

Доктор Мэй Янг, Введение в библейский плач, сессия 1

Это доктор Мэй Янг в своем преподавании по Введению в библейский плач, сессия 1.

Привет, меня зовут Мэй Янг, и я доцент библейских исследований здесь, в Университете Тейлора. Я преподаю Ветхий Завет, а также некоторые курсы по исторической христианской вере.

И сегодня я хотел бы поговорить на тему библейского плача. И у меня будет пара уроков, которые будут посвящены именно этой теме. Но я хотел бы начать наше время здесь с некоторого размышления, и вопрос к вам: как вы справляетесь с болью и страданиями? Итак, когда мы думаем о том, как мы живем в сломанном мире, мы видим и слышим в новостях все время о страданиях и трагедиях и о том, что происходит вокруг нас.

Как мы справляемся с болью, справедливостью, депрессией или сомнением, которые мы испытываем? И я бы хотел, чтобы вы просто уделили несколько минут, чтобы подумать об этом, знаете, что вы лично думаете об этих темах и что вы с этим делаете? И пока я думаю, пока вы думаете об этом, я просто хочу как бы вытащить некоторые из возможных способов, которыми люди отвечали на это в прошлом или думали об этом, и, возможно, они вам тоже знакомы. И поэтому иногда, когда люди думают о какой-то боли или несправедливости или вещах, которые происходят вокруг нас, может быть, есть некоторые, знаете, игнорирование и надежда, что это пройдет. Это может быть чем-то, знаете, так что это просто слишком подавляюще.

Так что это проще сделать. Другой вариант — просто поделиться этим, поговорить об этом и обработать это с другом. Или мы можем на самом деле отвлечься или занять себя.

И поэтому нам не обязательно сталкиваться с реальностью вещей, которые происходят вокруг нас. И поэтому мы просто занимаемся делами, чтобы у нас не было времени сесть и подумать об этих вещах. Или мы можем притворяться, что все хорошо.

Так что здесь что-то вроде игнорирования, но просто притворство, что все на самом деле в порядке. Или еще один вариант — попытаться заглушить это. И это, вероятно, очень нездоровый способ сделать это через саморазрушительные привычки.

Знаете, иногда люди могут обратиться к алкоголю или наркотикам или каким-то другим способам заглушить боль, которая есть вокруг, справляясь с этим. Так что, когда мы думаем об этом, эти действия или, знаете ли, эти возможные бездействия могут принести временное облегчение. И так, но я думаю, что должен быть лучший способ, и должен быть лучший способ и то, как мы справляемся с этим, потому что мы живем в мире, который полон страданий, что мы сталкиваемся с испытаниями, что есть вещи, которые происходят вокруг нас таким образом.

И часть этого — размышление, поэтому я решил написать эту книгу под названием «Прогулка с Богом по долине». И она опубликована в InterVarsity Academic Press. И причина, по которой я это сделал, была в размышлении, когда я рос в церкви, я не обязательно слышал слишком много на эту тему.

Когда мы думаем о теме плача, к счастью, тема плача вышла на первый план, возможно, из-за того, с чем мы сталкиваемся в этом мире, с пандемией, даже в будущем, и войнами и вещами, которые происходят в мире прямо сейчас. Итак, то, что я хотел бы сделать, это в нашей беседе, в нашем уроке, узнать немного больше о библейском плаче. Знаете, что это такое, и немного поговорить о том, как это немного отличается от того, что мы думаем, когда думаем только о теме плача в целом, в общем.

Итак, что такое библейский плач и почему он важен? И для начала я хочу сказать, что я считаю, что концепция и практика библейского плача выходят за рамки общего понимания простого выражения реальности страдания. Так что здесь, когда мы думаем об общем виде понятия плача, мы думаем о простом выражении реальности страдания. Мы думаем о том, чтобы просто быть грустными или, знаете, иметь дело с болью или как это произошло? Но я думаю, что библейский плач на самом деле немного отличается тем, что это акт веры.

Это акт веры, в котором мы взываем к Богу честно со своими страданиями, нашей несправедливостью и нашим гневом. И здесь это приглашает Бога в нашу борьбу. Так что здесь это на самом деле обращение к Богу, приглашение его в нашу борьбу и помощь нам стать людьми стойкости.

