

«*Праведный гнев*» Паулисона теперь по праву занимает первое место в моем списке книг о гневе, которые я рекомендую людям. Не говорю уже о том, что это самый полный и мудрый христианский ответ на проблему ненависти к себе и гнева против себя из всех, что я прочитал».

Тони РЕЙНКЕ, DesiringGod.com; ведущий подкаста «Ask Pastor John» («Спросите пастора Джона»); автор книги «Newton on the ChristianLife: To Live Is Christ» («Ньютон о христианской жизни: жизнь – это Христос»).

«Если есть на планете человек, способный поддержать вас и правдиво рассказать вам о вас самих и о любви Господа к вам, то это Дэвид Паулисон. Уже не одно десятилетие он пользуется наибольшей известностью среди библейских душепопечителей. Он говорит с позиций глубокой мудрости и вдумчивого толкования. Если вы или какой-то ваш знакомый с трудом контролирует свой гнев, то эта книга для вас. Другими словами, ее стоит купить каждому».

Элиза ФИТЦПАТРИК, автор книги «Counsel from the Cross» («Наставления с креста»).

«Рекомендовать то, что заняло пятнадцать лет жизни доктора Дэвида Паулисона – жизни, ставшей “солью и светом”, – это честь для меня. Мне, англиканскому священнику небогатого прихода в Чарльстоне, Южная Каролина, приходилось и самому преодолевать гнев, и сталкиваться лицом к лицу с проявлениями гнева в нашей общине. Поэтому мне особенно близки и “Божьи средства”, описанные на страницах “Праведного гнева”, и рассказанные в этой книге житейские истории. Это поможет мне учить других людей, как “переосмыслить гнев” в духе Библии».

Преподобный доктор Даллас Г. УИЛСОН-младший, викарий, часовня св. Иоанна, Чарльстон, штат Южная Каролина.

«Дэвид Паулисон не относится к гневу как к недугу, который необходимо исцелить, либо как к пороку, который следует уничтожить. В конце концов, в Библии показано, что и Христос, и Его Небесный Отец временами гневались. Не ждите, что эти страницы станут для вас универсальным успокоительным средством. Нет, вы найдете

здесь выдержанное в библейском духе исследование и евангельскую надежду на то, что можно гневаться и оставаться *праведным*».

Д. А. КАРСОН, профессор-исследователь Нового Завета, Евангельская школа богословия Святой Троицы, Дирфилд, штат Иллинойс; один из основателей Коалиции Евангелия.

«Эта книга – самый настоящий Паулисон. Гармоничная, вдумчивая, со множеством оттенков. Паулисон изображает наш гнев (как в хороших, так и в дурных его проявлениях) не с помощью россыпи библейских цитат, а через Благою весть, через широту и глубину библейского повествования. Это одна из тех книг, которую вы станете не только читать, но и покупать в подарок друзьям».

Пол МИЛЛЕР, руководитель миссии «seeJesus», автор книги «Жизнь в любви».

«О гневе написано много, но редко удастся найти такое сочетание идей, которое было бы точным с библейской точки зрения и в то же время применимым для отдельных людей. Доктор Дэвид Паулисон – удивительное исключение. Он излагает свои мысли мудро и заботливо. Пользуясь словом, как пастух посохом, он направляет и защищает овец, которых так нежно любит величайший Пастырь. Его понимание Слова Божьего и самой сути человечности поразительно ясно и убедительно; оно обличает и утешает».

Джозеф Винсент НОВЕНСОН, старший пастор-наставник, Пресвитерианская церковь Лукаут Маунтин, Лукаут Маунтин, Теннесси.

«*Праведный гнев*» – это лучшая книга о сути гнева, которую мне доводилось оценивать. Дэвид Паулисон разбирается в душевных тонкостях, и его точное и глубокое понимание гнева с библейской точки зрения – это весомый вклад в движение библейского душепопечения. Он показывает нам, что, если пример для нас – Христос, а путеводитель – Евангелие, мы можем прощать, проявлять милосердие и даже учиться любить своих врагов. Я рекомендую эту книгу каждому, кто когда-либо гневался или любит человека, легко впадающего в гнев, и особенно тому, кто

считает, что ему не свойственно гневаться. Молюсь о том, чтобы эта книга принесла вам такую же пользу, как и мне».

Гарретт ХИГБИ, исполнительный директор Служения библейского душепопечения («Biblical Soul Care Ministries»).

