

БРЮС УИЛКИНСОН

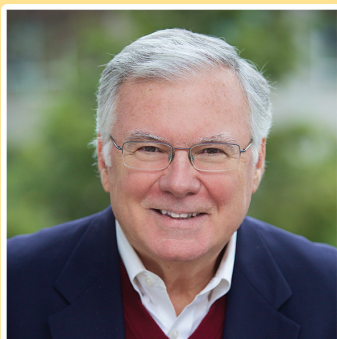
70X7

КАК ОБРЕСТИ МИР, ПРОСТИВ ДРУГИХ... И СЕБЯ



Имя: _____

Ведущий курса



Д-р Брюс Уилкинсон,
бакалавр искусств и богословия,
магистр богословия, доктор
богословия, основатель и
президент служения «Научите
все народы»

Руководитель крупной международной организации Брюс Уилкинсон часто служит вестником примирения. Он смолоду познал силу прощения и понял, что это – незаменимый первый шаг к восстановлению мира в личных и общественных отношениях. Эту истину он уже много лет старается донести всему миру. Принципы прощения, излагаемые д-ром Уилкинсоном в жизнеизменяющем курсе «70х7: Как обрести мир, простив других... и себя» (при поддержке служения «Научите все народы»), помогают родителям примириться с детьми, бабушкам и дедушкам – с внуками, мужьям – с женами; церковные общины на грани раскола обретают мир и единство, а конфликтующие конфессии приходят к взаимопониманию, не принося в жертву свои ценности. Лидеры одной из стран Африки пригласили д-ра Уилкинсона возглавить мирные переговоры между белыми фермерами и черными рабочими; успех этих переговоров признал президент страны в своих выступлениях по национальному телевидению и радио. В ЮАР он помог вернуть мир в отношения между пасторами и лидерами реформатских и пятидесятнических церквей.

СОДЕРЖАНИЕ

Поразительное откровение о прощении	3
Занятие 1 Непрощение – шаг в руки «истязателей»	4
Конспект занятия	6
Молитвенное чтение.....	7
Занятие 2 Как простить раз и навсегда – пять Божьих требований	13
Конспект занятия	16
Молитвенное чтение.....	17
Как простить других	23
Занятие 3 Плоды непрощения	24
Конспект занятия	26
Молитвенное чтение.....	27
Занятие 4 Шаги к тому, чтобы простить других	34
Конспект занятия	37
Молитвенное чтение.....	38
Поразительное откровение о Божьем прощении	43
Занятие 5 Бог берет отмщение на Себя	44
Конспект занятия	47
Молитвенное чтение.....	48
Занятие 6 Как Богу удастся прощать любые грехи?	54
Конспект занятия	58
Молитвенное чтение.....	59
Как простить себя	65
Занятие 7 Что если вы не прощаете себя?	66
Конспект занятия	68
Молитвенное чтение.....	69
Занятие 8 Шаги к тому, чтобы простить себя	76
Конспект занятия	79
Молитвенное чтение.....	80



ЧАСТЬ 1

ПОРАЗИТЕЛЬНОЕ ОТКРОВЕНИЕ О ПРОЩЕНИИ

ЗАНЯТИЕ 1

Непрощение –
шаг в руки «истязателей»

Непрощение – шаг в руки «Истязателей»

Введение

1

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

Почему так важно прощать до семижды семьдесят раз

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 раз, но до семижды семьдесят раз. Поэтому Царство Небесное подобно царю, который захотел произвести расчет с рабами своими. Когда начал он производить расчет, приведен был к нему некто, который должен был ему десять тысяч талантов; а как он не имел чем заплатить, то государь его приказал продать его, и жену его, и детей, и все, что он имел, и заплатить. Тогда раб тот пал и, кланяясь ему, говорил: “Государь! Потерпи на мне, и все тебе заплачу”. Государь, умилосердившись над рабом тем, отпустил его и долг простил ему.

Раб же тот, выйдя, нашел одного из товарищей своих, который должен был ему сто динариев, и, схватив его, душил, говоря: “Отдай мне, что должен”. Тогда товарищ его пал к ногам его, умоляя его и говорил: “Потерпи на мне, и все отдам тебе”. Но тот не захотел, а пошел и посадил его в темницу, пока не отдаст долга. Товарищи его, видя происшедшее, очень огорчились и, придя, рассказали государю своему все бывшее. Тогда государь его призывает его и говорит: “Злой раб! Весь долг тот я простил тебе, потому что ты упросил меня; не надлежало ли и тебе помиловать товарища твоего, как и я помиловал тебя?” И, разгневавшись, государь его отдал его истязателям, пока не отдаст ему всего долга.

Так и Отец Мой Небесный поступит с вами, если не простит каждый из вас от сердца своего брату своему согрешений его» (Матфея, 18:21–35).

- 1 Бог хочет, чтобы каждый человек простил всех за _____.
- 2 Бог называет тех, кто не прощает, _____ людьми.
- 3 Тех, кто сознательно не прощает, Бог отдает _____.

 - Исключение 1: «окно _____».
 - Исключение 2: пора _____.

- 4 Бог не жесток, но Он не терпит грех _____.

5 «Истязать» означает причинять другому человеку боль и _____.

Когда же вошел Иисус в Капернаум, к Нему подошел сотник и просил Его: «Господи! Слуга мой лежит дома парализованный и жестоко страдает» (Матфея, 8:5–6).

А праведного Лота, утомленного обращением между людьми неистово развратными, избавил (ибо этот праведник, живя между ними, ежедневно мучился в праведной душе, видя и слыша дела беззаконные) (2 Петра, 2:7–8).

Она имела во чреве и кричала от болей и мук рождения (Откровение, 12:2).

...А дьявол, прельщавший их, ввержен в озеро огненное и серное, где зверь и лжепророк, и будут мучиться день и ночь во веки веков (Откровение, 20:10).

6 «Истязания» продолжаются до тех пор, пока человек не _____ целиком и полностью.

7 Страх перед «истязателями» – вот причина прощать без _____.

ЧАСТЬ ВТОРАЯ

2 Основы прощения

Выводы

Прощение – контрольный вопрос: «Вам случается мучиться и терзаться?»

Поскольку, по словам Иисуса, вследствие непрощения человек всегда попадает в руки «истязателей», вопрос о том, испытывает ли ваш собеседник мучения (результат «истязаний») – правомерный способ определить, есть ли в его жизни непрощение. С Божьей помощью ваш собеседник подтвердит или опровергнет это.

Непрощение – шаг в руки «истязателей»

- 1. Резюме:** собственными словами опишите, почему так важно прощать семьдесят раз по семь. Какую причину называет Иисус? Является ли она для вас неожиданной или даже шокирующей?

- 2. Размышление:** какие чувства вы испытали, осознав болезненные последствия непрощения в своей собственной жизни?

- 3. Реакция:** не все наши страдания объясняются непрощением, но многие. Одно точно: нежелание прощать обидчиков всегда влечет за собой те или иные мучения. Какие страдания постигли вас по причине непрощения? Приведите пример.

- 4. Решение:** всякий раз, когда мы получаем глубокое откровение из Библии, Дух Святой обличает нас и призывает повиноваться Богу, чтобы получить больше Его благословений. Что вы сделаете в ответ на Его обличение?

Молитвенное чтение на 40 дней

Брюс Уилкинсон (при участии Марка Стронга)

ВВЕДЕНИЕ

Добро пожаловать! В течение следующих сорока дней вам предстоит путешествие, которое изменит всю вашу жизнь. В нем вам откроется освобождающая сила прощения – как других людей, так и самого себя.

Многие наши современники испытывают большие трудности, которые объясняются непощением. Они не знают, что страдания можно положить конец, сделав выбор в пользу прощения. Они также понятия не имеют, как сильно Господь желает им свободы и как много Он готов предпринять, чтобы они эту свободу обрели. Однако вскоре все изменится.

Каждый день, проходя курс «Как обрести мир, простив других... и себя», вы будете постигать библейское учение – жизнеизменяющую истину, которая преподносится в обрамлении увлекательных историй и примеров из жизни. В материалы для ежедневного чтения включены цитаты из Библии – якорь для вашего сердца – а также вопросы для размышления, которые помогут вам максимально эффективно применить изученное на практике.

Молюсь о том, чтобы с каждым днем вы испытывали все больше Божьей благодати и Его безграничной любви к вам – и чтобы прежде всего вы простили других людей и себя за все проступки без исключения. Наслаждайтесь своим путешествием и Его невероятными благословениями, которые непременно снизойдут на вас в ближайшие сорок дней!

Неделя 1: Непощение – шаг в руки «истязателей»

Неделя 2: Как простить раз и навсегда – пять Божьих требований

Неделя 3: Плоды непощения

Неделя 4: Шаги к тому, чтобы простить других

Неделя 5: Бог берет отмщение на Себя

Неделя 6: Как Богу удается прощать любые грехи?

Неделя 7: Что если вы не прощаете себя?

Неделя 8: Шаги к тому, чтобы простить себя

Эпилог

Прощайте всех людей и будьте благословенны!
Брюс Уилкинсон и Марк Стронг

Прекрасная идея

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

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 раз, но до семижды семьдесят раз» (Матфея, 18:21–22).

Нам нечасто выпадает возможность задать вопрос – и получить ответ, который изменит нашу жизнь. Ответ такой гениальный, что в нем таится ключ к нашему благополучию, нашим отношениям с другими людьми и с Богом.

В приведенных выше стихах Петр задает Иисусу вопрос, который, вероятно, возникал и у вас. «Сколько раз я должен прощать человека, который меня сильно обижает и ранит?» Важный вопрос, правда? Кому из нас хочется постоянно нарываться на плохое обращение? Никому! Петр, не останавливаясь, тут же предлагает Иисусу свой вариант ответа, причем довольно щедрый – семь раз? Если честно, большинству из нас даже это представляется лишним. Порой даже одна обида причиняет нам такую боль, что сердце кричит: второй раз такого не прощу!

Почему же Иисус, зная человеческую природу и нашу естественную склонность защищать сердца от боли, учит прощать обидчиков «семижды семьдесят» раз? На этой неделе вы получите поразительное Христово

откровение, которое даст вам свободу прощать.

Прощать брата или сестру семь раз по семьдесят – это не новый норматив «490»; это новый стиль жизни. Это жизнь с исцеленным сердцем, миром в отношениях с людьми и радостью в отношениях с Богом. Намеренно прощая семь раз по семьдесят, мы не позволяем даже следу непорочения задержаться в нашем сердце. Спасибо Тебе, Иисус, за такую прекрасную идею – безлимитное прощение!

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Можете ли вы сказать, что приняли для себя эту прекрасную идею Иисуса – прощать всех за всё? Стало ли это вашим стилем жизни? Если нет, как вы думаете, что вам мешает?

Бог хочет, чтобы мы прощали, как Он

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

...Будьте друг к другу добры, сострадательны, прощайте друг друга, как и Бог во Христе простил вас (Ефесеянам, 4:32).

Божье прощение не избирательно. Через смерть Иисуса Христа наш милостивый Небесный Отец готов простить каждому человеку любой грех. Всякий, кто просит у Бога прощение, получает его. Всякий грех, в котором человек раскаялся и исповедался, будет прощен через пролитую кровь Иисуса. А теперь остановитесь и задумайтесь. Как это было бы ужасно, если бы Бог установил лимит на Свое прощение! Только представьте, как бы вам жилось под нестерпимым гнетом вины и осуждения, с мучительным осознанием того, что ваше непрощенное сердце может так никогда и не примириться с Богом. Насколько трагичной и безнадежной была бы наша жизнь в таком случае!

К нашему счастью, Божье сердце беспристрастно. Через крестную жертву Своего единственного Сына Иисуса Он по Своей любви предлагает прощение всем нам. Если мы с вами во Христе, нам дарованы Его милость и прощение. Как чудесно!

Однако у Бога есть еще одно важное желание. Он желает, чтобы мы тоже даровали прощение другим людям и даже самим себе. Почему? Мы

живем в мире, где обиды и ранения неизбежны. Мы никак не можем уберечься от несправедливости со стороны других, намеренной или нечаянной. Увы, таковы реалии жизни в греховном мире.

Поэтому, как мы нуждаемся в Божьем прощении, так другие люди нуждаются в нашем. Более того, мы и сами нуждаемся в том, чтобы прощать себя. Ключевой вопрос следующий: «Будем ли мы прощать избирательно или так, как прощает Бог?» Истинное прощение распространяется на всех и всё, без исключений. Именно такое прощение угодно Богу, и к нему Он нас призывает. Если же вам недостает мотивации прощать именно так, далее в нашем курсе вы ее обретете.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Бог простил нас за всё через Сына Своего Иисуса Христа. Как вы думаете, почему мы с вами нередко склонны к избирательному прощению? Каким образом размышления о том, как Бог простил нас, помогают нам прощать других?

В руках «истязателей»

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

И, разгневавшись, государь его отдал его истязателям, пока не отдаст ему всего долга (Матфея, 18:34).

Муж Донны нанес ей глубочайшую рану. Когда она узнала, что у него роман с коллегой по работе, у нее словно землю выбило из-под ног. Она всерьез думала про развод, но все же приняла решение сохранить семью. Однако в глубине сердца она приняла еще одно решение – никогда не прощать своего мужа.

Она посчитала, что таким образом сможет его наказать и сделает его дальнейшую жизнь невыносимой. Это ей удалось – настолько, что он сам чуть не ушел из дома. Но Донна не учла еще один момент: из-за того, что она не простила мужа, ее собственная жизнь тоже стала не менее невыносимой.

Обстоятельства постоянно ухудшались. В ее жизни накопилось столько боли, что даже измена мужа померкла на этом фоне. Болело то, что никогда раньше не болело. Каждую неделю ее сбивал с ног жестокий приступ мигрени. В ней оставалось все меньше и меньше жизнерадостности и дружелюбия, которые раньше так располагали к ней людей. Ее слова и поступки нередко шокировали даже ее саму.

Когда она наконец обратилась к врачу, у нее обнаружили злокачественную опухоль. Опухоль удалили, и Донне пришлось пройти долгий и изнурительный курс лечения.

После выздоровления Донна поделилась с верующими друзьями историей своих злоключений и той обидой, которую нанес ей муж. В конце она сказала: «Думаю, я бы не заболела так тяжело, если бы много лет назад простила мужа и не носила в сердце непрощение. Поэтому, если вам сегодня есть кого простить – простите как можно скорее! Не усугубляйте свои страдания!» На своем опыте Донна обнаружила удивительную связь между непрощением и мучениями.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Как вы думаете, почему люди думают, что могут не прощать – и не испытывать каких-либо мучительных последствий? Случалось ли вам, подобно Донне, замечать связь между непрощением и страданиями?

Зачем нужны мучения?

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

И, разгневавшись, государь его отдал его истязателям, пока не отдаст ему всего долга. Так и Отец Мой Небесный поступит с вами, если не простит каждый из вас от сердца своего брату своему согрешений его (Матфея, 18:34–35).

Как радостно знать, что Бог желает нам лишь самого лучшего! Поэтому Он делает все возможное, чтобы уберечь нас от ростков непрощения в сердце. Бог знает, что грех непрощения вытесняет из сердца само ощущение жизни.

Как любящий Отец, Бог не намерен стоять сложа руки и смотреть, как грех разрушает жизнь Его любимых детей. Поэтому, ради нашего блага, Он применяет наказание: убирает из нашей жизни мир и покой, служащие нам защитой. Как государь отдал своего должника истязателям, так и «Отец Мой Небесный поступит с вами, если вы не простите другим людям их проступков и обид», говорит Иисус.

Бог допускает в нашей жизни трудности с одной-единственной целью: довести нас до той точки, где мы сможем простить себя и других. Как только мы прощаем, необходимость наказания исчерпывается и наши страдания заканчиваются!

Несчастья, связанные с непрощением, бывают разными. Это могут быть физические страдания и болезни. Разумеется, не все болезни – следствие непрощения, но они не редкость. Нас могут постичь эмоциональные

встряски и тяжелые чувства. Боль может быть связана с отношениями, недостатком финансов и множеством других причин.

Поймите: Богу всегда неприятно подвергать кого-либо наказанию из-за непрощения. Такой болезненный ход событий обусловлен лишь тем, что мы отказываемся прощать. Его желание – чтобы мы с вами прощали всех за всё.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Не являетесь ли вы объектом Божьего наказания из-за того, что кого-то не простили? Помните: Божье наказание – свидетельство Его любви. Как вы можете повиноваться Ему уже сегодня и положить конец постигшим вас проблемам?

Основы прощения

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

Если захотите и послушаетесь, то будете вкушать блага земли (Исаии, 1:19).

Когда нас кто-то ранит, будь то намеренно или нет, перед нами появляется выбор. Он – наш и только наш, на сто процентов; никто его за нас не сделает. Мы выбираем, простить или не простить человека за ту боль, которую он нам причинил. Если мы выбираем непощение, значит, мы тем самым отказываемся от чего-то хорошего, что Бог приготовил для нас.

Давайте честно назовем непощение своим именем – это грех. Много чего можно сказать о грехе, но одно несомненно: грех мешает нам принять и осуществить наилучший Божий план для нашей жизни.

Помните историю про израильтян в Египте? Сотни лет Бог обещал, что выведет их в землю, где текут молоко и мед. Поколение за поколением израильтяне каждый день напоминали себе Божье обетование. Они с нетерпением ожидали, когда же этот день придет.

Наконец, после долгих веков в Египте, Бог чудесным образом освободил их из-под тиранического господства фараона. Наконец они начали путь в землю обетованную! К сожалению, на их пути встал грех. Из-за него целое поколение так и не вкусило сочный виноград,

не утолило жажду молоком, не полакомилось сладким медом земли Ханаанской. Возлюбленные Божьи, Бог вовсе не желал такой печальной участи поколению, вышедшему из Египта. Этого не было в Его плане. Но израильтяне Его послушались – и лишились исполнения чудесных Божьих обетований в своей жизни.

Нам хорошо известно: не прощая, мы обрекаем себя на те или иные мучения. Но спрашиваем ли мы себя еще и по-другому: а чего мы лишаемся, храня в сердце непощение? По Божьей благодати пусть лучше этот вопрос никогда не стоит перед нами – будем всегда выбирать прощение, как это ни сложно!

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Случалось ли вам отказываться от Божьего плана для вас, делая выбор в пользу непощения? Если да, сколько еще вы хотите блуждать по пустыне, вдали от Его богатейших благословений?



ЧАСТЬ 1

ПОРАЗИТЕЛЬНОЕ ОТКРОВЕНИЕ О ПРОЩЕНИИ

ЗАНЯТИЕ 2

Как простить
раз и навсегда – пять
Божьих требований

Как простить раз и навсегда – пять Божьих требований

Введение

Требование 1 _____ свое сердце и будьте готовы простить.

Так и Отец Мой Небесный поступит с вами, если не простит (аорист в сослагательном наклонении, активная конструкция) *каждый из вас от сердца своего брату своему согрешений его* (Матфея, 18:35).

- 1.1. Каждый может открыть свое сердце, нужно лишь захотеть.
- 1.2. Невозможно простить, не открыв вначале своего сердца.

Требование 2 Будьте _____ к тому, кого вам нужно простить.

Государь, умилосердившись над рабом тем, отпустил его и долг простил ему. [...] «Не надлежало ли и тебе помиловать товарища твоего, как и я помиловал тебя?» (Матфея, 18:27, 33).

- 2.1. Сострадание может возникнуть по просьбе другого _____.
«Умилосердившись» – милосердие пробудилось в ответ на мольбу.
- 2.2. Сострадание может возникнуть по вашему собственному _____.
«Надлежало помиловать» – активный залог, ваше собственное действие.

Требование 3 _____ обидчика из вашей внутренней тюрьмы.

Государь, умилосердившись над рабом тем, отпустил его и долг простил ему (Матфея, 18:27).

