

Да направим брака успешен

Веднъж един французин оприличил брака на клетка за птици. Тези, които били отвън искали да влязат, а онези отвътре - отчаяно искали да излязат. Тези проблеми са все още зловодневни и днес. Християнският брак може да бъде всичко това, за което Бог го е предназначил.

Съвременните статистики разкриват основни промени в образа на брака и семейството в Америка. Защо стават такива динамични промени в брака? Авторът на книгата предлага четири основни фактора които, влияят на брака през последното десетилетие.

Но ние трябва да направим повече от една оплакваща семейството късна статистика. Кое прави брака християнски? Книгата "Да направим брака успешен", дефинира това в три думи: Изключителен, Постоянен, Свещен.

Това не означава, че християните нямат брачни проблеми от време на време. Те имат. Но наличието на проблеми не означава, че брака трябва да се забрави. Ние имаме свещеното задължение да опитваме да решаваме проблемите - не да бягаме от тях. И авторът представя някои напълно достижими за всеки предложения за да се направи така, че бракът да продължи да функционира, като институция, свързваща две личности, които се обичат и си помагат, разбират се и се уважават.

H.M.S. Richards, Jr. служи като директор-говорител на Гласа на Пророчеството. Това популярно радиопредаване се слуша в неделя или делник от около 800 станции в Северна Америка.



H.M.S. Richards, Jr.

ДА НАПРАВИМ БРАКА УСПЕШЕН

СЪДЪРЖАНИЕ

ГЛАВА 1	Къде е проблемът?	стр. 1
ГЛАВА 2	Какъв е християнският брак?.	стр. 6
ГЛАВА 3	Съвършенството.	стр. 10
ГЛАВА 4	Конфликтът.	стр. 16
ГЛАВА 5	Ефективното говорене.	стр. 21

ГЛАВА 1 КЪДЕ Е ПРОБЛЕМЪТ?

Французин веднъж сравнил брака с клетка за птици. Тези, които са отвън, искали да влязат, а онези от вътре -отчаяно се мъчели да излязат. Въпреки проблемите, пред които е изправен днес, християнският брак може да бъде всичко онова, което Бог възнамерява да бъде - свещен, постоянен, изключителен.

Нека погледнем към съвременния брак. Навярно тази гума променя значението си днес и няколко примера ще покажат какво искам да кажа. Нека да се върнем за момент към 70-те години на нашия век. Ето какво се случи. През тези 10 години общото число на браковете нарасна със 7 процента. Само толкова. Но числото на разводите нарасна с 65 процента!

Ето друго сравнение. Общия брой на браковете в САЩ нарасна със 7 процента през 70-те години, но двойките, които живееха заедно без брак станаха със 157 процента повече. Правителството по търговията в САЩ събра тези числа, така че те отговарят на действителността. Броят на лицата, живеещи сами нарасна с 59 процента.

Нещо значимо се е случило с брака. Големият брой разводи причини друга драстична промяна на 70-тото десетилетие. Броят на децата, живеещи с един родител нарасна с 40 процента, докато процента на децата, живеещи с двама родители спадна с 18 процента. Няма подмладяване на население-то. Тази статистика показва основна промяна в начина ни на живот.

Повечето хора в САЩ задават въпроса за ценността на тези неключили брак двойки, живеещи заедно. Но нищо повече. Хората, живеещи преди по този начин бяха считани за неморални и нямаха законни права. Сега обществото ги прие-ма. Тези двойки могат сега да купуват и продават къщи и да отглеждат деца на единия или двамата партньори. Хомосексуални двойки открито споделят домакинство и дори надават глас за брак. Процента на живеещите колективно е също нараснал.

Всички тези неща са от миналото. Как е с бъдещето? Центърът за урбанизационни проучвания към университета Харвард и Масачузетс публикува проучване, наречено: "Семействата на нацията 1960-1990". Ето какво са очаквали те за 1990 година.

Първо, процентът на семействата, в които само единият от съпрузите работи, ще спадне на 18 процента. А през 1960 година, домовете в САЩ, които получаваха само една заплата, бяха 43 процента.

Второ, броят на самотните родители ще нарасне драматично, а също и на възрастните, избрали да живеят сами. Броят на несемейните младежи под 30 годишна възраст ще достигне най-голямата цифра на века.

Бракът, такъв, какъвто ние го познаваме, е в криза, дълбока криза. Един социолог, от Колумбийския университет, неотдавна предсказа, че в Северна Америка бракът ще свърши по-рано от петрола. Той бе наполовина прав. Нека да го цитирам: "Ако броят

на брачните двойки намалява с увеличаване на темпо, както през изминалите няколко години, резултатът ще бъде, че през 2008 година няма да има семейство от съпруг и съпруга." Разбира се това няма да се случи но ни позволява да предположим колко голяма е тенденцията за отклоняване от традиционния брак.

Може би големият въпрос, пред който сме изправени, е - ЗАЩО? Какво се е случило? Защо се осъществяват такива драматични промени? Дали в нашата страна положението, наистина, е различно от това, което е било през 50-те и 60-те? Аз мисля, че отговора е - да. Оценяването на някои неща се е променило през последните няколко години.

Един психолог, който е специалист за деца и юноши в медицинския университет Корнел, вижда 4 обяснения за отдалечаването от традиционния брак.

Първото: Сексуалната революция, която може да предложи нови алтернативи за хората извън брака. Много хора днес считат за нормално да имат секс преди и извън брака. Това ново оценяване постави огромен натиск върху брака. Старите табута не задължаваха повече женените да бъдат верни един на друг.

Второто обяснение е - новата роля на съпругата. Традиционната роля на жената се измени в последните години. Повече от половината жени в нашата страна работят извън своите домове. Много от мъжете не могат да се преборят с напрежението, което това положение предизвиква. Тъй като развода е лесен, някои мъже чрез него виждат най-добрия начин да се справят с жената, която се нуждае от повече личен живот отколкото нейният брак ѝ предлага.