«Дэвид Паулисон помогает нам яснее понимать собственный гнев, какую бы форму он ни принимал. Эта книга действительно подходит для всех, а формат ее напоминает беседу с душепопечителем. Независимо от того, осознаете вы свою проблему с гневом или нет, вам нужна эта книга. «*Праведный гнев*» – это уникальный источник для всех, от родителей и учителей до пасторов и миссионеров».

Глория ФЕРМЕН, кросс-культурный работник, автор книг «Жена пастора» («*The Pastor's Wife*») и «*Материнство как миссия*» («*Missional Motherhood*»).

«В книгах и беседах Дэвида Паулисона великолепно то, что он не чурается грязной работы, применяя Евангелие для объяснения главных проблем нашей жизни. Его рассуждения не только затрагивают самую суть наших трудностей; он прямо говорит и о том, с чем сам не может справиться без посторонней помощи, и заглядывает при этом в такие глубины, о которых мы в большинстве своем и думать не смеем. Однако насколько тяжелы затрагиваемые им проблемы, настолько же освежающие и практичные евангельские истины он открывает для нас. Он раскрывает перед нами глубины своего сердца, чтобы помочь нам понять, как с помощью Евангелия обновить наши сердца».

Брайан ЧАПЕЛЛ, пастор Пресвитерианской церкви благодати, Пеория, Иллинойс.

«Это самая полная, верная Библии, глубокая и практичная книга на тему гнева из всех, которые я когда-либо читал. Даются понятные объяснения, снабженные множеством примеров из библейских текстов, а также из нашей повседневной жизни. Очевидно, что автор достаточно опытен в этой сфере и разбирается во внутренних и межличностных конфликтах, которые вызывают у нас гневную

реакцию. Трудно представить себе человека, которому бы не помогла эта книга».

Мигель НУНЬЕС, старший пастор, Международная баптистская церковь Санто-Доминго; президент Служения мудрости и добродетели («Wisdom and Integrity Ministries»).

«Всем нам без исключения необходимо избавляться от гнева: это мастерски доказывается в книге *“Праведный гнев”*. А чтобы помочь нам в этом, автор щедро делится житейской мудростью. Эта книга учит гораздо большему, чем умению справляться с гневом. Она постоянно напоминает нам, что гнев против несомненного зла соответствует спасительным Божьим замыслам, и при этом разоблачает ту ложь, которая подпитывает губительную ярость и холодное недовольство. Я давно не читал ничего сравнимого с этой книгой по новизне и глубине самоанализа».

Дж. Аласдер ГРОУВЗ, директор программ душепопечительской помощи в Центре христианского душепопечительства и образования, Новая Англия.

«*“Праведный гнев”* позволяет всесторонне рассмотреть и праведный, и губительный гнев. Мне особенно нравится, как Дэвид разоблачает более скрытые формы гнева, такие как безразличие, отстраненность или презрение, которые не менее греховны и губительны, чем более агрессивные проявления гнева, такие как ярость или жестокость. Своим клиентам, переживающим разрушительные отношения, я посоветую изучить эту книгу, чтобы научиться понимать, что движет ими, когда их переполняет гнев».

Лесли ВЕРНИК, сертифицированный клинический социальный работник, консультант по отношениям; лектор; автор книг *«Эмоционально разрушительный брак»* и *«Эмоционально разрушительные отношения»* («*The Emotionally Destructive Marriage*», «*The Emotionally Destructive Relationship*»).

«Чересчур часто мы, христиане, склонны воспринимать эмоции упрощенно и отрицательно: «Гневаться плохо, прекрати». Именно поэтому я благодарен Дэвиду Паулисону за его мудрые мысли,

здоровые и спасительные, в книге *«Праведный гнев»*. Дэвид объясняет, что Христово Евангелие благодати освобождает наши сердца – так, что даже неприятная эмоция гнева может служить плодотворным и прекрасным проявлением святой любви Христа».

Боб КЕЛЛЕМЕН, заведующий кафедрой библейской психологической помощи в Библейском колледже Кроссроудз; автор книги *«Евангелие в основе психологической помощи: как Христос меняет жизнь людей»* (*«Gospel-Centered Counseling: How Christ Changes Lives»*).

