



МЕСТНАЯ РЕЛИГИОЗНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ХРИСТИАН ЕРЫ ЕВАНГЕЛЬСКОЙ (ПЯТИДЕСЯТНИКОВ)  
«ЯРОСЛАВСКАЯ ЦЕРКОВЬ «ПОБЕДА ХРИСТА»  
г. ЯРОСЛАВЛЯ

# Приводим семьи ко спасению через веру во Христа и готовим Его учеников на личных встречах

Пастор  
Плескач Вячеслав и Мария



**ОБИДЫ, ОБВИНЕНИЯ,  
ГНЕВ – ЭТО  
СКРЫТОЕ  
СТРЕМЛЕНИЕ  
ПОЛУЧИТЬ  
ЛЮБОВЬ**



**Обиды, обвинения, гнев лишают нас любви от наших ближних. Иисус учит реагировать на обиды и обвинения прощением. И тогда мы получим то, чего мы изначально в действительности хотели, - любовь.**

**Матфея 5:21 Вы слышали, что  
сказано древним: не убивай, кто  
же убьет, подлежит суду. 22 А Я  
говорю вам, что всякий,  
гневающийся на брата своего  
напрасно, подлежит суду; кто же  
скажет брату своему: "рака",  
подлежит синедриону; а кто  
скажет: "безумный", подлежит  
геенне огненной. 23 Итак, если ты  
принесешь дар твой к**

**жертвеннику и там вспомнишь, что брат твой имеет что-нибудь против тебя, 24 оставь там дар твой пред жертвенником, и пойдя прежде примиришься с братом твоим, и тогда приди и принеси дар твой. 25 Мирись с соперником твоим скорее, пока ты еще на пути с ним, чтобы соперник не отдал тебя судье, а судья не отдал бы тебя слуге, и**

**не ввергли бы тебя в темницу; 26 истинно говорю тебе: ты не выйдешь оттуда, пока не отдашь до последнего кодранта. (РСП66 От Матфея 5:21-26).**

**Два вида гнева.**

**Что такое ненапрасный  
гнев?**

**15 Если же согрешит против тебя брат твой, пойдй и обличи его между тобою и им одним; если послушает тебя, то приобрел ты брата твоего; 16 если же не послушает, возьми с собою еще одного или двух, дабы устами двух или трех свидетелей подтвердилось всякое слово; 17 если же не послушает их, скажи церкви; а если и церкви не послушает, то да будет он тебе, как язычник и мытарь. (РСП66 От Матфея 18:15-17)**



**Ненапрасный гнев – это  
евангельский путь приведения  
в порядок моих отношений с  
человеком, который согрешил  
ПРОТИВ МЕНЯ.**

**Напрасный гнев ведёт  
меня в темницу  
внутренних  
расстройств и  
бесовского влияния.**

**Диавол – самый главный ропотник,  
недовольствователь и гневливщик.**

**Напрасный гнев – это когда я  
обижаюсь, обвиняю и  
гневаюсь на греховные  
действия против меня, при  
этом не желаю привести в  
порядок мои отношения с этим  
человеком.**

**Напрасный гнев – это когда я  
обижаюсь, обвиняю и  
гневаюсь на греховные  
действия против меня, при  
этом не желаю привести в  
порядок мои отношения с этим  
человеком.**

**Смирение – это доверие Богу,  
что Он владычествует над  
всем творением, людьми и  
обстоятельствами.**

**2Цар.16:10 И сказал царь: что мне и вам, сыны Саруины? пусть он злословит, ибо Господь повелел ему злословить Давида. Кто же может сказать: зачем ты так делаешь?**

**Смирение ведёт меня к  
внутреннему миру и  
свободе от душевных  
терзаний и демонического  
влияния.**



# Практические шаги в преодолении обид, обвинений и гнева

**1. Определить какая  
конечная цель моей  
обиды, обвинения и гнева.**

**Профессор Московского гуманитарного университета и Института психоанализа, действительный член Российской профессиональной психотерапевтической лиги, активно действующий психолог-практик.**



