

Как я могу простить?

Вера Синтон



СВЕТ НА
ВОСТОКЕ

Sinton, Vera

How can I forgive?

Синтон Вера

Как я могу простить?

Перевод с английского Наталии Богдан

Text copyright © 1990 Vera Sinton

Original edition copyright © 1990 Lion Publishing

Russian edition copyright © 1992 Licht im Osten

© 1992 русский перевод «Свет на Востоке»

Оглавление

1	Смертельная обида	4
2	Прощать всегда	6
3	Чувство обиды опасно	9
4	Вы не совершенны	12
5	Прощенный должен прощать	16
6	Будьте объективны по отношению к своему гневу	18
7	Трезвая оценка случившегося	22
8	Умение видеть глазами другого человека	25
9	Роль любви	28
10	Когда прощение кажется несправедливым	32
11	Прости, мне жаль...	35
12	Одностороннее прощение?	39
13	Ни прав, ни виноват	43
14	Снова друг или вечный должник?	45
15	Сила прощения	47

Смертельная обида

Порой нам наносятся обиды, которые полностью выбивают нас из колеи. Чувствуя себя оскорбленными, мы или негодуем, или, наоборот, становимся безучастными, равнодушными ко всему. Но что нам меньше всего хочется сделать – это простить своего обидчика или хотя бы не испытывать к нему ненависти. Возможно, нам иногда даже кажется, что простить было бы неверно, несправедливо.

- Маленький мальчик играет с палкой в поле за деревней. В траве виднеются кости и черепа. Это останки убитых людей. Войска ворвались в деревню и расстреляли всех, кого подозревали в связях с партизанами. В воображении мальчика палка эта – пулемет. Ребенок пока играет. Когда он вырастет, он должен будет отомстить убийцам своего отца. Теперь он – единственный мужчина в семье.

- Пятьдесят лет прошло после второй мировой

войны, однако бывшие узники военных лагерей в азиатских джунглях до сих пор проводят кампании за восстановление справедливости. Они рассказывают о жестоких истязаниях и пытках. «Мир может забыть, – говорит один из них, – но я никогда не смогу простить».

Тяжелая обида может быть нанесена человеку, которого вы любите. Ширли затаила в сердце обиду, нанесенную ее мужу коллегой по работе. «Мне нетрудно простить человека, обидевшего меня, – говорит она, – но я чувствую, что в этом случае просто не имею права простить».

За мелкие обиды в повседневной жизни мы часто дарим прощение другим и получаем прощение сами.

Я наступила вам на ногу, вы говорите: «Ничего!»

Кто-то совершил ошибку, которая приостановила работу всей группы, но мы улыбаемся и продолжаем работать.

Замечание подруги обидело меня. Она видит, что я нахмурилась и сникла, и сразу же выражает мне свое сожаление. Я снова ободряюсь. Мы прощаем, и нас прощают.

Но как обстоит дело с серьезными обидами, которые не так легко забыть? Должны ли мы прощать в таких случаях?

Есть люди, которые нашли ответ на этот вопрос.

Прощать всегда

Войны и политические волнения зачастую оставляют тяжелый след непрощенных обид. С другой стороны, такие времена порождают также блестящие примеры прощения.

□ Пастор Сан жил в Корее. Это был кроткий, добрый человек. К 1940 году он уже побывал в застенках иноземных захватчиков, властвовавших в то время в стране.

Вдруг он получает известие о гибели обоих своих сыновей. Их убили в колледже студенты-активисты за то, что они не присоединились к их движению.

После погребения сыновей пастор крайне удивил свою общину. Он объявил, что любовь, которую ему даровал Бог, побуждает его найти убийцу и усыновить. Перепуганный молодой человек был отозван из отряда, принимавшего участие в боевых действиях, и представлен семье своих жертв. «Мы потеряли двух сыновей, — сказал пастор Сан. — Приходи и будь сыном вместо них».

□ В 1987 году миллионы зрителей увидели по телевидению интервью с Гордоном Уилсоном. Его дочь погибла от осколков бомбы, взорвавшейся во время парада в Северной Ирландии. Отец держал ее руку, когда она умирала, но он не поддался чувству вражды к террористам.

«Я буду молиться о них сегодня ночью и каждую ночь. Бог им простит, так как они не ведают, что творят».

□ Пятидесятилетняя Корри тен Бом, голландка, рисковала своей жизнью, оказывая помощь евреям, скрывавшимся от нацистов. За это она была отправлена вместе со своей сестрой Бетси в концентрационный лагерь Равенсбрюк, где Бетси и умерла. После войны Корри неутомимо трудилась, помогая людям прощать.

Однажды перед ней с сияющим лицом предстал один из надзирателей-садистов Равенсбрюка. Он получил прощение Бога и хотел пожать ей руку. Все ужасы лагеря и страдания сестры прошли перед взором Корри. Ей показалось, что рука ее одревенела.

