mwambie Yesu akujaze na ufa-hamu wake na upendo wake kwa mtu huyo** (akufanyie jambo usiloweze kujifanyia mwenyewe) na amimine ndani ya moyo wako. Mwambie Mungu akufanye umwone mtu huyo kama anavyomwona yeye.
9. Wakati mwingine kutosamehe huko huwa kuna **mzizi wa tukio la hapo awali lililokupa kiwewe au la kudhulumiwa.** Katika hali hiyo, hatua ya hapo juu haitasaidia katika kumwachilia mtu aliyekukosea na hivyo basi utahitaji msaada wa mwombezi mwenye ujuzi, anayeweza kukuombea ili upate uponyaji wa ndani. (Ikiwa umejaribu kusamehe na kutosamehe kunaendelea kukurudia, labda ombi la uponyaji wa ndani litahitajika.)
10. Kwa imani, omba ombili lililo katika Eze. 36:26, Ukilitanguliza kwa kusema, Bwana, ninaamini ahadi yako katika kitabu cha Ezekieli inanifaa mimi pia." *"Nitawapeni moyo mpya na kuweka roho mpya ndani yenu: nitauondoa kwenu moyo mgumu kama jiwe na kuwapa moyo wa utii."*
11. Ikiwa mtu anayetafuta uponyaji ugumu wa kumsamehe mtu aliyemjeruhi, au mwambie mhusika arudie kila kosa alilofanyiwa na kila mkosaji, au anene na mkosaji kama kwamba yuko hapo. Akiendelea kuwa na ugumu zaidi wa kusamehe, airisha msamaha huo mpaka mwisho wa ombi la ukombozi baada ya kila milango kufungwa, na roho yake ina nguvu.

### **Ombi la Uponyaji Kutokana na Kutosamehe**

Ikiwa una hasira na Mungu, kwanza mwombe akusamehe kwa kumkasirikia. Halafu, kwa kila mtu uliyeorodhesha hapo juu (kama ulivyofunuliwa na Roho Mtakatifu) omba ombi lifuatalo (limetolewa katika kitabu kiitawacho *The Bait of Satan*, ukurasa wa 188):

Baba, katika jina la Yesu, ninakubai kwamba nimetenda dhambi kinyume chako kwa kukosa kuwasamehe watu walionikosea. Nimewakosoa na kuwahukumu wengine. Ninatubu. Ninatubu kwa kufanya hivyo na ninaomba unisamehe.

Pia ninakubali kwamba siweze kusamehe bila usaidizi wako. Kwa hivyo, kwa moyo wangu wote, ninaamua kumsamehe \_\_\_\_\_ (taja jina la mtu huyo—mweke huru kila mtu mmoja mmoja).

Ninaweka chini ya damu ya Yesu mambo yote waliyonifanyia. Ninawaweka huru ili nisiwadai chochote. Ninawasamehe makosa waliyonitendea.

Baba wa Mbinguni, kama vile Bwana Yesu alikuomba uwasamehe waliomkosea, vivyo hivyo ninaomba uwasamehe walionikosea.

Ninawafungua kutoka utumwani, na ninajua kwamba chochote kinachofunguliwa duniani kitafunguliwa mbinguni pia. Ninaomba uwabariki na uwafanye wawe na uhusiano wa karibu nawe.

Ninaomba mambo haya katika jina la Yesu. Amina.



**Vifaa**

1. Rodney Hogue, *Forgiveness*, 2008, kinapatikana Community of Grace, 380 Elmhurst St. Hayward, CA 94544. 81.
2. John Bevere, *The Bait of Satan* (Charisma House, 1994). ISBN 0-88419-374-8.
3. Susan Gaddis, *Help, I'm Stuck with These People for the Rest of Eternity* (Arrow Publications, 2004). ISBN 1886296332.
4. Kathie Walters, *The Spirit of False Judgment* (Faith Printing, 4210 Locust Hill Road, Taylors, SC 29687, 1995). ISBN 0-9629559-5-7.