Третият фактор е израза: "Прави своите собствени неща." Силното изявяване на личността през 70-те години създаде предпоставки за егоизъм. Усилието, необходимо за създаване

на връзка на близост и доверие с брачния партньор, беше така трудно за някои хора. "Аз искам да върша своите неща"- казват те. "Аз искам да развивам своите собствени способности." И така хората започват да се движат в различни посоки. Брачните партньори говорят един с друг все по-малко и по-малко. Едно проучване показва, че брачните двойки днес изразходват средно за разговор помежду си по двайсет и седем цяло и пет минути на седмица. По-малко от половин час на седмица! Какъв вид връзки биха могли да укрепнат с такова усилие? Двойките днес знаят повече за брака от телевизионните комедии, отколкото от това, което правят за своя собствен брак!

Четвъртата причина можем да видим като изместване на традиционния брак в стремежа за независимост. Американската култура, изглежда, оценява закона като ограничение. Американската мечта е - всеки сам да разрешава проблемите си. "Какво ще се случи ако, изведнъж бъда оставен сам?" Този въпрос си задават много хора. Желанието да бъдат напълно независими е вече реално.

Всички тези четири фактора: - сексуалната революция, новата роля на жените, философията "Прави своите собствени неща" и стремежът към независимост, определят новите условия, при които бракът се стреми да оцелее.

Ние бихме могли да направим нашия списък дори по-дълъг. Джордж Галъп, например, предлага списък от седем заплахи за развод в семейството: липса на дисциплина в семейството, насилие, алкохолизъм, тютюнопушене, проблеми с парите, промискуитет (полови сношения с често сменящи се партньори) и подвижността на семействата.

Това всичко до тук може да ви звучи като нещо, което не се отнася до вас. Може би вие сте щастливи в своя брак! Може би вие сте сами/несемейни/. Но ние всички живеем в това общество,

нали? Каквото се случва около нас, то има въздействие върху нас. Какво искам да кажа? Нека да илюстрирам. Всеки четвъртък сутрин тук при "Гласа на пророчеството" ние имаме молитва за целия свят. В този ден ние се молим за хора, които са изпратили молбата си да се молим за техните семейства.

Аз искам да споделя някои от тези писма с вас. Защото те показват, че дори християните се нуждаят от помощ в техните семейства. Разбира се, няма да спомена нито едно име, град или семейство.

"Скъпи пастор Ричардс, моля, присъединете се към мен в молитва за моето семейство. Те не са християни, но са пушачи, употребяват алкохол и други вредни неща. Моля, молете Бог да им даде желание да Му служат. Благодаря!"

Нали не е лесно да живееш верски живот в такова семейство? Тази дама се нуждае от сила и кураж, които само Светия Дух може да ѝ даде.

Ето и друго писмо. "Скъпи пастор Ричардс, моля спомняй си за моя болен съпруг в своите молитви. Той изглежда така отпаднал и обезкуражен през цялото време."

Това също поставя един проблем. Когато ние сме болни, понякога е трудно да запазим висок дух. И в резултат на това нашият брак може да страда.

Само още един пример. "Скъпи пастор Ричардс, моля, моли се за моя внук. Той е на 14 години и е в затвора тази нощ. Той е обвинен главно в кражба на пари и алкохолизъм. Неговите родители скоро се разведоха, и аз мисля, че това е въздействало върху моя внук. Бог да те благослови, когато се молиш за нашето семейство!"

Не е ли това трагично? Едно 14-годишно момче в затвора! Тези три писма показват, че християните не са имунизирани срещу семейните проблеми. Живеещи с невярващи, живеещи с болни от дълго време, и преживяли развод, това са сериозни

проблеми, пред които е изправен християнинът.

В следващата глава ще споделим значението на брака. По-точно - какво е християнският брак? И тогава ние ще открием решение за общите семейни проблеми.

ГЛАВА 2 КАКЪВ Е ХРИСТИЯНСКИЯТ БРАК?

Опитвали ли сте някога да дадете дефиниция за брака? Не е толкова лесно, колкото си мислите. Някои хора го дефинират различно, като лотария, като монопол, наслада, съюз, работа, сделка, гроб, ограничение.

Някои определения ни карат да се усмихваме. Една стара немска поговорка гласи, че бракът е с обратна температура, започва с горещина и завършва със студ.

Елберт Хубард, в дефиницията си за брака, казва така: "Официална религиозна церемония, чрез която две личности от противоположен пол тържествено се съгласяват да се безпокоят и шпионират... докато смъртта не се присъедини към тях."

Но аз предпочитам дефиницията на Бенджамин Франклин и се надявам тя да съдържа истина, отнасяща се за всички бракове. Той казва: "Бракът е най-естественото обществено положение на човека и...обществено положение, при което вие ще намерите стабилно щастие."

Само че какво е християнският брак? Как да го дефинираме?

Първата дума е - изключителен. Християнският брак установява изключителна връзка .

Двама души правят абсолютно обвързване за Вярност един към друг. Книгата Битие разкрива това много ясно. Бит. 2:24 "Затова ще остави човек баща си и майка си и ще се привърже към жена си и те ще бъдат една плът."

Забележете, че човек трябва да напусне едно семейство за да основе друго. Така Верността към личностите се променя. Петата заповед направлява децата: " Почитай баща си и майка си" /Иzx 20:12/ Но бракът променя малко тази Вярност. Сега Вече седмата заповед води двойката: "Не прелюбодействай."

Преди брака нашите родители приемат нашата голяма човешка Вярност. След брака нашия/та съпруг/га заслужават тази Верност . " Затова ще остави човек баща си и майка си и ще се привърже към жена си, и те ще бъдат една плът." Бит 2:24

Последната фраза от този стих е също Важна. Брачните партньори стават "една плът". Това символизира сексуалната връзка като изключително обвързваща брачните партньори. Това означава, че секса -преди брака или извън брака - е неприемлив за Християните, защото тук е Взет символ за специална Вярност към една личност, а не употреба извън тази Връзка. Когато ние злоупотребим със символа, тогава увреждаме изключителната естественост на брака.

