

ТРАВМА и ПТСР:

Библейские принципы служения тем, кто страдает и в страхе

Аннотация. Данная статья предлагает библейские принципы утешения, душепопечения, служения тем, кто страдает и в страхе. Объясняются духовные причины различных реакций людей на страдания, и как вера и отношения с Богом формируют крепкий фундамент стойкости в страданиях. Дается ответ на вопрос, почему любящий Бог позволяет людям страдать и библейское опровержение популярных мифов относительно «травмы» и «ПТСР». Статья будет полезна пасторам, капелланам, душепопечителям, христианским волонтерам.

Ключевые слова: *страдания, страх, душепопечение, травма, сердце, ПТСР.*

Title: *Trauma and PTSD: Biblical Principles of Ministering to those Who are Suffering and in Fear.*

Annotation. This article offers biblical principles of comforting, counseling, ministering to people in suffering. It explains spiritual reasons of people's different reactions to suffering and how faith and relationship with God forms a firm foundation of perseverance in suffering. It provides answers to why the loving God allows people to suffer and a biblical refutation of popular myths regarding "trauma" and "PTSD". The article will be useful for pastors, chaplains, Christian counselors, and volunteers.

Keywords: *suffering, fear, counseling, trauma, heart, PTSD.*

Андрей Мурзин, директор магистратуры «Библейское душепопечение» в Киевской богословской семинарии, преподаватель, пастор. Имеет высшее педагогическое и богословское образование, степень Th.M. от Реформаторской теологической семинарии в США. Студент программы Ph.D. по библейскому душепопечению семинарии MBTS в США. (Киев, Украина).

*Какая польза человеку, если он приобретет весь мир,
а душе своей повредит?
Иисус Христос (Мр. 8:36)*

*Если страдания неизбежны, то крупица отваги поможет больше,
чем много мудрости; крупица человеческого сострадания – больше,
чем много отваги, а больше всего поможет
даже малейшая капля Божьей любви.*

Клайв Льюис

ВВЕДЕНИЕ

◆ Современная культура, проникающая и в церковь, пронизана гуманистической, человеко-центрической философией и поэтому плохо воспринимает истины о самоотречении и несении креста. Это одна из причин, почему сегодня христиане перед лицом страданий склонны искать ответы не в Слове Божьем, а среди традиций этого мира (Кол. 2:8).

С начала полномасштабной войны Московии против Украины чрезвычайно обострилась и увеличилась потребность в библейских знаниях и навыках служения страдающим. Война, смерть, ранения, насилие, потери... – необычайные формы страдания поставили перед церковью старые вызовы, но более остро. Как утешать страдающих, как помогать? Почему люди по-разному реагируют на одни и те же страдания? Как объяснить наличие страданий в мире, если Бог всемогущ и любящ? Содержит ли Библия достаточную информацию, чтобы подготовить нас к служению тем, кто испытывает так называемую «травму»? А может быть надо искать ответы в сфере психологии, потому что Священное Писание ничего не говорит о «травме», «ПТСР^[1]», «депрессии» и других психологических явлениях?

Среди христиан наблюдается растерянность перед лицом страданий, неопределенность в том, как служить страдающим, попытки сочетать библейские и светские идеи. Недостаточное понимание библейских принципов приводит к некритическому заимствованию светских идей психологии, которые противоречат Слову Божьему. Новейшие ярлыки типа «травма» и «ПТСР» подменили понятные библейские понятия, такие как «страдание» и «страх». Эти термины запугивают своим псевдонаучным видом, производя впечатление, будто «Библия ничего не говорит об этих проблемах». Поэтому существует насущная необходи-

[1] Травмой в обыденно смысле слова считается любое событие, которое человек воспринимает как вредное или угрожающее и оказывающее долгосрочное влияние на его благополучие. В академической терминологии – «травма или травматическое событие – событие, в котором человек считает, что существует явная опасность для его жизни, физического или психического здоровья или для жизни и здоровья близкого ему человека» (А. Гершанов Основы работы с травмой, Израильская коалиция травмы, 2022). ПТСР – посттравматическое стрессовое расстройство, которое может развиться у некоторых людей в результате травмы.

мость просвещения церкви в сфере заботы о душе, и особенно – в контексте страданий.

Цель этой статьи – укрепить уверенность христиан в том, что Божье Слово эффективно, действенно и достаточно для служения страдающим, и донести ключевые библейские истины для этого служения. Одно из условий формирования правильного, библейского взгляда на служение страдающим – постановка правильных целей. Дело в том, что верующие с гуманистическим мышлением, следуя светским взглядам и подходам, считают, что целью служения, душепопечения, консультирования должно быть избавление от страданий. Христианская цель, на самом деле, другая. Хотя мы должны сочувствовать страдающим и пытаться, по возможности, облегчить или прекратить их страдания, это не должно быть нашей главной целью, потому что это не является Божьей целью по эту сторону нашего прославления. Как пишет Пол Трипп, необходимо «проверить и изменить свой фокус»^[2]. Если вы сосредоточены на земных вещах, на временном личном счастье, то надо перевести внимание на Бога, на Его дела, на вечность. Цель служения страдающим и вообще всей жизни – прославить Бога через наше освящение, больше познать Его, уподобиться Ему.

БОГОСЛОВИЕ СТРАДАНИЙ

◆ Ошибочное мнение, что Библия ничего не говорит о типичных психологических проблемах, в частности о «травме» и «ПТСР», довольно распространено. На самом деле, Писание уделяет очень много внимания человеческим страданиям, хотя, конечно, не использует психологические ярлыки, придуманные около ста лет назад. Опыт человеческих страданий и динамика реакций на них, конечно, всегда неизменны. Слово Божье наполнено человеческими страданиями: страдали авторы Библии, страдали ее герои, страдали первые читатели и слушатели. Кто из библейских авторов не страдал? Моисей? Давид? Пророки? Войны, гонения, болезни, опасность, смерть – Библия наполнена страданиями, как жизненными примерами, так и учением о природе страданий, причинах различных реакций на них и принципах подготовки человека к стойкому перенесению страданий. Писание прямо говорит, что страдания являются обязательной частью нашего следования за Христом. Даже совершенный Иисус возростал благодаря страданиям (Евр. 5:8), и поэтому мы должны идти по Его следам (1 Петра 2:21, Рим. 8:17).

Когда мы осознаем, что все Слово Божье написано в контексте страданий, тогда видим его актуальность для применения в современных страданиях.

^[2] Paul Tripp, *Suffering: Eternity Makes a Difference* (Phillipsburg, NJ: P&R Publishing, 2001), 3.

Примеры страданий (травм) и реакций на них

Вспомним несколько известных примеров, иллюстрирующих чрезвычайную глубину страданий библейских героев. Эти примеры также показывают, что люди реагируют на «травмы» не согласно шаблону современной психологии, а согласно библейским духовным законам.

Представьте «психологическую травму» Авраама, когда Бог велел ему принести в жертву собственного сына! Откуда у Авраама была стойкость перенести такую травму? Сам Господь указывает на мотив Авраама и источник его силы: он «не пожалел для Меня сына своего» (Быт. 22:16). Каков был результат этой «травмы»? Благодаря тому, что Авраам стойко перенес это испытание, мы сегодня имеем спасение во Христе – «И будут благословенны в потомках твоих все народы земли за то, что ты послушался голоса Моего» (Быт. 22:18). Кому Авраам уподобился в своей готовности перенести эти страдания? Конечно, он был прообразом небесного Отца, Который отдал за нас Своего Сына.

Как Иосиф реагирует на предательство братьев, попытку убийства, продажу в рабство, несправедливое обвинение, заключение в тюрьму и т.д. Почему у него не происходит психологическая деформация, а он наоборот, приближается к Богу и отвечает добром на зло? Потому что «Господь был с Иосифом», и он не хотел «совершить... зло и согрешить перед Богом» (Быт. 39:2, 9). Когда сердцем человека движет поклонение Богу, тогда он способен быть стойким в страданиях и реагировать на них благочестиво. Кому был подобен Иосиф, спасая тех, кто хотел его погубить?

Как реагирует на «травмы» Моисей? Неблагодарность народа, несправедливые обвинения, мятеж и попытки заклеить его – Исх. 17:4, Чис. 14:10-13,19. Вместо переживания «психологической деформации» и «ПТСР» он также уподобляется Христу и молится за своих обидчиков как заступник.

Почему Давид не страдал «ПТСР», когда сражался с великаном и отрубил ему голову? Более того, почему народ, в частности – женщины, после этой победы не страдали от «коллективной травмы», а наоборот радостно воспевали десятки тысяч смертей? (1 Цар. 18:6-7). Эти и другие примеры демонстрируют, что наша реакция на шокирующие события в значительной степени зависит от того, как мы истолковываем их. Ключевой фактор того, как мы толкуем обстоятельства жизни и, в частности, страдания, подробно анализирует Грег Гиффорд: «Я утверждаю, что ПТСР – это расстройство толкования, то есть реакция человека на угрозу определяется тем, как он воспринимает угрозу. Другими словами, наше толкование обстоятельств определяет реакцию на обстоятельства»^[3].

^[3] Greg Gifford, *Helping Your Family through PTSD* (Eugene: Resource Publications, 2017), 21.