- 3.1. Следует отделять обидчика от совершенного им проступка.
- 3.2. Обидчик находится взаперти в вашей внутренней тюрьме до тех пор, пока вы его не выпустите.

Требование 4 _____ все проступки, обиды, ошибки, грехи и раны.

Государь, умилосердившись над рабом тем, отпустил его и долг простил ему. [...] Тогда государь его призывает его и говорит: «Злой раб! Весь долг тот я простил тебе, потому что ты упросил меня». [...] «Так и Отец Мой Небесный поступит с вами, если не простит каждый из вас от сердца своего брату своему согрешений его» (Матфея, 18:27, 32, 35).

- 4.1. Прощайте всех, кто обидел вас намеренно или _____.
- 4.2. Прощайте всех за все без исключения _____.
- 4.3. Прощайте как отдельных личностей, так и группы людей, нанесшие вам _____.
- 4.4. Прощайте как живых, так и умерших обидчиков, если ваша рана не _____.
- 4.5. Прощайте независимо от того, принес ли обидчик _____.
- 4.6. Прощайте независимо от того, изменил ли обидчик свое _____.
- 4.7. Прощайте независимо от того, компенсировал ли обидчик _____.
- 4.8. Прощение не равняется принятию или одобрению _____ обидчика.
- 4.9. Прощение не исключает необходимости выстроить здоровые _____.
- 4.10. Прощение не всегда означает, что отношения будут _____.

Требование 5 _____ обидчика и творите ему добро.

«А Я говорю вам: 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» (Матфея, 5:44–45).

- 5.1. «Любите (повелительный глагол в активной конструкции) врагов ваших».
- 5.2. «Благословляйте (повелительный глагол в активной конструкции) проклинающих вас (причастие настоящего времени)».
- 5.3. «Благотворите (повелительный глагол в активной конструкции) ненавидящим вас (причастие настоящего времени, активная конструкция)».
- 5.4. «Молитесь (повелительный глагол) за обижающих вас (причастие настоящего времени, активная конструкция)».
- 5.5. «Молитесь (повелительный глагол) за гонящих вас (причастие настоящего времени)».

Выводы

Но будьте друг к другу добры, сострадательны, прощайте друг друга, как и Бог во Христе простил вас (Ефесеянам, 4:32).

Как простить раз и навсегда – пять Божьих требований

- 1. Резюме:** перечислите по порядку те пять шагов, которые, по словам Иисуса, необходимы, чтобы в душе царил мир.

- 2. Размышление:** кого из людей вам будет сложнее всего простить? Какой из перечисленных шагов будет для вас самым трудным и почему?

- 3. Реакция:** закройте глаза и мысленно пройдите в вашу внутреннюю тюрьму. Попросите, чтобы Бог показал вам всех ее узников. Не спешите. Запишите их имена (или инициалы, если боитесь, что кто-то это увидит), ведь они надеются, что скоро вы их выпустите.

- 4. Решение:** возможно, вы уже начали прощать некоторых своих обидчиков – это прекрасно! Опишите, какая жизнь вас ожидает после того, как вы простите всех за всё и Бог положит конец всем вашим мукам, проистекающим от непощения. Ну как, собираетесь простить всех? Если нет, почему?

Откройте сердце

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Се, стою у двери и стучу; если кто услышит голос Мой и отворит дверь, войду к нему и буду вечерять с ним, и он со Мною» (Откровение, 3:20).

Как описано в данном фрагменте Писания, Иисус стремился к глубокому общению с людьми, которых очень любил, но общению препятствовало то, что двери их сердец были закрыты. Желая войти, Спаситель попросил: «Отворите дверь!» Это воззвание Христа созвучно с другим Его высказыванием из восемнадцатой главы от Матфея, где Он учит прощать «от сердца своего».

В сердце каждого человека есть дверь, которая может быть плотно закрытой или широко распахнутой. Временами нам сложно распознать, когда стоит закрыть ее на замок, а когда – повернуть ключ и отворить.

Чтобы мы могли простить других, дверь нашего сердца должна быть открыта. Почему? Потому что рана была нанесена в самое сердце, и истинное прощение тоже должно исходить из сердца. Если мы попытаемся простить кого-то (или самих себя) на уровне мыслей или эмоций, у нас ничего не выйдет. Наше сердце – средоточие боли, и оно же должно стать средоточием прощения. Чтобы простить именно так, как повелевает Иисус, необходимо открыть дверь сердца. Дверь заперта – значит, и непощение заперто внутри, а прощение остается снаружи. Попросту говоря, прощение начинается лишь

тогда, когда все замки сняты и сердце распахнуто.

Иногда, чтобы открыть сердце, приходится вначале разгрести в нем завалы. Иногда нам так больно, что, кажется, мы просто не в состоянии повернуть дверную ручку. На самом деле это не так. В любой момент времени у нас достаточно сил, чтобы открыть дверь своего сердца. Если она закрыта, можно открыть ее прямо сейчас. И это будет замечательно, ведь Тот, Кого вы любите, стоит за дверью и просит вас открыться и простить. Его Имя – Иисус Христос.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Открыта ли сегодня дверь вашего сердца? Если нет, когда вы ее откроете?

Будьте сострадательны

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Не надлежало ли и тебе помиловать товарища твоего, как и я помиловал тебя?» (Матфея, 18:33).

Сострадание побуждает нас прощать других, как Бог простил нас.

Ронни и Джек были не просто деловыми партнерами, но и хорошими приятелями. Они дружили семьями и часто проводили время вместе. А потом произошло то, чего никто не ожидал. Джеку представилась возможность резко подняться по карьерной лестнице, перейдя в другую компанию. Вместо того чтобы рассказать об этом своему партнеру Ронни, он держал свои планы в секрете и молча вынашивал план, как поскорее уйти, – естественно, с большими убытками для их общего бизнеса. Помню, в те дни мы с Ронни говорили о Джеке: Ронни замечал, что с ним что-то происходит, но не мог понять, что именно. Видимо, просто сложный период в жизни, решил Ронни. Джек справится, нужно дать ему время.

Но через несколько месяцев разразился скандал. Джек ушел с работы без всякого предупреждения – в новую конкурирующую компанию. Более того, он увел за собой нескольких лучших специалистов! Ронни злился, обижался и места себе не находил. Теперь ему приходилось работать все выходные, чтобы хоть как-то удержать свой бизнес на плаву. Ближайший друг

стал его злейшим врагом.

Когда события немного улеглись, я спросил у Ронни, простил ли он Джека за содеянное. Мой вопрос вызвал настоящее извержение вулкана. «Простил ли я его?! Вы шутите! Я никогда не прощу его за то, как он со мной обошелся!» – выпалил он. Некоторое время, пока он спускал пар, я просто слушал, а потом медленно подвел его к той точке, где он мог принять обличение от Духа Святого. Его сердце смягчилось: «Знаете, а мне на самом деле его жаль...» Дальше уже включилось сострадание, и в конце концов он простил своего друга за всё. Второй шаг к прощению – проявить сострадание к тому, кто вас ранил.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Если бы вы, из корыстных соображений, предали близкого друга – и этим совершили ужасную ошибку, вы бы хотели, чтобы друг простил вас? Поставьте себя на место человека, который нуждается в вашем сострадании. Отнеситесь к нему так, как хотели бы, чтобы он отнесся к вам.

Выпустите узника на свободу

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Государь, умиловосердившись над рабом тем, отпустил его и долг простил ему» (Матфея, 18:27).

Всякий раз, не прощая другому человеку его проступок, ошибку или нанесенную нам рану, мы заточаем этого человека в нашу внутреннюю тюрьму. Ее стены не физические, а эмоциональные, умственные и духовные; ее камеры спрятаны глубоко у нас внутри, и ни у кого, кроме нас, нет от них ключей. Еще раз взгляните на стих выше и обратите внимание на порядок действий: вначале государь отпустил слугу, а потом уже простил. Мысленно разделите человека и то, как он с вами поступил. «Отпустите» человека, а затем простите его прегрешения против вас.

В нашей внутренней тюрьме может быть разное количество камер, в зависимости от того, скольких людей мы не простили. Каждый непрощенный человек занимает отдельную камеру. У кого-то в тюрьме нет ни единого узника – мы всех простили. У других же – огромная тюрьма, и все камеры заняты.

Если вы – последователь Иисуса Христа, то даже один узник – это слишком много. Богу угодно, чтобы мы никого не держали в заключении. Если в нашей внутренней тюрьме заключен хотя бы один человек, то Бог отдает нас истязателям до тех пор, пока мы не освободим своего узника.

Чтобы освободить тех, кто отбывает срок в нашей внутренней тюрьме,

нам необходимо спуститься глубоко в ее подземелье. Нам нужно взять с собой тот единственный ключ, который подойдет к массивным бронированным дверям. Повернув ключ в замке, мы выпускаем узников и даруем им свободу. В своем сердце мы провозглашаем слова освобождения: «Я выпускаю тебя из своей внутренней тюрьмы, и ты больше не связан в моем сердце. Мне жаль, что я так долго тут тебя держал». Помните, человек не равен плохому поступку, который он совершил. Поэтому, для начала выпустите его, а простить можно и завтра.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Есть ли в вашей внутренней тюрьме узники? В таком случае, их нужно выпустить уже сегодня. Возможно, там до сих пор заперт близкий друг, предавший вас десять лет назад. Вспомните всё хорошее, что вы о нем знаете, – и отпустите.

Простите каждый грех и каждую рану

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Так и Отец Мой Небесный поступит с вами, если не простит каждый из вас от сердца своего брату своему согрешений его» (Матфея, 18:35).

Пытаясь простить своего обидчика, мы часто совершаем крупную ошибку: подходим к делу слишком упрощенно. Мы наивно полагаем, что стоит лишь искренне сказать «я его прощаю» – и всё, дело сделано. Но Иисус открывает еще один секрет о прощении. Не зная этого секрета, мы нередко попадаем в ситуацию, когда приходится прощать человека снова и снова, хотя одного раза было бы достаточно.

Любая несправедливость по отношению к нам – это отдельная рана, и каждая такая рана требует отдельного прощения. Иисус повелевает нам прощать брату его «согрешения», а не только одно «согрешение». Каждое согрешение оставило на нас свой след, и поэтому каждое нужно простить, по очереди, одно за другим.

Представьте, что в нескольких метрах от вас стоит человек с луком и стрелами. Возможно, это ваш отец или сотрудник, или ребенок, или кто-то из вашей церкви, а может, даже вы сами. Стрелы вас не убьют, но могут глубоко ранить. По какой-то причине этот человек протягивает руку в колчан, достает стрелу и пускает ее вам в сердце, а затем еще и еще одну. Когда он уходит, у вас из сердца торчит целый лес из стрел.

Чтобы сердце полностью зажило, недостаточно вынуть одну стрелу и залечить одну рану. Нужно по очереди разобраться с каждой стрелой. Библия учит нас прощать брату «согрешения» (во множественном числе), потому что иначе сердце не исцелится – а это произойдет только после того, как вы простите всё. Временами нас поражает не один стрелок, и каждый – несколькими стрелами. Для исцеления необходимо отпустить на свободу каждого стрелка, а затем простить его за каждую стрелу, выпущенную в наше сердце. Только уделив внимание каждой ране, мы по-настоящему прощаем; только тогда наше сердце заживает.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Задумайтесь о своей жизни. Кто больше всего вас ранил? Возьмите лист бумаги и запишите на нем все свои раны, какие только можете вспомнить. Чтобы простить по-настоящему, – так, как угодно Богу, – нужно простить каждую из них.

Благословляйте и благотворите

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Но вам, слушающим, говорю: любите врагов ваших, благотворите ненавидящим вас, благословляйте проклинающих вас и молитесь за обижающих вас» (Луки, 6:27–28).

Полу было слегка за двадцать. Хотя он принял Христа и искренне стремился идти за Ним, в глубине души у него накопилось много гнева и обиды на своих родителей. Его отец был жестокий человек, почти не участвовавший в его жизни, и мать тоже угождала лишь себе, пренебрегая остальными.

Долгие годы мы раз за разом возвращались к разговору о его родителях, особенно об отце. Что бы я ни старался до него донести, стены его сердца поначалу были совершенно непробиваемы. Он так прочно заточил отца в своей внутренней тюрьме, что не воспринимал ни слова из того, о чем я говорил. Ситуацию усугубляло еще и то, что отец постоянно давал ему новые и новые обещания, которых не сдерживал. С матерью у Пола также оставались напряженные отношения. Поэтому раны в его сердце продолжали кровоточить. Он не скрывал от меня своих страданий, но долгое время был перед ними бессилен.

В конце концов твердыня пала: Пол отпустил мать и отца на свободу и простил их за каждую отдельную рану, нанесенную ему. В отношении родителей к нему ничего не изменилось. Однако его отношение

к ним перевернулось с ног на голову – и поведение тоже.

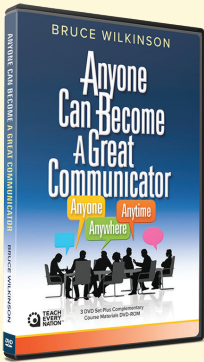
Временами, когда мы с ним беседовали о его родителях, его сердце настолько переполнялось любовью и состраданием, что по лицу текли слезы. Он стал больше помогать маме и поддерживать отца, даже когда отец не оказывал ему никакой поддержки. Пол перестал проклинать своих родителей и начал их благословлять. Несколько лет спустя Бог ответил на его молитвы – родители Пола уверовали в Иисуса Христа. Какой важный урок для нас всех! Молитвы за тех, кто нас обидел, и благословения в их адрес – прекрасное лекарство для наших сердец. Попробуйте, не пожалеете!

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

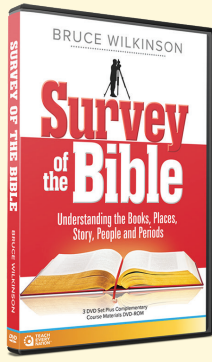
Кого из своих обидчиков вы уже простили? Почему бы не сделать еще один шаг – помолитесь о них молитвой благословения.

ИСПОЛЬЗУЙТЕ ВСЕ ДЕСЯТЬ МОЩНЫХ И ИЗМЕНЯЮЩИХ ЖИЗНЬ КУРСОВ №1 ОТ «БИБЛЕЙСКОЙ ШКОЛЫ НА КОЛЕСАХ»!

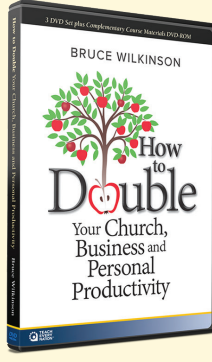
5 КЛЮЧЕВЫХ КУРСОВ



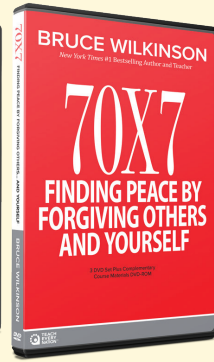
Anyone Can Become a Great Communicator: Anyone, Anywhere, Anytime



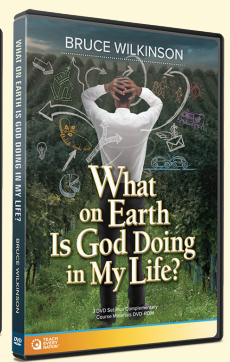
Survey of the Bible: Understanding the Books, Places, Story, People and Periods.



How to Double Your Church, Business and Personal Productivity

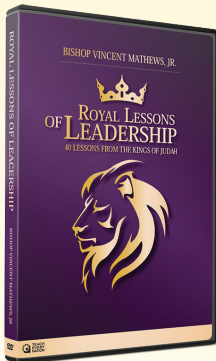


70x7: Finding Peace by Forgiving Others and Yourself

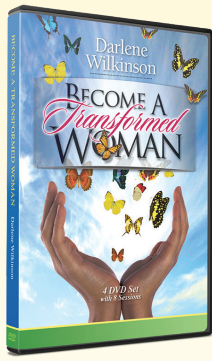


What On Earth Is God Doing in My Life?

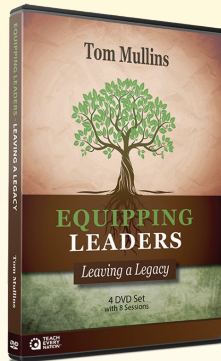
5 ВЕБ-КУРСОВ НА ВЫБОР



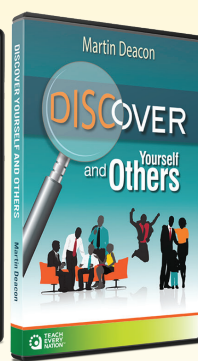
Royal Lessons of Leadership: 40 Lessons from the Kings of Judah



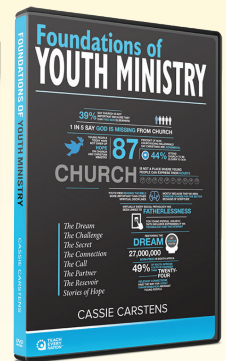
Become A Transformed Woman



Equipping Leaders: Leaving a Legacy



DISCOVER Yourself and Others



Foundations of Youth Ministry

Visit TENcourses.org to learn more about **Bible School On Wheels**.



LifeChanging Curriculum. Local and Global Impact.



ЧАСТЬ 2

КАК
ПРОСТИТЬ
ДРУГИХ

ЗАНЯТИЕ 3
Плоды
непрощения

Плоды непростения

Введение

1 ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

Непростение ведет к тому, что и Бог перестает нас прощать

Молитесь же так: «Отче наш, сущий на небесах! Да святится имя Твое; да придет Царство Твое; да будет воля Твоя и на земле, как на небе; хлеб наш насущный дай нам на этот день; и прости нам долги наши, как и мы прощаем должникам нашим; и не введи нас в искушение, но избавь нас от лукавого. Ибо Твое есть Царство, и сила, и слава вовеки. Аминь». Ибо если вы будете прощать людям согрешения их, то простит и вам Отец ваш Небесный, а если не будете прощать людям согрешений их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших (Матфея, 6:9–15).

- 1 Бог прощает нам грехи, только если мы прощаем другим их долги и _____.
- 2 Непростение – это законное основание для того, чтобы мы сегодня испытывали _____.

И, разгневавшись, государь его отдал его истязателям, пока не отдаст ему всего долга. Так и Отец Мой Небесный поступит с вами, если не простит каждый из вас от сердца своего брату своему согрешений его (Матфея, 18:34–35).

- 3 Мучения могут быть физическими, духовными, умственными, финансовыми и _____.
- 4 Мучения тем сильнее, чем больше грехов вы не _____.
- 5 Мучения, обусловленные непростением, не облегчаются молитвой, добрыми делами, служением или _____.

2 ЧАСТЬ ВТОРАЯ

Скользкая дорога непростения

Никакое гнилое слово да не исходит из уст ваших, а только доброе для назидания в вере, дабы оно доставляло благодать слушающим. И не оскорбляйте Святого Духа Божьего, Которым вы запечатлены на день искупления. Всякое раздражение, и ярость, и гнев, и крик, и злоречие со всякой злобой да будут удалены от вас; но будьте друг к другу добры, сострадательны, прощайте друг друга, как и Бог во Христе простил вас (Ефесеянам, 4:29–32).