**Линде Н. Д. Психологическое консультирование: Теория и практика: Учеб. пособие для студентов вузов. – М.: Аспект Пресс, 2010. – 255 с.**

# **«ОБВИНЕНИЯ КАК ПАРАДОКСАЛЬНОЕ СТРЕМЛЕНИЕ ПОЛУЧИТЬ ЛЮБОВЬ.**

**Для того чтобы клиент понял, какова истинная цель его обвинений, ему можно предложить представить, что он добился своей цели, доказал и все с ним согласились, что он прав, а те другие - виновны перед ним. Что теперь? Чего**

**он достиг? От кого он хочет  
получить главный приз? Что это за  
приз?**

**Клиент начинает понимать, что он  
добивался признания того, что он  
хороший и достойный, что теперь он  
может получить любовь, он даже  
догадывается, от кого хочет ее  
получить ... Оказывается, что главная  
цель**

**обвинителя - получить ту любовь,  
которой он не смог получить ранее!  
Он понимает, что его обвинения  
другим людям направлены не по  
адресу, что есть первоисточник, от  
которого он бы и хотел получить  
награду, как правило, это один из  
родителей. Он понимает, что его  
обвинения не помогают получить  
любовь, а скорее**

**препятствуют этому, но он не видит других средств достижения цели. Он хотел бы наказать источник любви за ее недостаток и одновременно получить удовлетворение.**

**Молодая женщина признавалась, что действительно, если она представляет себе, будто победила, то главный приз - это**

***раскаяние ее матери, которая в ее воображении рвет на себе волосы, ползет к ней на коленях и умоляет простить за то, что недостаточно любила свою дочь. Напрашивается решение, которое состоит в отказе от обид и обвинений как ложного и бесперспективного пути к любви. Однако клиент будет сопротивляться подобному***



**решению, потому что тогда, как он думает, он точно ничего не получит. Он надеется, что обиды и обвинения дают ему хотя и призрачный, но шанс. На самом же деле он получает только испорченные отношения, депрессивное состояние, вечную фрустрацию и разнообразные психосоматические симптомы. Поэтому ему следует объяснить,**

**ЧТО ОН САМ БЛОКИРУЕТ СВОЮ  
СПОСОБНОСТЬ ПОЛУЧАТЬ ЛЮБОВЬ, ПОМОЧЬ  
ЕМУ ДАТЬ СЕБЕ РАЗРЕШЕНИЕ БЫТЬ  
ЛЮБИМЫМ»**

**Итак, истинной целью  
наших обвинений, обид и  
гнева является желание  
получить любовь.**

**2. Для преодоления  
обиды и получения любви  
нужно восстанавливать  
отношения с обидчиком.**

**3 Наблюдайте за собою. Если же согрешит против тебя брат твой, выговори ему; и если покается, прости ему; 4 и если семь раз в день согрешит против тебя и семь раз в день обратится, и скажет: каюсь, - прости ему. (РСП66 От Луки 17:3,4)**

**Для получения любви  
Иисус учит сказать об этом  
обидчику и простить ему.**

**Сказать нужно следующее:**

**«Когда ты говорил или делал,  
меня это ранило. Я прощаю тебя».**

**Ошибочные слова:  
«Ты меня ранил».**

**Это обвинение, которое не даст  
вам любви.**



# 3. Навык обвинять мы получаем в родительской семье.

**Жена говорит мужу при детях :  
«Ты испортил мне жизнь».**



**Дочь:**

**«Мама,  
расскажи, как  
он испортил  
тебе жизнь?»»**



**Жена:**

**«Через два года после свадьбы он  
сбежал с  
другой  
женщиной.  
Он вернулся,  
но я никогда  
не могла  
забыть».**



**Муж:**

**«Это она  
мне поломала  
жизнь своим  
вечным нытьём».**



**Жена: «Он увез меня от матери и никогда не зарабатывал достаточно денег».**



**Дедушка:**

**«Это во всём  
виноват мировой  
капитализм,  
который в  
международном  
заговоре против  
трудящихся».**



**Муж:**

**«Я увёз тебя, потому что с родителями жила тётя Глаша, которая осталась старой девой и постоянно брюзжала на всех. Я увёз, чтобы ты не заразилась ЭТИМ брюзжанием».**





