

Как по-библейски решать конфликты?

В Вашей семье много конфликтов, и Вам кажется, что они никогда не разрешатся? Вы устали от постоянных споров об одном и том же? Вы задаетесь вопросом, можно ли вообще решить эти проблемы? Если да, то этот буклет – как раз то, что Вам нужно.

Конфликты между супругами решаемы. Но если кто и знает, как решать проблемы, встречающиеся в браке, то это только Сам Создатель брака. Тот, Кто создал Вас, явил этот план в Своем Слове. Как же решаются такие проблемы? И что необходимо для разрешения конфликтов в семье?

Для начала Вы должны захотеть решить свои конфликты. Начать нужно с самого главного – с готовности сделать что-то реальное для решения проблем между Вами и вашей половиной. Проводя консультации по поводу брака, я всегда начинаю с вопроса: «Готовы ли вы сделать все, что написано в Библии, для разрешения данного конфликта?» И обычно ответ на этот вопрос сразу показывает, будет ли плодотворной моя консультация. Так же и Вы перед тем, как читать дальше, ответьте для себя на этот вопрос. Готовы ли Вы решить конфликты, существующие между вами? Готовы ли Вы пойти по пути Библии и сделать то, чего хочет от Вас Бог?

Если желание есть в обоих сердцах – все проблемы будут решены. В Своем Слове Бог говорит, что Он только и ищет сердца, готовые повиноваться Ему, и обещает за это излить на Вас Свое благословение. Он дает такое обетование Своему народу: «Если захотите и послушаетесь, то будете вкушать блага земли» (Исаия 1:19). Но затем предупреждает: «Если же отречетесь и будете упорствовать, то меч пожрет вас: ибо уста Господни говорят» (Исаия 1:20). Обратите внимание, какое значение придает Бог состоянию Вашего сердца. Братья и сестры, начните с этого. Попросите, чтобы Бог дал Вам сердце, готовое решать любые конфликты. Можете даже попросить у Бога дать Вам такое желание. Он и это может сделать!

Во-вторых, Вы должны быть готовы просить Бога о помощи. Иисус сказал Своим ученикам: «Бодрствуйте и молитесь, чтобы не впасть в искушение: дух бодр [жаждет, прим. переводчика], плоть же немощна» (Матфея 26:41). Хотя Иисус знал, что Его ученики хотели следовать за Ним, Он также знал, насколько немощна их плоть. Именно поэтому Он посоветовал им молиться. Он знал, что только сила Духа Святого может оказаться сильнее их плоти.

Вы вообще осознаете, насколько немощны и неполноценны Ваши силы, когда Вы стремитесь сделать что-нибудь для Господа? Если да, то просите Его дать Вам силу Духа Святого, чтобы помочь искать примирения со своим супругом или супругой. Он подкрепит Вас в немощи Вашей (2 Коринфянам 12:9,10)!

Если Вы человек неверующий или отошедший от Господа, Он все равно любит Вас и хочет помочь поставить Ваш брак с головы на ноги. Однако для того, чтобы претендовать на Его помощь, Вам нужно установить личные отношения с Ним и подчиниться Его руководству. Вы не можете ожидать Его благословений и помощи, не желая в то же время иметь с Ним ничего общего. Если Вы хотите, чтобы Бог Вам помог, Вы должны стать для Него чем-то большим, чем просто знакомым, Вы должны установить с Ним отношения, основанные на любви. Тогда

Он вложит Свою жизнь в Вашу душу и даст Вам способность исполнять Свои заповеди.

Такое изменение отношений с Иисусом также требует желания и готовности. Иисус охарактеризовал многих, живших в Его время, такими словами: «Вы не хотите придти ко Мне, чтобы иметь жизнь» (Иоанна 5:40). А Вы готовы прийти к Нему, перестать жить независимо и начать полностью полагаться на Него? Готовы ли Вы отвернуться от греха, перестать противиться Богу и начать следовать за Ним? Он умер, чтобы простить Вас прямо сейчас. Попросите, чтобы Он взял Вашу жизнь и сердце в Свои руки. Примирившись с Ним, Вы получите возможность примириться и со своим супругом/супругой.

В-третьих, Вы должны желать делать угодное Богу. Такое решение важно принять перед любыми действиями в процессе примирения. Желание угодить Богу будет инстинктивно толкать Вас на такие действия, которые Вы сами по себе никогда бы не сделали. В своем послании к церкви в Фессалониках Апостол Павел писал, как верующим «должно поступать и угождать Богу» (1 Фессалоникийцам 4:1). Обратите внимание, он связывает их поступки с желанием угодить Богу.