Християнския брак е единство. Две личности наистина да станат едно. Те предлагат себе си напълно един на друг - техните емоции, техните надежди, техните тела. Те напускат своите родители и формират една изключителна връзка.

Апостол Павел цитира Бит 2:24 и прибавя на този текст духовно измерение. Еф. 5:31-33 "Затова ще остави човек баща си и майка си и ще се привърже към жена си, и двамата ще станат една плът. Тая тайна е голяма, но аз говоря това за Христа и за църквата. Но и вие, всеки до един, да любите своята жена, както себе си, а жената да се бои от мъжа си."

Когато две християнски личности се съберат заедно в брак, те създават една изключителна връзка на любов. Павел казва, мъжете да обичат жените си, както Христос възлюби църквата. Това е специален вид Връзка. Точно, както нашата Връзка с

Христа е уникална и изключителна, така и нашата връзка със съпруга/та трябва да бъде изключителна. Това е първата дума, която дефинира християнското семейство - изключителна.

Втората дума е - постоянство. Брактът трябва да започне без никакви резерви. Двамата християни не трябва никога да казват, "Нека да опитаме в брака и да видим как е". Не! Брачната връзка е постоянна. Тя започва със свързването в брака и продължава докато партньорите са живи.

Библейската дума за тази връзка е "завет" Заветът в библейски времена бил сериозно, тържествено обещание, което обвързвало хората във Вечна връзка. Забележи думите от стиха в Притчи 2:17. Мъдър мъж съветва мъж да "избязва жена, която е оставила другаря на младостта си и е забравила завета на своя Бог." виж Езек 16:8

Брачната връзка е завет. Пророците използват същата дума - ЗАВЕТ за да изобразят Божията връзка с Неговия народ. Исаия използва това сравнение няколко пъти. От духовна гледна точка ние сме Божии възлюблени, Негова невеста, Негов брачен другар. "Както младоженецът се радва на невестата, така и Бог ще се зарадва на тебе." Ис 62:5 И отново: "Защото Създателят ти е съпругът ти.... Защото Господ те повика като жена оставена и наскърбена духом. Да! Жена взета в младост, а после отхвърлена, казва твоят Бог." Ис 54:5,6

Исаия 62-ра глава казва, че Бог ще даде на своя народ ново име - Беллах. Беллах е еврейска дума за брак. Затова Исаия говори за "грехата на спасението" като облекло на съпругата /глава 61/ Бог често мисли за Своята връзка с нас от гледището на брака. Така заветът е направен като постоянен. Бог направи Своя първи завет с Ной, например - след Потопа. Забележи колко дълго Бог очаквал този завет да продължи." Тогава Бог каза на Ной и неговите синове с него: "Аз поставям Завета си с вас. ...няма да

се изтреби, никога вече, никоя твар от водите на потопа" Бит 9:8-11

НИКОГА ВЕЧЕ. Заветът е вечен. Ние виждаме това отново в Божието обещание към Авраам, както е записано в Бит 17:7 "Ще установя завета Си като вечен завет между Мен и теб."

Заветът не бил временен. Той бил определен като вечен. Така че нарушаването на завета било сериозно провинение. Когато Израил нарушил завета си с Бог, Малахия изразява това по следния начин: Мал 2:11 "Юда постъпи коварно, и гнусота се извърши в Израил и в Ерусалим, защото Юда оскверни светилището на Господа, което Той люби. И се ожени за дъщерята на чужд бог." В резултат на това, Бог решава да не отговаря на молитвите на Израил. Малахия обяснява защо. Стих 14: "И пак казвате: Защо? Защото Господ стана свидетел между тебе и жената на младостта ти, към която си постъпил невярно. При Все, че ти е съпруга и заветната жена."

Забележете последните две думи на стих 14 "заветната жена". Този завет трябвало да трае завинаги. Точно както и Божият завет на любов е вечен, така и нашият завет на любов с брачния партньор трябва да бъде постоянен. Християнският брак не трябва да бъде случайно планиран. Той трябва да бъде планиран да трае толкова дълго, колкото продължава живота. Както Исус каза: "И тъй, онова, което Бог е съчетал, човек да го не разлъчва". Мат 19:6.

Съществува и трета дума, която определя християнския брак - СВЕЩЕН. Зная, че е очевидно, но все пак трябва да се каже. Християнският брак е свещен, защото две души дават клетва пред Бога. При светския брак се попълва договор при служителя в офиса. Християнския брак е завет, направен в присъствието на Бога. Библейските писатели винаги употребяват думата "клетва", изговорена пред Бог. Личността прави клетва при

някои дейности или при извършване на някои обряди. Но винаги клетвата пред Бога е свещена.

В този смисъл се употребяват клетвите при Християнските венчални церемонии. Ние представяме пред Бог да чуе две души, които правят своята клетва на вярност един към друг. Това прави клетвата много по-важна от договора. Двойката говори пред Бога, в тържественост и свещеност.

При много венчални церемонии, все още, се употребяват традиционните клетви. Служителят пита: "Желаеш ли да бъдеш венчана за този човек и той да ти бъде съпруг, да живеете заедно под Божие ръководство в свещен брак? Ще го обичаш ли, ще го почиташ ли, ще го цениш ли в болести и в добро здраве, в успех и в беда, и ще изоставиш ли всеки друг, пазеща себе си само за него, докато сте живи?"

Така това изобразява едно голямо обвързване. Християнският брак е много повече, от законен договор. Той е една изключителна връзка, символизирана чрез сексуално единство. Това е една постоянна връзка, защото двамата души полагат завет на верност един към друг. И това е свещена връзка, защото клетвата е направена пред Бога.

Разбира се, това определение на брака не означава, че християните не се изправят пред проблеми в техния брак. Да, те се изправят. Но наличието на проблеми не означава, че бракът трябва да бъде разтрогнат. Ние имаме свещена отговорност да се опитваме да ги разрешаваме, а не да бягаме от тях. Следващите няколко глави разглеждат някои от тези проблеми - и тяхното разрешаване.