**Бабушка вступается за сестру: «Да у Глаши жениха ударила копытом лошадь, а она его так любила, что не захотела больше ни за кого выходить замуж. Как ты можешь её за это обвинять?»»**



## **4. После обвинений приходят обиды.**

**Линде Н.Д. пишет, что обида - это  
детское шантажное чувство  
(С.176). Ребенок использует обиду,  
чтоб наказать родителей и  
получить желаемое. Он привыкает  
к этому правилу, которому следует  
большинство родителей, что  
обиженного**

**ребенка надо уговорить,  
подкупить, приласкать и т.д.  
Обиды становятся удобным  
инструментом воздействия на  
родителей, а при взрослении и на  
других людей.**

**Обижаться – это грех, поэтому мы обиду не высказываем, а показываем. Обида – это молчаливое обвинение. Если я не разрешаю обиды и не налаживаю отношения, то можно превратиться в хронического шантажиста, который копит обиды как. В таком состоянии человек как бы мстит другому.**

**В реальности обиженный  
человек нуждается в  
любви и пытается её  
добиться, не понимая, что  
он идёт ложным путём к  
желаемому.**

**«Клиенту следует помочь осознать те эпизоды детства, когда он решил, что обиды являются единственным надежным и доступным средством воздействия на родителей и других людей, от которых он зависел. Следует вместе поискать другие средства достижения того, что он хочет получать сейчас. Он также**

**должен понять, что обиды имеют для него только один результат - депрессию и многообразные психосоматические СИМПТОМЫ»  
(с. 176).**

**Супруга моего брата однажды удивила меняла моментальной сменой настроение, когда пришёл муж. На лице появлялась угрюмость, молчаливое недовольство. Она постоянно болела.**



**Мы конечно понимаем, что  
наши обиды и обвинения  
никогда не принесут  
«дохода». Но мы держим их  
в напрасной надежде  
получить «твёрдую  
валюту» под названием  
любовь.**

**5. Мы должны помнить,  
что накопленные обиды  
рано или поздно  
превращаются в гнев.**

**1) Мы оправдываем гнев, взывая к справедливости как требование возмещения ущерба за обиду.**

**Мы должны признать  
бесполезность и вредность  
накопления гнева в виде фантазий  
как я отомщу обидчику.**

**2) Не прощая, мы только умножаем зло. Когда мы списываем долги, мы умножаем любовь, которая к нам обязательно вернётся.**

**3) Мы должны понять, что, обижаясь и гневаясь, я делаю плохо только себе. Обидчику при этом ни холодно, ни жарко.**

**История Авессалома. Убил брата за то, что он изнасиловал сестру. Недополучил любви отца, затеял гражданскую войну. Позорно погиб.**

**6. Преодоление обвинений, обид и гнева начинается с осознания, что я имею эти проблемы, потому что хочу любви.**

**7. Гневаясь, я не добьюсь  
справедливости.**



**8. Даже, если я докажу,  
что прав, и все признают  
это, то я могу потерять  
любовь других ко мне.**

**9. Гнев не должен  
становиться источником  
удовольствия.**

**10. Если обвинение, обиды и гнев были обычным делом в семье, я должен простить всех и отказаться от этого порочного примера.**

**11. Нужно учиться правильно гневаться и приводить отношения в порядок. Т.е. энергию гнева направлять в нужное русло.**

**12. Необходимо  
приобрести навык  
анализировать, почему я  
обвиняю, обижаюсь и  
гневаюсь.**

**13. Гнев, обращённый на  
самого себя называется  
СТЫД.**

# 14. Ропот — это гнев на Бога.

**15. Когда нас реально несправедливо обижают за Христа, мы получаем награды на небесах.**

**11 Блаженны вы, когда будут поносить вас и гнать и всячески неправедно злословить за Меня. 12 Радуйтесь и веселитесь, ибо велика ваша награда на небесах: так гнали [и] пророков, бывших прежде вас. (РСП66 От Матфея 5:11,12)**