Почему «травму» несправедливого оскорбления испытал Давид, а «ПТСР» был у Саула? (1 Цар. 18:6-12). Этот отрывок ярко показывает и прямо объясняет, что реакция человека зависит от состояния его души, а не от внешних обстоятельств.

Как апостолы реагировали на «травму» заключения и избияния? (Деян. 5:17-21, 40-42). Почему их реакцией на страдания была радость, и они не боялись продолжать проповедовать, несмотря на угрозу? Как Павел и Сила реагировали на «травму» в тюрьме? (Деян. 16:19-28). Почему вместо панических атак мы видим радостную молитву и прославление Бога? Как после этого они относятся к сторожу, который был причастен к их заключению (стихи 27-32)? Вместо переживания «ПТСР», Павел беспокоится о жизни и спасении того, кто забил их в колоду и стерег.

Почему побитый камнями Стефан на пороге смерти молится за убийц (Деян. 7)? Кому он подобен? Почему после побития камнями Павел не только не деформируется сам, но и продолжает укреплять души других (Деян. 14:19-22)?

Состояние сердца определяет поведение и реакцию на страдания

Приведенные примеры ярко демонстрируют, что жизнь человека, все слова и действия, все реакции на внешние обстоятельства, в частности страдания, определяются наполнением сердца, а не внешними факторами. Священное Писание акцентирует внимание на этом: «Больше всего хранимого храни сердце твое, потому что из него источники жизни» (Пр. 4:23). «Добрый человек из доброго сокровища сердца своего выносит доброе, а злой человек из злого сокровища сердца своего выносит злое, ибо от избытка сердца говорят уста его» (Лк. 6:45).

Страдания, как и любые другие внешние факторы, лишь проявляют наполнение сердца, а не вызывают его. Люди в одних и тех же обстоятельствах реагируют на страдания по-разному, и причина разной реакции – в разном состоянии сердец. Именно состояние духа человека (библейский синоним понятий «сердце», «душа») определяет его способность переносить страдания: «Дух человека переносит его немощи; а пораженный дух – кто может подкрепить его?» (Пр. 18:15).

ОТНОШЕНИЯ С БОГОМ

◆ Состояние сердца человека зависит прежде всего от его познания Бога и отношений с Ним: «Только в Боге успокаивается душа моя: от Него спасение мое» (Пс. 61:2). Главный фактор формирования фундамента сердца – это познание Божьего характера, Его атрибутов. Христос иллюстрирует эти истины в притче о двух строителях (Мф. 7:24-27). Контекст притчи –

снова страдания, жизненные трудности. Два человека переживают одинаковые потрясающие их обстоятельства, но в жизни одного происходит разлад, а другой выдерживает испытание. Почему они по-разному реагируют на одинаковые страдания? Иисус указывает на истинную причину – разный фундамент сердца. Это внутренний духовный фундамент познания Бога и применения Божьего Слова.

Та же истина об определяющей роли внутреннего духовного состояния среди тяжелых обстоятельств отражена в картине двух деревьев, которую рисует пророк Иеремия (17:5-10). Бог исследует наши сердца и обещает, что тот, кто питается из Его источника живой воды, «не убоится, когда придет жара» и будет зеленым и плодотворным деревом даже во время засухи.

Только отношения с Богом через Иисуса дают мир и покой: «Придите ко Мне все труждающиеся и обремененные, и Я успокою вас; возьмите иго Мое на себя и научитесь от Меня, ибо Я кроток и смирен сердцем, и найдете покой душам вашим; ибо иго Мое благо, и бремя Мое легко» (Мф. 11:28-30). Эти известные евангельские слова Христос обращает именно к тем, кто страдает в тяжелых обстоятельствах. Но это обетование с условием.

Прийти к Господу – значит не просто присоединиться к церкви. Чтобы иметь Его мир и покой, надо «научиться от Него» и взять Его иго. Стойкость перед лицом страданий невозможна без самоотречения и следования за Иисусом, неся свой крест (Мф. 16:24-26). Именно так – отрекаясь от своего «эго» ради Спасителя, человек сохраняет свою душу целой и невредимой.

Надежда

Библейское понятие надежды – это еще одно описание наших отношений с Богом и уверенности в будущем, которую они дают. Надежда – это крепкий якорь для души, которым верующий держится за Бога (Евр. 6:18-20). Как корабль посреди бури держится неподвижной земли с помощью якоря, так и душа человека получает «великое утешение» среди бури страданий, если надежда связывает ее со Святым Святых, то есть с Божьим присутствием. Не имея надежды, люди впадают в безнадежность, отчаяние, которое сегодня часто называют депрессией.

Евангельская надежда неотъемлемо связана с воскресением. Это особенно актуально во время страданий, когда мы переживаем смерть близких или угрозу смерти. Именно надежда отличает христиан от «других, не имеющих надежды», и поэтому мы призваны «утешать друг друга этими словами» о надежде воскресения в Кресте (1 Фес. 4:13, 18).

Итак, только близкие отношения с Богом через Христа дают человеку мир в душе, потому что дают уверенность, надежду, цель.

ПОЗНАНИЕ БОГА, ЕГО ХАРАКТЕРА И КАЧЕСТВ

◆ Обязательной составляющей отношений с Богом является познание Его атрибутов, Его характера. Посмотрим, как понимание черт Бога влияет на нашу стойкость в страданиях.

Бог всемогущ и всевластен, и поэтому все события, в том числе любые страдания, находятся под Его полным контролем: «Я Господь, и нет иного. Я образую свет и творю тьму, делаю мир и произвожу бедствия; Я, Господь, делаю все это» (Ис. 45:6-7). Божье всемогущество – одна из фундаментальных истин библейского мировоззрения. Христиане знакомы с этой доктриной, но не всегда понимают ее практическое применение к жизненным обстоятельствам, особенно когда сталкиваются со злом. Богословие Иова помогало ему правильно смотреть на свои страдания. Он знал, Кто управляет всеми событиями, и Кому задавать все свои вопросы:

«... и сказал [Иов]: наг я вышел из чрева матери моей, наг и возвращусь. Господь дал, Господь и взял; да будет имя Господне благословенно! Во всем этом не согрешил Иов и не произнес ничего неразумного о Боге... неужели доброе мы будем принимать от Бога, а злого не будем принимать? (Иов 1:21-22, 2:10).

Доктрина Божьего всевластия дает уверенность, потому что Бог контролирует абсолютно все. Это освобождает от страха. Если бы Бог не управлял миром, тогда нам приходилось бы жить в постоянном страхе перед случайностью, перед силами зла, перед нечестивыми людьми. К сожалению, многие верующие живут в таком страхе, потому что недооценивают всевластие Бога. Они склонны «только добро принимать от Бога», а зло (страдания) приписывать сатане, соседу, кому угодно. Это ошибочное хаотическое мировоззрение, в котором добрый Бог борется с силами зла, и никогда не знаешь, чего ожидать. Поэтому первым шагом подготовки к страданиям на уровне убеждений должно быть понимание Божьего всемогущества. Никто и ничто в мире не может противодействовать Богу:

И все, живущие на земле, ничего не значат; по воле Своей Он действует как в небесном воинстве, так и у живущих на земле; и нет никого, кто мог бы противиться руке Его и сказать Ему: «что Ты сделал?» (Дан. 4:32).

Осознание Божьего контроля над всеми страданиями всегда сопровождало святых. Так было в испытаниях Иисуса: «Тогда Иисус возведен был Духом в пустыню, для искушения от диавола» (Мат. 4:1). Так было в жизни апостола: «чтобы я не превозносился чрезвычайностью откровений, дано мне жало в плоть, ангел сатаны, удручать меня, чтобы я не превозносился. Трижды молил я Господа о том, чтобы удалил его от меня.

Но Господь сказал мне: «довольно для тебя благодати Моей, ибо сила Моя совершается в немощи». И потому я гораздо охотнее буду хвалиться своими немощами, чтобы обитала во мне сила Христова» (2 Кор. 12:7-9). Когда верующий видит Божью руку в страданиях, он воспринимает их не как досадную или трагическую случайность, а как часть надежного, мудрого Божьего плана.

Конечно, одной доктрины о Божьей силе недостаточно для утешения и победы в страданиях. Она должна дополняться истинами о Божьей любви и верности. Бог обещает, что никогда не допустит испытания сверх меры, а поскольку Он в совершенстве верен, на Его обетования всегда можно полностью полагаться: «Вас постигло искушение не иное, как человеческое; и верен Бог, Который не попустит вам быть искушаемыми сверх сил, но при искушении даст и облегчение, так чтобы вы могли перенести» (1 Кор. 10:13).

Поскольку Бог не только всемогущ, но также верен и любящ, Он гарантирует, что любые страдания всегда действуют во благо Его детям (Рим. 8:28-29). «Все содействует ко благу» – известное библейское выражение, но христиане не всегда понимают, что является для нас благом. Исполнение этого обетования легче понять в таких историях, как жизнь Иосифа, когда страдания, в конце концов, привели к его возвышению и спасению Израиля от голода (Быт. 45:5, 7-8; 50:20). Но какое добро есть в страданиях тех, кто погиб, так и не получив избавления (Евр. 11:39)? Для этого необходимо еще раз заглянуть в обетование Рим. 8:28, не обходя стих 29: «Притом знаем, что любящим Бога, призванным по Его изволению, все содействует ко благу. Ибо кого Он предузнал, тем и предопределил быть подобными образу Сына Своего, дабы Он был первородным между многими братьями».