Молча она молилась: «Христос, я не могу простить. Прости меня».

«Когда я взяла его руку, – пишет она, – произошло невероятное. Мне показалось, что от плеча через всю мою руку изливается поток и переходит

от меня к нему. В моем сердце вспыхнула любовь к этому человеку и переполнила меня».

«О, это особые люди, – скажете вы. – Я не могу быть таким. Я даже не уверен, хочу ли я этого».

Конечно, вы вольны выбрать непроститель. Но прежде стоит подумать о его последствиях.

3

Чувство обиды опасно

Английская пословица гласит:

«Палки и камни могут сломать мои кости, но слова никогда не могут причинить мне вреда».

Увы! Это абсолютно неверно! Слова могут причинить очень сильные страдания, даже физические. Гнев и страх, которые вы испытываете, когда вас оскорбляют или обманывают, вызывают серьезные изменения ритма вашего сердца и состава крови. Жестокие слова, ужасные события могут вызвать у человека сердечный приступ или кровоизлияние в мозг.

Боль – это важный предохранительный клапан. Если вы порезали ногу, то боль, испытываемая вами при этом, предупреждает вас о травме и «просит» быть более осторожными. Вы можете найти утешение у того, кто вас любит, или обратиться к врачу, если нужно наложить швы.

Чувство гнева при оскорблении (мы к этому еще вернемся) – естественная реакция нормального человека. Если обида незначительна, вам необходимо просто осознать это чувство и взять себя в руки. Но если это более серьезная обида, то вы нуждаетесь в помощи.

К боли нельзя отнестись без внимания. Вам следует открыться кому-нибудь, кто может утешить и помочь. Часто необходимо время, чтобы душевная боль утихла.

В идеальном варианте для примирения доста-

точно разговора с человеком, который причинил вам страдание.

Ты говоришь, что я нанесла тебе душевную рану. Мы будем беседовать до тех пор, пока я не пойму и не осознаю твоей боли, не выражу тебе свое сожаление и свою любовь, и желание утешить тебя. Обычно этого бывает достаточно, чтобы снять боль с сердца и встать на путь наискорейшего выздоровления. Продезинфицированная и перебинтованная рана затягивается быстро.

Но представьте себе ситуацию: вы смертельно оскорблены, не хотите больше слышать об обидчике и, тем более, разговаривать с ним. Гнев, который вы испытываете, не проходит. Напротив, он усиливается и превращается в глубокую обиду. Каждый раз, когда вы думаете о происшедшем, вы внутренне раздражаетесь. Это чувство тлеет внутри вас и распространяется на окружающих. «Я больше никому никогда не буду доверять», — говорите вы себе и после этого стараетесь не подпускать к себе людей слишком близко.

Если чувство обиды очень сильно, внутренний стресс отражается и на здоровье. Любой врач назовет вам пациентов, выздоровлению которых мешает неизлеченная душевная рана.

Возможно, что первая вспышка гнева не так и страшна, но затянувшаяся обида очень опасна. Для нашего собственного блага мы должны научиться прощать.

Вы не совершенны

Мы уже выяснили, что одна из причин, по которой мы должны прощать, мы сами: чувство обиды калечит нас. Но есть и другие причины. Никто из нас не совершенен. Если вы искренни, вы признаете, что вы так же, как и любой другой, нуждаетесь в прощении. Вы нуждаетесь в прощении других людей. Вы нуждаетесь в прощении Бога.

Возможно, эта мысль покажется вам новой. Ваши слова, ваши действия касаются не только вас лично. Они важны для Бога, Который знает все подробности вашей внутренней жизни.

Когда вы ленивы или нечестны, небрежны или капризны, жадны или малодушны, вы огорчаете своего Создателя. Когда вы обижаете кого-то или используете свои силы и талант не по назначению, вы действительно причиняете боль Отцу, Который заботится о вас и окружающих вас людях, как о своих детях.

Царь Давид однажды отправил на смерть одного из своих лучших воинов, так как он полюбил его жену. Когда он осознал свою вину, то

посвятил Богу псалом: «Тебе, Тебе единому согрешил я...»

Он понял всю серьезность своего проступка в глазах Бога. Это особенно трудно осознать тем, кто испытывает боль от причиненной обиды. Но это лишь прелюдия к Благой Вести.

Благая Весть заключается в том, что Бог пред-

лагает вам полное прощение. Делает Он это при условии, если вы всерьез осознаете боль и страдания, причиненные Ему вашим грехом.

Божие прощение связано с реальным событием, происшедшим в истории двадцать веков назад, но по-прежнему чрезвычайно актуальным и сегодня.

Что человеку наиболее трудно простить?

