

Как перестать обижаться

Нет ничего трагичней в нашей жизни, нежели раздоры в семье.



Зреют они долго, накапливаются, а потом взрываются и оставляют след на всю жизнь. Любой священник может свидетельствовать о том, что церковная среда – это не панацея от семейных столкновений, стычек, размолвок, разладов, ссор, распрей и даже разводов.

Христиане знают точно, что причиной разделений является гордость, отсутствие смирения и кротости, неумение терпеть и прощать.

Но теория не всегда приложима к конкретной ситуации, особенно когда каждая сторона чувствует себя правой, а в противоположной стороне видит явную кривизну.

Здесь нужно разбираться.

Начнем с самой распространенной ситуации – с обиды.

Психологи считают, что чувство обиды возникает «вследствие несогласования ожиданий о должном поведении обидчика с тем, как он себя вёл в реальности. То есть обида является результатом трёх умственных операций: построение ожиданий, наблюдение реального поведения, сравнение».

Переведем это на жизненную картинку: сын ждал, чтобы отец похвалил его, а тот поругал – возникла обида. Жена думала, что муж увидит ее усталой и пожалеет, а он упрекнул ее за бездеятельность. Она обиделась.

Но есть более сложные ситуации. Например, жена упрекает мужа в том, что он к ней более требовательно относится, чем к другим, разговаривает с ней жестко, иногда грубо, как никогда себе не позволяет в отношении с посторонними. Муж, конечно, не прав – в нем отсутствует то, что в старину называли предупредительностью. Апостол Петр назидал мужей: «Также и вы, мужья, обращайтесь благо- разумно с женами, как с немощнейшим сосудом, оказывая им честь, как сонаследницам благодатной жизни, дабы не было вам препятствия в молитвах» (1 Петр. 3, 7). Но и жена со своими упреками поступает не смиренно.

Если в семье все друг у друга просят прощения, то ссоры не накапливаются. Надо этому учиться. У кого?

Зададим себе вопрос: мог ли Господь, Матерь Божия, любимые святые – преподобные Серафим или Сергей обижаться? Ответ очевиден. Значит, в нас отсутствует какое-то качество, принадлежащее им.

«Научитесь от Меня, ибо Я кроток и смирен сердцем, и найдете покой душам вашим» (Мф. 11, 29), – говорит Христос.

А апостол Павел объясняет: «Наша брань не против крови и плоти, но против начальств, против властей, против мироправителей тьмы века сего, против духов злобы поднебесной» (Еф. 6, 12) – то есть мы воюем не против людей, а против бесов, которые пытаются нами повелевать.

Обида – это слабость, которой надо стесняться. Когда кто-то из близких вас шантажирует тем, что он обидится, если вы сделаете или скажете что-то, то он обнаружит свою духовную немощь.

Православие и мир