Апостол объясняет, что наивысшее добро для любящих Бога – стать подобными Ему, то есть святыми. Такое понимание добра совсем не подходит неверующим, и не очень нравится даже верующим. К сожалению, для многих современных христиан святость не важнее желания избавиться от страданий. Поэтому они ищут другие, небиблейские ответы и способы справиться со страданиями. Далее мы еще вернемся к правильному пониманию Божьей любви, чтобы разобраться, почему любящий Бог допускает страдания.

Еще одна истина о Боге в контексте страданий: Бог создал человека и все остальное для Себя и для Своей славы. «Ибо Им создано все, что на небесах и что на земле, видимое и невидимое: престолы ли, господства ли, начальства ли, власти ли, – все Им и для Него создано» (Кол. 1:16; см. также Ис. 43:7, 21, Рим. 11:36, Отк. 4:11). Забывая это, человек склонен жить для себя и воспринимать Бога как «добротного дедушку» или джинна, который должен исполнять его желания, в том числе освобож-

дать от страданий. Но, как пишет Клайв Льюис: «Человек не является центром. Бог существует не ради человека. Человек существует не ради себя самого... Мы были созданы прежде всего... чтобы Бог мог любить нас, чтобы мы могли стать объектами, в которых может быть «воплощена» Божья любовь...»^[4]. Когда в центре всего видишь Бога и Его славу, это помогает формировать правильные ожидания и не быть шокированным страданиями.

С этим связан еще один аспект подготовки к страданиям – правильное богословие смерти. Страх смерти держит человека в рабстве (Евр. 2:15) и является одной из причин так называемых панических атак, ПТСР и т.д. Однако Священное Писание называет день смерти лучшим днем нашей жизни (Еккл. 7:1). Апостол объясняет, что смерть для него – «несравненно лучше», потому что это встреча со Христом, Которого он любит всем сердцем (Фил. 1:21-23). Конечно, смерть не является частью совершенного мира и будет уничтожена как последний враг, последнее зло. Вот как пишет об этом авторитетный профессор библейского душепопечительства Пол Трипп: «Смерть не может не вызывать скорби и праведного гнева... скорбь о потере любимых является чувством, знакомым всем и каждому... Смерть – зло? Да, конечно. Но Священное Писание говорит нам, что среди мрака зла возможно самое светлое сияющее благо. Самое яркое подтверждение – Крест Христа»^[5]. В Божьем удивительном плане даже смерть превращается в инструмент нашего спасения и Божьей славы (1 Кор. 15:54-55).

Сделаем предварительный вывод о том, от чего зависит стойкость человека в страданиях. Чтобы иметь фундамент на скале и быть готовым к буре испытаний, человек нуждается в глубоком познании Бога, Его характера, Его качеств и евангельских обетований. Близкие отношения с Богом дают человеку веру, уверенность, надежду, смысл жизни, радость, правильный взгляд на все обстоятельства жизни и победу над страхом смерти.

ПОЧЕМУ ЛЮБЯЩИЙ БОГ ДОПУСКАЕТ СТРАДАНИЯ?

◆ Один из аспектов служения страждущим – помочь найти ответ на этот вопрос. Он чрезвычайно актуальный и болезненный, особенно, когда мы проходим пустыней страданий, таких как современная война в Украине. Ответ требует правильного, библейского понимания, что является наивысшим благом для человека, и понимания требовательной Божьей любви, которая ставит святость тех, кого любит, выше отсутствия страданий.

^[4] Клайв Льюис, *Проблема страждания* (Львів: Свічадо, 2023), 42.

^[5] Пол Трипп, *Горе: как вновь обрести надежду* (Одеса: МІД «Корам Део». Рік не вказаний), 7-9.

Что является наибольшим благом для человека? Этот вопрос связан с другим: что, а точнее – Кто, является самым ценным сокровищем в мире? Конечно, это Бог, и поэтому мы призваны любить Его всем сердцем, всем умом, всеми силами. Иисус говорит об этом в двух маленьких притчах о сокровище в поле и о жемчужине (Мф. 13:44-46). Апостол Павел свидетельствовал, что Христос стал для него этой жемчужиной: «Но что для меня было преимуществом, то ради Христа я почел тщетою. Да и все почитаю тщетою ради превосходства познания Христа Иисуса, Господа моего: для Него я от всего отказался, и все почитаю за сор, чтобы приобрести Христа» (Фил. 3:7). Кто имеет Бога, тот имеет все. Все остальное приложится. «Тот, Который Сына Своего не пощадил, но предал Его за всех нас, как с Ним не дарует нам и всего?» (Рим. 8:32).

Итак, Бог является самым ценным сокровищем, а познание Его – то есть развитие отношений с Ним – является самым большим благом. И это благо важнее, чем избегание страданий. Более того, Бог использует страдания для нашего приближения к Нему, освящения, познания Его. Например, вспомним книгу пророка Иезекииля. Божьи слова: «Познаете, что Я – Господь!» повторяются в ней десятки раз, но в каком контексте? Чтобы народ познавал Бога, обращался к Нему, Господь использует войны и другие скорби.

Господь Иисус как всегда гениально коротко указал на эти приоритеты, поставив риторический вопрос: «какая польза человеку, если он приобретет весь мир, а душе своей повредит? или какой выкуп даст человек за душу свою?» (Мф. 16:26). Спасение или гибель души – это отношения с Богом или их отсутствие. Лучше человеку пострадать временно и обрести вечное спасение, чем избегать страданий на земле, но уйти в вечную гибель: «Ибо кратковременное легкое страдание наше производит в безмерном преизбытке вечную славу» (2 Кор. 4:17).

Одно из лучших объяснений требовательной любви и необходимости страданий содержится в книге Клайва Льюиса «Проблема страдания». На основе Священного Писания и ярких жизненных примеров Льюис убедительно доказывает, что не только святой любящий Бог, но и мы, люди, стремимся к совершенству тех, кого любим, и ради этого совершенства иногда соглашаемся на их страдания:

«Только для людей, которые нас не касаются, мы хотим счастья, несмотря ни на что; к нашим друзьям, любимым, детям мы требовательны и предпочитаем скорее видеть, как они страдают, чем видеть их счастливыми любой ценой...

Когда мы влюбляемся в женщину, разве нас перестает волновать опрятная она или грязная, честная или нечестная? Вы просили любящего Бога – и вы Его имеете. Великий дух, которого вы так легкомысленно вызывали, «властелин с ужасающим подобием», суще-

ствует: не старческое благодушие, которое сонно желает вам быть счастливыми по-своему; ... но Сам всепоглощающий огонь, Любовь, создавшая миры, настойчивая, как любовь художника к своему произведению, и деспотичная, как любовь человека к собаке, осмотрительная и уважительная, как любовь отца к ребенку, ревнивая, неумолимая и требовательная, как любовь между мужчиной и женщиной»^[6].

Поскольку Бог действительно любит нас, Он желает нашего высшего блага – нашей святости. А для возрастания в святости необходимы испытания, потому что «испытание вашей веры производит терпение..., чтобы вы были совершенны во всей полноте, без всякого недостатка» (Иак. 1:2-4).

Даже верующие часто не понимают, как любящий Бог может допустить страдания, потому что не воспринимают святость как главную цель. Современное христианство склонно ставить в центр человека с его желаниями и спасение изображать однобоко, только как избежание наказания. Священное Писание, наоборот, акцентирует внимание на процессе спасения от греха: «Вникай в себя и в учение; занимайся сим постоянно: ибо, так поступая, и себя спасешь и слушающих тебя» – говорит апостол пастору Тимофею (1 Тим. 4:16)^[7]. Осознавая, что цель нашего спасения во Христе – сделать нас совершенными (1 Фес. 5:23), достойными объектами Божьей любви, мы лучше понимаем, почему этот процесс обязательно предполагает страдания (Деян. 14:22). Страдания заставляют нас признавать свою слабость, зависимость от Бога и возрастать в надежде только на Него (2 Кор. 12:7-9).

МИФЫ О «ТРАВМЕ» И «ПТСР»

◆ Мы уже видели примеры, как Библия опровергает распространенные светские представления о страданиях. Рассмотрим этот вопрос подробнее. Христианское понимание души базируется прежде всего не на человеческих исследованиях, а на откровении Творца души. В отличие от результатов научных исследований, откровение Бога не нуждается в постоянном пересмотре и уточнении, поскольку является совершенным. Поэтому библейское учение о душе (или сердце, дух, ум – это синонимы) является самым глубоким и точным. Не имея достаточно глубокого библейского понимания душепопечения страждущих, многие христиане склонны быть увлеченными «философией и пустым обольщением, по преданию человеческому, по стихиям мира, а не по Христу» (Кол. 2:8). Рассмотрим несколько популярных мифов о страданиях и их библейское опровержение.

^[6] Люис, *Проблема страдания*, 41.

^[7] См. также 2 Кор. 5:15, Филип. 2:12, Титу 2:11-14, 1 Петра 2:24 и др. тексты, которые говорят именно о спасении от греха, а не только от наказания.