Стадия непростения	Что происходит с тем, кто не прощает
<p>СТАДИЯ 1 _____</p> <p>Таить в себе негативные чувства к другому человеку из-за его оскорбительных поступков или плохого отношения к вам.</p>	<p>Другой человек вас ранил, и вы решили его не прощать. А может, просто решили «не обращать внимания» и жить дальше, не осознавая, что рана уже инфицирована.</p>
<p>СТАДИЯ 2 _____</p> <p>Чувствовать недовольство, враждебность и сопротивление; таить в себе сильные негативные чувства.</p>	<p>Со временем непростение переходит в гнев – вы иногда срываетесь на человека, обидевшего вас, или на других, которые вам его напоминают. В присутствии этого человека вам приходится постоянно себя сдерживать, подавляя свой гнев.</p>
<p>СТАДИЯ 3 _____</p> <p>Испытывать острые негативные эмоции; быть циничным, жестким и недоверчивым.</p>	<p>Вы полностью закрываете свое сердце от обидчика, становитесь раздражительным, озлобленным, беспокойным. Вы больше не доверяете обидчику, ведете себя с ним жестко и сурово, уходите в себя. Вы ограждаете свое сердце непроницаемыми стенами.</p>
<p>СТАДИЯ 4 _____</p> <p>Отзываться о человеке плохо, вредить его репутации, распускать сплетни.</p>	<p>Вы все чаще отзываясь о своем обидчике в негативном ключе и радуетесь, слыша о его страданиях. Вероятно, вы неправильно оцениваете мотивы обидчика, ведь вы ему не доверяете – и говорите другим, что ему нельзя доверять. Вы распускаете о нем сплетни.</p>
<p>СТАДИЯ 5 _____</p> <p>Выработать глубоко критичное отношение к обидчику, постоянно проигрывать в уме бывшие обиды.</p>	<p>Вы ведете счет всем ошибкам и нехорошим поступкам обидчика – собираете доказательства, что ему и вправду нельзя доверять. Вы старательно припоминаете и «подшиваете к делу» все прошлые обиды; список ваших «доказательств» растет и растет. Горечь разливается все шире, и вам уже сложно вспомнить хоть что-то хорошее об обидчике.</p>
<p>СТАДИЯ 6 _____</p> <p>Быть охваченным нелюбовью, ощущать крайнюю степень враждебности к обидчику, презирать его, избегать любого контакта.</p>	<p>Вы на дух не переносите своего обидчика. Даже случайная встреча с ним, например, в магазине, выводит вас из себя. У вас накопилось столько причин не любить этого человека и не доверять ему, что вы уже никогда не хотите иметь с ним дело. Вы всячески его избегаете, и даже мысли о нем вас крайне тревожат. Теперь это ваш враг – вы его ненавидите.</p>
<p>СТАДИЯ 7 _____</p> <p>Желать расквитаться, причинить ущерб, унижить человека, наказать его; требовать возмездия.</p>	<p>На этой стадии ваше внутреннее желание, чтобы ваш обидчик заплатил за нанесенную вам обиду, перерастает в действия – вы желаете ему зла (проклинаете) и не желаете ничего хорошего (не благословляете). Возможно, вы даже пытаетесь навредить ему так или иначе. Возможно, вы даже желаете ему смерти – или пытаетесь его убить.</p>

Выводы

Плоды непростения

- 1. Резюме:** перечислите по порядку семь стадий непростения. Кратко опишите каждую из них.

- 2. Размышление:** опишите ситуацию из вашей жизни, когда другой человек глубоко вас ранил, и вы прошли все семь стадий непростения, вплоть до жажды мести. Опишите свою тревогу и гнев.

- 3. Реакция:** а теперь взглянем на ситуацию с другой стороны, для составления полной картины. Опишите, как относился к вам другой человек, когда не простил вас и ступил на скользкую дорожку непростения. Как именно он себя вел и как вы себя чувствовали из-за его гнева, горечи, злословия, обиды, ненависти и мести?

- 4. Решение:** по-настоящему прощая другого человека, вы сходите с пути непростения и автоматически выбираетесь назад на вершину горы. Дорога вниз перестает быть скользкой. Прислушайтесь к своему сердцу: действительно ли вы хотите освободиться от негативных эмоций и мыслей, наносящих вам столь огромный вред? Хватит ли вам решимости?

Почему Бог перестаёт нас прощать?

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Ибо если вы будете прощать людям согрешения их, то простит и вам Отец ваш Небесный, а если не будете прощать людям согрешений их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших» (Матфея, 6:14–15).

Большинство христиан, вероятно, могли бы продекларировать эти стихи наизусть. Во всяком случае, первый из них – Матфея, 6:14. Скажем честно, его мы любим гораздо больше, чем следующий – ведь нас радует, что «простит и вам Отец ваш Небесный». Однако следующий стих многим неприятен, хотя его смысл не оставляет сомнений: если мы не прощаем других, то и Бог нас не простит. Это непросто принять. Но у Бога есть на это веские причины.

Возможно, вы недоумеваете: как это, Бог нас не простит? Разве не сказано, что Он прощает нам все наши грехи, если мы веруем во Христа? Если Бог перестаёт нас прощать, когда мы не прощаем других, означает ли это, что судьба наших душ в вечности под угрозой? Ответим: есть разные виды прощения. Бог действительно прощает все наши грехи в момент спасения. Наши души не погибнут, даже если здесь на земле мы кого-то не простим. Наши имена записаны в Книге жизни Агнца. Нам дано вечное спасение, необходимое для жизни после смерти.

В этом фрагменте, однако, Христос говорит о прощении, необходимом нам здесь и сейчас, пока мы еще живем земной жизнью. Если мы не прощаем тех, кто нас ранил, как может Бог простить нам грех непощения,

в котором мы еще не раскаялись? Непощение до сих пор у нас в сердце – то есть мы терпим в своей жизни осознанный грех. В этой ситуации Бог, по Его собственным словам, перестаёт нас прощать, пока мы не простим других. Иными словами, Он воспринимает наш грех непощения крайне серьезно.

Мы сами вынуждаем Его перейти к самому серьезному курсу действий – наказанию. Бог хочет, чтобы мы вернулись от непощения к прощению, от непослушания к послушанию. Пока мы Его не слушаемся, Он убирает Свою защиту мира с нашего сердца и, словами Иисуса, отдает нас истязателям. Однако Его наказание длится лишь до тех пор, пока мы не простим обидчика, как Он нам повелел. Как только мы прощаем того, кто согрешил против нас, Бог полностью прощает нас и тут же возвращает нам Свой мир. Завтра вы узнаете, почему так. Пока же ответьте на нижеследующий вопрос.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Есть ли в вашем сердце непощение, которое мешает Богу прощать вас?

Юридическая сторона непощения

ЧТО ГОВОРIT БОГ

«И, разгневавшись, государь его отдал его истязателям, пока не отдаст ему всего долга. Так и Отец Мой Небесный поступит с вами, если не простит каждый из вас от сердца своего брату своему согрешений его» (Матфея, 18:34–35).

Отец Сэма был уважаемым судьей. Тем не менее, его сын Сэм годами играл в рулетку с законом – и, по счастливому стечению обстоятельств, избегал серьезных проблем. Его ужасное поведение очень печалило отца. Каждый день он сокрушался, бессильно наблюдая за тем, как его сын тратит жизнь впустую. Он терзался вопросом, где он, как отец, допустил промах в воспитании. Он посвятил всю свою жизнь защите закона – а его родной сын ни во что этот закон не ставит.

Как ни любил судья сына, как ни умолял его взяться за ум, произошло то, чего он больше всего боялся. Вместе с несколькими собутыльниками Сэм избил случайного встречного и угнал его автомобиль. Потерпевший получил травмы и провел несколько дней в больнице. Следствие установило, что Сэм не участвовал в избиении, но был за рулем угнанного автомобиля. На этот раз ему придется заплатить за неразумное поведение.

Зная, что ему светит тюремный срок, Сэм обратился к отцу за помощью. В слезах, он просил его повлиять на ситуацию – ведь отец, как судья, мог бы сделать несколько звонков, и Сэму смягчили бы наказание. Однако отец не стал никому звонить, и Сэму пришлось отсидеть свой срок.

В Евангелии от Матфея (18:34–35) используется юридическая терминология. «Отдать истязателям» – это формальный судебный приговор. Хотя наш Небесный Отец – Судья прощающий, Он не пойдет на уступки и не смягчит наказание, пока мы не исполним свой законный долг – простить обидчиков. Но, как только мы их простим, юридические обязательства будут исполнены, и нас выпустят на свободу. Тогда и только тогда истязания прекратятся.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Подумайте: возможно, вы тоже не исполняете свои юридические обязательства, записанные в небесных договорах? Если да, что вы должны сделать, чтобы исполнить свою сторону договора уже сегодня – и обрести свободу?

Скользкая дорога непрощения

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Для этого примите всеоружие Божие, дабы вы могли противостать в день злой и, все преодолев, устоять» (Ефесеянам, 6:13).

Делая выбор в сторону непрощения, мы попадаем на скользкую дорогу и стремительно катимся вниз с горы, проходя семь стадий. На каждой стадии мы еще больше теряем контроль над ситуацией и обрастаем чертами, которые никогда бы себе не пожелали. Каждый, кто упорствует в непрощении, съезжает по скользкой дороге в пучину страданий – падает ниже и ниже с каждой стадией. Вот как это было у Чеда.

Чед и Нэнси были женаты двенадцать лет. Чед управлял собственным бизнесом; это был жизнерадостный и добрый человек, окружавший всех близких любовью. Нэнси работала учительницей младших классов на полставки. Оба они были прекрасными родителями. Казалось, жизнь удалась. Разумеется, их не обошли стороной типичные семейные проблемы, но поводов для тревоги не было – до одного печального дня, когда всё изменилось.

В социальной сети «Фейсбук» Нэнси увидела своего бывшего парня. Она добавила его в друзья, не придавая этому большого значения: ведь она была счастлива в браке, да и он был женат. Они поговорили в чате раз-другой, а через пару месяцев этот бывший парень стал жаловаться Нэнси на проблемы в своем браке. Он сказал,

что совершил огромную ошибку, когда позволил Нэнси уйти, ведь кроме нее он так больше никого и не полюбил. Нэнси утратила бдительность и согласилась пойти с ним пообедать – чтобы «просто поговорить». За одним обедом последовал второй, а затем – полномасштабный роман на стороне.

Когда Чед об этом узнал, он был сокрушен – и неудивительно. Однако теперь перед ним встал выбор: простить или не простить Нэнси. Увы, он выбрал второе – и ступил на скользкую дорогу непрощения.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Да, в жизни Чеда произошла настоящая катастрофа. Но, как вы думаете, что с ним будет, если он не простит Нэнси? Запишите ваши мысли на листе бумаги. Перечитайте эти заметки через два дня – вы сможете сравнить их с тем, что скоро узнаете. Возможно, вам откроется нечто неожиданное и отвлекающее.

Скользкая дорога непрощения – стадии 1–4

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Итак, облекитесь как избранные Божию, святые и возлюбленные, в милосердие, благодать, смиренномудрие, кротость, долготерпение, снисходя друг к другу и прощая взаимно, если кто на кого имеет жалобу: как Христос простил вас, так и вы» (Колоссянам, 3:12–13).

Следующие два дня я приглашаю вас пристально понаблюдать за дальнейшими событиями в жизни Чеда. Как вы помните, он ступил на скользкую дорогу непрощения, и в его жизни развернулась настоящая драма. Заметьте, что именно изменилось в жизни Чеда в результате того, что он не простил Нэнси.

Стадия 1: непрощение

Понятно, что Чеду требовалось некоторое время, чтобы осознать все последствия неверности Нэнси. Но трагично то, что в какой-то момент он решил ее не прощать – не спускать ей с рук ту боль, которую она причинила. Он раз за разом повторял Нэнси: «Не могу поверить, что ты натворила! Как ты могла так поступить со мной и с детьми? Никогда не прощу тебе это предательство и все страдания, что ты причинила! Даже не проси!»

Стадия 2: гнев

Чед всегда был человеком мягким и стоворчивым. Но теперь не проходило и дня, чтобы он не кричал на жену, детей и даже сотрудников. Сотрудники стали замечать, что он постоянно напряжен и «взрывается» по малейшему поводу.

Стадия 3: горечь

Нэнси очень сожалела о случившемся и умоляла Чеда дать ей еще один шанс. Она готова была пойти к семейному консультанту вместе с Чедом, чтобы наладить их супружеские отношения и вернуть покой всей семье. Но все ее предложения были тщетны. Чед и слышать не хотел о примирении. Он заявил, что давно ушел бы из дома, если бы не дети, отгородился от Нэнси «каменной» стеной и с трудом выносил ее присутствие.

Стадия 4: злословие

За несколько недель у Чеда накопилось столько горечи, что она начала изливаться в его высказываниях. Он так плохо высказывался о жене, что вскоре убедил всех родственников, ребят из спортзала и коллег по работе, что Нэнси – ужасная жена и мать, да и скверный человек во всех отношениях. Он щедро делился негативной информацией даже с теми, кто его об этом не просил.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Какие перемены вы заметили в жизни Чеда? Поделитесь наблюдениями.

Скользкая дорога непрощения – стадии 5–7

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Наблюдайте, чтобы кто не лишился благодати Божией; чтобы какой горький корень, возникнув, не причинил вреда и чтобы им не осквернились многие» (Евреям, 12:15).

Если мы продолжаем лететь вниз по скользкой дороге непрощения, инфекция уже не ограничивается сердцем. Вопреки всем нашим усилиям ее сдерживать, инфекция изливается из сердца и негативно влияет на людей вокруг нас – тот самый «горький корень», которым «оскверняются многие». Сегодня мы рассмотрим заключительные стадии дороги непрощения, опять-таки на примере Чед, поведение которого, увы, подавало все больше поводов для беспокойства.

Стадия 5: глубокая обида

Теперь Чед видел Нэнси исключительно в черном свете – она всё делала не так. Он позабыл, как часто она жертвовала собой, чтобы поддержать его и его бизнес. У него совершенно выскочило из головы, как она прощала его за промахи и ошибки. Нет, думал он – она всегда поступала неправильно и со злым умыслом. Теперь Чед приписывал ей коварные мотивы, даже когда она пыталась действовать ему во благо и из лучших побуждений. Он весь раздувался от обиды и даже не скрывал этого. Ведь у него уже был целый список ее злодеяний, доказывающий, что он целиком заслуженно ее отвергает.

Стадия 6: ненависть

Однажды вечером за ужином Нэнси не выдержала и разрыдалась. Сквозь

слезы, она проговорила: «Чед, прошло уже больше года, а ты по-прежнему обращаешься со мной, как с ничтожеством. Я очень сожалею о своем проступке и хочу, чтобы мы помирились!» Тут уже разрыдались их дети. Но Чед на повышенных тонах ответил Нэнси, что его тошнит от одного ее вида, а от ее голоса болит голова. Это был не ужин, а сущий кошмар! Вирус ненависти прорвался наружу на глазах у детей.

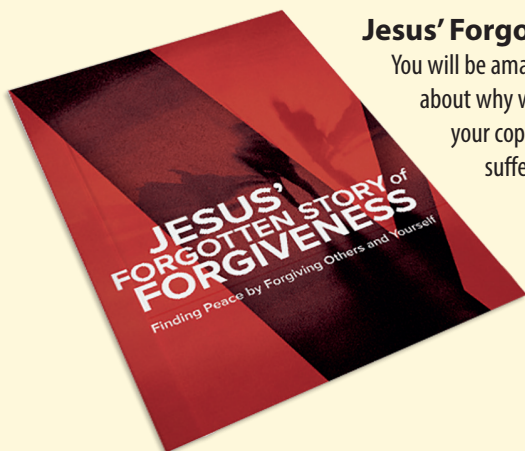
Стадия 7: месть

В конце концов чаша его ненависти переполнилась. В тот вечер Чед собрал вещи и ушел из дома. Долгие месяцы он не делал ничего, чтобы помочь своей бывшей жене. Так он хотел наказать ее за предательство. При этом он не замечал, что от его поведения страдает не только Нэнси, но и дети. Он достиг своей цели: заставил расплачиваться за ее ошибку. Но, причиняя Нэнси боль, он и сам чувствовал себя все несчастнее и несчастнее.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

На какой из этих стадий вы, возможно, находитесь, если не можете кого-то простить? Хочется ли вам покаяться еще дальше по скользкой дороге непрощения? Почему нет? Подумайте: разве не пора сойти с этого пагубного пути?

БЕСПЛАТНЫЕ РЕСУРСЫ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ВАМ ВОЗРАСТАТЬ



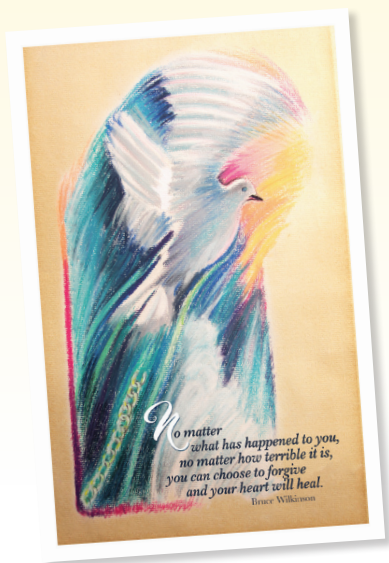
Jesus' Forgotten Story of Forgiveness

You will be amazed about the shocking truth this free chapter reveals about why we should forgive others—and ourselves! Download your copy today to learn the connection between unforgiveness, suffering and the Father's liberating truth of 70X7 forgiveness!

Motivational Quotation Poster

This beautiful poster will enlighten with 10 inspiring quotes about forgiveness.

Download this full-color work of art, including quotes from Nelson Mandela and C. S. Lewis, which will capture your imagination and remind you of the need to always forgive.



Inspirational Poster

This beautiful art poster features the dove of forgiveness and peace being released from the chains of captivity. It illustrates a quote from Bruce Wilkinson, to remind you that if you choose to forgive, your hearts will heal.



Download here: www.TENCourses.org/forgivegifts



LifeChanging Curriculum. Local and Global Impact



ЧАСТЬ 2

КАК
ПРОСТИТЬ
ДРУГИХ

ЗАНЯТИЕ 4

Шаги к тому,
чтобы простить других

Шаги к тому, чтобы простить других

Введение

1 ЧАСТЬ ПЕРВАЯ Подготовка к прощению

Подготовка 1 Твердо _____ прощать других людей.

Подготовка 2 _____ тех, кого вы хотите простить.

Назовите по именам тех, кто сильно вас ранил или обидел (можете указать только инициалы, если это конфиденциальная информация). Возможно, это родители, братья или сестры, родственники, муж или жена, дети, друзья, соседи, незнакомцы, люди с места учебы, из церкви, с работы, чиновники, другие этнические группы и т. д. Включите в свой список даже тех, кто обидел вас глубоко в детстве или уже умер.

Подготовка 3 _____ конкретные проступки этих людей и раны, нанесенные ими. Начните с двух-трех людей из вашего списка и перечислите всё, чем они вас обидели. Не давайте оценку их действиям – просто опишите, что произошло. Вспомните все обиды без исключения – умышленные и неумышленные; все травмы – физические, эмоциональные, психологические и духовные. В нескольких словах опишите, что вы чувствовали, когда вас обижали.

Имя или инициалы	Что этот человек сделал?	Как вы себя при этом чувствовали?

2 ЧАСТЬ ВТОРАЯ Процесс прощения

Шаг 1 _____ сердце к тому, чтобы прощать.

«Я осознанно выбираю больше не прикрывать свое сердце от ран; я полностью открываю сердце к тому, чтобы простить всех своих обидчиков, выпустить их на свободу и положить конец своим терзаниям».

Шаг 2 _____ сострадание к каждому, кого вам нужно простить.

Будьте сострадательны к тем, кого вы собираетесь простить. Выразите свое сострадание и понимание в одном предложении (например: «Я знаю, что мои родители испытывали сильный стресс, и алкоголь вызывал у них неконтролируемые вспышки гнева», «Знаю, что она не хотела меня обидеть», «Он и сам был жертвой насилия – и причинял боль, потому что не знал, что делать с собственной болью», «Она только что потеряла работу», «Их юная незамужняя дочь беременна» и т. п.).

Имя или инициалы	Выразите свое сострадание и понимание

Шаг 3 _____ каждого человека из вашей внутренней тюрьмы.

Когда вас ранили (особенно – если глубоко или многократно), а вы не простили обидчика, вы ступили на скользкую дорогу непросщения и поместили обидчика в свою внутреннюю тюрьму. Возможно, вы даже заявили: «Я никогда его (ее) не прощусь!»