ГЛАВА 3 СЪВЪРШЕНСТВОТО

"КАКЪВ ВИ Е ПРОБЛЕМЪТ?"

"Добре, той е в брака ми. Ние не можем да се отделим никога насаме."

"Как изглежда проблемът?"

"Моят съпруг. Той трябва да си намери друга работа, но той се страхува да напусне тази. Той не носи достатъчно пари."

"Разбирам! А нещо друго?"

"Да! Моят съпруг говори със своята майка толкова много. Той никога не отделя толкова време за мен."

"Разбирам! Вие чувствате, че вашият съпруг не печели достатъчно пари и че споделя своите проблеми със своята майка."

"Точно така. Той не е нежен с мен, дори той е толкова груб и отчужден".

"Да. Вашият брак изглежда, наистина, е в беда. Имате ли идея как да решите тези проблеми?"

"Да. Той трябва да промени своите навици. Аз се надявам, че ще можете да му помогнете."

Повечето съветници могат да проведат разговор подобен на този. Много е лесно да се покажат проблемите от гледище на неуспехите на другата личност. Ние можем да кажем: "Това не са мои проблеми. Те са на съпруга/съпругата ми."

Добре! Аз съм измислил име на това становище. Аз го наричам "съвършенство." То е смъртоносна болест и, ако не се излекува ще разруши брака.

Но какво е съвършенството? Съвършенството е такова изискване, при което съпругът/съпругата очаква нереални неща. То е да се приеме, че другата личност трябва да бъде "съвършена". Повечето хора не биха признали, че имат такива очаквания.

И така, нека да потърсим симптомите. Следващите въпроси откриват симптомите на "съвършенството". Отговорете на

тях искрено, честно:

1. Имам ли чувството, че моят съпруг/съпруга не е доста-тъчно гъвкав/гъвкава, когато се изправи пред конфликт?

2. Очаквам ли моят съпруг/а да изглежда прав/а, винаги когато сме заедно?

3. Чувствам ли, че моят/а съпруг/а е причина за повечето от моите проблеми?

4. Направил ли съм искрен комплимент на моя/та съпруг/а през последните 24 часа?

5. Мисля ли повече за това, в което съпругът/съпругата трябва да се промени, да направи или за това, в което аз трябва да се променя, да направя?

Как отговорихте на тези въпроси - с "Да" на всеки въпрос? Ако е така вие сте в ранната фаза на "съвършенството". Ако не се лекувате, болестта ви ще се влоши. В този предварителен етап вие ще откриете, че не можете да се справите с противоречията в брака по никакъв начин. Вие ще започнете да се чудите дали сте се оженили за подобаващата личност. Вие ще започнете да прекарвате все по-малко и по-малко време заедно. И накрая вашият брак ще увяхне. Съвършенството е сериозна болест в брака.

Сега, нека да поговорим малко за лечението. Първо, бих желал да предложа едно упражнение. Вземете лист хартия и се запитайте: Кои са нещата, които не харесвам в моят/а съпруг/а. Тогава вземете друг лист хартия и напишете всички свои собствени слабости. Хората с болестта на "съвършенството" намират за много по-лесно да запишат слабостите на другия, отколкото своите собствени. Ако това се случи при вас, нека да ви кажа съвсем откровено. Вие трябва да промените своето становище за две неща.

Ето първото: Ако моят/а съпруг/а трябва да направи някои

промени, тогава ние ще имаме щастлив живот."

Не вярвайте в това! Вие не сте нещастен/нещастна просто поради навниците на вашият/та съпруг/а. Вие сте избрали да бъдете нещастен/на. Вие сте който/която трябва да реагирате. Вие се нуждаете да помислите за начина, по който реагирате, преди да мислите за промените съпруга/та.

Ето и второто нещо което трябва да промените: "Моят съпруг не върви към промяна. Ето защо, аз ще живея живот на мизерия и самотност."

Дори това не може да бъде изход. Бракът ви може да стане по-добър, и това може да започне от днес, без оглед на това какво вашият/вашата съпруг/а прави или не прави.

Рецептата е проста и идва от Библията. Ето първата стъпка. Прочетете я и я ПРИЛОЖЕТЕ. МАТ 7:1-5 "Не съдете, за да не бъдете съдени, защото с каквато съдба съдите, с такава ще ви съдят, и с каквато мярка мерите, с такава ще ви се мери. И защо гледаш съчицата в око на брат си, а не внимаваш на гредата в своето око? Или как ще речеш на брата си: Остави ме да извадя съчицата от твоео око, а ето гредата в твоео око?...Първо извади гредата от твоео око и тогава ще видиш ясно за да извадиш съчицата от братовото си око."

Ако страдате от, съвършенство вие първо трябва да запитате: "Каква е моята грешка? Какъв е моят дефект?" Докато вие искрено не погледнете на тези въпроси, вашият брак ще бъде в дълбока криза.

Как да преминем към разкриване на нашите дефекти? Предлагам да вземете отново лист хартия. Намерете си време, когато сте сам/сама и започнете да пишете. Молете се на Бог да ви помогне да видите собствените си проблеми. Аз не зная какво ще откриете при този процес. Може би, ще откриете, че вие не сте любезен/а. Може би, ще решите, че не изслушвате

достатъчно добре. Може би, вие ще видите, че не сте били мъгри в изхарчването на парите. Или, може би, вие не изразявате любовта си с грижовност и нежност. Аз не зная какво ще ви обезпокои, но съм сигурен че ще намерите нещо, за което си струва да се замислите.

Втората стъпка е - да молите Бог да ви прости за тези слабости. Бъдете честни и кажете: "Господи, аз съм направил някои грешки. Не съм бил мил с личността, към която е трябвало да проявя нежност. Аз съм нарушил закона ти на любов. Моля те, прости ми."

След това вярвай, че Той ти е простил, независимо дали се чувстваш простен или не. Нека 1Йоан 1:9 ти дава уверение: "Ако изповядаме греховете си, Той е верен и праведен да ни прости греховете и да ни очисти от всяка неправда."