Миф 1: Библия не говорит о «травме» и «ПТСР»

Этот миф опирается на то, что в Священном Писании не употребляются термины «травма» и «ПТСР». Вывод ошибочен, потому что искать в Библии надо не современные психологические ярлыки, а описание и объяснение человеческого опыта, который, конечно, остается неизменным. Сущность этого опыта всегда описывалась простыми понятными словами «страдание» и «страх». В начале мы уже выяснили, что Священное Писание чрезвычайно наполнено темой страданий и адресовано именно тем, кто страдает.

Профессор библейской душеопеки Тимоти Лейн объясняет библейский взгляд на ярлык «ПТСР»:

Поскольку на ваши страдания наклеили специальный ярлык «Посттравматическое стрессовое расстройство», вы можете подумать, что имеете дело с чем-то, о чем Бог на самом деле не говорит в Библии. Но пусть этот ярлык вас не пугает. Даже в светских исследованиях ПТСР относится к более широкой категории расстройств тревожности... Проще говоря, это библейская категория страха... Как только вы определили свою проблему согласно этой библейской категории, Библия оживает!^[8]

Поскольку Библия – совершенное Божье слово, ее категории и термины, такие как «страдание» и «страх», всегда самые глубокие и точные. Убедимся, что психологические ярлыки «травма» и «ПТСР» никак не углубляют понимание опыта страданий и страха, рассмотрев официальное определение ПТСР в «библии» светской психологии и психиатрии – «Диагностическом и статистическом руководстве по психическим расстройствам»:

Суть Посттравматического стрессового расстройства – это развитие характерных симптомов вследствие встречи с *экстремальным* травматическим стрессором, что предполагает непосредственное личное переживание события смерти или угрозы смерти, серьезной травмы или другой угрозы физическому здоровью; или наблюдение события смерти, повреждения или угрозы физическому здоровью другого человека...

Реакция человека на событие должна иметь *сильный* страх, беспомощность или ужас... Лично пережитые травматические события предусматривают такие действия, *но не ограничиваются ими*: боевые действия, жестокое нападение на человека..., взятие в заложники, террористическая атака, пытки, заключение, плен...^[9]. (Курсив мой, А.М.)

^[8] Timothy Lane, *PTSD: Healing for Bad Memories* (Greensboro, NC: New Growth Press, 2012), 9.

^[9] American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 4th edition (Washington, DC: APA, 1995), 424.

Как видим, это определение травмы и ПТСР не содержит ничего нового, что не подпадало бы под базовые библейские и общечеловеческие понятия «страдание» и «страх». Курсивом выделены слова, подтверждающие, что реакция на «травму» зависит от того, как человек воспринимает события, произвольно и субъективно определяя их «экстремальность». Фраза «но не ограничиваются ими» оставляет пространство для определения диагноза ПТСР в неограниченных масштабах. Практически любые неприятные события, например, потеря вещей, могут быть провозглашены «травмой». Психология и психиатрия – это идеальный бизнес, который сам делает людей своими клиентами.

Священное Писание наполнено учением о страданиях, опасности, причинах различных реакций на страдания и принципах устойчивости в страданиях. То, что мир называет «ПТСР» – это нормальные реакции на ненормальные события. Расстройство произошло не в психике отдельных людей, а во всем мире, когда люди согрешили и наполнили мир злом. Начинать формировать стойкость в страданиях надо с формирования реалистического понимания жизни и библейского мировоззрения. Новейшие светские ярлыки опасны тем, что отвлекают внимание от Божьего слова и создают иллюзию, будто «Библия об этом не говорит».

Миф 2: реакция людей на страдания соответствует «пяти стадиям горя» и другим психологическим шаблонам

Теория Элизабет Кюблер-Росс о «Пяти стадиях горя»^[10] была популярной в конце XX в., и до сих пор встречается, в частности в христианских материалах^[11]. Пять стадий реакции на беду – это отрицание, гнев, торг, депрессия и наконец принятие. Сторонники этой теории иногда меняют количество стадий, замечают, что возможны не все стадии и в разной последовательности, но в целом утверждают, что так «стоит горевать» и именно эти элементы горевания сопровождают «успех»^[12]. Некоторые пособия не упоминают всю теорию «Пяти стадий», а лишь отдельные «стадии» (отрицание, гнев). Однако они настаивают, что «человеку нужно пройти через скорбь» именно таким путем. Попытки сделать путь скорби короче и менее болезненным, якобы, «не приведет вас к *Кварталу новых начинаний*»^[13]. Еще один популярный шаблон, согласно которому якобы происходят реакции на беду – это «замри,

^[10] Кюблер-Росс Э. *О смерти и умирании*, (София, М, 2001).

^[11] Кріс і Ранелла Адсіт, *Мости до зцілення: Україна* (Reboot Recovery і CRU Military, 2022), 81-82. *Жінки, війна і травма, 97-99.*

^[12] Там же.

^[13] Harriet Hill, Marilyn Davis, Phil Monroe, Dana Ergenbright та інші. *Долаючи лихо: посібник для тих, хто потребує духовної першої допомоги* (Українське біблійне товариство, 2020), 32-35.

бойся или беги»^[14], от английского «freeze, fight or flight». Я посещал онлайн семинар «Коллективная травма в Украине», на котором христианский психолог утверждал, что массовое волонтерское служение является разновидностью «бегства» от беды, и что таких «беглецов» «травма настигнет позже в еще худшей форме».

Эти теории и шаблоны имеют светское происхождение и не согласуются со Священным Писанием. Некоторые библейские принципы и примеры мы уже приводили выше. Божье Слово учит, что человек реагирует на страдания и все внешние обстоятельства не согласно каким-то психологическим шаблонам, а в зависимости от наполнения его сердца (Пр. 4:23, Мр. 7:21, Лк. 6:43-45) и его жизненного фундамента в Боге (Мф. 7:24-27). Выполняя служение капеллана на фронте, погиб мой друг, с которым нас связывали годы совместного служения в церкви и личных отношений. Я не возражаю, не гневаюсь, не торгуюсь и не впадаю в депрессию. Мне больно от временной разлуки с братом, но, хорошо зная этого святого человека, я уверен, что мой друг сейчас наслаждается общением с любимым Господом, и ему сейчас «несравненно лучше» (Фил. 1:23). Христиане должны осознать: светские психологи, как Кюблер-Росс, и те, кого они наблюдают в своих исследованиях, «не имеют надежды», в отличие от нас (1 Фес. 4:13). Их выводы субъективны, избирательны, непоследовательны, а главное – игнорируют определяющее влияние на душу – отношения с Богом. Доверие всемогущему любящему Господу, надежда и воскресение в корне меняют наше отношение к смерти и любым страданиям.

Миф 3: человек реагирует на травму, опасность, страдания «инстинктивно», «первобытной частью мозга» и не является морально ответственным за такую реакцию

Этот миф, очевидно, отражает материалистическое эволюционное мировоззрение. Впрочем, христиане некритично заимствуют такие идеи. В частности, уже упомянутые пособия для мужчин и женщин Украины учат:

... первопричиной [причиной ПТСР – А.М.] на самом деле является биологическая травма, которая влияет на нервную систему, а значит – на мышление, поведение и реакции человека. ...

Ствол головного мозга полностью берет верх ... автоматически направляет остальное тело делать все необходимое для выживания ... В это время весь анализ, достоинство, разум и вежливость мира отступают на задний план. Как бы сильно вы ни старались, вы не могли бы остановить эту реакцию... мы не можем контролировать себя, когда наш мозг переключается в этот режим. И здесь нечего стыдиться^[15].

^[14] Адсіт, Жінки, війна і травма, 147.

^[15] Адсіт, Жінки, війна і травма, 53-56. Мости до зцілення: Україна, 15-18.

Такие тезисы заимствуются из популярной материалистической и атеистической школы психологии, которая утверждает, что травма физически меняет мозг, а мозг определяет дальнейшие реакции человека на травму:

Мы все хотим забыть о травматических событиях и вернуться к нормальной жизни, но те отделы нашего мозга, которые отвечают за выживание и залегают глубоко под его рациональной частью, не умеют отвергать такие вещи. Даже когда травма остается в далеком прошлом, эти отделы мозга в ответ на малейший намек на опасность могут активировать патологические нейронные пути и вызывать мощный выброс гормонов стресса^[16].

Эти идеи, прежде всего, противоречат уже упомянутому библейскому принципу руководящей роли сердца. Священное Писание учит, что сердце (дух, душа), а не мозг, всегда руководит человеком, и поэтому человек всегда ответственен за свое поведение, в частности – за свою реакцию на зло против него (1 Пет. 3:9,17-18).

Доктор нейропсихологии и библейский душепопечитель Эдвард Уэлч подробно исследует связь между мозгом, душой и поведением в книге «Виноват ли в этом мозг?» с научной и библейской точки зрения. Он объясняет, что химическая активность мозга является следствием, а не причиной активности сердца (души) – наших желаний, мыслей и решений. И делает вывод: «Мозг не может заставить человека грешить или помешать ему идти за Христом в вере и послушании»^[17]. Человек – не продукт эволюции и не управляемое инстинктами животное.

