

У кого испрашивать в этот день прощения – у всех подряд или только у тех, кому ты наверняка причинил обиду? И как прощать от сердца, как узнать, простил ли ты на деле или только на словах? Что делать, если сил простить нет?

[Протоиерей Максим Первозванский](#)

Прощеное воскресенье предваряет Великий пост. Красивая и, вроде бы, простая традиция – у всех просить прощения. □ А ведь она порождает множество вопросов...

У кого испрашивать в этот день прощения – у всех подряд или только у тех, кому ты наверняка причинил обиду? И как прощать от сердца, как узнать, простил ли ты на деле или только на словах? Что делать, если сил простить нет?

- □ Отец Максим, откуда пошел этот обычай – просить у всех прощения в последний день перед Великим постом?

- Это вовсе не какое-то порождение народного фольклора, это древнейшая церковная традиция. Сам Христос положил ей начало своими словами, звучащими в Евангелии от Матфея: *«Если вы будете прощать людям согрешения их, то простит и вам Отец ваш Небесный; а если не будете прощать людям согрешения их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших»* (Мф. 6:14-15). Это неизменное Евангельское чтение в последнее воскресенье перед Великим постом.

Позже в Церкви появился чин прощения. В Египте или Палестине монахи на время Великого поста уходили поодиночке в пустыню и, конечно, не были уверены, что она не станет их последним пристанищем. Поэтому и примирались друг с другом, прося за все прощения, как перед смертью.

- Мы-то ни в какую пустыню не уходим... Почему продолжаем соблюдать эту

традицию и Прощеное воскресенье по-прежнему приходится именно на канун Великого Поста?

- Потому что входить в немирном состоянии в Великий пост категорически не рекомендуется. Это время очищения, духовного обновления перед Пасхой, соответственно, нужно постараться положить начало своему очищению, освободиться от бремени вины перед ближними, т.е. действительно со всеми примириться, всех от сердца простить.

Простить, а не извинить

- А что значит – простить? Что мы должны вкладывать в это понятие?

- Есть два разных слова: «прости» и «извини». Это почти синонимы в современном русском языке, однако, изначально это очень разные по смыслу слова [1] .

Вы не замечали, что часто гораздо легче сказать «извини», чем «прости»? «Извини» — значит, выведи меня *из вины*, сделай меня невиновным, другими словами, давай будем считать, что я перед тобой не виноват. Так ребенок, который полез на стол за конфетами и разбил вазу, может сказать: «Мам, я вот тут разбил твою любимую вазочку, извини меня». Тем самым он хочет оправдаться: «Я не виноват, так получилось».

А что такое «прости»? Это означает: я виноват, я признаю свою вину, но отпусти мне ее, прими меня таким, какой я есть, я постараюсь исправиться.

Поэтому и у Бога мы просим не извинить, а простить, а значит — принять. Принять виноватого, грешного, какого угодно — но принять.

- Точно так же и с людьми: мы просим их принять нас такими, какие мы есть?

- Да, и в этом смысле прощение способно качественно поменять наши отношения. Неслучайно у слова «простить» есть определенная связь – и фонетическая, и смысловая – со словом «просто». Обратите внимание, когда отношения между людьми начинают портиться, говорят, что они *усложняются*, т.е. теряют свою простоту и ясность: мы не можем *просто* поглядеть друг другу в глаза, *просто* улыбнуться друг другу, *просто* поговорить. А когда кто-то из нас произносит слово «прости», это означает следующее: «Я виноват, постараюсь исправиться, загладить вину; давай устраним эти сложности, давай сделаем так, чтобы мы опять смогли смотреть друг другу в глаза».

Прося прощения, мы пытаемся упростить наши отношения с людьми и с Богом, признав свою вину и отпустив вину своему ближнему. С этого и начинается наше очищение, с этого начинается Великий пост.

За что просить прощения?

- Батюшка, а нужно ли в Прощеное воскресенье просить прощения у всех, кого хоть мало-мальски знаешь – по принципу «может, и его чем когда-то обидел, да не помню»? Или только у тех, кому совершенно точно причинил боль?

- Во-первых, мы просим прощения у тех, против кого мы согрешили, кого огорчили, с кем у нас недомолвки, сложности и проблемы в отношениях.

