**ШОСТЕ: СПІВЧУТЛИВЕ РІШЕННЯ** — **Я вітатиму цей день духом прощення.**

*Я знаю, що Бог дуже рідко використовує людину, всі переживання якої зосереджені на тому, що подумають інші.* ***Співчутливе рішення*** *може зцілити ваше серце, ваш розум і душу. Гнів та образа отруюють наш розум і перешкоджають хоч якось виконувати інші шість рішень. Прощення звільняє наш дух.*

***Співчутливе рішення*** *змінює погляд багатьох людей на прощення. Дух прощення дозволяє відпустити минуле і прийняти прекрасне нове майбутнє.*

*Гнів та образа на інших* — *незалежно від того, чи «заслуговують» вони на них, чи ні* — *отруюють вашу душу та обмежують ваше зростання.*

Коли ви отримуєте прощення через співчутливе рішення, ваш рівень особистого успіху стає безмежним.

Авраам Лінкольн — Ми чули про АВРААМА ЛІНКОЛЬНА! Авраам Лінкольн сказав: «Прощення — це таємниця, яка на очах у всіх. Воно нічого не коштує і варте мільйонів. Воно доступне для кожного, та небагато людей використовують його. Якщо ви будете користуватися силою прощення, ви будете затребувані/привабливі і шановані. І до того ж вас будуть прощати інші!»

***1. Сила прощення***

Застосовуючи **співчутливе рішення**, я вітатиму цей день духом прощення.

Багато хто з нас відчував щось подібне:

Занадто довго я відкладав убік кожен **грам** свого прощення, ховав його від чужих очей, чекаючи гідної людини, яка могла отримати від мене цей дорогоцінний скарб. Але, як не прикро, я помічав, що більшість людей зовсім не гідні мого цінного прощення, і, оскільки вони його в мене і не просили, я його залишав собі. І от тепер усе те прощення, яке я нагромаджував всередині, проросло терниною та принесло гіркий плід.

***Досить!*** Від цієї миті моє життя набуває нової надії та впевненості.

Одного того, що я подарував комусь прощення, достатньо, аби випустити демонів минулого, з якими я нічого вже не можу вдіяти, та створити всередині нове серце, новий початок.

*Я зустрічатиму кожен день у дусі прощення.*

*Я прощатиму навіть тих, хто мого прощення не просить.*

Та лють, яку я в собі виношував, часто є однобокою, бо мій кривдник про вчинену кривду сам навряд чи замислюється!

Віднині й навіки я мовчки даруватиму прощення навіть тим, хто не бачить, що їм воно потрібне.

Прощаючи, я звільняюсь від непродуктивних думок, які раніше володіли мною.

Моя гіркота минає. У моїй душі з’являється вдоволення, я знову роблюся ефективним у стосунках з ближніми.

Я зустрічатиму кожен день у дусі прощення.

*Я прощатиму тих, хто несправедливо мене критикує.*

*Я зустрічатиму кожен день у дусі прощення. Я буду прощати себе*

1. ***Могутній акт прощення***

*Одного того, що я подарував комусь прощення, достатньо, аби випустити демонів минулого, з якими я нічого вже не можу вдіяти, та створити всередині нове серце, новий початок.*

***2. Простити себе***

Упродовж багатьох років я був собі найлютішим ворогом. Кожна власна помилка, кожен прорахунок, кожне спотикання — усе це знову і знову програвалося в розумі.

Коли я зневірявся у собі, моєю реакцією була бездіяльність, яка спричинялася до ще глибшої зневіри.

Я розумію, що боротися з ворогом, який живе у моїй голові, неможливо.

Прощаючи себе, я стираю сумніви, страхи та розчарування, якими моє минуле трималося у сьогоденні.

Відсьогодні й надалі моя історія вже не буде контролювати мою долю.

*Я простив себе.* Моє життя щойно почалося.

*Я прощатиму навіть тих, хто мого прощення не просить. Я прощатиму тих, хто несправедливо мене критикує. Я прощатиму себе.*

Я зустрічатиму кожен день у дусі прощення.

1. ***Простити себе*** — ***почати спочатку***

*Відсьогодні й надалі моя історія вже не буде контролювати мою долю. Я простив себе. Моє життя щойно почалося.*

Кожна недотримана обіцянка, кожен згаяний день, кожна недосягнута мета посилювала почуття відрази, викликане браком життєвих досягнень. Це засмучення тримає нас мертвою хваткою.

Коли ми зневіряємося у собі, це запускає безперервний цикл розчарування. **Це правда.**

***3. Остаточне вирішення гніву***

*Погана новина у тому, що минуле було у твоїх руках, але хороша новина полягає у тому, що майбутнє, мій друже, також у твоїх руках.*

Я не зміг знайти ні в Біблії, ні в іншій книзі жодного правила, яке б говорило, що людина, яка мене образила, аби отримати моє прощення, обов’язково має **попросити** пробачення чи заслужити його.