Христиане не замечают, что разделяя светское предположение, будто душа (мысли, чувства, совесть и т.д.) является продуктом мозга, они фактически становятся на позицию материализма. Душа и вся ее активность не является продуктом мозга, она существует в определенной степени независимо от мозга, что дает человеку способность не бояться, в частности, смерти: «не бойтесь убивающих тело, души же не могущих убить (Мф. 10:28).

Светская теория также базируется на предположении, что высшей целью человека является сохранение своей физической жизни любой ценой. Мы уже упоминали примеры, когда пророки и апостолы среди страданий и перед лицом смерти не теряли достоинства, благородства, милосердия, жертвенной любви. Высшим примером этого является, конечно, Господь Иисус. Если бы «биологическая теория» была правильной, тогда человек никогда не был бы способен «отвечать добром на зло» в обстоятельствах угрозы жизни. Идея о сохранении своей жизни

^[16] Бессел ван дер Колк, *Тіло веде лік: як лишити психотравми в минулому* (Харків: Віват, 2023), 6.

^[17] Эдвард Уэлч, *Виноват ли в этом мозг? Химический дисбаланс, мозговые расстройства, или непослушание?* (Одеса: МІД «Корам Део», 2014), 42.

любой ценой противоречит не только библейскому учению, но даже культурным представлениям о благородстве и героизме.

Миф 4: «травма» и наша реакция на нее – это нечто объективное, внешнее, не зависящее от человека

Этот миф связан с предыдущими биологическими тезисами. Мы уже говорили, что на самом деле «травма» и реакция на нее зависит от субъективного восприятия обстоятельств, толкования событий и жизни в целом. Напомним яркий пример необычной реакции апостолов на «травму», вызванной их толкованием этих обстоятельств. «... и, призвав Апостолов, били их и, запретив им говорить о имени Иисуса, отпустили их. Они же пошли из синедриона, радуясь, что за имя Господа Иисуса удостоились принять бесчестие. И всякий день в храме и по домам не переставали учить и благовествовать об Иисусе Христе» Деян. 5:40-42. Видим, что мировосприятие определяет реакцию. От убеждений сердца зависит, толкую ли я трудные обстоятельства как «травму» и повод для негативной реакции, или как честь и повод для радости. Апостолы радовались и продолжили благовествовать, несмотря на серьезную угрозу. Трудные обстоятельства только сильнее сжимают мое сердце, как тюбик, но выходит из него только то, чем оно было наполнено (Лк. 6:45).

Миф 5: «травмы» у каждого уникальны, поэтому другие люди не могут вас понять и вам помочь

Этот тезис не всегда четко звучит, но часто кроется за психологическими установками. Нас предостерегают не учить, не давать советов и т.д., потому что мы не пережили того, что перенес пострадавший. Якобы мы не можем его понять, а потому не можем советовать ему.

С одной стороны, конечно, любая жизненная ситуация в определенной степени уникальна, но Библия учит не преувеличивать эту уникальность: «Вас постигло искушение не иное, как человеческое; и верен Бог, Который не попустит вам быть искушаемыми сверх сил, но при искушении даст и облегчение, так чтобы вы могли перенести» (1 Кор.10:13). Детали обстоятельств разные, но базовые реалии человеческого опыта общие. Именно поэтому мы всегда можем наставлять друг друга (Рим. 15:14). Если бы для взаимного совета и утешения была необходима полная идентичность опыта, тогда неженатый апостол Павел не мог бы дать церкви наставления относительно брака (Еф. 5), и вообще никто никого не мог бы поучать.

Миф 6: страдания («травма») вредны для человеческой души

Греческое слово «травма» означает «рана». Последователи психологических теорий сравнивают «психологическую травму» с физической:

... вы ранены в буквальном смысле этого слова. Вы получили повреждение. Раны и повреждения можно исцелить. ПТСР называют душевной раной и ранением идентичности. Если человек ранен в ногу, вы не будете ожидать от него способности вскоре бегать и прыгать. Так же и человек с раненой душой будет выведен из строя на определенный срок^[18].

Это сравнение базируется на ошибочном предположении, что страдание вредно для души так же, как физическое ранение вредно для тела. Если душе нанесен вред (травма = рана), то она после этого нуждается в исцелении, как нуждается в лечении физическая рана. Это не соответствует библейской антропологии и сотериологии. Слово Божье учит, что страдания, наоборот, очищают душу, приближают человека к Богу, укрепляют веру и т. п. Например: «Благо мне, что я пострадал, дабы научиться уставам Твоим» (Пс. 118:71). Священное Писание учит радоваться испытаниям, которые совершенствуют нас и нашу веру (Иак. 1:2-4; 1 Пет. 1:6-9).

Во время вьетнамской войны стало известным фото обожженной напалмом девочки, плачущей и кричащей, бегущей по дороге из ее сожженной деревни^[19]. Дальнейшая судьба девочки известна. Ее зовут Ким Фук. Какие «травмы» она тогда не получила? Но позже она скажет: «Эти бомбы привели меня ко Христу». Свой приход к Богу и изменение жизни она описывает в книге «Огненная дорога: путешествие девочки из напалма через ужасы войны к вере, прощению и миру».

Мы уже упоминали некоторые примеры того, как Бог намеренно наносит «травмы» Своим детям, потому что страдания не вредны, а полезны для праведной души. Авраам пережил войны, переселение и необходимость принести собственного сына в жертву. Иаков был беженцем, потому что имел угрозу жизни. Немало угроз жизни и бегство переживали также Моисей, Давид, Даниил и многие другие. Через особые «травмы» предательства, рабства, лживых обвинений, потерь близких людей, здоровья и имущества Бог провел праведных Иосифа и Иова. Пророку Иезекиилю Господь предрекает смерть любимой жены и при этом запрещает устраивать традиционное оплакивание (24:16-18). Павел и другие апостолы... Этот список можно продолжать. Всех их Бог проводил через невероятные страдания для блага освящения, к тому же они были прообразами наивысших страданий Сына Божьего. Даже о Нем сказано, что «хотя Он и Сын, однако страданиями навывсшему послушанию» (Евр. 5:8) то есть получил благо для души от страданий.

Следовательно, страдания не вредны, а полезны для человеческой души, потому что приближают нас к вечной славе: «Если же мы дети, то и наследники, – наследники Бога и сонаследники Христа, если только с

^[18] Адсіт, *Жінки, війна і травма*, 54.

^[19] [‘Napalm girl’ photo from Vietnam War turns 40 | Daily Mail Online.](#)

Ним страдаем, чтобы с Ним и прославиться» (Рим. 8:16-18). Ибо кратковременное легкое страдание наше производит в безмерном преизбытке вечную славу (2 Кор. 4:17).

Страдания полезны не только для душ верующих, но и неверующих, потому что подталкивают их к спасению. По этому поводу известна поговорка: «Как тревога – так и к Богу». Это выражение согласуется со Священным Писанием. Например, апостол Павел говорил, что Бог направляет историю, чтобы люди искали Его: «От одной крови Он произвел весь род человеческий для обитания по всему лицу земли, назначив предопределенные времена и пределы их обитанию, дабы они искали Бога, не ощутят ли Его и не найдут ли, хотя Он и недалеко от каждого из нас» (Деян. 17:26-27). Бог меняет временные и географические границы существования человеческого рода, и часто это связано с войнами и другими потрясениями. Все эти трудности преследуют добрую цель страданий – приближение людей к Господу.

Миф 7: психиатрические препараты «лечат» ПТСР

Причины всего нашего поведения находятся в душе (сердце – Лк. 6:45), а никакие химические вещества не могут изменить душу. Неспособность препаратов повлиять на истинную причину нашего поведения признают даже многие светские специалисты, в частности – Ван дер Колк:

Однако эти препараты не способны «вылечить» травму, они могут лишь смягчить ее острые физиологические проявления... Препараты могут помочь вам контролировать свои чувства и поведение, но за это придется заплатить: механизм действия таких лекарств заключается в блокировании химических систем, которые регулируют внимание, мотивацию, боль и удовольствие^[20].

Простым языком, так называемые антидепрессанты и вообще все психотропные препараты лишь тормозят центральную нервную систему. Они не способны избирательно действовать на отдельные нейромедиаторы, как обещает реклама, и «лечить» сферы, которые на самом деле касаются души. Фармакологические компании продвигают обманчивую рекламу, потому что получают многомиллиардные прибыли. Например, «в 2012 году американцы потратили более полутора миллиардов (1 562 228 000) долларов на «Абилифай» – больше, чем на любой другой (!) лекарственный препарат». Ван дер Колк, как и многие другие специалисты, признает, что «хоть популярность антидепрессантов растет, случаев этого заболевания отнюдь не становится меньше»^[21].

Из-за вопиющей проблемы злоупотребления психотропными препаратами, их малоэффективности и вредности многие авторы, как хри-

^[20] Колк, *Тіло веде лік*, 345.

^[21] Там же, 62.

стиане, так и светские специалисты бьют тревогу^[22]. Эти препараты вызывают зависимость гораздо быстрее, чем, например, алкоголь, и имеют вредные побочные действия. Поэтому их использование должно быть очень осторожным и ограниченным. Оно уместно только в тяжелых случаях как обезболивание души, для временного снятия внешних симптомов.