И вот здесь, через наш плач, мы на самом деле на пути к большей устойчивости и исцелению в наших сердцах таким образом. И поэтому это не просто выражение нашей боли и страданий или чувство грусти. Это на самом деле акт веры, который приведет нас к большей надежде в этом смысле.

И поэтому мы находим в писании, что писание дает нам примеры плача. Итак, есть много молитв-плачей для моментов, когда мы сталкиваемся с сомнениями или несправедливостью или болью или трудностями, которые окружают нас

таким образом. Итак, некоторые молитвы-плачи, которые мы можем найти, находятся в частности в книге Псалмов.

На самом деле, в книге Псалмов вы действительно обнаружите, что треть Псалмов — это Псалмы плача, найденные в этом жанре. И мы поговорим об этом через минуту. В книге Иова также есть выражения плача, поскольку Иов оплакивает то, что случилось с ним в его собственной личной ситуации.

пророков на самом деле тоже много плачей. И так, плач по несправедливости, которая вокруг, грех, люди, народы, которые против народа Израиля и Иуды. И так, у вас есть много плачей, которые исходят от пророков, а также из книги Плач Иеремии.

И книга Плач Иеремии на самом деле написана о времени разрушения Иерусалима вавилонянами в 586 году до нашей эры. И вот здесь, в результате этой катастрофы, у вас есть отражение в книге Плач Иеремии и об этом. И даже в Новом Завете вы видите, что даже крик Иисуса с креста — это плач.

он цитирует Псалом 21, который здесь является Псалмом плача. И вы знаете, как бы использует это, поскольку он здесь на кресте. Итак, мы видим, что здесь есть много релевантности, когда мы думаем о молитвах и плачах, которые мы находим в Писании.

Итак, когда мы думаем о плаче здесь, я хочу сказать, во-первых, что мы также можем видеть, что плач в Библии на самом деле является жанром. И поэтому, это на самом деле жанр в Псалмах. И поэтому у вас есть жанр, который, вы знаете, своего рода, вы знаете, что мы видим о важности жанра? Что именно такое жанр? Так почему же важно понимать жанр текста? И так почему я это делаю? Я хочу укоренить наше обсуждение в этом, потому что мы хотим увидеть, что исходит из библейского текста, когда мы думаем об этой теме плача.

И какой здесь жанр? Итак, жанр, это просто базовое определение, это категория художественного, музыкального или литературного произведения, характеризующаяся определенным стилем, формой или содержанием. Итак, у вас есть примеры, как, вы знаете, биографии, у вас даже есть, вы знаете, руководства и инструкции. Это определенный жанр, или у вас есть жанр сказок.

Итак, если бы я сказал, знаете, когда-то давно, вы на самом деле знаете, когда я произношу это слово, с каким жанром мы столкнемся. И поэтому причина здесь в том, что это помогает нам понимать, что мы читаем, что мы слышим, на что мы смотрим, так что мы можем на самом деле правильно это интерпретировать и думать об этом таким образом. И вот здесь, когда мы думаем даже о книге

Псалмов, знаете, как мы ее интерпретируем? Как мы правильно смотрим на книгу Псалмов? И вот у вас есть Герман Гункель.

Он был ученым, критически относящимся к форме. Он провел некоторый анализ Псалмов еще в 1926 году. И то, что он сделал, было своего рода изучением, вы знаете, Псалмов, было ли что-то, что как бы связывалось вместе, что вы нашли сходство в некоторых Псалмах, какие-то формы и структуры, и формулировки, и темы.

И поэтому в своих наблюдениях он заметил, что в самих Псалмах были похожие формы и структура выражений. И поэтому его анализ фактически классифицировал Псалмы в соответствии с различными жанрами. Таким образом, его работа фактически обнаружила четыре основных жанра.

С тех пор было сделано гораздо больше работы над этим и фактически выявлено много даже подкатегорий в жанре. Так что четыре, которые у него были, были как хвала или гимны, благодарение, затем он также определил индивидуальные, а также общественные или корпоративные причитания. И поэтому наше внимание будет сосредоточено здесь, на рассмотрении причитаний.