Такую значимость это желание обретает потому, что основная проблема в каждом браке – желание угождать только себе. Многие конфликты возникают из-за эгоизма, своеволия или самоправедности людей. По словам Апостола Иакова, «это» является корнем каждого конфликта и зла, возникающих во взаимоотношениях между людьми. «Ибо где зависть и сварливость, там неустройство и все худое» (Иакова 3:16). Поэтому справиться со своим эгоизмом Вы сможете только при стремлении к высшему – к тому, чтобы угождать своему Небесному Отцу.

Принимая решение поступать угодно Богу, Вы бьете прямо в корень своих проблем. Если Вы послушны Слову Божьему, Вы не можете не угождать Господу во всем. Стремясь угождать Богу и имея силу Духа Святого, Вы готовы предпринимать следующие практические шаги:

1. Сдерживайте свой гнев. Именно такое решение нужно принимать в каждой новой ссоре, потому что несдержанный гнев зачастую и является основной причиной неразрешенных конфликтов. Многие мне признавались: «Я просто не могу контролировать себя». Однако такие заявления прямо противоречат Писанию. Когда Апостол Павел находился в тюрьме по ложным обвинениям, он мог бы злиться и раздражаться очень сильно. Но вместо этого Павел писал: «Все могу в укрепляющем меня Иисусе Христе» (Филиппийцам 4:13). Скорее всего, говоря о том, что он «может все», он также подразумевал и контроль над самим собой и своими эмоциями. Вы также в состоянии контролировать свой гнев, только просите Бога помочь Вам в этом. У Него достаточно сил, чтобы сделать то, что не под силу Вам. Соломон сказал: «Честь для человека – отстать от ссоры; а всякий глупец задорен (Притчи 20:3). И еще: «Долготерпеливый лучше храброго, и владеющий собою лучше завоевателя города» (Притчи 16:32). Если Вы сдержите свой гнев, ссора может даже не начаться. Если же спор все-таки разгорелся, Вы всегда сможете его прекратить. Это Вы должны владеть своим духом, а не он – Вами. А для этого иногда требуется больше мужества и духовной силы, чем для завоевания целого города!

Но как Вы можете укротить свой гнев? Где взять ту силу, которая поможет Вам сдерживать эмоции? Для этого нужно решить попросить Бога о помощи и подчиниться силе Его Духа Святого. Вы должны принять решение, что перестанете наращивать конфликт и таким образом сделаете угодное Богу. Выйдите на пять минут из комнаты, помолитесь, остыньте. Помните – поступать нужно не силой, а Духом Святым (Захария 4:6). Ваш гнев – мощная сила, но Дух Божий еще сильнее. Вы когда-нибудь испытывали на себе, насколько Его сила больше Вашей? Вы можете это испытать.

2. Вместо того чтобы доказывать свое, выслушайте другого. Этот навык приходит только тогда, когда Дух Святой контролирует Ваш гнев.

Когда Ваш супруг/супруга пытается поделиться с Вами какой-то проблемой, выслушиваете ли Вы эту речь до конца? Или же Вы сразу отвечаете, не дав человеку даже закончить? Слушаете ли Вы на самом деле или только делаете вид, что слушаете, думая в то же время, как бы покруче ответить? Все это признаки того, что Вы не умеете по-настоящему слушать людей. Если Вы не выслушали человека, Вы не сможете ему правильно ответить, потому что Вы даже не поняли, что же он хотел Вам сказать. Если Вы постоянно слышите в свой адрес: «Нет, ты меня не понял» или «Это не то, что я хотела сказать», то, наверное, так оно и есть! Если Вы не понимаете, что говорит Вам жена или муж, то как Вы можете разрешить какие-либо конфликты с ними?

Писание повелевает Вам быть «скорым на слышание, медленным на слова, медленным на гнев (Иакова 1:19). Чем больше Вы будете слушать, тем меньше Вы будете говорить. Чем медленнее Вы будете говорить, тем легче Вам будет сдерживать вспышки гнева. Попробуйте! Во время следующего спора попробуйте слушать, дожидаясь, пока Ваш супруг или супруга не закончит свою речь, и только тогда отвечайте. Вы сами поразитесь тому, как Ваш гнев станет подвластен Вам.