Миф 8: страдания – следствие твоего личного греха

В отличие от предыдущих, происхождение этого мифа – не светское, а церковное. Он базируется на ошибочном, но распространенном убеждении, что праведники не должны страдать, и страдания всегда являются проявлением Божьего наказания. Такое богословие было у друзей Иова и у апостолов до их исполнения Духом («Кто согрешил: он или родители его...?», Иоан. 9:2-3) и было опровергнуто Иисусом. Разновидности этой точки зрения могут звучать еще так: «Бог гневается на тебя», или «Ты страдаешь, потому что имеешь мало веры» и т.д.

Мы уже достаточно исследовали богословие страдания, чтобы видеть ошибочность такого взгляда. Можно еще вспомнить примеры, когда Христос прямо заявил, что особые случаи страданий человеческого и техногенного происхождения не были следствием особой греховности пострадавших:

В это время пришли некоторые и рассказали Ему о Галилеянах, которых кровь Пилат смешал с жертвами их. Иисус сказал им на это: думаете ли вы, что эти Галилеяне были грешнее всех Галилеян, что так пострадали? Нет, говорю вам, но, если не покаетесь, все так же погибнете. Или думаете ли, что те восемнадцать человек, на которых упала башня Силоамская и побила их, виновнее были всех, живущих в Иерусалиме? Нет, говорю вам, но, если не покаетесь, все так же погибнете (Лк. 13:1-5).

Попутно отметим, как Иисус реагирует на весть о массовых страданиях, о гибели людей. На что он обращает внимание слушателей? Его комментарий указывает на перспективу вечности. Господь явно намекает, что вечные страдания из-за отсутствия покаяния – гораздо более серьезная проблема, чем физическая гибель.

Как видим, среди христиан существует немало небиблейских мифов о страданиях. Поэтому церковь нуждается в более глубоком изучении библейских принципов страдания и душепопечения. Необходимо критически анализировать светские теории, переводить их на язык библейских категорий и терминов и усиливать убеждение в авторитете,

^[22] Наприклад: David Tyler and Kurt Grady, *Deceptive Diagnosis: When Sin is Called Sickness* (Bemidji, MN: Focus Publishing, 2006); Daniel R. Berger II, *The Chemical Imbalance Delusion* (Taylors, SC: Alethia International Ministries. Year not specified).

действенности и достаточности Божьего Слова в сфере изменений человеческой души.

ПРАКТИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ ЗАБОТЫ В СТРАДАНИЯХ

◆ Рассмотрим некоторые ключевые библейские принципы практического служения страдающим людям. Опять-таки, из-за недостаточного знания Божьего Слова, многие христиане считают, что в Священном Писании нет или мало информации для служения душам, и поэтому стоит искать ответы в психологии. Продолжим исправлять этот недостаток.

Любовь и сострадание

Обычно мы вспоминаем друзей Иова как пример плохой душепопечительства, потому что они ошибочно обвиняли его, усугубляя его страдания. Но надо отметить, что в самом начале дружбы Иова дают нам важный положительный пример:

И услышали трое друзей Иова о всех этих несчастьях, постигших его, и пошли каждый из своего места: Елифаз Феманитянин, Вилдад Савхеянин и Софар Наамитянин, и сошлись, чтобы идти вместе сетовать с ним и утешать его. И подняв глаза свои издали, они не узнали его; и возвысили голос свой и зарыдали; и разодрал каждый верхнюю одежду свою, и бросали пыль над головами своими к небу. И сидели с ним на земле семь дней и семь ночей; и никто не говорил ему ни слова, ибо видели, что страдание его весьма велико (Иов 2:11-13).

Нашим мотивом служения страдающим должно быть сочувствие, потому что это есть проявление любви. Связанные с этим правильные цели душепопечения – выразить сочувствие и утешить. Увидев страдания Иова, друзья плакали с ним. Это напоминает совет апостола «Радуйтесь с радующимися и плачьте с плачущими» (Рим. 12:15). Когда человек сильно страдает, сочувствие может и должно проявляться сначала без слов. Друзья Иова сочувствовали ему молча семь дней, потому что, когда человеку очень больно, слова бывают неуместны. Сначала достаточно самого нашего присутствия, сочувствия, физической заботы, прикосновения.

Нельзя недооценивать важность правильного мотива любви. Если мной движет не любовь, а любой другой мотив, тогда не сработает никакая мудрость, никакие методики. Бог не благословит такое служение, а страдающий почувствует неискренность наших мотивов. Известные слова Павла указывают именно на эту необходимость единственно правильного мотива любви: «Если имею дар пророчества, и знаю все тайны, и имею всякое познание и всю веру, так что могу и горы переставлять, а не имею любви, – то я ничто» (1 Кор. 13:2). Никакие знания и методики не помогут утешить, если мотивом душепопечителя не является любовь

к страдающему. Слова Клайва Льюиса, служащие эпиграфом данной статьи, указывают на эту необходимость любви, которую душепопечитель может получить только от Бога: «Если страдания неизбежны, то крупица отваги поможет больше, чем много мудрости; крупица человеческого сострадания – больше, чем много отваги, а больше всего поможет даже малейшая капля Божьей любви»^[23].

Отсюда два практических вывода для душепопечителя: проверять свои мотивы и проявлять сострадание. Давайте всегда молиться об этом, чтобы Господь давал нам Свою настоящую любовь к страдающим. Идя к ним с любовью, мы будем настроены разделить и вместе с ними понести их боль.

Поддержка через присутствие

Присутствие является одним из практических проявлений сострадания, хотя мы склонны недооценивать важность простого присутствия. Находясь рядом со страдающим, мы этим уже проявляем любовь и оказываем ему важную поддержку. Этот принцип был подтвержден даже Господом Иисусом, когда Он в тяжелый час попросил учеников просто побыть и попоститься вместе с ним: «Душа Моя переполнена смертельной скорбью. Оставайтесь здесь и попейте со Мною» (Мф. 26:38).

В связи с этим Гиффорд указывает на пример главного Утешителя – Самого Господа, Который всегда утешает нас именно обетованием Своего неизменного присутствия, так что даже одно из Его имен – Еммануил, то есть «с нами Бог». Когда Иисуса Навина пугала предстоящая война, Бог ободрял его: «будь тверд и мужествен, не страшись и не ужасайся; ибо с тобою Господь Бог твой везде, куда ни пойдешь» (Ис. Нав. 1:9). Гиффорд комментирует: «Страх лечится осознанием того, что Бог с нами, и именно это Христос обещал Своим ученикам. Бог Дух Святой – с ними»^[24]. Так Христос ободряет учеников: «...и даст вам другого Утешителя, чтобы навеки пребывать с вами» (Иоанна 14:16, курсив мой – А.М.). Гиффорд указывает на важность самого присутствия в служении Духа и предостерегает:

Метод служения Параклета – постоянное присутствие; Он никогда не оставляет верующего. Как вы служите близкому человеку, который страдает? Спешите быстренько “исправить его” и отправить, чтобы дальше заниматься своими нормальными делами? Служение Святого Духа – постоянно быть с нами. Он не появляется ненадолго лишь для того, чтобы «поставить галочку», но постоянно сопровождает нас. Служение ближнему с любовью включает долгосрочность^[25].

^[23] Льюис, *Проблема страдания*, 12.

^[24] Gifford, *Helping Your Family through PTSD*, 60.

^[25] Там же.

Иногда мы не проявляем сострадание, потому что перед лицом больших страданий другого человека просто боимся – не знаем, что делать, что сказать. Например, в случае смерти близкого человека. Помните, что говорить не всегда обязательно. Просто быть рядом, обнять, разделяя таким образом горе, это уже важная часть утешения.

Молитва

Конечно, в молитве проявляется наша надежда на Бога. Только Он может по-настоящему утешить, укрепить душу, восстановить радость даже среди страданий. Поэтому молитва должна сопровождать все служение душепопечения. Молитесь за тех, кто страдает. Молитесь вместе с ними. Поощряйте самого человека обращаться к Богу в молитве, учиться доверять Ему свои заботы и боль. Слово Божье содержит конкретный призыв к этому: «Злостраждет ли кто из вас, пусть молится» (Иак. 5:13).

В чем сущность молитвы? В молитве вы не можете сообщить Богу новую информацию, потому что Он всезнающий и «знает Отец ваш, в чем вы имеете нужду, прежде вашего прошения у Него» (Мф. 6:8). Также не нужно в молитве убеждать Бога, «уговаривать» Его, пытаться изменить Его отношение к нашей ситуации, потому что Он совершенен в Своей мудрости, любви, и Его воля всегда «благая и совершенная» (Рим. 12:2). Молитва нужна, чтобы изменить не Бога, а нас. В молитве, особенно посреди страданий, мы учимся доверять Ему, полагаться на Него. И хотя Бог совершенен в любви, силе и мудрости, Он удивительным образом захотел считаться с нашими молитвами и отвечать на них. В страданиях бывает трудно молиться, потому что нас атакуют сомнения относительно Божьей доброты и любви. Светлана Сузько пишет: «Пусть даже это будет молитва, состоящая из двух слов, молитва, которая выражает ваши сомнения и недоразумения»^[26]. Пусть молитвенной надеждой на Бога будет пронизано все служение душепопечения, как в жизни служителя, так и страдающего.