Тогава моли Бог за сила за да преодолееш тези навици. Той ти е дал чудесно обещание. Исус казва: "ако ме любите ще пазите моите заповеди, и аз ще поускам от Отца и Той ще ви даде друг Утешител, за да пребъдва с вас до века. Духът на истината, Когото светът не може да приеме, защото го не вижда нито го познава. Вие го познавате, защото Той пребъдва във вас, и във вас ще бъде." Иоан 14:15-17

Колосяном 3:13,14 ни разкрива третата стъпка в борбата за съвършенство. "Претърпявайте си един на друг и един на друг си прощавайте, ако някой има оплакване против някого, както и Господ е простил вам, така прощавайте и вие. А над всичко това облечете се в любовта, която свързва всичко в съвършенството."

Говорете за вашите слабости със съпруга/та си. Нека Божият Дух води дискусията. Бъдете конкретен/конкретна и искрен/а. Избягвайте правенето на прибързани обещания. Не казвайте: "Никога няма да направя това отново," защото

тъкмо тогава може да го направите. Вместо да се занимавате само с миналото, признайте си.

Вашият брак ще се подобри, дори, ако вашият партньор не откликне на тези неща. Вие ще направите всичко, което можете за да съборите стената между вас.

А това не е ли стена? Единият партньор прави грешка и обвинява другия. Така негодуванието започва. Проблемът се омаловажава, не се дискутира. Срещат се и други прегради. Те също се пренебрегват. И този цикъл изгражда стена. И двамата знаете грешките на другия, но нито единия нито другия искате да ги докосвате.

Единственият начин да съборите тази стена е да имате смелостта да признаете своите собствени грешки и да помолите да ви се прости за тях. Признаването на слабостите трябва да става автоматично като яденето и спането. Когато ние признаем грешките си и правим нещо за тях, съвършенството започва да заглъхва. И резултатът е - взаимното доверие и близост.

Много трудно е да се приеме тази рецепта, защото признаването не е лесно. То ще ви струва вашето себелюбие и ваше-то желание да се защитавате.

И дори не очаквайте толкова много от вашият/та съпруг/а. Не е лесно да се прости. Прощението означава, че другата личност трябва да ви отговори с любов, а не с подозрение. То означава, че трябва да дадете на съпруга/та си свобода, не наказание. То предлага разбиране вместо гняв и отмъщение.

Затова защото вие молите за прошка не бъдете уверени, че ще получите. Бъдете търпеливи, особено, ако съвършенството е реален проблем за вас.

Помнете, че най-велекия пример на прощение и помирение е Исус Христос. "Помирение" е хубава дума. Тя означава, че някой се

променя по желание за да възстанови единството и близостта. Ето, точно какво ние можем да направим: "Бог в Христа примиряваше света със Себе Си, като не вменяваше на човешките прегрешенията им и че повери на нас посланието на примирението." 2 Кор.5:19

Павел ни призовава да простим на другите, тъкмо, защото Бог ни е простил. Забележете Ефес. 4:32 "А бивайте един към друг, благи, милосърдни, прощавайте си един на друг, както и Бог в Христа е простил на Вас."

Ако Бог ни е простил, тогава ние можем да изберем да простим на нашия/та съпруг/а за това, че не си е събрал остатъците от храна! Право ли е това? Петър посочи, че Исус понесе нашите грехове "на дърво" 1Петр.2:24. Неговият дял на страдание беше огромен. Прощението не е лесно и просто, но, със сигурност, е много важно.

ГЛАВА 4 КОНФЛИКТЪТ

Брак и конфликт. Изглежда, че винаги тези две думи вървят заедно. Роберт Лоус Стивънсон казва, че бракът е бойно поле - не розова леха. Въпросът не е дали възникват конфликти в брака, а какво да направим за да се справим с тях.

Другата болест, която инфектира брака аз наричам конфликтност - брачна болест, която разрушава връзките. Първа дефиниция. Конфликтността е брачен конфликт, който е станал хроничен. Конфликтността има три симптома: печелене, отдръпване, поддаване. За да видим дали вие имате тази брачна болест, отговорете на следващите пет въпроса:

1. Когато се изправя пред конфликт с моя/та съпруг/а, дали

единия от двамата често употребява лечение с мълчание?

2. Дали аз, обикновено, отстъпвам на моя/та съпруг/а, дори, когато мисля, че съм прав/а?

3. Дали аз намирам, че повечето от моите чувства относно конфликта остават скрити и никога не се дискутират?

4. Иска ли някой винаги да спечели в спора, преди да е решен?

5. Дали конфликтите основно се пренебрегват с надеждата, че те ще отминат от самосебе си?

Ако откриете, че сте отговорили с "Да" на тези въпроси, тогава вашият брак има предупреждаващите симптоми на конфликтността. Нека разгледаме трите симптома на този синдром в по-големи детайли.

Първият симптом е предизвикването на проблема. Когато конфликтът се случва все някой го е предизвикал.

Битие 4-та глава разказва историята на двамата братя Бит 4:2-5 "Авел пасеше стаго, а Каин беше земеделец. И след време Каин принесе от земните плодове принос на Господа. Тъй също и Авел принесе от първородните на стагото си и от тлъстината му. И Господ погледна благосклонно на Авела и на приноса му. А на Каина и на приноса му не погледна така, затова Каин се огорчи твърде много и лицето му се помрачи."

Нека да се поставим в ситуацията на Каин. Бог приема всеизгарянето на брат му, но отхвърля това на Каин. Следва конфликтът. Ние можем да употребим няколко думи за да опишем този конфликт - ревност, завист, горчивина, чувство за малоценност/пренебрежнатост/, може би и загуба на себеуважение.

Във всеки случай, Каин решил, че начина да разреши конфликта е да го спечели. Ние проследяваме историята отново в стих 8 "А Каин каза това на брат си Авела. И когато бяха на полето,

Каин стана против брат си Авела и го уби."

Това е краен случай, но той илюстрира, до къде могат да достигнат хората, просто за да спечелят конфликта. Тези хора, обикновено, чувстват някаква заплаха. Да изгубят в конфликта, означава, да загубят усещането си за стойност и важност. Така, че без значение е какво ще струва спечелването на целта.