Во-вторых, мы должны просить прощения и у всех вообще людей — как наших братьев и сестер — за то, что мы плохие христиане. Ведь мы все — члены единого Тела Христова. Болеет ли один член, плохо всему телу — это одна из ключевых мыслей Писания. Адам и Ева согрешили — мучается все человечество. Я согрешил — мучается мой брат.

Кроме того, нужно просить прощения у людей за то, что мы их не любим по-настоящему.

Мы призваны любить каждого человека, а вместо этого мы с ним «чутьочку общаемся», потому что он нам не интересен. Нам интересна только собственная персона и те люди, которые в данный момент нам нужны. Вот грех против людей — в Прощеное воскресенье это полезно почувствовать.

Такое определение не означает, что нужно падать в ноги всем подряд. Но нужно постараться этот момент — отсутствие в себе любви — прочувствовать и искренне раскаяться.

Как простить?

- А как быть, если человек чувствует, что не способен простить? А пришло Прощеное воскресенье – вроде, прощать надо бы ...

- Любой человек может простить. Говоря «я не могу простить», люди часто подразумевают, что не способны забыть причиненную им боль. Но простить — это вовсе не значит забыть боль. Прощение и не подразумевает автоматического и моментального ее исчезновения. Оно означает другое: «Я не держу на причинившего мне эту боль зла, не желаю ему возмездия, а принимаю его таким, какой он есть». Боли может и не стать меньше, но зато человек сможет прямо смотреть в глаза своему обидчику, если тот сам готов смотреть ему в глаза и искренне просить прощения за причиненную им обиду.

- Но если обидчик и не думает признавать свою вину и идти на мировую?

- Тогда, конечно, мириться тяжело. Но Господь призывает нас простить даже врагов и Сам подает нам в этом пример. Такое всепрощение кажется чем-то фантастическим, неисполнимым, однако в Боге, во Христе это возможно.

Учась прощать, нужно помнить еще и вот какой момент: часто люди, причиняющие нам боль, поступают так по попущению Господа. Не в том смысле, что они не виноваты, а в том смысле, что эта обида пойдет нам во благо.

К примеру, если мы просим у Бога такое качество, как смирение, неверно будет ожидать, что оно само собой вдруг свалится на нас с неба. Скорее нужно ждать, что Бог пошлет человека, который нас обидит, заденет, может быть, даже несправедливо. Претерпев такую обиду, найдя в себе силы простить – может быть, только на 3-й, на 10-й, на 20-й раз – мы потихоньку и будем учиться смирению.

Так что нужно понимать, что ничего случайного не бывает и Бог все творит для нашей пользы.

Отец Максим, как же определить, простил я по-настоящему или нет? На словах можно простить, хоть это тоже нелегко, в то время как на деле обида может и остаться...

- Дело в том, что прощение – это не одномоментный процесс. Бывает, что мы, вроде бы, все простили и забыли, а через какое-то время в нас опять вспыхивает негодование и злость на нашего обидчика.

В чем тут дело? А дело в том, что непрощение — это страсть. А страсть, однажды в нас поселившись, может со временем плотно укорениться в душе и, кроме того, способна затаиться, до поры до времени не подавая «признаков жизни». Особенно часто так бывает, когда нанесенная обида была действительно крайне болезненной и серьезной.

А кому выгодно, чтоб эта рана кровоточила вновь и вновь? Конечно, лукавому! Он без устали, всеми силами пытается сбить человека с пути, и если у нас есть какое-то «больное место» — то, из-за чего мы теряем равновесие, досадуем, гневаемся — он обязательно будет на него давить. Есть обида – этот «рогач» будет ее напоминать, освежать в нашей памяти неприятные поступки или слова, сказанные в наш адрес.

Этот шрам зарубцовывается долго — нужно время, однако необходимо и самому прикладывать усилия, чтобы он зарубцевался.

Надо себе напоминать, что с Богом возможно все. Христос, испытывая на кресте муки, которые нам страшно и представить, простил своих мучителей и нам даст силу простить наших обидчиков.

Источник: <http://www.pravmir.ru/prostit-znachit-prinyat/#ixzz2uouc8RCR>