Практическая физическая забота

Конечно, когда человек страдает, мы должны позаботиться о нем практически. Известный пример этого – добрый самаритянин: «Самарянин же некто, проезжая, нашел на него и, увидев его, сжалился и, подойдя, перевязал ему раны, возливая масло и вино; и, посадив его на своего осла, привез его в гостиницу и позаботился о нем» (Лк. 10:33-45). Медицинская помощь, устранение опасности, физические потребности в питье и пище – об этих и других базовых физических потребностях мы должны позаботиться с самого начала. Например, сам Господь заботится

^[26] Светлана Сузько, «Біль та страждання: подолання болю», *Богомыслие* 32:1, 2022, с. 83.

о Своем слуге Или, когда ему угрожала смерть, он был физически истощен и чрезвычайно обеспокоен, испуган вплоть до суицидальных мыслей:

И послала Иезавель посланца к Или сказать: пусть то и то сделают мне боги, и еще больше сделают, если я завтра к этому времени не сделаю с твоею душою того, что сделано с душою каждого из них. Увидев это, он встал и пошел, чтобы спасти жизнь свою... Ангел коснулся его и сказал ему: встань, ешь. И взглянул Илия, и вот, у изголовья его печеная лепешка и кувшин воды. Он поел и напился и опять заснул. И возвратился Ангел Господень во второй раз, коснулся его и сказал: встань, ешь; ибо дальняя дорога пред тобою... И вот, было к нему слово Господне, и сказал ему Господь: что ты здесь, Илия? Он сказал: возревновал я о Господе Боге Саваофе, ибо сыны Израилевы оставили завет Твой, разрушили Твои жертвенники и пророков Твоих убили мечом; остался я один, но и моей души ищут, чтобы отнять ее. И сказал: выйди и стань на горе пред лицом Господним, и вот, Господь пройдет (3 Цар. 19:1-11).

Видим, что Бог сначала заботится об Илье физически: поит и кормит его и дает ему выспаться. Только после этого Господь начинает опекать Илью, спрашивая о причинах (мотивах) его действий и напоминая ему о Своем характере.

Слушание

Мы уже упоминали, что в начале понадобится молчаливое сочувствие. Обратная сторона молчания – это слушание. Умение внимательно, терпеливо, искренне выслушивать (иногда задавая глубокие и уместные вопросы) является ключевой составляющей не только служения страждущим, но и любой душепопечительства и наставничества. Это один из базовых принципов мудрого общения вообще: «всякий человек да будет скор на слышание, медлен на слова, медлен на гнев» (Иак. 1:19). Распространенное искушение и ошибка в душепопечительстве, благовестии и вообще в общении – говорить, давать советы, не выслушав: «Кто дает ответ не выслушав, тот глуп, и стыд ему» (Пр. 18:13).

Внимательное слушание нужно не только для сбора информации. Слушание является проявлением любви, сострадания и само по себе может помогать утешить страждущего: «выслушайте внимательно речь мою, и это будет мне утешением от вас». (Иов 21:2). Когда мы внимательно выслушиваем человека, он чувствует, что мы не равнодушны к нему. Обратите внимание, что чувствуем мы, когда кто-то не слушает нас, перебивает, или проявляет признаки нетерпения (оглядывается, смотрит на часы)? Что это говорит об отношении человека к нам, к нашим проблемам? Внимательное терпеливое слушание является проявлением искреннего интереса к человеку, и поэтому помогает его утешить.

Прикосновение и словесное ободрение тех, кто шокирован

В примере служения Бога пророку Илии мы уже видели эти элементы: ангел каждый раз касался Илии, а затем ободрял его словами. Эти элементы можно увидеть в Священном Писании не раз, когда описывается служение людям в шоковом состоянии, в частности в книге Даниила: «И когда он говорил со мною, я без чувств лежал лицом моим на земле; но он прикоснулся ко мне и поставил меня на место мое» (Дан. 8:18). А также: «... во мне не осталось крепости, и вид лица моего чрезвычайно изменился, не стало во мне бодрости. И услышал я глас слов его; и как только услышал глас слов его, в оцепенении пал я на лице мое и лежал лицом к земле. Но вот, коснулась меня рука и поставила меня на колени мои и на длани рук моих. И сказал он мне: «Даниил, муж желаний! вникни в слова, которые я скажу тебе, и стань прямо на ноги твои; ибо к тебе я послан ныне». Когда он сказал мне эти слова, я встал с трепетом (Дан. 10:8-11).

Во всех примерах чрезвычайно шокированный человек получает от Господа два элемента поддержки – физическое прикосновение и словесное ободрение. И, как видим, это «придает силы».

Интересно, что психологи тоже учат о важности прикосновения для утешения:

Однако самым естественным способом успокоить человека остаются прикосновения, объятия и убаюкивание. Это помогает приглушить чрезмерное возбуждение и сохранить ощущение контроля над ситуацией, безопасности, уюта и целостности^[27].

Далее в книге Ван дер Колка изображена картина Рембрандта «Иисус исцеляет больную» с комментарием: «Жесты поддержки понятны всем и отражают целительную силу сострадательного прикосновения»^[28]. Видим, что все важнейшие и общеизвестные принципы утешения страждущих упоминаются в Священном Писании.

Господь Иисус так же поддерживал апостолов в шокированном состоянии: «услышав, ученики пали на лица свои и очень испугались. Но Иисус, приступив, коснулся их и сказал: встаньте и не бойтесь» (Мф. 17:6-7).

Как наставлять страждущих словом

Ответ на этот вопрос уже частично дан во вступительной части, где рассматривались истины, от которых зависит стойкость в страданиях. В общем, надо вести к познанию Бога, Его черт, Его обетований, то есть укреплять фундамент веры в сердце страждущих. Надо помогать им развивать библейское мышление. Рассмотрим эту тему немного подробнее.

^[27] Колк, *Тіло веде лік*, 330.

^[28] Там же.

Тем, кто страдает, надо напоминать истины о Боге, Его силе, милости, надежности и т.д. В контексте Ассирийской оккупации пророк Исаия ободрял народ так: «Твердого духом Ты хранишь в совершенном мире, ибо он уповает на Тебя» (Ис. 26:3). Важным библейским инструментом утешения и ободрения являются Псалмы. Они особенно уместны, потому что одновременно помогают и открыть, доверить Богу свои чувства, волнения, страхи, и также вдохновляют полагаться на Него: «Боже мой! Боже мой! для чего Ты оставил меня? Далеки от спасения моего слова вопля моего» (Пс. 21:2). Этот вопль Давида повторяет даже Сын Божий, когда страдает на кресте. Давид приносит к Богу свои тяжелые обстоятельства: «Ибо псы окружили меня, скопище злых обступило меня, пронзили руки мои и ноги мои» (Пс. 21:17). Эта молитва резонирует и со страданиями Христа, и со страданиями многих украинцев во время войны. Далее царь взывает к Господу о спасении от врагов: «Но Ты, Господи, не удаляйся от меня; сила моя! поспеши на помощь мне; избавь от меча душу мою и от псов одинокую мою; спаси меня от пасти льва и от рогов единорогов, услышав, избавь меня. (Пс. 21:20-22). Укрепившись надеждой на Бога, Давид может даже ободрять других: «Буду возвещать имя Твое братьям моим, посреди собрания восхвалять Тебя» (Пс. 21:23).

Важно замечать, что многие псалмы написаны именно в контексте страданий и поэтому очень актуальны и полезны для ободрения страждущих. Например, любимый псалом 22, псалом 41-42, гимн Божьему слову – Псалом 118 – эти и многие другие псалмы непосредственно касаются утешения в страданиях: «Что унываешь ты, душа моя, и что смущаешься? Уповай на Бога, ибо я буду еще славить Его, Спасителя моего и Бога моего». (Пс. 41:12). Не только псалмы, но и Божье Слово вообще имеет свойство оживлять падшую душу, подкреплять, просвещать глаза: «Закон Господа совершен, укрепляет душу; откровение Господа верно, умудряет простых. Повеления Господа праведны, веселят сердце; заповедь Господа светла, просвещает очи. Страх Господень чист, пребывает вовек. Суды Господни истина, все праведны; (Пс. 18:8-10). «Слово Божье живо и действенно» (Евр. 4:12), потому что через него действует Дух Божий (Ин. 6:63), и поэтому мудрое применение Библии является одним из главных средств поддержки страждущих.

В частности, библейские истины помогают формировать у обездоленных правильное видение духовной реальности. Это видение было нужно слуге Елисея, чтобы победить страх вражеской военной угрозы: «И сказал он: не бойся, потому что тех, которые с нами, больше, нежели тех, которые с ними. И молился Елисей, и говорил: Господи! открой ему глаза, чтоб он увидел. И открыл Господь глаза слуге, и он увидел, и вот, вся гора наполнена конями и колесницами огненными кругом Елисея» (4 Цар. 6:16-17).

Фил Мозер указывает на библейский принцип «целенаправленного управления своими мыслями»^[29]. Мы не можем просто прекратить думать о плохом, например, просто избавиться от болезненных воспоминаний или кошмаров. Но мы можем вытеснить нежелательные мысли другими – истинными, небесными, святыми. Священное Писание предписывает нам целенаправленно мыслить «что только истинно, что честно, что справедливо, что чисто, что любезно, что достославно, что только добродетель и похвала, о том помышляйте» (Фил. 4:8). И также: «о горнем помышляйте, а не о земном» (Кол. 3:2). Оба текста учат управлять своими мыслями. Только так мы можем и призваны контролировать свой ум и состояние души.