«Я каждый день борюсь с греховным гневом. Эта книга – великолепное средство, помогающее мне понять собственную проблему, распознать свои побуждения, разглядеть ложь, которой я склонна верить, и обнаружить глубокие корни греха, которые вынуждают меня взрываться от негодования или замыкаться в холодном, злобном презрении. В главе, посвященной гневу против Бога, Паулисон призывает нас к отважной честности, которая выводит нас на путь покаяния, прекрасный и трудный путь в жизни каждого верующего».

Барб ДЮГВИД, автор книги *«Экстравагантная благодать»* (*«Extravagant Grace»*).

«Думаю, бывали у меня и вспышки праведного гнева, но не слишком часто. Обычно же мой гнев, мягко говоря, не вполне праведный. В этой мудрой и предельно практичной книге Дэвид Паулисон применяет свой опыт понимания человеческого сердца, накопленный за целую жизнь, чтобы помочь нам справиться с одной из самых серьезных проблем этого мира – с гневом и со всем тем, что к нему приводит».

Филип РЮКЕН, президент, колледж Уитон.

«Дэвид Паулисон помогает нам увидеть, что гнев – это не проблема, требующая решения, а естественная человеческая реакция на несправедливость, на то, что мы считаем неправильным. Сложность в том, как реагировать на неправильное, не согрешая. Паулисон помогает нам: он побуждает признать, что каждый из нас склонен к греховному гневу, показывает первопричины такого гнева и учит

“правильно проявлять правильный гнев”. Мне была нужна эта книга! И если вы на меня в чем-то похожи, вам она тоже пригодится».

Хуан Р. САНЧЕС, старший пастор, Баптистская церковь Хай-Пойнт, Остин, Техас.

«Труды Паулисона много лет помогают тем, кто избрал для себя пастырское служение. Это относится и к книге *“Праведный гнев”*, поскольку она дает глубокий анализ одной из наиболее распространенных человеческих эмоций. Эта книга поможет всем – от мирянина до опытного пастора, всем, кто пытается исследовать первопричину гнева. Раскрывая эту тему, Паулисон умело и осторожно подводит своих читателей к пониманию Божьего милосердия».

Стивен Т. ЮМ, старший священнослужитель пресвитерианской церкви «Ситилайф», Бостон, Массачусетс.

«С характерным для него смирением и мудростью, Дэвид Паулисон написал книгу, чрезвычайно полезную для понимания гнева. Он побуждает нас не ограничиваться привычкой сдерживаться и каяться и показывает, как наш гнев все больше и больше может отражать исполненный любви замысел Бога во Христе. Над выражением “созидательное недовольство милосердия” я буду размышлять еще долго».

Уинстон СМИТ, преподаватель в Центре христианского попечительства и образования.

«Всем нам приходится преодолевать неприятные эмоции и страсти, объединяемые общим названием “гнев”. Эта проблема нас расстраивает, печалит, часто порабощает. Мы нуждаемся в мудром и милостивом советчике, который указал бы нам на милосердие Божьего Слова. Дэвид Паулисон – человек мира, и его слова в этой книге дышат мудростью, ведут к преображающей благодати Самого Христа. Нам всем нужна эта книга, поскольку гнев – это наша общая проблема».

Хит ЛАМБЕРТ, исполнительный директор Ассоциации сертифицированных библейских душепопечителей, младший пастор Первой баптистской церкви, Джексонвилл, Флорида.

«Дэвид Паулисон никогда ничего не упрощает. В своем анализе, богатом библейской мудростью и психологически глубоким, он помещает гнев под микроскоп и показывает нам, насколько сложной может быть эта эмоция. Он также показывает нам, как соотносить гнев с действительно важными темами Писания – благодатью, искуплением и всеобщим обновлением. Прочитайте эту книгу, и вы увидите, почему гнев значит гораздо больше, чем вы когда-либо могли себе представить. Прочитайте эту книгу, и вы научитесь быть одновременно и разгневанным, и праведным».

Стив МИДГЛИ, исполнительный директор, Библейская душепопечительская помощь в Великобритании.

«Книга “Праведный гнев” Дэвида Паулисона станет настольной книгой для служителей библейского попечения. Эта книга, в которой изложено основательное теоретическое понимание гнева и приводятся глубокие библейские доводы в пользу необходимости перемен, содержит в себе истины, помогающие верующему человеку более эффективно бороться с соблазнами гнева в его различных формах. Манера изложения и мудрость Паулисона всегда поражают глубиной и воодушевляют. Эта книга – не исключение».