Итак, как индивидуальные, так и общественные или корпоративные жалобы, когда мы думаем об этом таким образом. Так вот, когда мы думаем о, вы знаете, жанре и о том, как он определяется, что здесь как бы замечается для нас, чтобы мы вообще думали о жанре. Так что для Гункеля, он видел здесь, была ли у них похожая обстановка в жизни? Так вот, возникли ли они из определенного времени, места или типа ситуации таким образом? Были ли у них общие мысли, чувства или настроения, которые как бы вытекали из этого? Был ли у них похожий стиль и структура или даже литературные черты, которые вытекают из этих конкретных жанров? Итак, определяя жанр, мы хотим убедиться, что это не всегда шаблонно и сухо.

Иногда вы можете иметь что-то, что подходит под несколько различных категорий таким образом. Мы находим это и сегодня. Вы можете пойти и посмотреть фильм.

Это может соответствовать экшену и романтике, или это может соответствовать, знаете ли, разным видам жанров. Это не всегда будет четко очерчено, и это не всегда будет иметь каждый отдельный элемент, который вы найдете в определенном жанре таким образом. Но имея это в виду, я хочу, чтобы мы подумали о молитвах-плачах здесь.

И что было замечено? Знаете, разделяли ли они определенные стили или характеристики, общение или виды чувств, которые здесь выражены? Что мы

находим их здесь, в Книге Псалмов, и что в плачах это есть. И поэтому, хотя каждый плач отличается, они разделяют некоторые схожие литературные образцы, формы и структуры. И я думаю, что нам действительно важно это здесь заметить.

Итак, когда мы смотрим на Псалмы здесь, когда люди сталкиваются с болью, это не просто грубое выражение эмоций, но также присутствует некая структура. Некоторые способы поучительны для нас, когда мы думаем даже о плаче по себе таким образом. Итак, мы можем извлечь уроки из этих молитв-плачей и этих плачей как жанра и почему это важно.

Я сравниваю это с тем, как Иисус, Его ученики посмотрели на жизнь Иисуса и заметили, что Он был человеком молитвы, они пришли к Иисусу и сказали: Иисус, научи нас молиться. И то, как Иисус учил их, не обязательно было похоже на то, знаете ли, просто молитесь своему Небесному Отцу и просто говорите то, что у вас на сердце. Иисус этого не говорил.

Иисус на самом деле дал им молитву Господню. И здесь Он дал им, вы знаете, вы знаете, так что я уверен, вы, вероятно, слышали о разных проповедях или разных учениях, где люди на самом деле рассматривали разные элементы молитвы Господней. И так, где они говорили, наш Отец, который на небесах, вы знаете, так что здесь сама эта фраза, вы знаете, Бог - наш Отец.

Он не просто такой далекий, знаете ли, божество, но Он на небесах. Он не такой, как наш земной Отец. И поэтому здесь, формируя то, как мы думаем о том, кто такой Бог, когда мы приходим к Нему в молитве.

И вот это очень поучительно. И иногда люди действительно молятся молитвой Господней, как она есть наизусть, вы молитесь вместе, и вы читаете ее вместе. А в других случаях вы можете на самом деле персонализировать эту молитву.

Итак, рассматривая различные элементы, персонализируя его для ежедневного использования, и как мы могли бы молиться об этом. Итак, вот как я это сравниваю, когда мы думаем об элементах плача и молитвах плача. Какие элементы обычно встречаются в этих молитвах? Как мы можем персонализировать их для себя, для различных ситуаций страдания и трудностей, с которыми мы сталкиваемся? Библия на самом деле дает нам эти примеры, и Бог знает, что, вы знаете, мы будем проходить через боль. Будут трудности, с которыми мы столкнемся здесь, даже как верующие таким образом и как бы понимая это в этом смысле.

Итак, когда мы думаем о жанре здесь, есть два типа или два основных типа плача, которые я уже как-то определил ранее. У нас есть индивидуальные, а также общественные или корпоративные плачи. Итак, какие элементы можно

найти в них, и как мы можем говорить об этом таким образом? Итак, что касается индивидуальных плачей здесь, то мы обнаруживаем, что во многих случаях они выражают горе или скорбь.

Так что здесь они очень, знаете ли, выразительны в отношении некоторых вещей, с которыми сталкивается псалмопевец, будь то горе или скорбь, это представляет потребность Богу показать, что он может разрешить это. И поэтому здесь они как бы приносят это Богу и просят Бога об этом разрешении. В них преобладают темы боли, болезни и страдания.