- 3.1. Представьте этого человека сидящим за решеткой внутри вашего сердца.
- 3.2. Представьте, как вы стоите снаружи у железной двери. Выразите свое сострадание этому человеку.
- 3.3. Представьте, как вы открываете двери своим ключом и говорите: «Я выпускаю тебя на свободу, несмотря на все твои поступки!»
- 3.4. Представьте, как вы двое обнимаетесь, ощущая свободу.
- 3.5. Представьте, как вы плачете вместе с этим человеком, сожалея о нанесенной обиде, – а затем радуетесь освобождению.

Шаг 4 _____ каждого человека за каждую обиду.

Помните, что вначале необходимо выпустить человека на свободу из вашей внутренней тюрьмы, а затем уже простить его за каждую нанесенную вам обиду. Начните с того, кто больше всего вас обидел; медленно, четко и выразительно произнесите вслух следующие слова (следуя, чтобы они отражали желание вашего сердца):

«(Имя), прямо сейчас я тебя прощаю – от всего сердца, за каждую рану. Я слишком долго таил непросщение по отношению к тебе. Теперь я настезь распахиваю свое сердце и прощаю тебя за то, что ты сделал. (Имя), я искренне прощаю тебя за ту обиду, когда ты _____. Я тогда чувствовал себя _____. Но теперь я больше не держу на тебя зла за это – я полностью тебя прощаю!»

Шаг 5 _____ прощенного человека и творите ему добро.

Благословляя своего обидчика, вы исполняете свое наивысшее призвание: подражаете Христу в том, как Он вел Себя, когда Его ранили, причем сильно, несправедливо и многократно.

- 5.1. Молитесь, чтобы Бог благословил этого человека: «Господи, прошу Тебя благословить (имя), в каждой сфере, например, _____».
- 5.2. Попросите, чтобы Бог, по возможности, дал вам шанс проявить любовь к этому человеку и сделать для него что-нибудь хорошее: «Даруй мне возможность проявить любовь к (имя) и явить ему глубину моего прощения».

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ

3 Внутренний мир – следствие прощения

Молитва Исповедуйте перед Богом свои грехи, связанные с непощением. «Дорогой Боже, я исповедую перед Тобой свои грехи непощения, гнева, горечи, злословия, обиды, ненависти и мести. Пожалуйста, прости меня и очисти от всякой неправды! Во имя Иисуса, аминь».

Мир Поблагодарите Бога, что Он помог вам простить обидчиков и положить конец вашим мукам.

Выводы

Как себя проверить? Вот проверочное утверждение: «Перед лицом Бога я простил всех за всё».

Произнесите эти слова, чтобы проверить, не осталось ли за вами непощенных людей или отдельных непощенных проступков. Вы ведь не хотите страдать дальше! Возможно, Дух Святой напомнит вам то, что вы позабыли. Тогда повторите весь процесс и снова произнесите проверочное утверждение – и так до тех пор, пока вам больше не вспомнится ни один человек или проступок, а в душе не воцарится мир. Это сигнал о том, что ваши истязания окончены.

Шаги к тому, чтобы простить других

- 1. Резюме:** назовите три основные части этого занятия, которые вам нужно пройти, и пять шагов, перечисленных во второй части.

- 2. Размышление:** кто больше всего хочет, чтобы вы простили всех обидчиков? Конечно же, Бог. Как вы думаете, почему Он привлек ваше внимание к этому курсу именно в этот период вашей жизни?

- 3. Реакция:** Перечитайте проверочное утверждение. Закройте глаза, придите к Божьему престолу в молитве, преклоните колени в Его присутствии и еще раз спросите: «Отче, должен ли я простить кого-то еще, чтобы Ты отменил все истязания и наполнил мое сердце Твоим миром?» Какой ответ вы получили?

- 4. Решение:** Бог хочет, чтобы вы отнеслись к прощению серьезно и прошли все пять шагов, прощая каждого своего обидчика за каждую обиду. Запишите краткую молитву Богу, в которой выразите свою непоколебимую решимость отныне прощать всех за всё.

ГОТОВИМСЯ ПРОСТИТЬ

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

Тогда сказал Он мне: «Изреки пророчество духу, изреки пророчество, сын человеческий, и скажи духу – так говорит Господь Бог: “От четырех ветров приди, дух, и дыхни на этих убитых, и они оживут”» (Иезекииль, 37:9).

Я только что закончил преподавать на тему прощения и не успел еще отойти от кафедры, как ко мне подошел высокий мужчина. Он положил мне руку на плечо и спросил, могу ли я уделить ему пару минут времени. «Разумеется», – ответил я. Мы отошли в сторонку, и он излил передо мной свое сердце. Он рассказал, что один человек очень сильно навредил ему и его семье – настолько, что семья так и не оправилась после этого потрясения. Глядя мне в глаза, он сказал: «Я никогда не смогу простить этого человека!» Я видел, что он очень страдает – и что ему необходимо простить обидчика. Поэтому я постарался его успокоить и заверить, что он обязательно сможет простить, если захочет.

Тогда он сделал нечто такое, чего я никогда не забуду. Он кивнул головой, закрыл глаза и глубоко вдохнул – набрал полную грудь воздуха. На выдохе из его уст полились слова прощения и благословения. «Боже, я прощаю Деймона и благословляю его и его семью», – сказал он.

Не сомневаюсь, что то был один из самых важных вдохов за всю жизнь этого мужчины. Почему? Потому что воздух, который он вдохнул, прошел не только через его легкие, но и через сердце. В этот короткий момент

он подготовил свое сердце к тому, чтобы простить обидчика. Вдыхая, он принял решение простить этого определенного человека, вспомнил его имя и нанесенные им обиды. Нам также необходим этот животворящий вдох, чтобы расположить сердце к прощению. Это символ важнейшей «предстартовой подготовки» и принятого решения: «Усилим воли я прощу такого-то человека прямо сейчас!»

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Найдите укромный уголок, где вам легко дышится. Огласите вслух свое решение простить своих обидчиков. Назовите имена тех людей, которых вы сейчас выпустите из внутренней тюрьмы и простите. Затем составьте список их проступков, которые вы сейчас простите один за другим. Теперь вы готовы прощать.

Процесс прощения – шаги 1–2

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«И прости нам грехи наши, ибо и мы прощаем всякому должнику нашему; и не введи нас в искушение, но избавь нас от лукавого» (Луки, 11:4).

Итак, вы готовы прощать? До сего момента мы только готовились к этим крайне важным следующим минутам. Пришла пора положить конец страданиям и мукам, связанным с непощением. Единственный, Кто хочет этого еще больше, чем вы, – это ваш любящий Небесный Отец! Пора сойти со скользкой дороги непощения и избавиться от подавленного гнева, горечи, злословия, обиды, ненависти и жажды мести. Давно пора!

К счастью, Иисус открыл нам не только тот факт, что Отец отдает нас истязателям, пока мы не простим (весомая причина прощать семьжды семьдесят раз!), но и конкретные шаги, которые следует предпринять, чтобы простить всех обидчиков, как угодно Богу. Иисус описал пять таких шагов: (1) открыть сердце к тому, чтобы прощать; (2) проявить сострадание к каждому, кого нужно простить; (3) выпустить каждого человека из своей внутренней тюрьмы; (4) простить каждого человека за каждую обиду; (5) благословить прощенного человека и творить ему добро.

Шаг 1 – открыть сердце. Почему это необходимо? Потому что именно там находится инфицированная рана. Распахните сердце широко, чтобы все следы непощения беспрепятственно

выветрились. Не позволяйте себе эмоционально отгораживаться от возможности прощения. Провозгласите: «Мое сердце больше не закрыто. Оно распахнуто в присутствии Бога! Сегодня я делаю выбор в пользу прощения!»

Шаг 2 – проявить сострадание к человеку, обидевшему вас. Если двери вашего сердца уже открыты, второй шаг не покажется вам слишком сложным. Проявите к узнику вашей внутренней тюрьмы такое же сочувствие, какое хотели бы видеть со стороны человека, которого обидели вы сами. Остановитесь на минутку. Вы чувствуете, как смягчается ваше сердце? Подарите обидчику свою милость и доброту; и неважно, заслуженно или нет – это ваше решение. Признайте, что ваш обидчик – простой смертный, как и вы; он так же ошибается и так же нуждается в сострадании. Итак, ваше сердце открыто и полно сострадания – теперь вы готовы к заключительным трем шагам!

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Уделите минутку тому, чтобы поблагодарить Бога за то, что Он помог вам открыть двери вашего сердца. Затем выразите свою глубочайшую благодарность за то, что Он дал вам сострадание к обидчикам.

Процесс прощения – шаги 3–5

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Наблюдайте, чтобы кто не лишился благодати Божией; чтобы какой горький корень, возникнув, не причинил вреда и чтобы им не осквернились многие» (Евреям, 12:15).

Поздравляем, вы уже на финишной прямой нашего «спринта прощения»! Ваше сердце, некогда закрытое, теперь распахнуто. Чувства, замороженные в ледяном пласте гнева и боли, оттаяли у костра сострадания и милости. Осталось сделать лишь три шага.

Шаг 3 – выпустить каждого человека из своей внутренней тюрьмы. Воспользуйтесь воображением и представьте, как вы идете по коридору своей внутренней тюрьмы. Отоприте каждую дверь, одну за другой, и скажите каждому узнику: «Я выпускаю тебя на свободу несмотря на то, как ты обошелся со мной!» Ступите в каждую темную и сырую камеру, раскройте свои объятия и обнимите каждого узника. Почувствуйте, как Божья любовь и сострадание наполняют его и вас жизненными силами. Порадуйтесь от всего сердца, ведь вы наконец-то сделали то, что давно нужно было сделать.

Шаг 4 – простить каждую обиду поочередно. Выпустив узников из своей внутренней тюрьмы, простите их за каждую обиду, которую они вам нанесли. Да-да, каждую обиду без исключений. Это можно сравнить с тем, как мы щедро заливаем рану антисептиком, поскольку не хотим, чтобы там осталась хоть одна бактерия, которая сможет расплодиться снова. Возьмите лист бумаги и запишите

сверху имя человека, на которого вы больше всего обижены. Ниже перечислите все его слова и поступки, ранившие вас. Когда вам больше нечего будет дописать, переходите к прощению: «Я прощаю тебя, (имя), за то, что ты _____», – и подставляйте поочередно каждый пункт. Говорите от чистого сердца и продолжайте, пока не озвучите последний пункт. Затем повторите, отдельно для каждого обидчика.

Шаг 5 – благословить прощенного человека и творить ему добро. Если вы сможете сделать этот шаг, это будет доказательством того, что вы по-настоящему простили. Невозможно искренне благословить того, кого не простил. Но если вся ваша обида прошла, теперь вы можете просить, чтобы Бог обильно благословил ваших бывших обидчиков. Молитесь так: «Дорогой Боже, пожалуйста, обильно благослови (имя) во всех областях его жизни!»

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Уделите время тому, чтобы пройти все пять шагов прощения с каждым человеком, на которого вы до сих пор обижены. Поочередно выпускайте каждого из своей внутренней тюрьмы и прощайте все обиды по одной. В пятый день на этой неделе вы узнаете, как проверить, действительно ли вы простили всех за всё.

Божье прощение нашего непощения

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Тебе, Тебе единому согрешил я» (Псалом 50:6).

Непощение – это грех. Бог его не приемлет и не терпит; мы иногда чрезмерно толерантны к прощению, но Он – нет. Именно поэтому, как Он сам нам открыл, непощение ведет к тому, что Он перестает отвечать на наши молитвы и прощать наши грехи. Нам также известно, что из-за нашего непощения Бог лишает нас мира в сердце и передает нас в руки истязателей. Поэтому, наконец-то простив всех своих обидчиков и избавившись от непощения, мы должны попросить прощения у Бога.

В пятидесятом Псалме Давид раскаивается и молит Бога о прощении после того, как совершил прелюбодеяние с Вирсавией и убил ее мужа Урию. Важно отметить, против кого согрешил Давид, по его собственному признанию. Да, Давид согрешил против Вирсавии (и вместе с ней) и, уж конечно, против Урии. Однако прислушайтесь к его словам, проистекающим из разбитого, сокрушенного и отчаявшегося сердца: «Тебе, Тебе единому согрешил я». Даже когда мы грешим против других людей, в конечном итоге всякий наш грех направлен против Бога – в том числе и грех непощения. Поэтому мы нуждаемся в Его прощении за то, что держали людей взаперти в темнице своего сердца и отказывались их прощать.

Если вы поникли, воспряньте духом. Сейчас не время осуждения, а время исповедовать свой грех – и обрести прощение и свободу. Бог жаждет поскорее вас простить, и только и ждет, чтобы вы попросили. Поэтому вперед, мой друг, – ваш Отец внимательно слушает. Он готов простить вас прямо сейчас!

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Со смиренным сердцем произнесите следующую молитву: «Дорогой Боже, сегодня я исповедую перед Тобой свои грехи непощения, гнева, горечи, злословия, обиды, ненависти и мести. Пожалуйста, прости, что я ранил ими Твое сердце. Даруй мне прощение и очисти от всякой неправды! Во имя Иисуса, аминь».

Прощение – проверочное утверждение

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

*«Испытай меня, Боже, и узнай сердце мое; испытай меня и узнай помышления мои; и зри, не на опасном ли я пути, и направь меня на путь вечный»
(Псалом 138:23–24).*

Как нам уже известно, Бог хочет, чтобы мы простили всех за всё. Поэтому подумайте вот о чем: как узнать, действительно ли мы простили всех за всё? Как убедиться в этом наверняка, чтобы все истязания, которые мы навлекаем на себя непощением, точно прекратились?

Помните, Бог очень хочет, чтобы вы простили всех за всё. Поэтому можете не сомневаться, что Он даст вам знать, справились ли вы с заданием. Если вы выполнили все Его требования касательно прощения, Он обязательно это подтвердит.

Бог – единственный, кто может заглянуть в глубины нашего сердца. Только Он видит наше сердце насквозь, и ни одна частичка нашей души не скрыта от Его взора. Соответственно, мы можем полностью положиться на Него – Он даст нам сердечное знание насчет того, действительно ли мы всех простили. Псалмопевец осознал эту истину и молился: «Узнай сердце мое... и зри, не на опасном ли я пути». Он верил, что Бог покажет, есть ли в его сердце нечто такое, что не соответствует наилучшей Божьей воле. С нашей стороны будет мудро тоже в это верить и поступать так же.

Даже если нам кажется, что мы уже простили всех за всё, лучше

переспросить у Бога. Людям случается искренне полагать, что они уже полностью освободились от непощения – а потом обнаружить, что это не так. Чтобы Бог показал, не упускаете ли вы чего-то из виду, воспользуйтесь нижеследующим проверочным утверждением. Хотите точно знать, всех ли вы простили? Тогда читайте дальше.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Молитвенно произнесите вслух проверочное утверждение: «Перед лицом Бога я простил всех за всё».

Посидите в тишине, прислушиваясь к Божьему голосу. Если Он напомнит вам о человеке, которого вы еще не простили, или отдельных непощенных проступках – тут же простите. Затем повторите проверочное утверждение. Когда Божий мир наполнит ваше сердце и ни один человек или проступок больше не вспомнится даже после паузы, это будет означать, что вы простили всё!

ЧАСТЬ 3

ПОРАЗИТЕЛЬНОЕ
ОТКРОВЕНИЕ
О **БОЖЬЕМ ПРОЩЕНИИ**

ЗАНЯТИЕ 5

Бог берет отмщение
на Себя



Бог берет отмщение на Себя

Введение

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

Сладость мести

И возненавидел Исав Иакова за благословение, которым благословил его отец его; и сказал Исав в сердце своем: «Приближаются дни плача по отцу моему, и я убью Иакова, брата моего». И пересказаны были Ревекке слова Исава, старшего сына ее, и она послала, и призвала младшего сына своего Иакова, и сказала ему: «Вот, Исав, брат твой, грозит убить тебя» (Бытие, 27:41–42).

- 1** Мечь – это нанесение ущерба (или желание его нанести) человеку, причинившему вам _____.
- 2** Обиженный человек жаждет отмщения, поскольку ощущает _____.
- 3** Жажда мести остается в сердце, пока человек не сойдет со скользкой дороги _____.
- 4** Жажда мести со временем усугубляется и приносит _____ на эмоциональном уровне.

ЧАСТЬ ВТОРАЯ

Греховно ли желание мести?

- 1** Даже святые мученики на безгрешных небесах жаждут _____.

И когда Он снял пятую печать, я увидел под жертвенником души убитых за слово Божие и за свидетельство, которое они имели. И возопили они громким голосом, говоря: «Доколе, Владыка святой и истинный, не судишь и не мстишь живущим на земле за кровь нашу?» (Откровение, 6:9–10)

- 2** Бог мстит за вас тем, кто вас оскорбляет, и в Его глазах эта мечь _____.

Так что мы сами хвалимся вами в церквах Божиих, терпением вашим и верой во всех гонениях и скорбях, переносимых вами. Ибо праведно пред Богом оскорбляющим вас воздать скорбью, а вам, оскорбляемым, – покоем вместе с нами в явлении Господа Иисуса с неба с ангелами силы Его, в пламенеющем огне совершающего отмщение не познавшим Бога и не покоряющимся благовествованию Господа нашего Иисуса Христа (2 Фессалоникийцам, 1:4, 6–8).

- 3** Бог Сам клянется отомстить Своим _____.

Видите ныне, что это Я, Я – и нет Бога, кроме Меня. Я умерщвляю и оживляю, Я поражаю, и Я исцеляю, и никто не избавит от руки Моей. Я поднимаю к небесам руку Мою и говорю: живу Я вовек! Когда изострю сверкающий меч Мой, и рука Моя примет суд, то отомщу врагам Моим и ненавидящим Меня воздам (Второзаконие, 32:39–41).

3
ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ

Как быть со своей жаждой мести?

Никому не воздавайте злом за зло, но пекитесь о добром перед всеми людьми. Если возможно с вашей стороны, будьте в мире со всеми людьми. Не мстите за себя, возлюбленные, но дайте место гневу Божьему. Ибо написано: «Мне отмщение, Я воздам», – говорит Господь. Итак, если враг твой голоден, накорми его; если жаждет, напои его; ибо, делая это, ты соберешь ему на голову горящие уголья. Не будь побежден злом, но побеждай зло добром (Римлянам, 12:17–21).

Шаг 1 Никому не воздавайте злом за _____.

Никому не воздавайте злом за зло (Римлянам, 12:17).

Шаг 2 Заранее примите решение, что будете воздавать своим обидчикам _____.

Старайтесь делать только то, что все люди считают добром. (Римлянам, 12:17. «Радостная весть»).

Шаг 3 Не берите мечь в свои руки – никогда и ни за какие _____.

Не мстите за себя, возлюбленные (Римлянам, 12:19).

Шаг 4 Вверьте свой гнев Богу, заявившему, что все отмщение принадлежит _____.

Не мстите за себя, возлюбленные, но дайте место гневу Божьему. Ибо написано: «Мне отмщение, Я воздам», – говорит Господь (Римлянам, 12:19).

Шаг 5 Верьте, что Бог сдержит обещание и отомстит за _____.

«Мне отмщение, Я воздам», – говорит Господь (Римлянам, 12:19).

Ибо воля Божия есть освящение ваше, чтобы вы воздерживались от блуда; чтобы каждый из вас умел соблюдать свой сосуд в святости и чести, а не в страсти похоти, как и язычники, не знающие Бога; чтобы вы ни в чем не поступали с братом своим противозаконно и корыстолюбиво, потому что Господь – мститель за все это, как и прежде мы говорили вам и свидетельствовали (1 Фессалоникийцам, 4:3–6).

Шаг 6 Поскольку отмщение берет на Себя Бог, вам остается являть обидчикам _____.

Итак, если враг твой голоден, накорми его; если жаждет, напои его; ибо, делая это, ты соберешь ему на голову горящие уголья (Римлянам, 12:20).