- Несправедливость в циничных, политических целях.
- Уничтожение человека из зависти к его авторитету среди людей.
- Измену из-за денег.
- Измену близких людей в тяжелый час и их отречение от вас.
- Надругательство над человеком потехи ради.
- Вынесение невинному человеку жестокого приговора.
- Насмешка над человеком, страдающим от боли.

Иисус, Сын Божий, был единственным безгрешным человеком, когда-либо жившим на земле. Он продолжал любить людей, несправедливо поступивших с Ним, предлагая дружбу тому, кто пре-

давал Его. Он молча стоял перед правителем, который согласился променять Его на Варавву. Он молился за воинов, пригвоздивших его руки и ноги ко кресту: «Отче! прости им, ибо не знают, что делают».

Венцом Его жизни на Земле было то, что Он взял на Себя наказание за грехи, совершенные людьми от начала века. На кресте Он почувствовал, что значит быть оставленным Богом. «Для чего Ты Меня оставил?» – воскликнул Он.

Бог ответил на эту мольбу, показав Свою бесконечную власть над вселенной. Он воскресил Своего Сына к жизни. Иисус Христос вновь встретился со Своими учениками и заповедал им нести Благоую Весть – весть о прощении и новой жизни в любви с Богом.

Прощение, которое Бог предлагает нам, не является чем-то простым и легким.

Философ насмехается: «Бог простит, это Его дело».

История распятия Христа свидетельствует о другом. «Ибо так возлюбил Бог мир, что отдал Сына Своего Единородного, дабы всякий верующий в Него не погиб, но имел жизнь вечную». Он приглашает тебя обратиться к Нему и сказать: «Я раскаиваюсь в моих грехах. Я верю, что Христос умер за меня. Пожалуйста, прости меня».

Но знай, если ты вступишь на этот путь, ты также обязуешься прощать своих ближних.

Прощенный должен прощать

Чувство непрощенной обиды часто сравнивают с чувством, которое мы испытываем, когда нам кто-то должен деньги. Мы можем злиться и выходить из себя, но это делу не поможет, если должник не может вернуть долг.

Если вам трудно простить, то виновный не имеет возможности исправить положение. Полное возмещение зачастую вообще невозможно.

Что может возместить потерю сына или дочери? Или смыть позор грязной сплетни? Есть только один путь для пострадавшего человека. Чтобы жить дальше, он должен смириться с утратой, согласиться простить «долг». Мы убедились, что никто из нас не совершенен. Мы постоянно огорчаем Бога. Мы в неоплатном долгу перед Ним. Нам ничего не остается, как просить о прощении. Милосердие Божие безгранично. Когда мы просим, Он прощает. На кресте Его любовью был оплачен наш долг.

Но есть одно «но». Мы не способны заслужить любовь Бога. Мы никогда этого не сможем сделать. Это скорее похоже на испытание, которое

показывает, действительно ли мы поняли любовь Бога и искренне ли раскаиваемся в наших грехах.

Христос говорит об этом так: Бог великодушно простил грех миллионам людей. Если мы верим в Его искупительную жертву, то, вне всякого сомнения, мы не вправе отказывать в прощении всего лишь сотням людей.

«И прости нам долги наши, как и мы прощаем должникам нашим».

Это слова молитвы, которой учил Христос Своих учеников. Эту строку Он впоследствии выделил особо. Бог, прощающий нас, хочет, чтобы и мы прощали других.

Итак, мы раскрыли две причины, по которым мы должны прощать: чувство обиды наносит нам вред и непрощающее сердце огорчает Бога.

Рассмотрим шаги верующих к прощению.

Будьте объективны по отношению к своему гневу

Первый шаг к прощению – осознать обиду и быть искренним перед самим собой в своих чувствах.

Нормальная человеческая реакция на обиду – гнев. Гнев может выражаться двумя противоположными способами:

- Мы становимся агрессивными, начинаем браниться, критиковать, угрожающе жестикулировать. А если мы очень сильно возбуждены – даже начинаем топтать ногами, стучать кулаками.
- Мы замыкаемся, становимся мрачными, не желаем больше общаться. Забираем свои вещи. Всем своим поведением ясно даем понять, что не доверяем больше этому человеку. Молчание может быть не менее агрессивно, чем ссора или крик.

Люди, выросшие в семье, где не принято выказывать гнев, с трудом признаются в своих чувствах самим себе.

«Я вовсе не сержусь, – говорила мне одна знако-

мая, сжимая кулаки и свирепо глядя на меня. – Ты не можешь рассердить меня».

Мы часто улыбаемся, когда кто-либо кричит: «Я не повышаю голоса!»

Ваш гнев может быть подобен всепожирающему огню или холодному айсбергу. В обоих случаях выражение вашего лица, манера сидеть или стоять, интонация голоса, слова, которые вы выбираете, почти всегда выдают ваш гнев.

Очень важно разобраться и в своих чувствах. Попробуйте описать их как можно точнее:

«Я разочарован».

«Я раздражен».