Так что часто, знаете ли, имея дело с, знаете ли, некоторыми вещами, с которыми мы имеем дело сегодня, это на самом деле не изменилось. Боль, страдания и болезни, которые терзают нашу жизнь, также терзают жизнь псалмопевца и людей в Священном Писании. И поэтому в книге Псалмов находится около 39 отдельных плачей.

И вот, вот вам несколько примеров. И отдельные жалобы, как и название, часто говорят об отдельном человеке. Поэтому используется много индивидуальных местоимений первого лица.

Итак, здесь есть я и меня, которые используются много раз в Псалмах. И многие из них выражены в общих чертах. И это интересно в том смысле, что они не обязательно относятся к какой-то конкретной ситуации как таковой, хотя у них есть некоторые конкретные темы, но они достаточно общие, чтобы мы могли персонализировать их.

Итак, это как раз то, о чем я говорю, что иногда вы можете захотеть помолиться Псалмами, знаете, как есть, как, знаете, многие отцы Церкви делали это на протяжении многих лет. Но вы также можете персонализировать это в смысле, знаете, узнавая определенные ситуации, которые носят более общий характер, и также персонализируя это для себя. И поэтому здесь люди могут идентифицировать себя с псалмопевцем через это.

Итак, они могут быть применены к физическим, духовным и эмоциональным ситуациям, когда мы думаем об этом в этом смысле. Итак, когда мы думаем об общих элементах, здесь, мы можем обнаружить, что есть около пяти, которые были идентифицированы, когда мы думаем об этом. И поэтому то, что я обычно хочу сделать здесь, это немного пройти по этим пяти.

И на самом деле, позже в моей книге, в главах с пятой по десятую, я предлагаю различные типы ламентации и прохожусь по этим элементам на конкретных примерах. Итак, здесь есть ламентация и одиночество, ламентация и сомнение, ламентация и гнев. Так что ламентация — это не просто одномерный вид чувства грусти.

Хотя это там и включено туда, есть много разных эмоций, с которыми мы боремся, и плач может помочь нам справиться с этим. И поэтому здесь, в следующем уроке, я фактически пройду по одному из разных способов Псалмов и как он проходит через одиночество таким образом. Итак, но сначала здесь, то, что у нас здесь есть, это первый элемент - обращение или призыв.

И вот здесь, как и в молитве Господней, речь идет о том, чтобы прийти к Богу. И вот здесь, это элемент обращения к Богу. Это молитва.

Это не просто выход наших чувств, наших эмоций в атмосферу или во вселенную, или даже к себе. Это на самом деле акт веры и обращение к Богу таким образом. И поэтому это обращение или призыв.

Зачастую это очень просто. Это как, знаете, обращение к Богу и произнесение Яхве или Элохим, Бог, мой Отец, или мой Спаситель, или моя Скала. Так что вы можете увидеть это здесь в Псалмах и как это раскрывается в молитве .

Это просто очень просто. Это обращение к Богу, призывание к Богу, своего рода призыв или обращение, чтобы мы знали, что это молитва, своего рода призывание к Богу таким образом. Затем у вас есть здесь второй элемент, который, вероятно, является неотъемлемой частью плача.

Итак, здесь это плач или само прошение. И здесь, во многих случаях, это может содержать элементы, такие как признание греха или даже утверждение невиновности. Так что здесь псалмопевец как бы делает некое самоанализ, признавая личный грех, или также даже признавая невиновность, как бы имея чистые руки в определенных ситуациях.

Также есть жалобы на и к Богу, которые также находятся в этом разделе. И так , разговор о том, что такое ситуация , с которой борется псалмопевец, это то, что мы рассматриваем во втором элементе здесь. Затем у вас есть этот третий элемент, который называется мотивациями .

И поэтому этот компонент дает причины Богу действовать или двигаться к действию. Итак, здесь, когда молится псалмопевец, молится пророк или молится тот, кто молится в Библии, какова мотивация Бога действовать? И поэтому этот элемент фактически связывает просьбу с тем, что псалмопевец знает как истину о Боге и его характере. И поэтому здесь, вы знаете, почему Бог должен действовать? И поэтому здесь, это своего рода псалмопевец, или изложение здесь, мотивации Бога в этом смысле.

