

Anger and Bitterness

一. 生气是我们情绪的表现

1. 好的生气

2. 坏的生气

二. 如何处理

1. 慢慢地动怒

James 1:19 我亲爱的弟兄们、这是你们所知道的．但你们各人要快快的听、慢慢的说、慢慢的动怒

Proverbs 15:18 暴怒的人、挑启争端．忍怒的人、止息分争

Proverbs 16:32 不轻易发怒的、胜过勇士．治服己心的、强如取城

Proverbs 19:11 人有见识、就不轻易发怒．宽恕人的过失、便是自己的荣耀

Proverbs 29:11 愚妄人怒气全发．智慧人忍气含怒

Proverbs 15:1 回答柔和，使怒消退：言语暴戾，触动怒气

2. 生气的原因

Why am I angry?

Dig deeper.



3. 回到神面前

a. 惹人生气的： 求神让我们可以认罪， 并且给我们勇气向我们得罪的人认罪， 认错， 请求原谅。

b. 被得罪的： 可以通过沟通让对方给与道歉。但最好的方法还是借着祷告求神让我们可以饶恕， 从而得医治和安慰。

We are not what people need. Our purpose is to connect them to a living, active, redeeming Christ. He gives them what they need so that they can do what they've been called to do amid the difficulties of life.

--Paul Tripp