«Это бесит меня».

«Я опечален и обижен».

«Я потрясен и ошеломлен этим недоразумением».

Признать свои истинные чувства далеко не всегда легко.

Кто-то больно обидел другого, что может быть тяжелым ударом по чувству собственного достоинства и самоуверенности. Обида может быть вызвана сознанием своей никчемности, бесполезности. Если человек в подобном состоянии попытается немедленно простить, это может быть даже опасно.

«Прости, я вчера покутил и потратил отпускные деньги на компьютер. Ты не сердись на меня, не так ли?» – спросил слегка небрежно Петр за завтраком. Он пришел поздно ночью, и поговорить не было времени.

«Нет, конечно, нет, – ответила Элен. – Это я виновата в том, что придираюсь к тебе и ворчу из-за расходов». Однако позже она разрыдалась из-за пустяка. Все представлялось в мрачных тонах, она чувствовала усталость и упадок сил.

Подобные явления служат сигналом тому, что гнев лишь подавлен. Человек может впасть в депрессию. Если Элен не может высказать Петру своих переживаний и истинных чувств, ей необхо-

димо поделиться с близким человеком или советником.

«Прости» не есть магическая формула. Она никогда не должна быть препятствием для выяснения сложностей во взаимоотношениях и для поиска реального разрешения вопроса.

Если вы достаточно честны перед собой, то, несомненно, определите то чувство, которое поднимается в вашей душе, когда вас обижают. Вы можете поражаться его силе и чувствовать сожаление по этому поводу.

«Гневаясь, не согрешайте», – говорит Библия. Первое чувство редко бывает ложным. Не тратьте силы, пытаясь заглушить его. Но направьте их на то, чтобы овладеть своим гневом и мирно, с любовью разрешить ситуацию.

Как только мы можем владеть собой, мы должны обратиться к Богу. Разговор с Богом вовсе не сводится только к отшлифованной, благочестивой молитве. В Библии есть много примеров тому, как люди открывали Богу в молитве свой страх и свое сомнение, свой гнев по поводу предательства и несправедливости.

Дитя, в гневе кидающееся с кулаками на своего отца, скорее утешится, чем тот, кто затаился и носит в сердце обиду.

Бог милосерден и сострадателен. Выплеснув наши худшие чувства перед Ним, мы, возможно, совершим первый шаг к обретению нашего душевного спокойствия и получению помощи от Него.

Трезвая оценка случившегося

Вторым шагом на пути прощения является трезвая оценка конфликта.

Вы вдруг выясняете, что ваше первое чувство несколько преувеличено. Возможно, что все это простое недоразумение. Ваша боль и страх со временем покажутся вам самим смешными.

Чувство юмора – великий дар. Люди, способные во всем увидеть что-то светлое, особенно приятны. Они редко обижаются. Их вспышка гнева почти сразу сменяется смехом.

Конечно, не во всех ситуациях уместен смех.

Школьная учительница очень расстроена. Она потерпела неудачу на экзамене по вождению автомобиля. Учительница вновь и вновь прокручивает в своем воображении тот час и уверена, что ее знания и умения оценили несправедливо. Главная причина ее обиды заключается в том, что она никогда в жизни не заваливала экзамен. Она привыкла считать, что успех неизменно должен сопутствовать ей. Эта первая неудача оказалась для нее большим несчастьем.

Со стороны было ясно видно, что ее установка: «Я никогда не должна проигрывать» – и является причиной ее страданий. Намного проще было бы пересдать экзамен, чем обвинять экзаменатора.

«Что ты смотришь на сучок в глазе брата твоего, а бревна в твоём глазе не чувствуешь?» – спрашивает Христос.

Он указал на хорошо известную всем человеческую слабость. Мы склонны замечать и критиковать в других то, что является нашим собственным недостатком.

□ «Я терпеть не могу Джона, – говорит Артур. – Он всегда хочет быть лидером в группе».

Бедный Артур был сбит с толку громким хохотом, разразившимся в комнате. Понадобилось время, чтобы он пришел в себя. Мы надеемся, что он ушел домой более мудрым человеком.

Существует еще одна проблема. Очень часто непрощенные обиды в прошлом влияют на наши сегодняшние чувства.

□ Кэрол привела своего молодого человека домой, чтобы познакомить его с родителями.

«Никогда больше не приводи этого юношу в мой дом, – сказал ее отец. – Он предал пикетчиков во время забастовки».

Уже много лет отец Кэрол не вспоминал о своей обиде и своем разочаровании. Тогда эта

продолжительная забастовка стоила ему работы. Кэрол думала, что он простил управляющих. Теперь она поняла, что горечь обиды он просто перенес на рабочих, предавших дело. Таким образом, чувство гнева может иметь свои корни в субъективном мышлении о себе или в старых обидах.

Нам необходимо научиться понимать самих себя и объективно судить о других, чтобы не обвинять их несправедливо.