Брачните партньори използват много различни средства за да спечелят конфликтите. Понякога те заплашват: "Ако ти не направиш това за мен, аз няма да гойда на..." И тогава следва заплаха за някое наказание.

Или партньорът може да опита да представи като еснаф другата личност като каже нещо такова: "Ти не ме оценяваш." Или "Ти никога не ми благодариш за нищо."

Друго средство, което се употребява за да се спечели конфликта е опита за спечелване симпатия. С много тъжен глас, може да се каже: "Ти вече не се грижиш за мен. Никои не ме обича повече."

Има и средство за спечелване, чрез усмиване. "Не казвай това, звучи глупаво." Или: "Не мога да повярвам! Ти си могъл да направиш, наистина, това."

Може би, най-вредното средство е ядът /злобата/. Личността се огражда със стари негодувания и страхове за да ги използва в подходящ момент. Тъй като никои брачен партньор не е съвършен, хората, които използват тази тех-ника имат достатъчно бомби за пускане.

Хората, които чувстват, че трябва да решават конфликта чрез спечелването му ще използват всички тези средства. Но спечелването на конфликта може да бъде контра-продуктивно. Спечелването може да постигне целите на някои личности, но да пожертва близостта, приятелството. Спечелването на битка е много по-малко важно, отколкото силната връзка и

приятелство.

Тези, които искат да печелят трябва да си припомнят, че в брака личната връзка е по-важна от личната победа. Фактически, спечелването на конфликта може да бъде една празна победа.

Вторият признак, при конфликтите в брака, е отдръпването. Когато конфликта расте, личността може да се спре и да не направи нищо. Хората, които се отдръпват могат да се проявят също и физически - чрез напускане на стаята и дори чрез разхождане за известно време. Или, те могат да се отдръпнат психологически като не говорят и не обръщат внимание на ситуацията. Тези, които се отдръпват изграждат защитна стена около себе си така, че нищо не може да се дискутира.

Помните ли историята с Йона? Бог иска от него да отиде в Ниневия и да предупреди хората за техните беззакония. Как отговори Йона? Той не искаше да отиде. Резултатът беше конфликт. Йона реши да се отнесе към този конфликт с оттегляне от Бога. Йона 1:3 "Но Йона стана да побегне в Тарсис от Господното присъствие."

Колко често това се случва в брака! Не говоря за напускане на къщата, говоря за емоционалното бягство. Скриване от конфликта така, че да не бъде той обсъден. Йона се качи на кораба и се скри долу при товара. Но той не разреши конфликта, нали? Бог изпрати буря и риба и накрая, след всичко това, Йона трябва да се отзове в Ниневия.

Когато хората приеха поканата на Йона да се покаят, Йона се оттегли отново. Тогава Йона седна под тиквата и помоли Бог да му отнеме живота. Но Бог не позволи на Йона да се оттегли по такъв начин и укори Йона така: 4:11 "А аз не трябва ли да пожалея оня голям град Ниневия, който има повече от сто и двадесет хиляди души, които не умеят да различават дясната си ръка от лявата, освен многото добитък?"

Брачните партньори понякога също се отдръпват един от друг. Обикновено този, който се отдръпва чувства страх - страх да не бъде наранен и отблъснат. Тъй като личността, която се отдръпва не иска да говори - конфликта остава неразрешен. И резултатът е хроничен конфликт, който никога не се разрешава. Подобно на Йона тези хора се скриват - там, където никой не може да ги види. Скривайки се те се надяват проблема да отmine от само себе си.

Но отдръпването - е лош начин да се справим с конфликтите. Когато нищо не се казва, нищо не се решава. Много малки инциденти могат да станат жестока стена, която да спира общуването.

Партньорите на отдръпващите се личности, често нищо не могат да направят и се чудят, "Каква нередност се е случила? Защо не можем да говорим за нея?" Конфликтите, точно тогава, не могат да се разрешат, когато единият се отдръпва.

Третият симптом на конфликтността е отстъпването. Отстъпването може да звучи като нещо добро. Преди всичко не е ли то "даване" на брачния партньор и признаване на негова добра идея? Добре! Но не винаги.

Отстъпването може да бъде начин за избягване на конфликт. На магистралата ние често виждаме знак, който казва "Отстъпи". Знакът ни пази. Същото се получава, когато отстъпваме в конфликт. Ние отстъпваме за да запазим себе си от противопоставяне.

Най-добрият Библейски пример за отстъпване, което довежда до проблем, е Самсон. Далила започва конфликт със Самсон за неговата сила. Сигурно си спомняте историята! Враговете на Самсон искат от Далила да научи тайната на голямата сила на Самсон. И така, тя постоянно настоява. Резултатът е - конфликт - Любовен конфликт, макар и само един! Вероятно,

Самсон е решил да разреши конфликта чрез отстъпване пред нейното настояване. Съди 16:17 "Той ѝ откри всичкото си сърдце като ѝ рече: Бръснач не е минал през главата ми, защото аз съм Назирей Богу още от утробата на майка си, ако се обръсна, тогава силата ми ще се оттегли от мене, та ще стана безсилен, и ще бъда като всеки друг човек."

Самсон отстъпил. Той се погдал на женското искане. Бегствието, което последвало е - Самсон станал роб и загубил зрението си.

Отстъпването в брака - не винаги е лошо нещо. Бракът изисква, както даване - така и вземане. Но опазването на мира не означава, че винаги една личност трябва да заповядва. Отстъпването нараства като проблем, когато стане хронично. Наскърбяването и болката са реални: "Защо винаги аз трябва да отстъпвам?" Личните нужди не са посрещнати и следва недоволство.

На пръв поглед отстъпчивостта, звучи като добър начин да се помогне за преодоляване на конфликта. Изглежда, че се показва християнска любезност и гъвкавост. Но, ако отидем по-далеч, постоянната отстъпчивост, унищожава чувството за индивидуалност и ценност. Дискусията, която завършва с думите: "О, ти винаги си прав/ва. Да направим, както ти казваш!" - това е опасно. Като "опира пешкира" Всеки път само единият от партньорите, може само да сезагълбочи чувството за конфликт.