Шаг 7 Не допускайте, чтобы зло вас побеждало – побеждайте зло _____.

Не будь побежден злом, но побеждай зло добром (Римлянам, 12:21).

Как говорить Богу о своей жажде мести?

- 1 Иеремия:** *Господи сил! Ты испытываешь праведного и видишь внутренность и сердце. Да увижу я мщение Твое над ними, ибо Тебе вверил я дело мое (Иеремии, 20:12).*
- 2 Давид:** *Отец мой! Посмотри на край одежды твоей в руке моей; я отрезал край одежды твоей, а тебя не убил. Узнай и убедись, что нет в руке моей зла, ни коварства, и я не согрешил против тебя; а ты ищешь души моей, чтобы отнять ее. Да рассудит Господь между мной и тобой, и да отомстит тебе Господь за меня; но рука моя не будет на тебе. Господь да будет судьей и рассудит между мной и тобой. Он рассмотрит, разберет дело мое и спасет меня от руки твоей» (1 Царств, 24:12–13, 16).*

По возможности, проявляйте милость и не желайте отмщения

- 1 Иисус Христос:** *И когда пришли на место, называемое Лобное, там распяли Его и злодеев – одного по правую, а другого по левую сторону. Иисус же говорил: «Отче! Прости им, ибо не знают, что делают». И делили одежды Его, бросая жребий (Луки, 23:33–34).*
- 2 Стефан:** *И побивали камнями Стефана, который молился и говорил: «Господи Иисусе! Прими дух мой». И, преклонив колени, воскликнул громким голосом: «Господи! Не вмени им греха этого». И, сказав это, почил (Деяния, 7:59–60).*
- 3 Павел:** *Александр, медник, много сделал мне зла. Да воздаст ему Господь по делам его! Берегись его и ты, ибо он сильно противился нашим словам. При первой моей защите никого не было со мной, но все меня оставили. Да не вменится им! (2 Тимофею, 4:14–16).*
- 4 Соломон:** *Не радуйся, когда упадет враг твой, и да не веселится сердце твое, когда он споткнется. Иначе увидит Господь, и неужодно будет это в очах Его, и Он отворотит от него гнев Свой (Притчи, 24:17–18).*

Выводы

Ибо что за похвала, если вы терпите, когда вас бьют за проступки? Но если, делая добро и страдая, терпите, это угодно Богу. Ибо вы к тому призваны, потому что и Христос пострадал за нас, оставив нам пример, дабы мы шли по следам Его. Он не сделал никакого греха, и не было лести в устах Его. Будучи злословим, Он не злословил взаимно; страдая, не угрожал, но предавал то Судии праведному (1 Петра, 2:20–23).

Бог берет отмщение на Себя

- 1. Резюме:** дайте определение мести (своими собственными словами) и опишите два варианта действий в ситуации, когда вы жаждете мести. Что необходимо, чтобы ваше желание мести было приемлемо в глазах Бога?

- 2. Размышление:** возможно, вас удивило то, что желание мести само по себе не греховно – греховно лишь его исполнение собственными силами. Поделитесь примером того, как вы кому-то мстили или же кто-то мстил вам за нанесенную вами обиду.

- 3. Реакция:** кому вы больше всего в жизни желали отмщения? Что сделал этот человек? Почему вы хотели отмщения? Как вы обошлись с этим своим желанием?

- 4. Решение:** есть лишь одна причина, почему люди отказываются прощать – они хотят мести. Их можно понять, не правда ли? Запишите молитву, в которой примите Божье обетование отомстить за вас – и пообещайте никогда не брать месть в свои руки.

Что такое месть?

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Вы слышали, что сказано: “Око за око и зуб за зуб”. А Я говорю вам: не противься злему. Но кто ударит тебя в правую щеку твою, обрати к нему и другую; и кто захочет судиться с тобою и взять у тебя рубашку, отдай ему и верхнюю одежду; и кто принудит тебя идти с ним одно поприще, иди с ним два» (Матфея, 5:38–41).

Что такое месть? Это попытки или намерения причинить кому-то зло в ответ на несправедливость или насилие по отношению к нам. Это требование, чтобы обидчик сполна расплатился за содеянное. Именно из-за этого горячего и непреодолимого желания расплаты нам так тяжело прощать. Как вы уже знаете, месть – или ее навязчивое желание – является последней стадией на скользкой дороге непощения.

Но разве жажда мести – не естественная реакция на то, что другой человек своими действиями причинил вам боль и разрушения? Раз вы так сильно пострадали, то справедливость требует, чтобы ваш обидчик тоже сильно пострадал. Разве не так? Не совсем. Почему? Потому что, хоть никто и не заслуживает прощения за намеренные злые дела, направленные против нас, каждый человек на земле нуждается в прощении.

Мсть – это прочная и высокая дамба, не дающая прощению свободно течь от нас к другим людям, от Бога к нам и от нас – к самим себе. Да, это естественно, что, пострадав от несправедливого отношения, мы хотим возмездия; но

нельзя отказывать любому человеку, сотворенному по образу Божьему, в том, в чем отчаянно нуждается его душа – в незаслуженном прощении! Сегодня же уделите минуту тому, чтобы поблагодарить Бога за то, что Он помог вам открыть двери вашего сердца. Затем выразите свою глубочайшую благодарность за то, что Он дал вам сострадание к обидчикам.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Запишите на листе бумаги (или в заметках смартфона), каким образом желание мести помешало вам простить тех, кто вас незаслуженно обидел. Затем запишите три основных перемены, которые произошли бы в вашей и их жизни, если бы вы отказались от стремления к мести и даровали им прощение.

Сладость мести

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«И возненавидел Исав Иакова за благословение, которым благословил его отец его; и сказал Исав в сердце своем: “Приближаются дни плача по отцу моему, и я убью Иакова, брата моего”. И пересказаны были Ревекке слова Исава, старшего сына ее, и она послала, и призвала младшего сына своего Иакова, и сказала ему: “Вот, Исав, брат твой, грозит убить тебя”» (Бытие, 27:41–42).

Жажда мести – чувство не из приятных. Жажда мести – следствие болезненных и травматических событий, когда мы незаслуженно пострадали от рук другого человека. Но чего мы часто не осознаём, так это то, что наша первоначальная боль многократно усиливается муками непростения. Терзаясь, мы испытываем непреодолимую тягу к любому облегчению или утешению. Источником такого утешения нередко становятся планы и фантазии о будущей мести. Как сказано в некоторых переводах приведенного выше стиха (Бытие, 27:42), Исав утешался своими угрозами убить брата.

Недавно я беседовал с молодой женщиной по имени Шари, у которой было тяжелое прошлое. За последние несколько лет Бог чудесным образом развернул ее жизнь на сто восемьдесят градусов. Теперь она служит юным девушкам, помогая им преодолеть такие же трудности, какие были у нее в их возрасте.

Со слезами на глазах Шари рассказала мне о беседе со своей близкой подругой, которая еще находилась

в заключении. Подруга радовалась тому, как изменилась жизнь Шари, и даже поздравила ее с этим. Однако когда Шари попыталась убедить ее простить тех, кто поступил с ней несправедливо, подруга наотрез отказалась.

В сердцах, подруга воскликнула: «Прекрасно, что у тебя теперь новая жизнь! Но как только я отсюда выйду, я заставлю кое-кого расплатиться за то, что они настучали на меня в полицию!» Все эти годы в тюрьме подруга Шари утешалась тем, что планировала, как расквитается с обидчиками. Каждый день она втайне успокаивала свое беспокойное сердце, представляя себе, как заставит страдать тех, кто ее предал.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Загляните в камеры своей внутренней тюрьмы. Возможно, какую-то из них вы заперли на ключ давным-давно, а ключ выбросили? Испытываете ли вы утешение, надеясь, что ее узник сполна поплатится за то, что совершил по отношению к вам? Что думает Бог о таком способе утешения?

Греховно ли желание мести?

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«И когда Он снял пятую печать, я увидел под жертвенником души убитых за слово Божие и за свидетельство, которое они имели. И возопили они громким голосом, говоря: “Доколе, Владыка святой и истинный, не судишь и не мстишь живущим на земле за кровь нашу?”» (Откровение, 6:9–10).

Чтобы обрести истинную свободу от парализующей жажды мести, необходимо понять нечто важное и, возможно, новое и неожиданное для вас. Греховно ли желать кому-либо расплаты за его злые дела? Многие удивятся, когда прочтут, что на уме у христианских мучеников, уже попавших на небеса: «Доколе, Владыка святой и истинный, не судишь и не мстишь [...] за кровь нашу?» (Откровение, 6:10). Эти святые страстно желали мести – прямо на небесах! Ясное дело, что их желание не могло быть греховным!

Эти люди, находясь в Святом святых, молили Бога воздать по заслугам тем, кто обошелся с ними несправедливо. Их неприкрытая мольба о мести – не то, что мы ожидали бы услышать на небесах. Вероятно, нам представляется, что желать возмездия – это плохо и неуютно Богу. Оказывается, вовсе нет.

Более того, наш Святой Господь, в котором нет и тени греха, также желает мести – и непременно реализует это желание! Как сказано во Втором послании к фессалоникийцам (1:8), во Второе пришествие Христа мы увидим Его «в пламенеющем огне совершающего отмщение не познавшим Бога и не покоряющимся

благовествованию Господа нашего Иисуса Христа».

Поэтому перестаньте укорять себя и не позволяйте врагу осуждать вас за желание восстановить справедливость, которое никоим образом не оскорбляет Бога. Первоначальная жажда мести не греховна – но если вы ее всячески подпитываете, она переходит в непростительное, а это уже грех.

Что же в таком случае делать? Осознать, что желание отомстить тому, кто обошелся с вами несправедливо, само по себе не греховно, если только мы поступаем так, как предписал Господь. Мы должны прощать быстро и основательно, а затем немедленно вернуть восстановление справедливости Тому, Кто обещал отомстить за нас. Завтра мы подробнее обсудим эту удивительную истину.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Вы все еще жаждете мести?

Что делать с желанием мести?

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Никому не воздавайте зло за зло, но некуйтесь о добром перед всеми людьми. Если возможно с вашей стороны, будьте в мире со всеми людьми. Не мстите за себя, возлюбленные, но дайте место гневу Божьему. Ибо написано: "Мне отмщение, Я воздам", – говорит Господь» (Римлянам, 12:17–19).

Причина, по которой нам не следует никому мстить, – то, что Господь берет все отмщение на Себя: «Мне отмщение, Я воздам». Иногда нам сложно в это поверить и успокоиться, особенно когда мы страдаем, а наш обидчик, по всей видимости, чувствует себя прекрасно. Если дело доходит до мести, мы хотим, чтобы она свершилась прямо сейчас. Мы хотим видеть страдания нашего обидчика – сегодня же. Однако Библия говорит, что всю свою жажду мести следует направлять лишь в одну сторону – в верные руки Божьи. Он не только констатирует тот факт, что возмездие принадлежит Ему, но и обещает: «Я воздам». Если бы вы увидели, как Бог воздает вашим обидчикам по заслугам, вы бы точно сказали: «Достаточно! Вижу, что справедливость восстановлена».

Много лет назад мне довелось стать свидетелем того, как Бог отомстил обидчику невинной молодой женщины, с которой я познакомился, когда проповедовал в одной церкви в Южной Америке. Она сама растила ребенка, а ее работодатель, с помощью коррумпированного юриста, перекрутил законы и обобрал ее до нитки. Он забрал у нее квартиру, машину и даже сбережения

с банковского счета. Она осталась без средств к существованию. Помню, как я молился вместе с ней и просил ее доверить Богу свое желание мести.

Спустя три месяца после нашей молитвы о том, чтобы Бог за нее отомстил, ее злой начальник внезапно умер. Его жена нашла потерпевшую, вернула ей квартиру, деньги и другую машину взамен отобранной. Бог не только отомстил ее начальнику, но и позаботился о ее нуждах. Все ее родные обратились ко Христу, стали посещать ту же церковь и вскоре стали служителями!

Пусть же Дух Божий сегодня запечатлеет эту истину глубоко в вашем сердце: не таите в себе жажду мести. Нет, вначале простите своего обидчика, а затем с полной уверенностью передайте возмездие в руки Божьи. Он обещал отомстить за вас, а Он никогда не нарушает обещаний. Ни в коем случае не воплощайте свое желание мести самостоятельно. Отмщение принадлежит не нам, а одному только Богу.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Помолитесь и попросите Бога отомстить за вас.

По возможности, проявляйте милость и не желайте отмщения

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«И побивали камнями Стефана, который молился и говорил: “Господи Иисусе! Прими дух мой”. И, преклонив колени, воскликнул громким голосом: “Господи! Не вмени им греха этого”. И, сказав это, почил» (Деяния, 7:59–60).

На уровне государств, общин и социальных слоев, пламя мести часто горит веками. За ним стоит глубокая боль и вопиющие проявления несправедливости, такие как бедность, расовые предрассудки, классовая вражда, ненависть и гордыня. У каждого общества и каждой расы есть своя история несправедливого обращения. Возможно, это очень давняя история, но пламя до сих пор не угасает, пожирая красоту человеческих отношений, какими задумал их Бог.

Если присмотреться к тому, как люди во все времена справлялись с желанием мести, вы увидите три различные альтернативы. Одни люди пытались мстить за себя самостоятельно. Другие вверяли это Богу, зная, что Он отомстит за них. Третьи же – и это наиболее удивительно – просили Бога не мстить за них.

Видите ли, когда с нами обошлись несправедливо, перед нами открывается еще одна линия поведения: можно попросить Бога о милости, а не о суде для нашего обидчика. Стефан просил о милости к тем, кто совершенно незаслуженно его убивал: «Господи! Не вмени им греха этого». Он сделал выбор в пользу

добродетели, способной примирять людей на личном, общественном и межнациональном уровнях: милости. При этом он полностью отказался от возмездия.

Милость тушит пламя мести, горящее у нас в душе. Милость указывает жажде мести на выход: «Ты мне здесь не нужна! Я всё уладила; я простила обидчика и подарила ему свободу. Дело закрыто». Вам больше не нужно сводить счеты с теми, кто вас обидел, ведь вы решили поделиться с ними дарами, которые сами получили от Христа, – милостью, благодатью и прощением.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Сегодня уделите время молитве. Попросите, чтобы Бог помог вам даровать милость тем, кто ждет ее от вас. Также помолитесь за свой народ и весь мир, чтобы люди повсюду отказались от желания отомстить, выбрали милость и простили своих врагов.

ЧАСТЬ 3

ПОРАЗИТЕЛЬНОЕ
ОТКРОВЕНИЕ
О БОЖЬЕМ ПРОЩЕНИИ

ЗАНЯТИЕ 6

Как Богу удастся прощать
любые грехи?



Как Богу удастся прощать любые грехи?

Введение

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

1

Что чувствует Бог, когда мы Ему не повинuemся?

1 Бог говорит, что Он – наш Отец, а мы – Его _____.

От одной крови Он произвел весь род человеческий для обитания по всему лицу земли, назначив предопределенные времена и пределы их обитанию, чтобы они искали Бога, не ощущая ли Его и не найдут ли, хотя Он и недалеко от каждого из нас. Итак, мы, будучи родом Божиим... (Деяния, 17:26–27, 29).

2 В глазах Бога, любое наше непослушание направлено против Него _____.

2.1. Бог бывал сокрушен: *Я приведу в сокрушение* блудное сердце их, отпавшее от Меня, и глаза их, блудившие вслед идолов (Иезекииля, 6:9 – Синод. пер.).*

...Вспомнят, как удручали Меня их распутные сердца... (Иезекииля, 6:9 – НРП)

2.2. Бог скорбел и раздражался: *И увидел Господь Бог, что велико развращение людей на земле и что все мысли и помышления сердца их были зло во всякое время. И раскаялся Господь, что создал человека на земле, и восскорбел в сердце Своем (Бытие, 6:5–6).*

Сорок лет Я был раздражаем родом этим и сказал: «Это народ, заблуждающийся сердцем; они не познали путей Моих» (Псалом 94:10).

2.3. Бог испытывал жалость и сострадание: *Как поступлю с тобой, Ефрем? Как предам тебя, Израиль? Поступлю ли с тобой, как с Адамом, сделаю ли тебе, что Севоиму? Повернулось во Мне сердце Мое, возгорелась вся жалость Моя! (Осии, 11:8).*

2.4. Бог страстно желает послушания: *О, если бы сердце их было у них таково, чтобы бояться Меня и соблюдать все заповеди Мои во все дни, дабы хорошо было им и сынам их вовек! (Второзаконие, 5:29).*

3 Когда мы пренебрегаем Богом или восстаём против Него, Он скорбит и _____.

ЧАСТЬ ВТОРАЯ

2

Как реагирует Бог на наши грехи и непослушание?

1 Из-за наших грехов и непослушания Бог видел в нас Своих _____.

Христос умер за нас, когда мы были еще грешниками. Ибо если, будучи врагами... (Римлянам, 5:8, 10).

* В английских переводах Библии данный стих (Иезекииля, 6:9) передан иначе: «Я был сокрушен блудным сердцем их...» (NKJV), «Я был разбит...» (KJV), «Я был огорчен...» (NIV) и т. д. То есть именно Бог испытывал эти чувства – Прим. Пер.

2 Бог пылал на нас гневом из-за нашего сознательного _____.

И вас, мертвых по преступлениям и грехам вашим, в которых вы некогда жили, по обычаю мира сего, по воле князя, господствующего в воздухе, духа, действующего ныне в сынах противления, между которыми и мы все жили некогда по нашим плотским похотям, исполняя желания плоти и помыслов, и были по природе детьми гнева, как и прочие... (Ефессянам, 2:1–3).

Верующий в Сына имеет жизнь вечную, а не верующий в Сына не увидит жизни, но гнев Божий пребывает на нем (Иоанна, 3:36).

3 От сотворения мира Бог постановил, что непослушание приводит к смертному _____.

И заповедал Господь Бог человеку, говоря: «От всякого дерева в саду ты будешь есть, а от дерева познания добра и зла – не ешь от него, ибо в день, в который ты вкусишь от него, смертью умрешь» (Бытие, 2:16–17).

Ибо возмездие за грех – смерть (Римлянам, 6:23).

4 По Божьей справедливости одни и те же грехи заслуживают одного и того же наказания: вечности в _____.

Ибо если Бог ангелов согрешивших не пощадил, но, связав узами адского мрака, предал блости на суд для наказания... (2 Петра, 2:4).

Тогда скажет и тем, которые по левую сторону: «Идите от Меня, проклятые, в огонь вечный, уготованный дьяволу и ангелам его» (Матфея, 25:41).

И судимы были мертвые по написанному в книгах, сообразно с делами своими. Тогда отдало море мертвых, бывших в нем, и смерть и ад отдали мертвых, которые были в них; и судим был каждый по делам своим. И смерть и ад повержены в озеро огненное. Это смерть вторая. И кто не был записан в книге жизни, тот был брошен в озеро огненное (Откровение, 20:12–15).

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ

Как Бог переживал Свою скорбь и раны, нанесенные Его детьми?

1 Бог не закрыл от нас Свое святое сердце и нашел справедливое _____.

2 Божье решение в том, что смертный приговор должен понести кто-то _____ нас.

Мы отвращали от Него лицо свое. Он был презираем, и мы ни во что не ставили Его. Но Он взял на Себя наши немощи и понес наши болезни; а мы думали, что Он был поражаем, наказуем и уничижен Богом. Но Он изъязвлен был за грехи наши и мучим за беззакония наши; наказание мира нашего было на Нем, и ранами Его мы исцелились. Все мы блуждали, как овцы, совратились каждый на свою дорогу; и Господь возложил на Него грехи всех нас. Но Господу угодно было поразить Его, и Он предал Его мучению. Когда же душа Его принесет жертву умилостивления, Он узрит потомство долговечное (Исаии, 53:3–6, 10).