Умение видеть глазами
другого человека

После того, как вы разложили по полочкам конфликт и оценили свои чувства, надо сделать следующий шаг – попытаться понять другого человека.

У французов есть такая поговорка:

«Все понять значит все простить».

В этих словах много правды. Если вам ясна суть, проблема может исчезнуть сама собой. Но это еще не все. На пути прощения понимание помогает нам разобраться, какие поступки могут быть оправданы, а какие нуждаются в прощении.

Поняв суть проступка, оскорбившего меня, я могу сказать:

«Это была случайность».

«Это чистое недоразумение».

«В этом никто не виноват».

«Вы находились под влиянием того-то и ничего не могли изменить».

«Вы не могли знать, что я обижусь».

Поняв все, я вас прощу. Внутренний голос справедливости как бы говорит мне: «Здесь не на что обижаться».

С другой стороны, опять-таки все поняв, я могу обвинить вас:

«Вы были бестактны».

«Вы не попытались понять меня».

«Вы несправедливо поступили».

«Несмотря ни на что, вам следовало держать себя в руках».

Осуждая чей-либо поступок, мы часто говорим: «Ты взрослый человек. Ты прекрасно знаешь, что существуют вещи, признанные в мире правильными или неправильными. Ты должен сделать вывод для себя. Я считаю, что ты ответствен за этот поступок».

Прощая безнравственный поступок, мы обычно говорим обидчику: «Я о тебе плохого мнения. Я презираю тебя. Я не считаю тебя достойным моего возмущения».

Оправдав все, что можно оправдать, выяснив все, что нуждается в прощении, вы должны сказать:

«Да, ты совершил этот проступок. Я прощаю тебя. Я не буду держать зла на тебя. Впредь я буду доверять тебе так же, как и прежде».

Лишь в этом случае можно говорить об истинном и полном прощении. Зачастую сделать это выше наших сил.

Роль любви

Давайте еще раз рассмотрим шаги к прощению:

- Вас кто-то обидел.
- Вы осознали случившееся и разобрались в своих чувствах.
- Вы попытались понять обидевшего вас человека и можете его в какой-то мере оправдать.
- И все же на сердце осталось что-то, что вы простить не в силах.

Как вы находите в себе силы и волю простить вашего обидчика?

Бойтесь ли вы, что примирение не состоится и отношения уже никогда не будут восстановлены?

Или все зависит от другого человека, того, кто вас обидел? Если он искренне извинится и заставит вас почувствовать прилив великодушия, вы простите?

Зависит ли это от степени вашей заинтересованности в прощении?

Самое главное значение при прощении имеет любовь. Если мы любим человека, то постараемся удержать его возле себя. Если он нам дорог, мы не можем выбросить его из своей жизни, как поно-

шенную одежду. Потеря его для нас равносильна потере пальца.

Многие из нас учатся прощать, еще будучи детьми. Мы учимся этому у наших родителей и воспитателей, которых любим и в которых очень нуждаемся. Мы постоянно совершаем проступки и ошибки, за которые нас прощают. Таким образом мы приобретаем опыт быть любимыми и прощенными, который, в свою очередь, помогает нам в дальнейшей жизни любить и прощать.

Подрастая, мы узнаем, что взрослые тоже не совершенны. Они признают, что порой не правы, и мы прощаем их. Это даже сближает нас: мы чувствуем себя равными.

Бывает, что по каким-то причинам мы плохо усвоили этот урок в детстве. Мы не чувствуем, что любовь может победить обиду. И нам трудно доверять и тяжело прощать. Если так обстоит дело, то нам следует поговорить об этом с человеком, которому мы можем излить душу. Никогда не поздно начать учиться любить.

Но теплые чувства любви – это еще не все. У нас не может быть близких отношений со всеми людьми, хотя Бог и заповедал нам любить всех. Христос выражает главное требование Бога к нам в следующей заповеди:

«Возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим, и всею душою твоею, и всею крепостию твоею, и всем разумением твоим, и ближнего твоего, как самого себя».

Это означает, что для Бога каждый человек драгоценен и важен. Все люди Ему одинаково дороги. Это основное условие, при котором чувство любви может развиваться и расти по мере того, как мы ближе узнаем человека.

□ Когда Гордон Уилсон заявил, что он прощает террористов, убивших его дочь, он не знал, кто они. Он испытывал страшную боль от потери любимой дочери. Впереди был долгий путь прощения.

Он лишь сделал заявление о своей вере в то, что террористы были для Бога драгоценными человеческими существами, как бы виновны они ни были. Тем самым он выразил свою веру в то, что простить убийц можно.

□ Когда пастор Сан объявил о своем желании усыновить убийцу сына, он верил, что Бог поможет ему. Он верил Богу, любовь Которого может сделать человека любимым и способным любить.