3. Вместо того чтобы обвинять других, признайте свою вину. В конфликте с супругой или супругом сначала осознайте свою долю вины. Может, это именно Ваше отношение или тон голоса, или действия, или выбор слов начали данную ссору? Сначала искренне признайтесь в таких вещах, не вдаваясь в обсуждение недостатков своего мужа или жены. Иисус сказал: «Что ты смотришь на сучок в глазе брата твоего, а бревно в твоём глазе не чувствуешь?.. Лицемер! вынь прежде бревно из твоего глаза и тогда увидишь, как вынуть сучок из глаза брата твоего» (Матфея 7:3,5).

Честность – самый быстрый способ решения конфликтов. Почему? Да потому, что, когда Вы первым признаете свои ошибки, Вашей супруге/супругу не приходится тратить все свое время на доказательство того, что Вы не правы. К тому же только лицемер взваливает всю вину на других, не замечая своей. Обратите внимание на лицемерие Адама, когда он обвинил жену в своем грехе: «Жена, которую Ты мне дал, она дала мне от дерева, и я ел». Ева также не признала своей вины, сказав: «Змей обольстил меня, и я ела» (Бытие 3:12, 13). Мы всегда замечаем, когда люди сваливают свою вину на других, так почему же мы никогда не видим этого в себе?

Просите Бога, чтобы Он исследовал Ваше сердце прямо сейчас, с тем чтобы Вы первый увидели свои ошибки. Затем, как писал Иаков: «Признавайтесь друг перед другом в проступках и молитесь друг за друга...» (Иакова 5:16), и Вы сами удивитесь, как легко решаются многие проблемы в браке.

4. Не медлите. Иисус сказал: «Мирись с соперником твоим скорее...» (Матфея 5:25). Это по многим причинам является существенным аспектом разрешения конфликтов.

Во-первых, время искажает факты. Вы очень скоро забываете, кто что сказал или сделал на самом деле. Тогда весь спор разгорается из-за выяснения этих деталей, а это ни к чему не приведет. Лучше всего конфликт решать в день его возникновения.

Кроме того, чем дольше Вы мешкаете в решении конфликта, тем более ожесточенным может стать Ваше сердце. Вот почему автор Послания к Евреям говорит с такой настойчивостью: «...ныне, когда услышите глас Его, не ожесточите сердец ваших, как во время ропота» (Евреям 3:7, 8). Павел также знал о способности человеческого сердца ожесточаться со временем, поэтому он написал: «Солнце да не зайдет во гневе вашем...» (Ефессянам 4:26). Другими словами, не позволяйте гневу остаться в сердце даже на один день! Обида и гнев только еще больше ожесточат Ваше сердце, так что скоро Вы будете избегать решения даже мелких проблем.

Не нужно оттягивать решение конфликта на недели, месяцы или годы. Проиграете все равно Вы.

5. Умейте прощать. Вопрос не стоит – прощать или не прощать. Иисус заповедал прощать. «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 11:25, 26). Сюда входит все, включая и то, что сейчас происходит в Вашем браке.

Прощение – это осознанный выбор, а не чувство; это решение угодить Богу и повиноваться Ему. Вы никогда не почувствуете желания кого-либо прощать. Чувство прощения приходит только после того, как Вы решили простить. Никто не заслуживает прощения, включая Вас самих. Поэтому «будьте друг ко другу добры, сострадательны, прощайте друг друга, как и Бог во Христе простил вас» (Ефессянам 4:32).

Сделайте этот выбор прямо сейчас. Решитесь проявить милость и прощение. А потом попросите Бога, чтобы Он простил Вас за то, что Вы обижались на супруга/супругу. Это позволит Вам увидеть необходимые шаги для решения конфликтов в своем браке.

6. Только с чистыми намерениями говорите о том, что обидело Вас. Предприняв все перечисленные выше шаги, Вы теперь можете поговорить со своим супругом/супругой по существу спора, если, конечно, они еще не признали своих ошибок. Но делать это нужно мягко и вежливо. «Кроткий ответ отвращает гнев, а оскорбительное слово возбуждает ярость» (Притчи 15:1). Вам сейчас меньше всего нужно возбудить еще больше ярости и гнева. Подходите со словами

примирения к обсуждению того, как Ваш партнер обидел Вас. В каждой ссоре участвуют две стороны, и с каждой из этих сторон нужно разобраться до конца.