Еще раз подытожить некоторые практические принципы служения страждущим нам поможет книга бывшего военного, а ныне библейского душепопечителя Грега Гиффорда «Помощь вашей семье при ПТСР»^[30].

Понимайте их трудности и слабости. Будьте внимательными, наблюдательными, спрашивайте и слушайте, чтобы хорошо понимать страдающего ближнего. Какие обстоятельства вызывают у человека особые трудности? Что пробуждает воспоминания о страданиях?

Проявляйте баланс терпения и требовательности. Именно так относится к нам Спаситель. Он принимает нас с любовью и терпением, но не для того, чтобы мы оставались такими, а чтобы менялись.

Медицинское обследование может быть необходимым. Хотя Библия не допускает детерминистский биологический взгляд на «травму» и реакцию на нее (см. опровержение мифов выше), но мы признаем тесную связь между телом и душой. Физиологические факторы не определяют духовное состояние, но могут влиять на него, создавая дополнительное давление. Обращайте, в частности, внимание на правильное питание и сон страдающего.

Создавайте страдальцу максимально благоприятные условия, особенно в начале. Опять-таки, обстоятельства не определяют наше поведение, но влияют на него. Если возможность, *оберегайте от раздражителей*, которые вызывают стресс, страх и тому подобное. Общая модель создания благоприятных условий здесь похожа на динамику детства или на реабилитацию алко- и наркозависимых. Цель – сформировать у человека внутренние силы, возвращая его характер, знания и навыки. Но для этого мы сначала создаем «тепличные» условия, со временем постепенно уменьшая внешний контроль.

Обеспечивайте подотчетность. Мы все нуждаемся во взаимной поддержке и подотчетности, а те, кто учится праведно реагировать на стра-

^[29] Фил Мозер, *Безопасность во время бури: библейские методы избавления от тревоги* (Польша: ARKA, 2015), 38.

^[30] Gifford, *Helping Your Family through PTSD*, 66-79.

дания, – особенно. Не оставляйте их один на один со своими соблазнами. Помогите найти партнеров для подотчетности среди членов семьи, в церкви, или в коллективе.

Избегайте чрезмерного бездействия. Одна из распространенных ошибок в работе с душевными проблемами – освобождение страждущих от работы и других обязанностей. Часто это еще больше обостряет их борьбу, потому что лишает простых повседневных целей, отношений, оставляя их один на один со своими страхами в вакууме бездействия. Помогите им мудро выбирать меру загруженности в соответствии с их состоянием и способностями – от домашних обязанностей до работы.

КАК ОПЕКАТЬ НЕВЕРУЮЩИХ?

◆ Во время обучения библейским принципам душепопечения, утешения, поддержки в страданиях, иногда звучит вопрос: А как же помочь неверующим, которые не разделяют библейских истин, не хотят их принимать? Такой вопрос может базироваться на ложных целях: облегчить страдания, избегая истин о Боге и вере. Конечно, мы можем и должны сделать то, что от нас зависит, для физического облегчения человека независимо от его верований. Но если мы хотим отделить душевное облегчение и веру, то это ошибочная цель.

Задумайтесь над вопросом: а для чего Бог посылает страдания в жизнь этого человека? Разве Он не хочет использовать их именно для того, чтобы обратить его к Себе? Перефразируя Христа, какая польза человеку, если облегчить его временные страдания, а душу его не спасти? В таких случаях душепопечение и благовестие должны быть одним целым. Не бойтесь свидетельствовать страждущим о Божьей силе, любви, вере, надежде, воскресении и главное – о том, как Сын Божий уже разделил наши страдания и искупил их.

С другой стороны, многие из упомянутых выше библейских принципов могут принести временное облегчение и ободрение даже на земном уровне, независимо от веры. Сочувствие, присутствие, выслушивание, физическое прикосновение, практическая забота – все эти элементы служения, конечно, актуальны и полезны любому. В сфере словесного ободрения неверующих тоже можно в определенной степени применять библейские принципы.

В первую очередь, страдающему необходима надежда. Помогайте человеку обрести утраченную надежду для начала хотя бы на земном уровне, указывая на возможные перспективы, позитивные цели. Поощряйте к разумной занятости, добрым делам, служению другим. Это в определенной степени поможет избежать зацикленности на себе, которая порождает депрессию и отчаяние.

Выводы

♦ В данной статье мы исследовали ключевые библейские принципы служения страдающим. Мы увидели, что Священное Писание наполнено темой страданий и чрезвычайно актуально и полезно в этой сфере. Хотя Библия не использует современные психологические ярлыки, но глубочайшим образом описывает и объясняет душевную динамику человека в страданиях. Реакция человека на страдания зависит в первую очередь от его отношений с Богом – от знания Божьего характера и умения полагаться на Его силу и обетования. Вооружившись библейскими принципами, христиане могут эффективно служить людям посреди страданий войны и не только.

Подытоживая, еще раз напомним ключевые истины для помощи страдающим:

1. Писание наполнено учением о страдании, страхе; оно является действенным и достаточным для помощи страдающим.
2. Любящий и всемогущий Бог проводит людей через страдания ради нашего блага освящения и приближения к Нему.
3. Христианам нужно углублять свое богословие, чтобы распознавать и опровергать светские идеи о душе, которые противоречат Божьему Слову.
4. Чтобы утешать страдающих, надо показывать им Божье величие и любовь, Божьи обетования, укрепляя их евангельскую надежду.
5. Сочувствие, присутствие, прикосновение, молитва, выслушивание, словесное ободрение – эти и другие библейские принципы помогают людям праведным образом реагировать на страдания, чтобы этим прославить Бога.

Душепопечение является применением Божьего Слова к проблемам конкретного человека в конкретной ситуации. Поэтому для правильной заботы о душе служителю нужно иметь правильное богословие. В центре библейского мировоззрения – Бог, Его слава и наши отношения с ним. Главная причина путаницы в сфере душепопечения – это склонность современных христиан к человеко-центрическому мышлению. Цель жизни – развивать отношения с Богом и славить Его, уподобляясь Ему в святости. Никакие внешние обстоятельства, в том числе страдания, не могут помешать достижению этой цели.

После того, как открылись зверства москвитов в Буче, кто-то в отчаянии спрашивал: «Как же мы сможем жить дальше, когда такое зло осквернило наши души?» Слава Богу, что Его сила, любовь и истина берегут Его детей так, что никакое внешнее зло, в том числе и война и насилие, на самом деле не может навредить нашим душам:

Кто отлучит нас от любви Божией: скорбь, или теснота, или гонение, или голод, или нагота, или опасность, или меч? как написано: за Тебя умерщвляют нас всякий день, считают нас за овец, обреченных на заклание. Но все сие преодолеваем силою Возлюбившего нас. Ибо я уверен, что ни смерть, ни жизнь, ни Ангелы, ни Начала, ни Силы, ни настоящее, ни будущее, ни высота, ни глубина, ни другая какая тварь не может отлучить нас от любви Божией во Христе Иисусе, Господе нашем. (Рим. 8:35-39).

БИБЛИОГРАФИЯ

- American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th edition*, Washington, DC: APA, 1995.
- Berger, Daniel R. II. *The Chemical Imbalance Delusion*. Taylors, SC: Alethia International Ministries. Year not specified.
- Gifford, Greg E. *Helping Your Family through PTSD*. Eugene: Resource Publications, 2017.
- Hill, Harriet, Marilyn Davis, Phil Monroe, Dana Ergenbright та інші. *Долаючи лихо: посібник для тих, хто потребує духовної першої допомоги*. Українське біблійне товариство, 2020.
- Lane, Timothy S. *PTSD: Healing for Bad Memories*. Greensboro, NC: New Growth Press, 2012.
- Tripp, Paul David. *Suffering: Eternity Makes a Difference*. Phillipsburg, NJ: P&R Publishing, 2001.
- Tyler, David and Kurt Grady. *Deceptive Diagnosis: When Sin is Called Sickness*. Bemidji, MN: Focus Publishing, 2006.
- Адсіт, Кріс і Ранелла Адсіт. *Мости до зцілення: Україна*. Reboot Recovery і CRU Military, 2022.
- Адсіт, Кріс, Ранелла Адсіт та Маршель Картер. *Жінки, війна і травма*. Reboot Recovery і CRU Military, 2022.
- Колк ван дер, Бессел. *Тіло веде лік: як лишити психотравми в минулому*. Харків: Віват, 2023.
- Люїс, Клайв Стейплз. *Проблема страждання*. Львів: Свічадо, 2023.
- Мозер, Фил. *Безопасность во время бури: библейские методы избавления от тревоги*. Польша: ARKA, 2015.
- Пайпер, Джон. *Зло торжествует и проигрывает: как вопиющие грехи служат славе Христа*. Київ: Нард, 2014.
- Трипп, Пол Дэвид. *Горе: как вновь обрести надежду*. Одеса: МІД «Корам Део». Рік не вказаний.
- Уэлч, Эдвард Т. *Виноват ли в этом мозг?* Одеса: МІД «Корам Део», 2014.