В глубине души большинство из нас разделяют мнение, что все люди одинаково достойны любви, несмотря на слабости и недостатки. Когда с нами происходит что-то ужасное и мы испытываем желание ненавидеть и мстить, мы как бы делаем вызов нашей вере и нашим ценностям. Мы отступаем и спрашиваем – верно ли прощать в данном случае?

Когда прощение кажется несправедливым

Существуют ли в самом деле обстоятельства, когда прощение невозможно? Одно дело, когда вы прощаете нанесенную вам обиду, и совершенно другое – когда страдают от обиды другие. Что стало бы со справедливостью, если бы мы все прощали?

В 1986 году в Лондоне произошел такой случай. Три грабителя в поисках денег ворвались в дом. Найдя мало ценностей, они очень разозлились. Двое из них жестоко изнасиловали дочь; ее молодого человека и отца связали и избили спортивной битой.

Первой реакцией этой христианской семьи было – простить. «В тот момент, когда это случилось, прощение было естественно, – сказала девушка в интервью по радио. – Позже мне очень трудно было простить, но, осознав, что непрощение погубит меня, я простила».

Спустя одиннадцать месяцев трое грабителей предстали перед судом. Судья лишь слегка коснулся изнасилования, сделав акцент на грабеже. По

мнению судьи, семья сумела достойно пережить тяжелое испытание, поэтому страдания жертвы были, по его мнению, не так уж велики.

Отец девушки выступил категорически против такого подхода. Он считал его несправедливым. Он не видел противоречия между его личным заявлением «Я прощаю их» и требованием вынести приговор по справедливости, то есть в той мере, в какой преступники его заслужили.

В некоторых семьях родители, наказывая своих детей, не прощают их, что чревато негативными последствиями. В хорошей же семье, когда все позади, отношения нормализуются. Вина забыта, ребенка снова любят и ласкают.

Мир взрослых людей нуждается в законах. Необходимо, чтобы соблюдалась справедливость. Приговор должен быть беспристрастным. Человек, наделенный властью, может испытывать большую любовь и симпатию к виновным и стремиться оправдать их, тем не менее он должен тщательно взвесить, как это может отразиться на других людях.

Если мы говорим, глядя на хулигана: «Бедняжка, он ничего не может с собой поделать. У него было трудное детство», то мы тем самым заявляем его жертвам, что они как люди ничего не значат и поэтому не могут быть защищены. Одновременно мы неверно судим о преступнике, подчеркивая, что презираем его и ждем от него только плохого.

В Евангелии описывается такое событие. Однажды в городе Филиппы Апостол Павел был избит и брошен в тюрьму. На следующее утро судьи прислали указ об его освобождении.

Павел хорошо знал права римлян.

Он мог простить людей. Часто писал он письма людям, убеждая их великодушно прощать. В этом же случае он оставался в тюрьме до тех пор, пока судьи не пришли просить у него прощения.

Прощение является основой христианской веры и справедливости.

Однако прощение не должно стать способом наиболее простого решения проблемы. Наш святой долг – до конца поддерживать справедливость в мире.

Прости, мне жаль...

Она говорит: *«Конечно, я прощу его, но ему следует попросить меня об этом. Почему я должна делать первый шаг?»*

Он говорит: *«Я очень хочу попросить прощения, но я не решаюсь зайти к ней».*

До сих пор мы рассматривали прощение с точки зрения обиженного человека.

Если мы хотим полностью восстановить хорошие отношения, то нельзя забывать, что прощение – это лишь половина дела. Необходимо, чтобы тот, кто нанес обиду, раскаялся.

Прощение в сочетании с раскаянием ведет к примирению.

Простить означает:

- искренне простить обиду;
- отказаться от всех претензий на возмещение;
- навсегда забыть обиду.

Раскаяться означает:

- просить прощение;
- возместить ущерб;
- не чувствовать больше вины и стыда.

Раскаяние дается порой так же трудно, как и прощение. Оно тоже должно происходить постепенно.

Раскаяние успокаивает чувства.

Вина и стыд жгут душу так же сильно, как обида и гнев. Некоторые люди не признают за собой никакой вины и скрывают ее. Другие, напротив, преувеличивают свою вину и казнят себя муками раскаяния.

Раскаяние означает понять чувства обиженного.

Одно и то же событие разными людьми воспринимается по-разному.

Раскаяние требует уважения и любви к другому человеку.

«У него что, нет чувства юмора?», «Что она так нервничает из-за пустяков?» – попытка представить обиду как нечто незначительное или как шутку унижает пострадавшего. Следует ли признаться открыто: «Дороги, дорогая, я чувствую, что я действительно должен просить у тебя прощение. Я подозревал тебя после твоего обеда с Клиффордом. Уверен, что все это было зря. Прости меня, пожалуйста, за мои ревнивые мысли?»