Джереми ЛЕЛЕК, президент Ассоциации библейских душепопечителей.

«Эта книга – противоположность сочинениям о том, как помочь себе самостоятельно; в ней говорится о помощи Божьей. Здесь мы видим интересно написанные, содержательные и глубокие рассуждения о том, что Бог говорит о гневе – и о его искуплении благодатью – в Библии. Отдельного упоминания заслуживает описание Паулисоном образцовой природы Божьего гнева, многочисленных отличий (не в лучшую сторону) нашего гнева от Божьего, а также невинных доводов, которыми христиане оправдывают свой гнев против Бога. Снова и снова этот краткий апологет освящения приводит нас назад – к Тому, Кто победил наш и Свой гнев на кресте».

Эрик Л. ДЖОНСОН, стипендиат Лоуренса и Шарлотты Гувер, профессор в области пастырского попечения, Южная баптистская богословская семинария.

ПРАВЕДНЫЙ ГНЕВ

ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ ГНЕВА,

РАЗДРАЖЕНИЯ,

ЖАЛОБ И ГОРЕЧИ

ДЭВИД ПАУЛИСОН



ИЗДАТЕЛЬСТВО
«ТЮЛЬПАН»

Good & Angry. Redeeming Anger, Irritation, Complaining, and Bitterness
Copyright © 2016 by David Powlison

This edition published by arrangement New Growth Press,
Greensboro, NC 27404
All rights reserved.

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, будь то электронные или механические, включая фотокопирование и запись на магнитный носитель, без письменного разрешения издателя: ЕРПЦО, «Тюльпан», ул. Пастера, 62, г. Одесса, 65023, Украина.

Дэвид Паулисон

Праведный гнев. Избавление от гнева, раздражения, жалоб и горечи / пер. с англ. — Одесса: Тюльпан; 2019. — 272 стр.

ISBN 978-1-942572-97-8
ISBN 978-966-2110-34-0

© 2016 by David Powlison
© 2019 «Тюльпан» ТМ, ЕРПЦО

Я посвящаю эту книгу
Марку и Карен Тирс, Барбаре Джулиани
и «New Growth Press». Спасибо вам.
Благодаря вашей настойчивости,
смирению и помощи мы смогли
довести эту книгу до
публикации.

*Мы стали свидетелями чуда благодати,
о котором ликуют ангелы!*

Содержание

Благодарности	17
Вступление	19
ЧАСТЬ 1. НАШ ОПЫТ	25
Глава 1. Разгневанные люди	26
Глава 2. Есть ли у вас серьезная проблема с гневом?	42
Глава 3. Узнаёте себя?	43
ЧАСТЬ 2. ЧТО ТАКОЕ ГНЕВ?	53
Глава 4. «Я против этого»	54
Глава 5. Вы гневаетесь целиком	64
Глава 6. О природе, воспитании... и человеческой природе	80
Глава 7. Созидательное недовольство милосердия	
Раздел 1. Терпение и прощение	90
Глава 8. Созидательное недовольство милосердия	
Раздел 2. Сострадание и созидательный конфликт	108
Глава 9. <i>Праведный</i> гнев?	125
Глава 10. Наилучший гнев, наилучшая любовь	135
ЧАСТЬ 3. КАК ИЗМЕНИТЬСЯ	145
Глава 11. Зеркало для вашего гнева	146
Глава 12. Но тем большую дает благодать...	157
Глава 13. Восемь вопросов: избавляемся от гнева, чтобы привести себя в порядок	172

ЧАСТЬ 4. РАЗБЕРЕМ СЛОЖНЫЕ СЛУЧАИ	195
Глава 14. «Я не смогу забыть об этом»	196
Глава 15. Повседневный гнев	214
Глава 16. Вы когда-нибудь гневаетесь на себя?	227
Глава 17. Гнев по отношению к Богу	245
Послесловие	260

Благодарности

Я благодарен мужчинам и женщинам, сформировавшим и по сей день питающим мою веру, которые понимают, что жить по-христиански – значит жить честно, мудро и смиренно. Любая человеческая способность, любая человеческая деятельность, любая сфера человеческой жизни должны быть такими, чтобы о них можно было сказать библейскими словами «хорошо весьма». Такими когда-то были и мы, созданные по образу и подобию Божьему; такими мы никогда не бываем теперь, после тяжкого грехопадения; такое совершенство вновь проявилось в личности Христа. Мы безразличны Господу, и потому Его гнев становится гневом полезным, а слово Его милосердия оказывается решающим для всех, кто любит Его. Мы безразличны Господу, и потому Он преображает все в человеческой природе – даже такое сложное, неуправляемое и разрушительное чувство, как гнев, – чтобы мы могли становиться подобными Ему.