Когда Иисус учил Своих учеников, как нужно решать конфликты, Он дал им цель, сказав: «Если же согрешит против тебя брат твой, пойди и обличи его между тобою и им одним; если же послушает тебя, то приобрел ты брата твоего» (Матфея 18:15). Цель – приобрести своего брата, а это значит, что и у Вас должно быть именно такое желание и намерение. Если Вы идете к нему с криком, обвинениями и упреками, просто выпуская пар, результаты будут далеко не такими, как Вы ожидаете, и Вы не сможете установить нормальные отношения в своей семье.

7. Идите к согласию через поиск компромиссов. Цель наших отношений с Богом – угождать Ему во всем; цель наших отношений в браке – приходить к согласию. Помните повеление Иисуса, которое мы разбирали выше: «Мирись с соперником твоим...» (Матфея 5:25)? Примирение приходит тогда, когда Вы уступаете и ищите компромисс в том, в чем прежде упорно искали свою выгоду. Это будет угодно Богу и продемонстрирует Вашу любовь к супругу или супруге.

Пророк Амос задается вопросом: «Пойдут ли двое вместе, не сговорившись между собою?» Амос упрекает народ Божий в том, что они непослушны Богу и не хотят признать перед Ним свой грех. Апостол Иоанн был с ним согласен. Он писал: «Если исповедуем грехи наши, то Он, будучи верен и праведен, простит нам грехи наши...» (1 Иоанна 1:9). Слово «исповедать» означает «согласиться». Когда Вы исповедуете свои грехи, Вы соглашаетесь с Богом, и это дает Вам возможность продолжать свои отношения с Ним. Бог никогда не будет навязывать Вам Свою волю. Он ожидает, пока Вы сами не согласитесь с Ним.

То же самое относится и к браку. Когда обе стороны признают свою вину, у них сразу же возникает согласие, которое и помогает им найти компромисс там, где раньше они искали только собственную выгоду. Идя на компромисс, Вы чем-то жертвуете, а не требуете чего-то. Если Вы будете требовать исполнения своих желаний, Вы поступите эгоистично, и ни о каком примирении не может быть и речи!

8. Действуйте в любви и послушании Богу, даже если Ваш супруг/супруга этого не делает. Ведь Бог поступил с Вами точно так же. Он проявил «Свою любовь к нам тем, что Христос умер за нас, когда мы были еще грешниками» (Римлянам 5:8). Христос явил Свою любовь, еще когда мы противились Ему. Если мы хотим любить других так, как Он возлюбил нас, мы должны поступать так же, как и Он (Иоанна 13:34).

Проявляя любовь и стараясь исправить свои ошибки, Вы оказываете сильное влияние на своего партнера и придаете ему больше желания любить Вас и изменяться самому (Евреям 10:24). Иисус сказал: «Во всем, как хотите, чтобы с вами поступали люди, так поступайте и вы с ними, ибо в этом закон и пророки» (Матфея 7:12). Примените этот принцип в своем браке. Как бы Вы хотели, чтобы к Вам относились? Проявите такое отношение сами. Уже сегодня!

9. Что делать, если супруг/супруга не реагирует? Будьте терпеливы, молитесь – и не сдавайтесь! Некоторым людям требуется больше времени на это,

чем другим. И опять же, именно такую позицию занял Бог по отношению к Вам. Он «долготерпит нас, не желая, чтобы кто погиб, но чтобы все пришли к покаянию» (2 Петра 3:9). Так и Вы: «Терпение нужно вам, чтобы, исполнивши волю Божию, получить обещанное» (Евреям 10:36).

Вы должны быть терпеливы, потому что горячие споры в основном не решаются за одну беседу. Если Вы уже какое-то время ждете и молитесь, а супруг или супруга не реагирует, попросите их еще раз подумать над тем, что вы уже обсуждали с ними. Продолжайте молиться, чтобы Бог дал Вашему любимому/любимой желание подчиниться истине и проявить это на деле. Если в разговоре с Вами муж или жена назовет другие причины, по которым они на Вас обижаются, следуйте вышеперечисленным шагам.

Помните – Божья любовь постоянно ищет примирения с людьми. И Его любовь в Вас будет делать то же самое! Ищите примирения!

Если Вам нужна дальнейшая помощь в решении подобных вопросов, не мешкайте – поговорите со своим пастором.