Ибо не знавшего греха Он сделал для нас жертвой за грех, чтобы мы в Нем сделали праведными пред Богом (2 Коринфянам, 5:21).

ЗАНЯТИЕ 6

- 3** Богу было угодно послать на смерть Своего Сына, поскольку Он возлюбил нас, как _____.

Ибо Христос, когда еще мы были немощны, в определенное время умер за нечестивых. Ибо едва ли кто умрет за праведника; разве за благодетеля, может быть, кто и решится умереть. Но Бог Свою любовь к нам доказывает тем, что Христос умер за нас, когда мы были еще грешниками (Римлянам, 5:6–8).

...Да познает мир, что Ты послал Меня и возлюбил их, как возлюбил Меня (Иоанна, 17:23).

- 4** Бог послал Иисуса, чтобы Тот сменил Его гнев на милость, полностью заплатив за все наши _____.

Любовь Божия к нам открылась в том, что Бог послал в мир единородного Сына Своего, чтобы мы получили жизнь через Него. В том любовь, что не мы возлюбили Бога, но Он возлюбил нас и послал Сына Своего в умилоствление за грехи наши (1 Иоанна, 4:9–10).

Он есть умилоствление за грехи наши, и не только за наши, но и за грехи всего мира (1 Иоанна, 2:2).

...Избавившего нас от власти тьмы и введшего в Царство возлюбленного Сына Своего, в Котором мы имеем искупление кровью Его и прощение грехов (Колоссянам, 1:13–14).

ЧАСТЬ ЧЕТВЕРТАЯ

Каким образом человек получает Божье прощение?

- 1** Бог оплатил наш долг через Иисуса Христа; Его жертва – _____ нам.

Ибо возмездие за грех – смерть, а дар Божий – жизнь вечная во Христе Иисусе, Господе нашем (Римлянам, 6:23).

- 2** Бог не позволяет людям оплачивать свой долг добрыми _____.

Ибо благодатью вы спасены через веру, и это не от вас – Божий дар, не от дел, чтобы никто не хвалился (Ефессянам, 2:8–9).

- 3** Бог требует от нас одной лишь веры в искупительную смерть Христа – этого достаточно для _____.

Ибо так возлюбил Бог мир, что отдал Сына Своего единородного, дабы всякий, верующий в Него, не погиб, но имел жизнь вечную. Ибо не послал Бог Сына Своего в мир, чтобы судить мир, но чтобы мир спасен был через Него (Иоанна, 3:16–17).

А тем, которые приняли Его, верующим во имя Его, дал власть быть детьми Божиими (Иоанна, 1:12).

ЧАСТЬ ПЯТАЯ

Как же так – Бог прощает мне все грехи и одновременно не прощает непрощения?

Ибо если вы будете прощать людям согрешения их, то простит и вам Отец ваш Небесный, а если не будете прощать людям согрешений их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших (Матфея, 6:14–15).

1. Божье прощение: прощение, ведущее к _____		2. Наше прощение: прощение, ведущее к _____	
1	Проблема всего человечества	Проблема всех верующих	
2	Касается жизни после смерти	Касается жизни до смерти	
3	Проблема: требуется исполнение смертного приговора	Проблема: от нас требуется прощение	
4	Божье сострадание к нам	Наше сострадание к другим людям и к самому себе	
5	Простит ли нас Бог?	Простим ли мы других и себя?	
6	Спасение от мук в _____	Спасение от мук в земной _____	
7	Муки не прекращаются после смерти	Муки прекращаются сразу же после прощения	
8	Вера в искупительную смерть Христа	Повиновение Божьему требованию – прощать	
9	«Веруй – и будешь спасен»	«Прощай – и будешь свободен»	
10	Благодаря тому, что совершил Христос (спас нас)	Благодаря тому, что совершаю я (прощаю обидчиков)	
11	Божий дар всем людям	Мой дар любому, кто меня обидел	
12	Плата за грех – _____	Плата за грех непрощения – _____	

Выводы

Любовь Божия к нам открылась в том, что Бог послал в мир едиnorodного Сына Своего, чтобы мы получили жизнь через Него. В том любовь, что не мы возлюбили Бога, но Он возлюбил нас и послал Сына Своего в умилоствление за грехи наши (1 Иоанна, 4:9–10).

Как Богу удается прощать любые грехи?

- 1. Резюме:** просмотрите свои заметки с этого занятия и кратко сформулируйте, что нового вы узнали о Боге.
- 2. Размышление:** что сделал Бог, чтобы иметь возможность простить вам все ваши грехи? Задумайтесь об этом на минутку: каким образом Божьи поступки доказывают Его огромную любовь к вам?
- 3. Реакция:** запишите свою молитву, в которой выразите свою безоговорочную веру в крестную смерть Иисуса ради вас и сердечное принятие того факта, что Он пролил кровь, чтобы полностью заплатить за все ваши грехи. Если вы сегодня приняли Христа, поделитесь с кем-нибудь этой важнейшей вечной победой!
- 4. Решение:** через смерть Христа Бог дарует вам спасение; но Он также предостерегает, что будет вынужден вас наказывать, если вы будете упорствовать в непростении или другом грехе. Исповедуйтесь перед Богом и раскайтесь, если за вами еще осталось какое-то непростение или другие грехи; этим вы положите конец Божьему наказанию и сможете наслаждаться Его покоем, радостью и жизнью с избытком.

Что чувствует Бог, когда мы Ему не повинuemся?

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«И увидел Господь Бог, что велико развращение людей на земле и что все мысли и помышления сердца их были зло во всякое время. И раскаялся Господь, что создал человека на земле, и восскорбел в сердце Своем» (Бытие, 6:5–6).

Глубина Божьей любви к каждому из нас превышает наше ограниченное понимание. Его забота и сердечное тепло с лихвой перевешивают ту любовь, на которую способны мы. Библия говорит, что мы – Его род (Деяния, 17:29), иными словами, Его дети и главный объект Его любви. Хотя бы на минутку допуская мысль, что Бог от нас далеко или Ему нет до нас дела, мы бесконечно удаляемся от истины. Божье сердце настолько вовлечено в нашу жизнь, что любые наши действия прямо на Него влияют. Именно по Своей глубокой любви к людям Бог «восскорбел в сердце Своем», когда своим образом жизни они Его подвели. Наше непослушание всегда ранит Его сердце.

Писание наполнено примерами того, как наши решения и действия вызывают у Бога те или иные чувства. Иногда Библия позволяет нам увидеть, как Бог радуется, когда Его дети повинуются Ему и любят Его всем сердцем. К сожалению, есть много других случаев, где Бог скорбит и сокрушается, поскольку Его любимые дети Его не слушают и восстают против Него.

Почему Божьи чувства так сильно зависят от нас, простых смертных? Да потому, что Он – наш Небесный Отец,

а мы – Его дети! Он еще больше нам Отец, чем наши земные отцы, если можно так выразиться. Его отцовская любовь к нам превышает понимания. Поэтому, хоть Он и Бог, Его сердце уязвимо. Ему очень больно, когда мы грешим против Него.

Каким же образом Всемогущий Бог прощает нас с вами за те множественные ранения, которые мы Ему наносим? Чтобы хотя бы отчасти понять, как Ему сложно и больно, представьте, как страдают любящие родители, когда против них бунтуют своевольные и непослушные дети. Чем больше любовь, тем сильнее болят раны.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Вспомните, какие чувства вы испытывали, когда вас сильно обидел самый дорогой для вас человек. А теперь вспомните те случаи и времена, когда вы грешили и восставали против своего Небесного Отца. Случалось ли вам разбивать Его сердце?

Как реагирует Бог на наши грехи и непослушание?

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Все согрешили и лишены славы Божией» (Римлянам, 3:23).

В нашем обществе принято приуменьшать серьезность и последствия греха.

К сожалению, слишком много людей презирает и списывает со счетов данный нам Богом моральный кодекс – Его святой стандарт для нашей жизни. Судя по всему, большая часть населения Земли не просто нивелирует Божьи нормы, но и пытается заменить их полной противоположностью.

Но, что бы мы себе ни думали, это не изменит вечных Божьих стандартов.

Грех – это реальность, грех – это серьезно. Когда мы грешим, мы разбиваем сердце Бога.

Бог свят, и в Нем нет греха. Когда мы грешим против Бога, бунтуя против Его воли и природы, мы навлекаем на себя Его суд и наказание. Это отцовское наказание не отменяет Его любви к нам; тем не менее, при таком поведении мы временно становимся союзниками тьмы, а не Бога. Если мы не стремимся к Его целям и не повинемся Его доброй воле, значит, мы боремся против Бога, ведь получается, мы живем во грехе и непослушании, противостоя Ему лично.

Нельзя легкомысленно относиться ко греху. Грех вызывает у Бога ярость по отношению к нам. Грех требует наказания. Единственное условие, при котором мы сможем избежать Божьего гнева и справедливой кары, – это если Бог Сам решит простить нам наши

грехи. Непрощенный грех не оставляет Богу никаких других вариантов, кроме наказания. Если бы Он просто закрыл глаза на грех, это бы противоречило Его справедливой и праведной природе. Он не может и не станет этого делать, как и «подмигивать» в ответ на наши «шалости». Либо Его гнев будет чем-то смягчен (мы поговорим об этом завтра), либо он выльется на нас.

Наконец, следует заметить, что плата за грех чрезвычайно велика для нас. Библия говорит, что плата за грех – смерть. Физическая смерть, несомненно, но еще важнее – смерть духовная. Если Бог не простит нас, нас ожидает вечность в аду в отделении от Бога. Чем бы мы ни занимались в своей жизни, мы должны озаботиться поиском единственного Божьего выхода из нашей затруднительной ситуации – выхода, который позволит Богу простить наши грехи. Иначе, согласно требованию Божьей справедливости, мы будем вынуждены заплатить за свой грех.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

В течение сегодняшнего дня размышляйте о своем затруднительном положении. Все мы согрешили и навлекли на себя гнев Божий. Только найдя Божий выход и приняв Его решение проблемы, мы можем обрести вечное прощение.

Как Бог переживал Свою скорбь и раны, нанесенные Его детьми?

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Ибо возмездие за грех – смерть» (Римлянам, 6:23).

Когда другой человек своим отношением или действием наносит нам глубокую рану, бывает очень сложно открыть свое сердце и простить его. Увы, некоторые из нас приняли решение (осознанное или неосознанное) не прощать обидчика до конца своих дней. Но что если бы Бог закрыл Свое сердце и решил никогда нас не прощать? А ведь с Его стороны это было бы вполне оправданно.

Только подумайте, сколько любви в сердце нашего Небесного Отца! Люди, которых Он так сильно любит, ранили его не раз и не два, а многократно. Он многое претерпел от рук каждого человека, когда-либо жившего на земле. Однако, вопреки невероятной боли, Бог не стал закрывать Свое сердце от Своих любимых детей. Его сердце всегда оставалось открытым и готовым прощать всех и каждого из нас.

Бог любит человечество так сильно, что захотел найти решение проблемы нашего греха и непослушания. Но еще в Эдемском саду он постановил, что наказанием за грех против Него должна быть смерть. Ничего не изменилось. Наказанием (платой) за грех так и остается смерть. Иными словами, приговор окончателен. Что бы мы ни делали, это не отменит и не изменит смертной казни за грех.

Тем не менее, в Своей гениальности, Бог нашел решение, удовлетворяющее все требования. Он не мог отменить собственное постановление о плате за грех, но знал, что должен быть выход. Он не мог смириться с мыслью о том, что навсегда утратит Своих любимых детей! Что же это за выход? Нужно было найти человека, который ни разу не согрешил, но согласился бы занять место осужденных. Того, кто умер бы вместо грешников и своей невинной кровью исполнил бы все требования Божьей справедливости.

Но, увы, среди людей не нашлось абсолютно никого безгрешного – «все согрешили». Никто не мог умереть взамен других, так как должен был понести свое собственное наказание. Люди по-прежнему не слушались Бога, Он по-прежнему гневался на них – что же могло смягчить Его гнев? Ему нужна была полная оплата – так, чтобы Он сказал: «Довольно! Цена уплачена сполна, Я больше не гневаюсь. Ты прощен за всё и навсегда». Завтра мы узнаем удивительное Божье решение.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Только когда мы пойдем всеми фибрами души, что мы – грешники в глазах Бога и не имеем другого выбора, кроме как расплачиваться за свой грех вечной смертью в аду, – только тогда мы сможем оценить несказанную благодать Божью в Его плане спасения.

Прощение – величайший дар Божий

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Но Бог Свою любовь к нам доказывает тем, что Христос умер за нас, когда мы были еще грешниками. Поэтому тем более ныне, будучи оправданы кровью Его, спасемся Им от гнева. Ибо если, будучи врагами, мы примирились с Богом смертью Сына Его, то тем более, примирившись, спасемся жизнью Его» (Римлянам, 5:8–10).

Где-то в вечных чертогах Бог Отец обратился к Иисусу Христу, Своему едиnorodному Сыну, и сказал: «Хочу попросить Тебя принести Свою жизнь в жертву за Моих детей, которые согрешили и разбили Мое сердце. Вопреки их греховным поступкам, Я очень люблю каждого из них и всей душой хочу снова обратить их сердца к Себе. Согласен ли Ты пойти на землю и заплатить цену за их проступки и прегрешения? Понести смертную казнь за все их грехи?» Иисус ответил: «Отче, Я люблю их, как и Ты, и сделаю так, как Ты скажешь». Во время, предсказанное пророками, Иисус оставил небесную славу и отправился на землю, чтобы пострадать за всех людей и искупить их грехи на кресте.

На кресте избитый, израненный, истекающий кровью Иисус слышал шепот Отца (эти слова не приведены в Библии, но их можно себе представить): «Сейчас Я беру все грехи человечества, от Адама до последнего человека на земле, – все грехи прошлого, настоящего и будущего, – и Своей властью возлагаю их на Тебя. Ты расплачиваешься за грехи всех людей, хотя Сам безгрешен. Благодаря Твоей самоотверженной жертве мир сможет получить величайший дар: прощение грехов и вечную жизнь вместе с Нами!»

Бог Отец продолжает: «Люди поймут: Я так возлюбил мир, что отдал Сына Своего едиnorodного, дабы всякий, верующий в Него, не погиб, но имел жизнь вечную» (Иоанна, 3:16, перефразировано).

Получив столь невероятный дар, что мы должны ответить Богу? Должны ли мы трудиться, стараясь «отработать» свою часть грехов, приведших Иисуса на крест? Конечно же, нет – это невозможно! Иисус объявил небу и земле: «Свершилось». Никакие наши добрые дела ничего не прибавят к тому, что уже свершилось две тысячи лет назад благодаря Иисусу. Дорогой друг, Бог ожидает от нас только одного: чтобы мы приняли дар искупительной смерти Христа за наши грехи и обрели спасение!

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Если вы еще никогда не принимали Христа как своего Спасителя, сделайте это сейчас. Молитесь так: «Дорогой Боже, спасибо, что ты послал на землю Своего Сына Иисуса Христа, чтобы Он умер за мои грехи. Пожалуйста, прости меня за то, что я не слушался Тебя и причинял Тебе боль. Я верю, что Христос умер за меня. Пожалуйста, войди в мою жизнь сегодня. Будь моим Спасителем и Господом. Во имя Иисуса, аминь».

Как же так – Бог прощает мне все грехи и одновременно не прощает непрощения?

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Ибо если вы будете прощать людям согрешения их, то простит и вам Отец ваш Небесный, а если не будете прощать людям согрешений их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших» (Матфея, 6:14–15).

Когда мы уверовали в Иисуса Христа, Бог простил нам все грехи. Прямым следствием Его прощения является наше вечное спасение – через крестную смерть Христа мы освобождены от наказания и от власти греха и смерти. Чудесным образом мы перешли из царства сатаны в Царство Иисуса Христа. Нам дана новая природа, и мы больше не своевольные Божьи потомки, а Его нежно любимые дети, принятые в Его вечную семью. В вечности нас ждет не ад, а рай на небесах.

Однако Библия говорит и о втором виде прощения, помимо вечного спасения. Это прощение касается жизни не на небесах, а на земле. Прощение первого вида означает искупление грехов и жизнь вечная; прощение второго вида означает беспрепятственные отношения с Богом, пока мы еще находимся здесь, на земле. Именно такое прощение имел в виду Иисус, когда говорил, что Бог простит нас только в том случае, когда мы прощаем других людей (Матфея, 6:14–15).

Прощение – это наша задача, доброе дело, которое мы должны совершить. Поскольку спасение не зависит от наших добрых дел (Ефессянам, 2:8–10), можно быть уверенным, что речь идет именно о прощении второго вида. Вечное прощение – незаслуженный Божий дар; прощение, ведущее

к беспрепятственным отношениям, требует от нас определенных действий.

Взгляните на это под таким углом: если вы – христианин, все ваши грехи будут прощены в вечной жизни; однако ваш грех непрощения не будет прощен, пока вы не простите своего обидчика. Одно на другое не влияет. Вечное прощение гарантирует вам вечную жизнь на небесах, тогда как прощение других людей приносит восстановление отношений и отмену Божьего наказания. Первое прощение открывает нам доступ к Богу, а второе – делает его беспрепятственным изо дня в день.

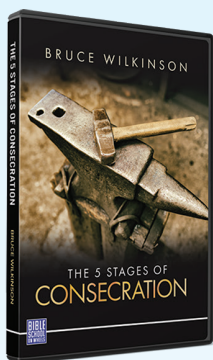
Поскольку мы – прощенные Божьи дети, Он ожидает, что мы будем уподобляться Ему во всем – в том числе и прощать своих обидчиков. Если вы не прощаете других Божьих детей – это совершенно неприемлемо, особенно с учетом того, что пришлось претерпеть Богу, чтобы простить нас, – смерть Своего единородного Сына.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

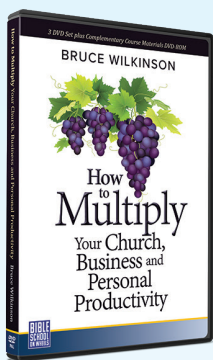
Сегодня, не сдерживая себя, порадитесь тому, что Бог простил вам все грехи! Поблагодарите Бога за бесценный дар спасения в Иисусе Христе. Пообещайте, что больше не будете таить в своем сердце непрощенных обид – никогда, ни на одного человека!

ДЕСЯТЬ КУРСОВ №2 ОТ «БИБЛЕЙСКОЙ ШКОЛЫ НА КОЛЕСАХ», КОТОРЫЕ ОБУЧАТ, ВДОХНОВЯТ И УКРЕПЯТ ВАС

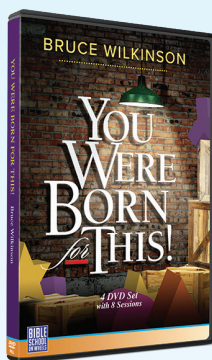
5 КЛЮЧЕВЫХ КУРСОВ



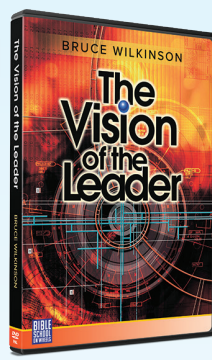
The 5 Stages of Consecration



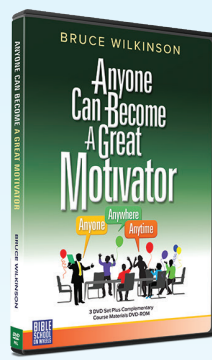
How to Multiply Your Church, Business, and Personal Productivity



You Were Born for This!