Иногда в форме извинения можно искусно высказать человеку свой гнев или критику. И в этом есть своего рода опасность.

Надо исходить из принципа, что степень гласности должна зависеть от ситуации.

Тяжелые, мрачные мысли вы должны оставить при себе.

Проступок, например, воровство, который бросает тень подозрения на невинных людей, нуждается в гласности, чтобы восторжествовала справедливость.

Факт прелюбодеяния – очень трудный случай. Это сугубо личное дело, куда вовлечены два человека.

Дон всегда верил Эльзе, и она доверяла ему. Он глубоко сожалел о той ночи в Вене, когда согрешил с женщиной. Одиночество толкнуло его на это. Дон очень желал признаться Эльзе в содеянном и получить ее прощение и утешение.

Но он боялся, что она будет убита этим и не сможет больше доверять ему. Кроме того, она стала бы волноваться: не заразился ли он? Можно было бы никогда не вспоминать об этом проступке, если бы не страх перед болезнью.

Прежде чем решиться на признание, вы должны взвесить то облегчение от освобождения, которое вы получите при этом, и ту боль и те страдания, которые можете причинить этим своим близким.

В своих неудачах и ошибках можно всегда признаться Богу. Лучше всего начать раскаяние с молитвы. Оставив свою уязвленную гордость, мы можем предстать перед Богом,

*«Который сострадателен и великодушен,
Медлен в гневе и преисполнен любви,
Который не наказывает нас за грехи наши
И не воздает нам по вине нашей».*

Примирившись с Богом, положитесь на Его помощь. Он поможет вам найти самый мудрый способ примириться с другими.

Одностороннее прощение

А что, если виновная сторона не желает сказать: «Прости»? Возможно ли одностороннее прощение?

Прощение человеку, не признающего своей вины.

Без обоюдного прощения отношения восстановить нельзя. Убедившись, что примирение невозможно, мы можем продолжать любить этого человека, оставаясь в ссоре с ним. Бог делает именно так.

«Любите врагов ваших, благословляйте проклинающих вас, благотворите ненавидящим вас и молитесь за обижающих вас и гонящих вас, да будете сынами Отца вашего Небесного, ибо Он повелевает солнцу Своему восходить над злыми и добрыми и посылает дождь на праведных и неправедных».

Мы можем совершить первые шаги к прощению:

- разобратсья в своих чувствах,
- трезво оценить случившееся,
- увидеть в обвинившем вас человека.

Затем мы можем обязать себя любить этого человека, что означает полный отказ от ненависти и мести.

Если мы встретим врага, который голоден, мы накормим его.

Если встретим раненого, перевяжем его раны.

Но, если встретим человека, желающего причинить зло, мы приложим все наши силы, чтобы помешать ему это сделать.

Любовь может быть нежной и милосердной, но она может быть и преисполнена справедливым гневом. Иисус очень хорошо показал нам эти две стороны любви.

Он был приветлив с людьми, обиженными обществом, с неудачниками, презираемыми всеми.

Он открыто высказывал Свое негодование по отношению к самоуверенным властителям, которые, не задумываясь над тем, что делали, облагали бедный люд непосильными налогами.

Гнев может служить благим целям, если направлен на спасение другого.

Как только чувство гнева начинает возвышать нас над окружающими, он становится опасным.

Если мы чувствуем, что гнев не способен ничего изменить к лучшему, то должны от него освободиться.

Прощение умершему.

Члены одной семьи были, казалось, крайне рас-

сержены на шефа похоронного бюро из-за того, что он назначил похороны Георга на столь ранний час.

На самом деле они были разгневаны другим – необходимостью сделать грустные лица по поводу смерти Георга, в то время как они годами ждали его смерти.

Гнев и вина смешиваются с болью и горем, когда

умирает человек, обидевший вас. В этой ситуации гнев никаким благим целям служить не может. Осознайте это и избавьтесь от гнева.

Дайте сказать слово времени. Теперь уже некуда торопиться. Разберитесь в своих чувствах печали и гнева. Предайте покойного в руки Божии. Постарайтесь постепенно восстановить в памяти те времена, когда этот человек был уважаем и любим вами. Будьте благодарны за все то хорошее, чему вы научились от него, даже страдая.

Прощение при разводе.

Покинутым мужу или жене необходимо какое-то время, чтобы разобраться в своих чувствах. Возмущение тем, как с ним или с ней поступил партнер, должно исчезнуть. В противном случае трудно сохранить правильный взгляд на происшедшее и не впасть в отчаяние.

Очень страдают от развода дети. Они хотят жить в мире с покинувшим их отцом или матерью и продолжают любить их по-прежнему.

Развод очень часто бывает тяжелее самой невосполнимой утраты.

Обычно схема чувств при разводе выглядит так:

- страдания,
- гнев,
- согласие отпустить партнера.

Однако всегда существует опасность, что в новом браке конфликты вновь могут привести к разводу.