Ние говорихме за трите симптома на конфликтността - спечелване, отдръпване, отстъпчивост. Чрез нито един от тях не се постига чувството за сигурност и близост. Те могат да решат веднага конфликта, но те не довеждат до взаимно уважение и любов. Най-добрият начин за справяне с конфликта е да преговаряме /обсъждаме/ заедно. И това е предмета на следващата тема. Как да лекуваме конфликтността.

ГЛАВА 5 ЕФЕКТИВНОТО ГОВОРЕНЕ

Познавате ли някой страдащ от "съвършенство" - болест, при която се изисква съвършенство от съпруга/съпругата?

Какво да кажем за конфликтността - постоянното възпадение на брака? Добре! Има лек за тези заболявания. Това е общуването! Библията ни разкрива огромното значение на това как да говорим.

Какво казва Библията за общуването? Първо ние ще забележим какви гуми имат сила. Нашият език може да бъде сила за добро или за зло. Яков 3:9 казва: "С езика си ние хвалим нашия Бог и Баща и с езика си ние кълнем човечите, които са направени по Божие подобие. От същите уста излизат благословение и проклетия."

Колко странно! Една и съща уста може да хвали Бог, и да проклена човечите. Това означава, че ние имаме избор. Не е ли така? Ние можем да изберем какво да кажем. Петър спомена това в своето първо послание: 1 Петр. 3:9 "Не въздавайте зло за зло или хула за хула, а напротив благославяйте."

Когато сме оскърбени от нашия/та съпруг/га, ние не се отнасяме благосклонно, нали? Но ние можем да благославяме, когато сме оскърбени. Думите имат огромна сила. Различна по вид сила - сила, която успокоява и лекува или сила, която наранява и реже.

Нека да преминем към по-голяма определеност. Книгата Притчи предлага няколко принципа на общуване - начини, чрез които думите могат да лекуват.

Ето първият принцип. Бъди добър слушател. Изслушвай! Всеки ще се съгласи с това. Но забелязали ли сте как някои хора

изслушват истински? По някои причини е по-лесно да говориш, отколкото да изслушваш.

Пр 18:13 казва за тази нужда - да се изслушва. "Да отговаря някой преди да чуе, е безумие и позор за него."

Глураво е да се отговори нещо, преди да знаем какво ще се каже. Глураво! Това е много силна гума. Но е истина, нали? "Но ти не ме слушаш, нали?" Колко пъти на ден някои правят това обвинение?

Зная, че понякога е трудно да изслушваме съпруга/та - особено, когато говорим за нашите грешки. Но това да слушаме задълбочено, е важно. Пр.15:31 "Ухо, което слуша животворно изобличение ще пребивава между мъдрите."

Най-добрият начин да научим за нашите дефекти, е да изслушваме нашите сърузи/ги. Трудно е да слушаме по този начин, но това позволява нашето израстване. Пр 19:20 "Слушай съвет и приемай поука за да станеш мъдър в сетнините си."

Този начин на слушане може да разкрие проблемите. Ние може да открием нещо, което трябва да признаем. Тогава какво се случва. Най-доброто, което можем да направим, е да се погрижим да се корегирате. Ето друга притча: "Който крие престъпленията си няма да успее, а който ги изповяда и остави ще намери милост." Пр28:13

Първият принцип на общуването с Вашия/Вашата съпруг/га е изслушването. И тогава, когато изслушването разкрива грешки или грехове, ние се нуждаем да ги признаем. Това ще допринесе за близост и здравина в брака.

Другият аспект в слушането е търпението. Като слушаме повече - повече ще научим. Не е лесно да слушаме и разбираме. Но е единствения начин за израстване. Пр 20:5 "Намерението в сърцето на човека е като дълбока вода: - Но разумен човек ще го

извади"

Дълбока вода, действително! Особено в брачната връзка. Много е трудно, понякога, да се разбере. Но съпруга/та, които слушат и разбират, я изваждат от другия. Слушането е много повече от тихо стоене. То е да отгаваш внимание, да търсиш значението и да се опитваш да направиш връзките.

Така възниква вторият принцип на общуването със съпруга/та - да бъдем спокойни. Прямото общуване може да бъде емоционално, дори - плашещо. Но ние не можем да прогоним нашите емоции далеч от нас. Ние се нуждаем да останем спокойни дори сърцето ни да бие силно. Притчите говорят за това Пр. 16:32 "Който скоро не се гневи е по-добър от храбрия, и който Владее духа си - от завоевател на град." Пр. 14:29 "Който не се гневи скоро, показва голямо благоразумие, а който лесно се гневи проявява безумие." Ние можем да проче-темного такива притчи. Ето още една. Пр 29:20 "Видял ли си човек, прибързан в работата си /който говори бързо/? Има повече надежда за безумния, отколкото за него."

Да бъдем спокойни. Това е главната предпоставка за общуването между съпрузите. Понякога, постепенно се наслаждат причини. Храната е закъсняла. Сметката не е платена на време. Боклукът не е изхвърлен. Разходите не са записани в книгата. Малки неща - но, когато правим дълъг списък от мал-ки неща, изпадаме в безпокойство. Ако целия списък трябва да се дискутира наведнъж, какво ще стане? Шансът за спокойно обсъждане е съвсем малък.

Да говорим спокойно - означава, че ние говорим за нещо, което е разрешимо. Ако говорим веднъж само върху едно нещо, е по-лесно да запазим спокойствие. Разбира се, това означава, че ние се нуждаем да говорим, колкото се може по-бавно. Когато разглеждаме бързо някой проблем - ние намаляваме шанса си да

говорим спокойно.

Дори за някои от нас е по-лесно да се карат. Ние виждаме, ние чувстваме, ние говорим. Колко бързо става! Търпението се изпарява, и ние сме всичко друго, но не и спокойни.