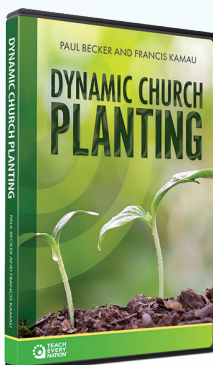


The Vision of the Leader

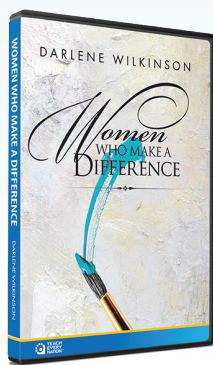


Anyone Can Become A Great Motivator: Anyone, Anywhere, Anytime

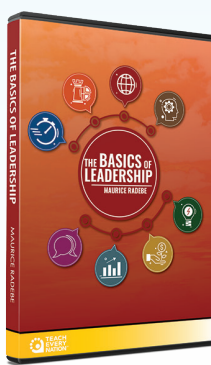
5 ВЕБ-КУРСОВ НА ВЫБОР



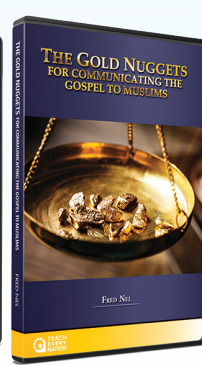
Dynamic Church Planting



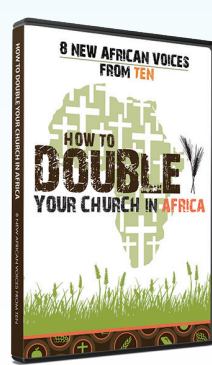
Women Who Make A Difference



The Basics of Leadership



The Gold Nuggets for Communicating The Gospel to Muslims



How to Double Your Church in Africa

Visit TENCourses.org to learn more about **Bible School On Wheels**.



LifeChanging Curriculum. Local and Global Impact.



ЧАСТЬ 4

КАК ПРОСТИТЬ СЕБЯ

ЗАНЯТИЕ 7

Шаги к тому,
чтобы простить себя

Holy Bible

Что если вы не прощаете себя?

Введение

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

1

Молитвы без ответа, отсутствие чудес

Иисус, отвечая, говорит им: «Имейте веру Божию, ибо истинно говорю вам, если кто скажет горе этой: “Поднимись и ввергнись в море” – и не усомнится в сердце своем, но поверит, что сбудется по словам его, – будет ему, что ни скажет. Потому говорю вам: всё, чего ни будете просить в молитве, верьте, что получите, – и будет вам. И когда стоите на молитве, прощайте, если что имеете на кого, дабы и Отец ваш Небесный простил вам согрешения ваши. Если же не прощаете, то и Отец ваш Небесный не простит вам согрешений ваших» (Марка, 11:22–26).

ЧАСТЬ ВТОРАЯ

2

Как непорочение портит вам жизнь

- 1 С каждой новой обидой или проступком у вас укрепляется привычка – не _____.
- 2 Вы боитесь, что вам снова причинят боль, и строите стены вокруг _____.
 - 2.1. Вы строите стены вокруг сердца, чтобы люди не причиняли вам боль.
 - 2.2. Вы испытываете медленную смерть и увядание эмоций.
 - 2.3. У вас все меньше и меньше позитивных чувств и любви.
 - 2.4. Вы замечаете, что ваше сердце ожесточилось и утратило чувствительность.
 - 2.5. Если вас снова пытаются обидеть, в ответ вы лишь укрепляете стены вокруг своего сердца.
- 3 Вы не доверяете людям и превратно истолковываете их действия и _____.
- 4 У вас развиваются неуверенность в себе, низкая самооценка и страх перед _____.
- 5 Вы постоянно пытаетесь выгородить себя и обвинить во всем других, часто впадаете в _____ к себе.
- 6 Вас одолевают тревоги и уныние; вы прибегаете ко греху в попытках _____.
- 7 У вас не выходит наладить отношения с Богом, и вы чувствуете себя _____.

Что переживает человек, не прощающий себя

Стадии скользкой дороги непрощения и их отражение в жизни человека, не прощающего себя

Стадия 1: _____ **себя.** Вам кажется, что вы никогда не простите себе содеянное (будь то умышленно или нечаянно), поскольку оно повлекло за собой ужасную боль или необратимые последствия. Ваш плохой поступок постоянно всплывает у вас в памяти в самых черных тонах. Вы не находите себе прощения за то, как поступили с самим собой или другими людьми.

Стадия 2: _____ **на себя.** Со временем, ощущая себя в западне, вы пытаетесь подавить болезненные воспоминания. Вы часто испытываете необъяснимую злость и иногда «взрываетесь» по малейшему поводу. Или же, продолжая подавлять чувства, вы страдаете от затяжной и все более усугубляющейся депрессии.

Стадия 3: _____ **по отношению к себе.** На этой стадии непрощение накладывает отпечаток на вашу личность. Вы становитесь человеком жестким, недоверчивым, вздорным, угрюмым, отстраненным. Внутреннее напряжение часто становится таким невыносимым, что вы рассматриваете для себя любые источники утешения, в том числе греховные привычки и неуместные отношения.

Стадия 4: _____ **в свой адрес.** Вы плохо о себе говорите – вначале во внутреннем диалоге, а затем и в разговорах с другими людьми. «Я ничего не стою, я идиот(ка), я безнадежно испорчен(а), у меня никогда ничего не выйдет». Ведь вы прекрасно помните, что натворили.

Стадия 5: _____ **на себя.** Вы ведете счет всем своим «глупостям» и «плохим поступкам» – даже мелким, даже неумышленным. То, что раньше никогда вас не беспокоило, теперь видится причиной прошлых и будущих неудач. Вы приписываете своим былым ошибкам или грехам множество причин, которые лишь укрепляют вас в негативизме и чувстве собственного ничтожества. На этой стадии буйным цветом расцветают зависимости (от порнографии, алкоголя, наркотиков и т. д.), склонность к физическому или сексуальному насилию, злоупотребление рецептурными препаратами (например, от тревожности) – что угодно, только бы временно ослабить ваше внутреннее напряжение.

Стадия 6: _____ **к себе.** Все жизненные события подтверждают, что вы ничего не стоите – вы чувствуете себя неполноценным, плохим, некомпетентным, недостойным любви. Вам тяжело оставаться наедине с собой и еще тяжелее быть рядом с другими людьми – вас гложут страхи и неуверенность. Если бы только эти люди знали, что вы наделали, они не стали бы даже с вами разговаривать. Ненависть к себе – ужасное чувство, порождающее лишь боль и мучения. Вас постоянно искушают деструктивные действия (выпивка, наркотики, беспорядочный секс) – а может, вы уже давно поддались этим искушениям («Кому я нужна, кроме как для секса?»). Вероятно, вы замыкаетесь в себе, ощущая безнадежность и будучи не в силах что-либо изменить.

Стадия 7: _____ **себе самому.** Ваше внутреннее желание заставить себя заплатить за содеянное перерастает в действия. Вы не способны принимать собственные успехи, так как постоянно испытываете нужду расплачиваться за свои ужасные проступки. Вы сами саботируете свой успех, осознанно или неосознанно – нарываетесь на увольнение с работы, залезаете в долги, портите и разрываете многолетние отношения. Возможно, вы скрываете от других свое крайне деструктивное поведение, такое как расстройства питания, нанесение себе ран или суицидальные мысли. Возможно, вы даже предпринимаете попытки самоубийства.

Выводы

Что если вы не прощаете себя?

- 1. Резюме:** если вы не прощаете себя за проступки, повредившие другим людям или вам самим, в вашей жизни появляется много негативных последствий. Просмотрите раздел «Как непощение портит вам жизнь» и прокомментируйте, какие последствия вы замечали у себя и в какой форме.

- 2. Размышление:** простить себя порой бывает сложнее, чем других людей. Как вы думаете, почему? Есть ли за вами проступки, которые вы до сих пор себе не простили? Запишите их ниже (можно обозначить лишь условно или записать в другом месте, где никто не увидит).

- 3. Реакция:** перечитайте таблицу, где описаны семь стадий скользкой дороги непощения применительно к непощению себя. Возможно, вы пытались подавить какие-то из этих чувств глубоко внутри, но они никуда не делись и продолжают пагубно на вас влиять. На следующем занятии нам предстоит сделать шаги к прощению себя; пока же запишите молитву, в которой выразите желание простить себя за все совершенные проступки.

- 4. Решение:** разве кому-то захочется переживать все эти муки на скользкой дороге непощения? В ваших силах уберечь от них себя – а для этого пообещайте ни дня не таить непощение в своем сердце. Почему бы вам не составить текст собственного обещания на эту тему?

МОЛИТВЫ БЕЗ ОТВЕТА

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«И когда стоите на молитве, прощайте, если что имеете на кого, дабы и Отец ваш Небесный простил вам согрешения ваши» (Марка, 11:25).

Пару недель назад я выступал на Национальном дне молитвы в Вашингтоне. Мое выступление называлось «Что мешает Богу ответить на наши молитвы» и основывалось на тексте из Евангелия от Марка (11:25). Замечаете ли вы, что Христос устанавливает однозначную связь между молитвой и прощением? Он совершенно ясно говорит: когда начинаете молиться, первым делом убедитесь, что не таите ни на кого обиды – а иначе Бог не простит вас и, уж конечно, не ответит на ваши молитвы!

Много лет назад в небольшой церковной общине в нашем городе должно было состояться молитвенное собрание. Пастор приехал заранее, в половине седьмого, чтобы открыть помещение. Он вставил ключ в замок, повернул его и дернул за дверную ручку. На удивление, он смог приоткрыть дверь лишь сантиметров на десять – дальше ее что-то не пускало. Пока он пытался отворить эту дверь и так, и сяк, пробило семь часов. Собравшиеся прихожане топтались вокруг, но никто не мог попасть в здание. Наконец пастор дернул за ручку изо всех сил – и дверь распахнулась. Но оказалось, что внутри их поджидает еще более серьезная проблема.

Зайдя в здание, пастор обнаружил, что в церкви нет электричества. Чтобы найти причину, он вооружился фонариком, взял с собой еще нескольких мужчин и пошел

в подвал взглянуть на старый распределительный щиток. Как оказалось, в нем не хватало одного автоматического выключателя. Без него цепь не замыкалась, электрики не было, и собрание так и не состоялось.

К сожалению, все это было делом рук одного обиженного прихожанина. Это он украл старинный выключатель, которому очень сложно было найти замену, а уходя, закрыл дверь на цепочку.

Церковь несколько дней была обесточена, пока к пастору не пришел воришка собственной персоной. Он сожалел о своем поступке и просил прощения у пастора и всей общины – и, разумеется, вернул выключатель. Его простили, выключатель установили на место и – ура! – всё снова заработало.

Мораль этой истории такова: этот обиженный человек принес ущерб всей церкви – так же, как обида и непощение вредят нам. Они мешают нам ощутить всю силу молитвы, в ответ на которую Бог вершит в нашей жизни невероятные чудеса.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

На месте ли в вашей жизни выключатель «прощение», позволяющий Божьей силе свободно течь через вас? Если нет, его нужно немедленно установить на место, то есть простить себя и других. В таком случае Божья сила потечет через вас, и ваши молитвы будут отвечены.

Как непощение портит вам жизнь (часть 1)

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«То вы, прилагая к этому все старание, покажите в вере вашей добродетель, в добродетели рассудительность, в рассудительности воздержание, в воздержании терпение, в терпении благочестие, в благочестии братолюбие, в братолюбии любовь» (2 Петра, 1:5–7).

Каждый из нас иногда действует не задумываясь, словно на автопилоте. Например, суперзвезда НБА баскетболист Леброн Джеймс перед началом каждой игры подходит к судейскому столику, обильно посыпает руки мелом, а потом хлопает в ладоши, подбрасывая остатки мела высоко в воздух. Некоторые из нас тянутся с утра за чашкой кофе, прежде чем откроют глаза. Такие рутинные действия называются привычкой. Привычки бывают хорошие и плохие; понятно, что нас обычно беспокоят именно плохие.

Все мы знаем, как трудно избавиться от плохой привычки. Это порой сравнимо с тем, как если бы мы пытались забивать гвозди голыми руками. Главное, что помогает ослабить власть плохой привычки, – это понять ее корень и первопричину. Для этого нужно пристально понаблюдать за собой, своими поступками и переменами в поведении. К примеру, возьмем непощение. Появившись в нашей жизни, оно ведет к закреплению некоторых нездоровых привычек, которые постепенно портят нам жизнь.

Если в сердце поселилось непощение, оно производит эффект домино. Раз мы уже не простили одного человека, нам гораздо легче не простить второго, третьего и так далее. Когда привычка закрепится, непощение станет для нас нормой.

Непощение также порождает страх того, что нам причинят боль в будущем. Это заставляет нас строить стену вокруг своего сердца, чтобы никто нас больше не смог обидеть. Чем выше и толще эта стена, тем тяжелее нам даются человеческие отношения. В конце концов, наша привычка укладывать внутри кирпич за кирпичом делает из нас людей угрюмых, одиноких и вечно обиженных. Разве кому-то этого хочется? Но есть и хорошая новость! Любую плохую привычку можно искоренить – в том числе и непощение.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Есть ли у вас плохие привычки, связанные с непощением, от которых вам нужно избавиться? Если да, почему бы не простить своих обидчиков уже сегодня и не начать приобретать новые, полезные привычки?

Как непощение портит вам жизнь (часть 2)

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Светильник тела есть око. Итак, если око твое будет чисто, то все тело твое будет светло» (Матфея, 6:22).

Восприятие – мощная сила. От нашего восприятия зависит то, как мы видим себя и других. Оно также влияет на наши убеждения относительно того, как следует жить. Чтобы в нашей социальной, эмоциональной и духовной жизни царил порядок, нужно четко видеть, что к чему, и правильно воспринимать происходящее. Если же глаза застилает пелена непощения, наше восприятие непременно будет искажено, говорит Христос. Из-за непощения мы видим жизнь не такой, как она есть на самом деле, и не видим волю Божью. Мы и сами изменяемся, чтобы выжить во враждебной среде и сердечных муках, вызванных опять-таки непощением.

Бог создал людей и заповедал нам любить друг друга. Сложно любить других, когда в каждом человеке мы видим потенциального обидчика. Не умея доверять, мы часто неправильно толкуем действия и мотивы другого человека.

Если же мы не прощаем самих себя, это также искажает наш взгляд на мир, но, кроме того, себя мы тоже воспринимаем неадекватно. Глядя на себя через призму непощения, мы получаем весьма искривленную картину, полную обиды и даже ненависти к себе. Мы становимся

робкими и боязливыми. Наша уверенность в себе улетучивается, ведь мы только и видим, что свои прошлые ошибки, грехи и раны, которые нанесли другим и себе. Постоянно видя этого неудачника в зеркале, мы действительно меняемся в худшую сторону – под деструктивной силой непощения и вопреки Божьей воле.

Если угрызения совести годами не дают нам покоя, мы впадаем в уныние и депрессию. Поскольку мы себя не любим, мы держимся обособленно даже с лучшими друзьями. Со временем все это укрепляет нас в чувстве, что Сам Бог нас оставил.

Сегодня у нас есть выбор: мы можем простить и разбить кривое стекло, мешающее нам видеть истину. Тогда мы увидим человека, которым хочет нас видеть Бог, – прощенного и здорового, исполненного Божьего мира и радости. Непощение себя нам слишком дорого обходится, разве не так?

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

«Господи, помоги мне сегодня же простить себя! Верни мне утраченный душевный покой и радость!»

Скользкая дорога непрощения себя – стадии 1–4

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Если исповедуем грехи наши, то Он, будучи верен и праведен, простит нам грехи наши и очистит нас от всякой неправды» (1 Иоанна, 1:9).

Тамара стояла в центре пасторского кабинета, сверля глазами потолок. Ее губы дрожали; было видно, что она еле сдерживает слезы. Уже несколько лет она не переступала двери этого кабинета – не потому, что ее не хотели там видеть, а потому, что она сама себя не прощала.

Тремя годами раньше Тамара была активной участницей церковного служения. Ей отлично удавалась работа с молодыми женщинами, и Бог через нее коснулся множества сердец – до того ужасного дня, который все изменил. Тамара отдала бы все на свете за возможность прожить тот день иначе, но увы, время не вернуть.

Тогда она решила, что служению необходимы некоторые перемены. Она составила программу действий и с огромным энтузиазмом изложила ее пастору. Пастор поблагодарил ее за идеи, но, подумав, решил их не воплощать. Тамара была вне себя от гнева! Она вслух обвинила пастора в упрямстве, узколобости и отсутствии лидерских способностей, после чего удалась, громко хлопнув дверью.

Прошло несколько лет, но вина за содеянное никак ее не отпускала. Хотя пастор и другие сотрудники давно ее простили, Тамара не могла

простить себя. Каждый день ее разбирала злость, а холодок горечи леденил душу. Ее самооценка упала как нельзя ниже. Тамара уже летела сломя голову по начальным стадиям дороги непрощения: вот гнев, вот горечь, а вот и злословие (во внутреннем диалоге она ругала себя на чем свет стоит).

Снова и снова, уставившись в потолок пасторского кабинета, она бормотала: «Я все испортила! Как я могла... Какая же я дура! Никогда себя не прощу!» Напрасно пастор пытался ее утешить – она упорствовала в нежелании себя простить. По сей день она несчастна и озлоблена просто потому, что отказывается подарить себе столь необходимый дар прощения. Как велико ее страдание – но еще больнее от того, что оно совершенно излишне.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Как вы думаете, почему нам так сложно прощать себя, даже если мы знаем о печальных последствиях непрощения? Загляните в самые потаенные глубины своей души – есть ли там еще непрощение по отношению к себе? Избавьтесь от этой инфекции немедленно.

Скользкая дорога непрощения себя – стадии 5–7

ЧТО ГОВОРIT БОГ

*«Поэтому кто думает, что он стоит, берегись, чтобы не упасть»
(1 Коринфянам, 10:12).*

Если мы так и не прощаем себя, мы переходим на последние стадии скользкой дороги непрощения: глубокая обида, ненависть и месть (все это – по отношению к себе). Обижаться на себя – все равно что установить у себя в уме видеоплеер, который будет постоянно проигрывать записи наших грехов и ошибок. Даже мелкие оплошности, которые нас особо не беспокоили, при многократном повторе раздуваются до размера крупных неудач. Эти «видеозаписи» преследуют нас по ночам и нередко толкают к вредным привычкам и зависимостям, приносящим кратковременное облегчение.

Ненависть к себе высмеивает и обесценивает нас как личность. С длинным списком своих ошибок и грехов мы безжалостно на себя накидываемся – до тех пор, пока антипатия к себе не сменяется глубоким отвращением. Мы теряем способность принимать любовь и не верим, что кто-то нас высоко ценит, – ненависть к себе этого не допускает. Мы стараемся убежать от болезненной действительности всеми вредными способами, если они приносят хоть минуту передышки (это могут быть наркотики, алкоголь, порнография, нанесение себе ран и т. д.).

К тому времени, когда мы достигаем стадии самомщения, мы уже полностью убеждены, что заслуживаем самого сурового наказания за свои ужасные проступки или качества. Мы обидели

слишком многих людей; мы разрушили свою жизнь. Поэтому мы переходим к действиям и наказываем себя за то, что так никчемны и ужасны. Месть себе самому – крайне опасная стадия, ведь многие действительно причиняют себе серьезный ущерб. Это очень печально, ведь на самом деле нужно лишь одно – выпустить себя из темной внутренней тюрьмы и простить себе все проступки, один за другим. Когда мы это сделаем, у нас не останется никаких оснований для обиды, ненависти или мести.

Помните, в детстве все обычно хотели съехать с самой высокой горки на детской площадке? Как-то раз я ждал своей очереди у такой горки, – мне было лет семь-восемь, – как вдруг дорогу мне заступил один приятель. «Эй, слушай, – сказал он, – ты лучше пока не съезжай! На этой горке только что кто-то сильно разбился!» Дорогой друг, позвольте мне сегодня сыграть для вас роль того приятеля. Отойдите от опасной горки непрощения себя. Бог не хочет, чтобы вы разбились.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

На какой из этих стадий (гнев, горечь, злословие, обида, ненависть, месть – все по отношению к себе) вы, возможно, сейчас находитесь? В одном можно не сомневаться: следующая стадия еще хуже. Почему бы вам не простить себя прямо сейчас и не сойти с этой скользкой дороги?