Затем у вас есть этот четвертый элемент, который является признанием доверия или уверенности в том, что вас услышат. Итак, я хочу сказать здесь, что эти пять

элементов здесь, которые характерны для псалмов-плачей здесь, и особенно для многих индивидуальных плачей, хотя некоторые люди могут также применять это к некоторым общественным плачам. Здесь вы обнаруживаете, что не каждый отдельный плач будет иметь все пять элементов.

Иногда они будут отсутствовать, и они не всегда будут в том же порядке, но вы сможете определить и это. И вы можете видеть, что и в литературе, даже в разных жанрах, вы знаете, вы увидите определенные вещи, которые будут определены, но это не всегда будет соответствовать шаблону. И здесь, даже с этим, когда мы думаем об этом признании доверия или уверенности в том, что вас услышат, не каждый плач будет иметь это.

Итак, у вас здесь, даже в Псалме 88, который считается, вероятно, самым мрачным из псалмов, там нет этого элемента. И поэтому в некотором смысле это также, знаете ли, своего рода обнадеживающе. Так что, это всегда, знаете ли, даже в наших сетованиях, это не всегда будет так, как мы это видим здесь или как мы это воспринимаем.

И люди иногда все еще в процессе, когда они сетуют и приносят вещи Богу. И это нормально, даже для нас в наших молитвах. И поэтому, это, когда это присутствует, это важно, потому что это знаменует переход от сетования к надежде.

И так, более конкретно, это поворотный момент, от недоверия к доверию к псалмопевцу или в псалмопевце. И так, много раз это указывается через грамматику, через словарь псалмопевца. И так, в еврейской грамматике это называется противительным вав.

На самом деле здесь это как бы переводится как союз с, но, или сейчас, это как бы то, как вы бы увидели это в книге Псалмов. И вот здесь вы видите примеры, и это указывает на этот переход от плача к другому виду речи. Так, к признанию доверия или уверенности в том, что вас услышат.

Итак, но я доверяю вам или чему-то в этом роде, какому-то признанию в этом. И вот, что интересно в этом конкретном элементе, так это то, что, как ученые как бы смотрели на это, вы знаете, как, как этот переход как бы происходит? Иногда мы читаем и вдруг, вы знаете, это как бы действительно утро и как бы размышления о темных ситуациях, но внезапно этот псалмопевец или псалом взрывается таким признанием доверия. Например, как это происходит? И что интересно здесь, так это то, что есть много разных способов, которыми ученые говорили о том, как может возникнуть доверие.

Это был оракул спасения? Это было что-то, о чем, вы знаете, им напомнили, и что характер Бога не всегда однороден в этом смысле. И я думаю, что это

действительно обнадеживает, потому что так оно и есть, так иногда устроена жизнь, даже с нашими собственными молитвами. Иногда Бог ободряет нас через способы, которыми он действовал в прошлом, или через писание, которое он напоминает, или, вы знаете, настолько разные вещи, которые Бог, вы знаете, делает, и ободрение приходит в разных формах.

Это помогает ободрить наши сердца и вызвать такого рода трансформацию, или доверие, или уверенность в том, что нас услышат. И я думаю, что это на самом деле отражение реальности, даже когда мы обрабатываем эти молитвы перед Богом таким образом. И вот вам последний, который является обетом хвалы.

Итак, поскольку псалмопевец чувствовал уверенность в том, что его услышат или он испытает освобождение, он теперь может предложить обет или обещание хвалы. И здесь вы можете увидеть что-то из того, что приходит, вы знаете, я еще буду хвалить его или, вы знаете, какой-то словарь или какие-то вещи, которые как бы отражают это. И поэтому, как я уже сказал, не каждый отдельный элемент будет найден во всех плачах здесь, но мы находим эти пять общих элементов, которые присутствуют таким образом.

Итак, теперь я хочу немного поговорить о том, знаете ли, почему молитвы и молитвы-плачи важны. Почему нам важно даже думать об этом здесь и размышлять, когда мы думаем об этой теме? И поэтому я хотел бы вернуться к такому пониманию, что для того, чтобы исцелить эмоциональную боль, нам на самом деле нужно пригласить ее в наше осознанное осознание. И мне нравится эта цитата из программы 12 шагов. Это вы должны это почувствовать.