Вступление

Мы все не понаслышке знаем, что такое безудержный гнев. Мы сами поддавались этому чувству. Нам доставалось от гнева других людей. Мы видели и слышали, как наши ближние злятся друг на друга. В некоторой степени вы каждый день так или иначе сталкиваетесь с гневом, вышедшим из-под контроля – или гневаетесь сами, или видите, как злится кто-то другой.

Часто гнев проявляется в мягкой форме – огорчения, жалобы, раздражения. Часто он замаскирован под осуждение или пассивную агрессию. Часто его подавляют – не осознают в полной мере, заглаживают любезностями, заглушают развлечениями, делами или психотропными веществами. Очень часто гнев проявляется бурно – как горечь, враждебность или насилие. Неудивительно, что в перечне типичных грехов, перечисленных апостолом Павлом, половина принадлежит к семейству гнева (Гал. 5:19–21).

И все же правильный гнев – это великое благо. Он говорит: «Так нельзя», и выступает в защиту невинных и незащищенных. Он говорит: «Так нельзя», и придает нам сил для борьбы с настоящими проблемами. Бог, благой и творящий благо, проявляет благой гнев во благо. Праведным и разгневанным бывает Христос – ради милосердия и мира. Он готов и способен прощать нас за гнев, вышедший из-под контроля. Он готов и способен научить нас гневаться правильно.

Но отличить плохой гнев от хорошего трудно, не правда ли? Еще сложнее изменить свое поведение, когда гнев выходит из-под контроля. Почему такие распространенные проблемы так сложно решить?

Мы все в одной лодке. Гневаться правильно очень трудно. Каждый из нас испытывает гнев – если, конечно, вы каким-то образом не приобрели невосприимчивость к собственной человеческой природе. Основная цель, которую я ставлю перед собой в этой книге, – научить вас управлять своим гневом более плодотворно и честно. Ваша (равно как и моя) борьба с гневом будет длиться всю жизнь, но иногда ее можно применить

во благо. Мы способны научиться, как справляться с гневом по-другому.

Эта книга не о том, как решать проблемы, связанные с гневом. Само слово «решать» означает, что мы можем достичь желаемого. Дайте нам какие-то ответы, поменяйте в чем-то свое поведение, и – вот так все просто! – больше никаких проблем. Это предполагает, что неправильный гнев – это просто вредная привычка. Но гнев – это не проблема, требующая решения. Это свойство человеческой природы – что-то вроде пола, счастья или печали. Это сложная человеческая реакция на сложный мир. И, подобно всем остальным человеческим свойствам и реакциям, иногда она срабатывает во благо, но слишком часто выходит из-под контроля. Гнев создает проблемы. Но научиться проявлять правильный гнев правильным образом – это хорошая цель.

Я не могу вам пообещать гарантированных приемов, идей или стратегий (когда речь заходит о гневе, никаких гарантий в принципе быть не может!). Я не стану предлагать общеизвестные трюизмы, которые помогут вам мысленно успокаивать себя. Я не стану советовать техники глубокого дыхания и релаксации, которые помогут вам держать себя в руках. И уж точно я не стану помогать вам налаживать связь с вашим истинным «я», чтобы вы могли рассказать миру, как вы на самом деле себя чувствуете.

Но я обещаю, что существуют мудрые и правильные способы думать о своем гневе и работать над ним. Можно так обращаться со своим гневом, чтобы он оказался *во благо*. Можно научиться во многих ситуациях вести себя спокойнее, а когда это нужно, гневаться искреннее. Даже проигрывать можно правильно – так, чтобы научиться просить о милости и брать себя в руки после неудач.

Что вам может пригодиться?

Мы будем говорить на сложные темы. Готовы ли вы к этому? Готовы усердно думать? Готовы говорить честно? Готовы к конструктивным действиям? Мы ведь говорим о гневе. Это тяжелое, неуправляемое, разрушительное чувство.

Мы рассмотрим случаи, которые оставляют после себя чувство горечи, поговорим о том, как озлобленность накапливает-