Ни прав, ни виноват

«Не говорите мне, что виноваты оба, когда брак распадается», – говорит Анна.

Я вполне понимаю ее. В этот момент она очень тяжело переживала жестокий уход своего мужа после двадцати пяти лет супружеской жизни.

Но по прошествии времени я все же хочу сказать Анне: если супруги хотят найти примирение, то таких понятий, как правый и виноватый, просто не существует.

Когда двое горячо любят друг друга, они признаются во всех своих грехах и слабостях. Их сердца готовы нести муки любви и открыты для великой радости.

Простить вовсе не значит разобраться в прошлом и похоронить его. Прощение – это возвращение доверия. Оно означает:

«Я буду по-прежнему откровенен с тобой».

«Я не стану создавать препятствия нашим отношениям».

«Если ты вновь споткнешься, я снова прощу тебя».

Мы не можем перевоспитать наших любимых в соответствии со своими требованиями.

И не только в семейных отношениях трудно провести черту между обиженным и виноватым, во многих случаях мы обижаем других так же часто, как бываем обижены сами.

«Тогда Петр приступил к Нему и сказал: Господи! Сколько раз прощать брату моему, согрешающему против меня? до семи ли раз? Иисус говорит ему: не говорю тебе: до семи, но до седмижды семидесяти раз».

Необходимо иметь в виду, что прощение – не всегда возвращение к старым отношениям. Иногда обида возникает по той причине, что вы позволяли своему другу слишком много требовать от себя. Это должно быть выяснено в процессе примирения, и впредь вы должны научиться отказывать.

Это тоже тяжелый путь. Вашему другу, возможно, будет трудно смириться с этими ограничениями. Вас могут упрекнуть в том, что вы не простили. Вполне вероятно, что понадобится много терпения, прежде чем отношения с этим человеком начнут снова налаживаться. Возможно, примирение вообще не состоится.

Снова друг или вечный должник?

Истинное прощение означает отказ от всех претензий. Искреннее раскаяние, в свою очередь, подразумевает желание по мере возможности исправить ситуацию.

Если вы действительно верите, что человек дороже материальных ценностей, то никакая плата не сможет возместить причиненное зло. В основе прощения лежит великодушие. Оно должно быть добровольным. Нельзя держать обиду на кого-либо бесконечно долго.

В автомобильной катастрофе, случившейся из-за бешеной гонки Дика на машине, его брат Джек лишился обеих ног. Джек сказал, что простил Дика. Но, когда месяцы, проведенные Джеком в инвалидной коляске, превратились в годы, Дик почувствовал, что его заставляют платить и платить.

О! Как бы он хотел быть богатым! Он смог бы заплатить Джеку много денег и навсегда покинуть дом, представляющий собой сплошной кошмар.

Взвалил ли Джек это бремя на Дика, или же Дик сам взял его на себя?

Если прощающий человек должен быть великодушен, то раскаявшийся, в свою очередь, должен в разумных пределах стараться помочь ему.

Если человек, который прощает, вынуждает другого быть благодарным за это и отказывается от всех разумных предложений помощи – это ложное прощение.

Если раскаивающийся пытается заработать прощение огромной ценой или даже жертвой – это ложное раскаяние.

Если все эти сложности удалось уладить, важно не торопить процесс прощения. Начать с прощения надо сразу, но для того, чтобы обе стороны осознали случившееся и разобрались в нем, нужно время.

Сила прощения

Мы рассмотрели с вами следующие этапы прощения:

- признание обиды и гнева;
- осмысление причин случившегося;
- избавление от своего чувства гнева.

Возможно, вы сделали все эти шаги.

Но просто знание этих шагов и понимание проблемы не может помочь вам избавиться от чувства обиды.

Рано или поздно вы должны принять решение простить и ступить на драгоценный путь любви.

Как простить? Где взять силы, чтобы сделать этот трудный шаг?

Мы уже говорили, что Бог ждет от тех, кого Он простил, чтобы и они прощали. Он заповедал нам прощать. Но Он знает, что мы это своими силами

сделать не можем. Если мы великодушно хотим простить человека за нанесенную нам обиду, Он обещал нам Свою помощь.

Корри тен Бом и миллионы подобных ей почувствовали, что простить можно лишь, уповая на Бога. Он дает нам силы. Вы должны лишь попросить: «Я не могу простить этого человека. Пожалуйста, помоги мне это сделать».

Если вы молитесь об этом и принимаете такое решение, то и действуйте. Не держите обиду в сердце. Не ждите, пока обидчик одумается, — делайте сами первый шаг. Старайтесь с человеком, которого вы простили, говорить с любовью. Если чувство обиды опять закрадывается в ваше сердце, напомните себе, что вы все стерли из своей памяти, как это сделал Бог для вас. Рана промыта и зашита. Она заживает. Вы свободны.