ВЫПОЛНЕНИЕ МИССИИ «НАУЧИТЕ ВСЕ НАРОДЫ»



Teach Every Nation (TEN) exists to grow Christianity in every nation as quickly and as effectively as possible, including the USA, nations of Africa, India, China and Latin America.

We do this by teaching practical Bible-based video courses at thousands of TEN sites globally, establishing a growing number of self-reliant Bible Schools, and providing "live" in-person teaching to more than 2,500 pastors and leaders on our beautiful 2,500-acre Game Park Campus in the awe-inspiring Limpopo Province of South Africa.

The exponential growth of Teach Every Nation since its founding in 2013, delivering training courses to 250,000 pastors and leaders in nearly 50 countries at 5,000+ TEN Training Centers, confirms the Lord's approval and abundant blessings as a global movement of God -- and a strategic part of fulfilling the Great Commission.

Please visit us at teacheverynation.org to learn how you can help Christianity
"Win the race for the hearts of the world!"



Lifechanging Curriculum. Local and Global Impact.



ЧАСТЬ 4

КАК ПРОСТИТЬ СЕБЯ

ЗАНЯТИЕ 8

Шаги к тому,
чтобы простить себя

Holy Bible

Шаги к тому, чтобы простить себя

Введение

Иисус сказал ему: «Истинно говорю тебе, что в эту ночь, прежде нежели пропоет петух, трижды отречешься от Меня». Говорит Ему Петр: «Хотя бы надлежало мне и умереть с Тобой, не отрекусь от Тебя». Подобное говорили и все ученики. Тогда он начал клясться и божиться, что не знает Сего Человека. И вдруг запел петух. И вспомнил Петр слово, сказанное ему Иисусом: «Прежде нежели пропоет петух, трижды отречешься от Меня». И, выйдя вон, плакал горько (Матфея, 26:34–35, 74–75).

1 ЧАСТЬ ПЕРВАЯ Подготовка к тому, чтобы простить себя

1 _____, что сегодня непременно себя простите.

2 _____ раны, которые вы нанесли другим, но косвенно они повлияли и на вас тоже.

«Боже, прошу, чтобы Ты показал мне те раны, которые я нанес другим людям, но, возможно, не заметил, что и сам при этом поранился. Пожалуйста, направь мои мысли к тем событиям или поступкам, за которые мне нужно простить себя».

Имя	Как вы ранили этого человека?	Что вы чувствуете по этому поводу?

3 _____ раны, которые вы нанесли исключительно самим себе.

«Боже, я также прошу, чтобы Ты показал мне те раны, которые я нанес сам себе. Пожалуйста, направь мои мысли к тем событиям или поступкам, за которые мне нужно простить себя».

Каким именно поступком вы нанесли себе рану?	Что вы чувствуете по этому поводу?

2 ЧАСТЬ ВТОРАЯ

Процесс прощения себя

Шаг 1 _____ сердце к тому, чтобы простить себя.

«Я осознанно выбираю больше не прикрывать свое сердце от ран, которые я нанес себе своими проступками против себя или других людей; я открываю сердце к тому, чтобы простить себя, обрести свободу и положить конец своим терзаниям».

Шаг 2 _____ сострадание к самому себе.

«Я не совершенен; я ошибаюсь и грешу, как и каждый человек на земле. Я делаю выбор в пользу послушания Христу и хочу полюбить себя настолько, чтобы относиться к себе с милостью, благодатью и состраданием. Я признаю действительность и больше не отрицаю своих проступков, равно как и необходимости простить себя». Вспомните наибольшие раны, которые вы себе нанесли, и опишите ниже, что происходило тогда в вашей жизни. Проявите к себе сострадание, благодать и милость.

Что именно вы сделали?	Выразите сострадание к самому себе

Шаг 3 _____ себя на свободу из вашей внутренней тюрьмы.

«Теперь я открываю двери своей внутренней тюрьмы и выпускаю себя на свободу. Я больше не презираю себя за то, что я сделал. Я признаю действительность и больше не отрицаю своих проступков, но и не сужу себя за них».

- 3.1. Представьте, как вы стоите снаружи у железной двери своей внутренней тюрьмы.
- 3.2. Также представьте, что вы сидите по другую сторону – в тюремной камере.
- 3.3. Представляя себя снаружи, выразите узнику свое сострадание.
- 3.4. Представьте, как вы открываете двери своим ключом и говорите: «Я выпускаю себя на свободу, несмотря на все свои поступки!»
- 3.5. Представьте чудесное чувство свободы, охватывающее вас.
- 3.6. Представьте, как вы плачете, сожалея о своих проступках, – а затем радуетесь освобождению!

Шаг 4 _____ себе все грехи, ошибки и проступки.

Помните, что вначале необходимо выпустить себя на свободу из внутренней тюрьмы, а затем уже простить себя за каждый проступок.

«Я прощаю себя за те раны, которые я нанес другим людям и самому себе. Что бы то ни было, – ужасная ошибка или серьезный грех, – я полностью прощаю себя за все содеянное. Я признаю действительность и становлюсь на путь к полному исцелению. Я прощаю себя за то, что ранил (имя), когда _____. Я прощаю себя за то, что ранил самого себя, когда _____».

Шаг 5 Принесите _____ и компенсируйте ущерб тем, кому это причитается.

«Я больше не буду избегать упоминания о своих проступках, ранивших других людей. Я принесу им свои извинения и попрошу, чтобы они простили меня, как я простил себя. Если я что-то украл или испортил, я возмещу ущерб, приложив все усилия, чтобы пострадавшая сторона осталась довольна. Смирненно прося о прощении, я помогу тем, кого обидел, простить меня и освободить от всех долгов и вины за совершенные проступки».

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ

Внутренний мир – следствие прощения себя

Молитва Исповедуйте свои грехи перед Богом и попросите, чтобы Он вас обильно благословил.

«Дорогой Боже, я исповедую перед Тобой свои грехи непрощения себя, гнева, горечи, злословия, обиды, ненависти и мести – все это в свой собственный адрес, чтобы заставить себя заплатить за содеянное зло. Я принимаю тот факт, что Христос заплатил за мои грехи в вечности и что Ты уже наказал меня за непрощение здесь на земле. Теперь я понимаю, что зря страдал, мстя самому себе за свои грехи и ошибки. Я сам причинил себе эти страдания, тогда как Тебе они были неуютны. Пожалуйста, прости меня и очисти от всякой неправды! Благослови меня во всех областях жизни, ведь теперь в моей жизни больше нет места непрощению. Во имя Иисуса, аминь».

Выводы

Как себя проверить? Проверочное утверждение: «Перед лицом Бога я простил себя за все».

Произнесите эти слова, чтобы проверить, не осталось ли за вами непрощения в свой адрес – вы ведь не хотите страдать дальше. Возможно, Дух Святой напомнит вам то, что вы позабыли и за что нужно простить себя. Тогда повторите весь процесс и снова произнесите проверочное утверждение – и так до тех пор, пока вам больше не вспомнится ни один свой проступок, а в душе не воцарится мир. Это сигнал о том, что ваши истязания окончены.

Шаги к тому, чтобы простить себя

- 1. Резюме:** нарисуйте творческую схему или иллюстрацию на каждый из пяти шагов к прощению. Подпишите каждый шаг на рисунке.

- 2. Размышление:** один из важнейших секретов того, как себя простить, лежит в сострадании к самому себе. Вы достойны получить собственное прощение! Вспомните все стороны своей жизни и назовите три причины, почему вы на самом деле достойны того, чтобы самому себе посочувствовать.

- 3. Реакция:** простили ли вы себя за все? Произнесли ли проверочное утверждение? Если да, то Божий мир уже начал снисходить на вас. Почему бы вам не записать молитву, в которой вы поблагодарите Бога за Его прощение и за дарованное вам мужество, чтобы вы могли сами себя простить? Он заслуживает вашей благодарности!

- 4. Решение:** прочтите нижеследующее решение и, если вы готовы его принять, провозгласите вслух от всего сердца. «Я обещаю Богу и себе быть сострадательным и прощать себя всякий раз, когда я раню другого человека или себя. Я больше никогда не стану таить в себе непрощение в свой адрес. Аминь!»

Подготовка к тому, чтобы простить себя

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Заготовляйте себе пищу для пути, потому что спустя три дня вы пойдете за Иордан этот, дабы прийти взять землю, которую Господь, Бог отцов ваших, дает вам в наследие» (Иисуса Навина, 1:11).

Большинство важных дел в нашей жизни требуют подготовки. А что может быть важнее, чем простить себя? Поэтому крайне необходимо выделить время на то, чтобы подготовиться к этому свое сердце. Такие усилия непременно окупятся.

Спринтерский забег длится десять-двенадцать секунд – но перед каждым забегом бегун часами настраивает себя – умственно и эмоционально – на будущее состязание. Не меньше времени он тратит и на растяжку – работу с мышцами, чтобы расслабить их и показать себя наилучшим образом. Если бегун уделяет столько времени и стараний подготовке к такому краткому событию, не должны ли мы еще более старательно готовиться к важному действию, предписанному Богом? Конечно же, должны!

Подготовка сердца к прощению начинается с принятия решения. Думаю, вам известно, что решение предшествует каждому нашему действию, в том числе и тому, чтобы простить себя. Так почему бы вам не сделать это прямо сейчас – не решить, что вы непременно простите себя за всё?

В сердце своем скажите: я сегодня себя прощу. Что бы вы ни сделали

в прошлом, какую бы боль ни причинили себе и другим, сегодня вы положите конец своим мукам, потому что простите себя за всё. Если даже Петр смог простить себя за то, что отрекся от Христа, а Павел – за то, что преследовал и бросал в тюрьму первых христиан, наверняка и мы с вами сможем себя простить.

Последние два шага в подготовке сердца потребуют от вас немного самокопания. Для этого вам не понадобится лопата, но пригодится смартфон или ручка с бумагой. Пожалуйста, составьте два важных списка. В первом перечислите все раны, которые вы нанесли другим и за которые до сих пор себя не простили. Во втором запишите раны, нанесенные исключительно самому себе и больше никого не затронувшие. Пишите всё, что только вам вспомнится. Закончили списки? Теперь вы готовы прощать.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Теперь порадитесь, ведь вы подготовили свое сердце к замечательному событию! В одном предложении выразите свою благодарность Богу за то, что Он помог вам подготовиться к тому, чтобы простить себя.

Процесс прощения себя – шаги 1–2

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Итак, если Сын освободит вас, то истинно свободны будете» (Иоанна, 8:36).

Томас жил в нашем городке и ходил в нашу церковь. Бог благословил его прекрасной женой и детьми, а также небольшим собственным магазином, кормившим семью. Но однажды Томас неудачно инвестировал деньги в рискованный долгосрочный проект – и потерял всё. Магазин пришлось закрыть, и в семье начались серьезные финансовые проблемы. Денег катастрофически не хватало. Жизнь Томаса пошла под откос. От отчаяния он натворил еще больших глупостей, в частности, впал в пагубную зависимость; тогда от него ушла жена, забрав с собой детей.

Несколько лет он слонялся по улицам нашего городка, никчемный и потрепанный жизнью. Улыбка, которая раньше сияла у него на лице, сменилась печатью утраты. Много раз я пытался поговорить с Томасом о надежде и восстановлении, но он никак не мог простить себя за то, что натворил, и за ту боль, которую он причинил своей семье.

Однажды, когда пастор нашей церкви работал на лавочке во дворе, Томас подошел к нему и поделился своим последним откровением: Бог показал Томасу, что очень сильно его любит, вопреки всему. Его ценность в Божьих очах не изменилась, несмотря на все его грехи и жизненные неудачи.

Об этом стоит задуматься: независимо от нашего теперешнего состояния, Божья любовь к нам неизменна! Томасу все же удалось открыть свое сердце и простить себя за грехи и боль, причиненную семье. Благодаря Божьему состраданию, Томас сумел проявить сострадание к себе и простить себя за всё содеянное.

Шаг 1. Откройте сердце к тому, чтобы простить себя. Не прячьте всю боль внутри.

Шаг 2. Проявите сострадание к самому себе. Перестаньте осуждать и презирать себя. Как и Томас, вы должны «полюбить себя» достаточно, чтобы даровать себе милость и сострадание.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Сегодня же откройте сердце и проявите сострадание к самому себе. Подготовьтесь к шагам 3–5, которые ждут вас завтра.

Процесс прощения себя – шаги 3–5

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

*«Этот день сотворил Господь – возрадуемся и возвеселимся в оный!»
(Псалом 117:24).*

Сегодня будет отличный день. Почему? Потому что вы уже очень близки к радости и покою, приходящим от прощения самого себя. Вчера вы сделали два важных шага, а сегодня вы завершите начатое, предприняв три заключительных шага.

Шаг 3. Выпустите себя на свободу из вашей внутренней тюрьмы. Не прощая себя, вы держали себя взаперти в тюрьме своего сердца. Однако сейчас это должно измениться – пришло время освободить себя. С открытым сердцем, полным сочувствия к себе, представьте себе мрачную тюремную камеру. Отомкните железную дверь и скажите себе: «Я выпускаю себя на свободу, несмотря на все свои проступки. Я больше не сужу себя за них». А теперь представьте, как вы выходите на свободу – все еще сожалея о своих проступках, но радуясь освобождению! Выйдя из мрака тюремной камеры на теплый солнечный свет, вы приступаете к шагу 4.

Шаг 4. Простите себе все грехи, ошибки и проступки. Ранее на этой неделе вы составили списки всех своих грехов и проступков против себя и других. Пожалуйста, достаньте эти два списка. Начинайте прощать себя в порядке от наиболее тяжелого греха. Двигайтесь по списку, ничего не пропуская, пока за вами не останется

ни одного непростенного греха, ни одной непростенной ошибки.

Шаг 5. Принесите извинения и компенсируйте ущерб тем, кому это причитается. Если от ваших грехов и ошибок пострадали другие люди, вам нужно извиниться за боль, которую вы причинили. Возьмите на себя ответственность за содеянное и смиренно попросите прощения. И помните: вы отвечаете лишь за то, чтобы попросить прощения; простят ли они – это их дело и их ответственность. Если вы принесли извинения и предложили компенсировать ущерб – это все, что требует от вас Бог. Вы свободны.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

Опишите в одном предложении, как вы себя чувствовали, прежде чем прошли эти пять шагов. А теперь, во втором предложении – как чувствуете себя теперь, после того как их прошли. Какое предложение вам больше нравится?

Внутренний мир – следствие прощения себя

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«Как далеко восток от запада, так удалил Он от нас беззакония наши» (Псалом 102:12).

На протяжении всего этого процесса прощения Божье сердце оставалось открытым для вас. Он видел ваши мучения – и рад видеть, что всё это закончилось. Его воля была в том, чтобы вы никогда не страдали из-за непощения – ни одного дня, ни одной минуты. Именно поэтому Иисус дал нам эту прекрасную метафорическую заповедь – прощать «до семижды семидесяти раз»: чтобы мы никогда не попадали в руки истязателей, прощая быстро и щедро, как других, так и себя.

Теперь, когда вы уже простили всех, включая себя, пора попросить Бога простить вам грехи, связанные с непощением. Во-первых, это грехи и проступки, ранившие других людей. Во-вторых, это грехи, сопутствующие непощению себя (гнев, горечь, злословие, обида, ненависть и месть).

Молитесь так: «Дорогой Боже, пожалуйста, прости мне грехи, причинившие боль другим людям и мне самому. Я сожалею о них и прошу Тебя очистить меня и благословить тех людей, которых я обидел. Также прости, что я не прощал себя, проявлял к себе гнев и горечь, злословил себя, обижался на себя, ненавидел себя и пытался наказать себя за проступки, то есть отомстить самому себе. Спасибо, что прощаешь мне все грехи и ошибки. Во имя Иисуса, аминь».

Чудесно! Вы попросили Бога о прощении – и можете не сомневаться, что Он вас простил.

Мне вспоминается притча о девочке, которая хвалилась, что к ней приходит Иисус. Встревоженная такими заявлениями дочери, ее мать позвала епископа, чтобы тот с ней поговорил. Епископ сказал девочке: «Раз к тебе приходит Иисус, пусть Он откроет тебе мой самый большой проступок за время учебы в семинарии». Девочка ответила: «Хорошо, я спрошу Его об этом». На следующей неделе епископ пришел снова и спросил девочку, ответил ли Иисус на ее вопрос. «Да, ответил», – сказала она. – «И что же я натворил в семинарии?» – «Иисус сказал, что не помнит», – ответила девочка. Дорогой друг, если Сам Бог не помнит наших грехов, зачем же нам цепляться за них?

Теперь, когда вы попросили Бога о прощении и получили его, попросите Его еще и о том, чтобы Он благословил вашу жизнь. Открыв свое сердце для Его ответа, молитесь, как описано ниже.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

«Дорогой Боже, спасибо, что Ты простил меня! Пожалуйста, открой небесные окна и излей Свои богатейшие благословения на мою жизнь. Наполни меня Своей благодатью и милостью, даруй все блага, которые Ты приготовил для меня. Я жажду все это принять! Во имя Твоего Сына Иисуса, аминь!»

Простили ли вы себя? Проверочное утверждение

ЧТО ГОВОРИТ БОГ

«И нет творения, скрытого от Него, но все обнажено и открыто перед очами Его; Ему дадим отчет» (Евреям, 4:13).

Возможно, вам приходилось видеть, как люди ищут клады – прочесывают местность с металлоискателем в руках. Металлоискатель – это инструмент, позволяющий находить любые металлические предметы, спрятанные под растительностью и даже под землей – то, чего невооруженным глазом не увидишь.

Чтобы по-настоящему простить себя, нужно простить себе всё-всё-всё. Вы уже сделали всё, что могли, чтобы освободить свое сердце от всех грехов, ран и ошибок, которые только смогли вспомнить. Это прекрасно, поздравляю! Однако, несмотря на все наши усилия, иногда то, что нужно себе простить, ускользает от нашей памяти. Некоторые обиды закопаны глубоко в недрах нашей души. Но это не страшно – ведь Тот, Кто велел нам прощать себя, видит наши сердца и души насквозь, и ничто не скрыто от Его взора.

Бог может действовать подобно металлоискателю – давать сигнал о грехах или ранах, сокрытых от нашей непосредственной памяти. Нам крайне необходимо простить себя за всё без исключения – поэтому предлагаю вам простой инструмент, который поможет увидеть, не прячутся ли под поверхностью земли остатки непощения. Это проверочное утверждение, которое нужно непременно произнести вслух: «Перед лицом Бога я

простил себя за всё». Помолвившись этой фразой, минутку посидите в тишине. Если вам не придут на ум никакие другие непощенные проступки, значит, дело сделано – вы себя простили. Если же Бог напомнит вам что-то еще – простите себя и за это, а затем снова повторите проверочное утверждение. И так до тех пор, пока в душе не воцарится совершенный мир – это сигнал о том, что вы действительно простили себя за всё.

Помню, однажды я проповедовал о прощении, и после службы ко мне подошла женщина – поделиться радостью от того, что она полностью простила себя. Разумеется, я ее поздравил. Но на следующий вечер она снова подошла ко мне и поделилась: когда она вернулась домой, Бог показал ей, что нужно простить кое-что еще. Бог всегда нам верен, и Он непременно сообщит, если мы что-то упустили из виду.

МАКСИМИЗИРУЕМ ЭФФЕКТ

В минуту тишины и покоя воспользуйтесь проверочным утверждением, чтобы убедиться, что вы действительно простили себя за всё. Провозгласите: «Перед лицом Бога я простил себя за всё». Если вы о чем-то забыли, Бог вам напомнит. Тогда вам нужно будет простить себе еще и это. Когда всё поднято из памяти и прощено, ваше сердце наполнится миром и радостью.