Все, що я читав, і все, що я відчував у своїй душі, говорило: «Прости. Відпусти».

І зараз я бачу, що, прощаючи себе, я дарую собі **чудовий** **подарунок**, тому що прощення впливає на мене набагато більше, ніж воно впливає на іншу людину.

*І навіть не обов’язково, щоб людина, яку я прощаю, знала про це.*

*Часто прощення має більше значення для людини, яка прощає, ніж для прощеного.*

Це не означає, що ми просто прощаємо і забуваємо!

Точніше: *прощення стосується* ***вас****, а довіра стосується* ***їх.***

*Прощення стосується минулого, а довіра стосується майбутнього.*

Ми прощаємо людину, яка щось вкрала у нас? ТАК!

Чи продовжуємо ми й надалі співпрацювати з цією людиною? НІ

Прощення — це рішення, а не емоція.

***б) Дар прощення***

Прощення — це таємниця, яка на очах у всіх.

Воно доступне для кожного, та небагато людей використовують його.

Якщо ви будете користуватися силою прощення, ви будете затребувані/привабливі і шановані.

*Отрута непрощення більше руйнує ображену людину, аніж винуватця.*

Винуватці навіть не думають про це, але це руйнує ваше життя. Чому ви маєте прощати їх? Тому що непрощення руйнує ваше життя, а не їхнє!

Повірте! Ви не можете стати батьком, чоловіком чи дружиною або другом, яким би могли бути, якщо ви поглинуті непрощенням.

*Прощення* — *це дар, який ви даруєте собі. Отримайте його зараз!*

***4. Зцілення зраненого серця***

Для того, щоб мати успіх у всіх сферах мого життя, я маю контролювати мої імпульси, мої думки. Боротися з ворогом, який збудував фортецю у моїй голові, неможливо.

1. ***Подаруйте собі дар співчуття***

Старий індіанець — Є історія про старого індіанця, який розповідав своєму онуку про боротьбу двох вовків у ньому. Один вовк був злий, повний гніву, заздрощів, горя, смутку, жадібності, пихи, нарікань, вини, образи, незадоволення, обману, гордині та егоїзму. А інший вовк був добрий, повний прощення.

Онук запитав: «Котрий з них перемагає?»

Старий відповів: «Той, якого я годую».

***а) Звільнення від образи***

Чи затаїли ви образу на когось?

Зараз заплющіть очі і відпустіть усі образи. Простіть їх.

Пам’ятайте, ваша образа шкодить лише вам самим.

Аби мати успіх у цій вправі, не робіть ніяких винятків — прощайте безумовно — особливо ту людину, яку ви насправді не хочете простити.

З цього дня візьміть на себе зобов’язання прийняти **співчутливе рішення** безумовного прощення.

Зазвичай ми уникаємо безумовного прощення.

***5. Чудо прощення***

Іноді ви опиняєтеся з іншого боку — хтось гнівається на вас. Ви щось сказали чи зробили, і це образило іншу людину.

Тепер в іншої людини є можливість простити вас.

Покірно попросити у когось пробачення може бути складно. *Але це працює!*

*Це надзвичайний крок* — *смиренно просити людину простити вас. Але це працює! Це творить чудеса!*

Просити прощення — це дивовижний вчинок, і лише надзвичайні люди можуть це робити. Адже набагато легше просто махнути на все рукою.

Потрібна мужність, щоб підійти до людини і сказати: «Знаєш, нам треба поговорити. Я завинив перед тобою і хочу попросити прощення».

Часто ваше смирення може створити стосунки чи започаткувати нову дружбу, яка піде вам на користь.

Ця дія майже завжди розвіює і розганяє гнів.

Питання на кшталт: «Як мене бачать інші люди?» і

«Що їм не подобається?» можуть багато що прояснити, якщо відповідати на них чесно.

Коли ви стаєте людиною, до якої тягнуться інші, то вам треба стати людиною, яка впливає на інших.

Не просто сказати: «Вибач», а краще конкретно назвати свою провину і конкретно попросити прощення. Майже завжди ті люди, які отримали таку мужність і смирення від вас, з більшою радістю прощають інших, і їхньою нагородою є відновлення внутрішнього миру.

*Коли ви просите прощення, ви даруєте злопам’ятній людині мир.*

**БОГ ПОКАЗАВ У СВОЄМУ ХАРАКТЕРІ ДОВГОТЕРПІННЯ, ЛЮБЛЯЧУ ДОБРОТУ, ПРОЩЕННЯ І СПІВЧУТТЯ** — **Наскільки ви хочете бути схожим на НЬОГО?**

**Ісус сказав: Я бажаю милості.**