Това е опасно състояние. Отново да чуем Библейска притча Пр 17:14 "Започването на разпря е като, кога отваря някой път на вода. Затова остави препирнята преди да има каране."

Ако видите, че се загава кавга спрете! Почакайте докато се успокоите. Пр20:3 "Чест е за човека да страни от препирня. А Всеки безумен се кара."

Обикновено кавгата идва от осъждането. Ние мислим, че знаем точно какво другата личност е направила и защо го е направила. Но ние не знаем. Ние виждаме първо грешките на другата личност - много преди да сме видяли нашите собствени. Мат 7:3 "И защо гледаш съчицата в окото на брата си, а не виждаш гредата в твоеото око?"

Ако чувстваш, че спориш с твоя/ат съпруг/а погледни се в огледалото. Първо погледни себе си. С какво си допринесъл ти за този проблем? Реагираш ли спокойно? Само тогава може да се надяваш на успешен разговор.

Това отношение позволява да говорим по мил начин. Пр.12:18 "Намират се такива, чието несмислено говорене пронизва като нож. А езикът на мъдрите докарва здраве."

Здраве! Ето какво се случва, когато говорим спокойно. А има толкова различни начини донасящи здраве! "Съжалявам, сладурче! Сбърках! Ще ми простиш ли?" Или "Искам да ти помогна. Какво мога да направя за да ти помогна?" Или "Ти имаш право да си ядосан/на. Аз наистина постъпих глупаво! Съжалявам!"

Има толкова много начини да спрем кавгите и да донесем здраве на брака. Пр 12:25 "Теготата смирява човешкото сърце, а благата дума го развеселява." И тази притча в 16:24 "Благите

думи са медена пита, сладост на душата и здраве на костите."

Това е Вторият принцип на съпругеската връзка: Бъди спокоен, любезен, и лекуващ.

Третият принцип е честност, откровенност. Това може да изглежда очевидно, явно. Разбира се, ние говорим откровено. Но истината не винаги е приятна. Да говорим откровено, например, означава никога да не употребяваме ласкателство. Пр 28:23 "Който изобличава човека, той после ще намери по-голямо благоволение, отколкото оня, който ласкае с езика си."

Ние можем да изобличим, разбира се, нежно и с любов. Въпреки, че боли, това ще бъде оценено по-късно. Аз предпочитам моята съпруга да ми казва за грешките, които съм направил, отколкото да ги замазва и да ми казва колко съм прекрасен. Аз трябва да зная моите слаби страни за да мога да израствам. Аз съм подозрителен към хората, които винаги ме хвалят. И започвам да се чудя какво искат от мен. Винаги съм уважавал прямите и откровени хора. Те могат да предполагат, че аз ще предприема нещо срещу тях, когато покажат грешката ми или, че ще се извиня, или, че ще започна да се представям невинен като ангел и въпреки това те се отнасят с искреност. Аз обичам хората да бъдат откровени с мен. А вие?

Това е особено важна истина в брака. Съпрузите се нуждаят да бъдат откровени един към друг. Не по обвинителен начин, а по нежен, мил начин. Нека да илюстрирам разликата. Например -ако аз почувствам, че моята съпруга е била нелюбезна към наша близка. Между другото, това не се е случвало, но да предположим, че е станало. Аз бих могъл да кажа нещо като това: "Ти, наистина, си като хала, мила. Защо винаги си така нечувствителна към нашите близки? Аз тъкмо бях започнал да я предразполагам."

Как вие бихте реагирали на такава забележка? Не много добре,

нали? Но да предположим, че аз кажа нещо като: "Скъпа, забелязах сълзи в очите на нашата близка. Чудя се дали ние не сме казали нещо, което да я е наранило?"

Аз наистина се изразявам по такъв начин. Виждате, има ли голяма разлика между първия и втория случай? И при двата аз съм откровен. Първия път аз я обвинявам в това, което е сбъркала. Втория път само предполагам, но без да стигнем до конфликт.

Друга точка. Понякога ние употребяваме истината като оръжие. "Какви глупости вършиш?" Това може да е откровен коментар. Ние може да мислим, че това е глупаво. Но дали това е най-добрия начин да го кажем?

Трите правила за общуването със съпруга/та: Бъди слушател! Бъди спокоен! Бъди откровен! Това са високи цели, но Бог ще ни помогне да ги постигнем. Затова Той изпраща Светия Дух - за да дава сила да направим това, което не можем да направим сами.

1 Кор. 13:4-7 най-добре обобщава доброто общуване между съпруг и съпруга: "Любовта дълго търпи и е милостива, любовта не завижда, любовта не се превъзнася, не се гордее, не безобразничи, не търси своето, не се раздражнява, не държи сметка за зло, не се радва на неправдата, а се радва заедно с истината, всичко премълчава, на всичко хваща вяра, на всичко се надява, всичко търпи."

Заглавие: **Making Marriage Work**

H.M.S. Richards. Jr.

Издателство: Review and Herald Publishing Association

Washington, DC 20039-0555

Hagerstown, MD 21740

Превод: Емануил Куманов

Редактор: Марияна Драганова

Предпечатна: "УДИ-М" Силистра, тел 2 07 59

Издава: ЦАСД гр. Силистра

БИБЛИЯТА ЗА ВСЕКИ

Ако желаете да обогатите Вашите познания за Библията, за Висшия смисъл на живот, бъдещето на света и гр. основни въпроси на Библията.

СЪЮЗЪТ НА ЦАСД в Република България

Ви предлага 30 безплатни лекции под формата на

КОРЕСПОНДЕНТЕН БИБЛЕЙСКИ КУРС

"ОСНОВНИ УЧЕНИЯ НА БИБЛИЯТА"

Кореспонденцията се движи изцяло по пощата

Участниците нямат никакви присъствени ангажименти.

На завършилите курса се издава удостоверение от Съюза на ЦАСД в РБ.

Записване: гр. Варна 9010, п.к. 56, или на тел.: (052) 82-34-47.

**Курсът се предлага на всеки без ограничение на възрастта,
на територията на цялата страна.**