

Вернуться, чтобы продвигаться дальше.

Иногда становится невыносимо стыдно за свои необдуманные слова или скверные поступки. Как хочется исправить, вернуть все назад, как будто бы ничего и не было! Каждый человек в своей жизни переживал подобное.

В еврейской традиции этот сложный, но очень важный процесс называется Тшува. Обычно это слово переводится, как «раскаяние», смысл его очень глубокий. В основе слова Тшува лежит глагол, означающий «возвращаться». Ведь это именно то, к чему человек стремится, когда раскаивается. Он хочет вернуться к тому состоянию, когда он еще не совершил дурной поступок, и даже не помышлял его совершить.

Особенно важно совершать Тшуву в Рош а-Шана. Это именно тот день, когда закладываются основы жизни в предстоящем году. Тшува является одним из «сильнодействующих» средств, призванных Всевышним изменить нашу жизнь к лучшему.

Великий мудрец Рамбам, живший на рубеже 12-13 вв.н.э., дает нам полезные рекомендации - как сделать тшуву, чтобы быть прощенным и чтобы простить своих обидчиков (а прощать их надо обязательно).

Итак, основные этапы Тшувы:

1. Осознание вины

Рамбам (который был врачом) сравнивает грех с болезнью, поэтому он утверждает, что человек на данном этапе чувствует себя очень неприятно, как будто он находится в состоянии болезни. Чтобы вылечиться в первую очередь нужно признаться себе “Я болен”. Чтобы совершить Тшуву - тоже нужно осознать “Я поступил не хорошо”.

2. Публичное признание совершения неблагоприятного поступка и искренняя просьба о прощении

Очень трудный шаг, чтобы решиться на него требуются усилия. Но зато потом самочувствие резко улучшается! Если сравнивать с болезнью - то это похоже на операцию. Сделать ее неприятно, даже больно. Но после - идешь на поправку.

3. Стремление искупить вину

Еврейская традиция подробно объясняет, как это сделать. Например, тот, кто говорил неправду, должен подойти к каждому, кто слышал эту неправду, и сообщить, что это была неправда, что на самом деле было так-то.

4. Обещание самому себе впредь никогда не совершать подобного

Рамбам утверждает, что пройдя эти этапы, человек возвращается к «первозданному» состоянию.