Вы должны чувствовать это, чтобы исцелить это, вы знаете, и иногда, вы знаете, мы не хотим этого чувствовать. Мы бы предпочли на самом деле засунуть это в себя таким образом, но здесь мы как бы вносим это в наше сознательное понимание, чтобы принести исцеление. И я немного поговорю об этом позже, когда мы будем говорить о другой цели плача здесь, но, вы знаете, мы не хотим заглушать или запирать или отрицать наши чувства.

Знаете, часто мы довольно хорошо умеем запихивать свои вещи. Ладно. Так что мы бы предпочли не иметь с этим дела, и мы бы предпочли запихнуть это в этом смысле тоже.

Итак, некоторые из нас стали настолько хороши в отрицании эмоциональной боли, что мы можем функционировать в нашей жизни. И поэтому в нашей жизни происходит слишком много всего. И поэтому мы как бы, знаете ли, отодвигаем это в сторону, чтобы мы могли функционировать, и мы бессознательно научились держать боль в узде, чтобы мы могли делать нашу повседневную жизнь неким балансом.

Так что здесь у нас нет времени отвлекаться на наши чувства и эмоции. У нас должен быть, знаете ли, какой-то способ совладать с жизнью и своего рода балансом. Однако, делая это, иногда мы создаем этот энергетический дисбаланс в нашей жизни, а также в наших сердцах.

И мы можем даже не осознавать этого, что это происходит, но наше единственное осознание может быть этим чувством неудовлетворенности. Мы не знаем, почему мы не чувствуем себя. Мы чувствуем себя неудовлетворенными, и мы живем с ограниченными внутренними ресурсами и постоянно ищем что-то вне нас, чтобы исправить нас.

И это то, чего мы даже не осознаем. И, но это некоторые из указаний здесь на то, что, возможно, мы не имеем дело с некоторыми вещами, которые есть в наших сердцах, таким образом. И поэтому мы не найдем настоящего исцеления, пока мы на самом деле не встретимся со своей болью и не справимся с ней таким же образом.

И поэтому я думаю, что здесь часто мы загоняем боль вниз, чтобы надеть маску на лицо. И здесь, знаете ли, даже если мы имеем дело со многими вещами внутри, мы надеваем маску, когда мы сталкиваемся с миром таким образом, и мы думаем, что игнорирование боли на самом деле заставит ее уйти. Так что, если мы не будем притворяться, что ее нет, она уйдет и здесь.

Я думаю, что мы часто делаем это и со своим здоровьем. Знаете, мы знаем, что определенные проблемы — это те, с которыми нам приходится иметь дело, касающиеся нашего здоровья. И мы думаем, что, не имея дела с этим, мы это игнорируем.

Мы думаем, что это пройдет, но мы не осознаем, что это не решит проблемы, будь то эмоциональная боль или даже физическая боль, таким образом. И иногда это может даже ухудшить ситуацию для нас, когда мы делаем это, когда мы просто притворяемся, что этого нет. И поэтому на самом деле есть опубликованное исследование здесь в социальной, психологической и личностной науке, которое обнаружило, что когда вы подавляете свои эмоции, это может на самом деле сделать людей более агрессивными.

Итак, они на самом деле провели исследование, они попросили некоторых участников подавить свои эмоции, когда они смотрели тревожные сцены в фильме. И у них была одна группа, которая не могла выразить свои чувства, и им пришлось их подавить. А затем у них была другая группа, которой было разрешено показывать свои чувства.

И вот, субъекты, которым было позволено показать свои чувства, на самом деле были менее агрессивны после этого. Те, кто не мог с этим справиться,

обнаружили, что эмоционально реагируют более агрессивно, чем следовало бы в определенных ситуациях. Итак, вот вам клинический психолог Виктория Терап, которая говорит следующее, как бы комментируя это.

Там говорится, что она приводит пример из повседневной жизни. Так, например, вы можете злиться на своего брата, и после того, как вы сдержали свой гнев, не сказав ни слова, вы можете спровоцировать эмоциональный всплеск. Так, когда вы ведете машину несколько недель спустя, и кто-то вас подрезает, вы выходите из себя, что приводит к аварии.

И этот взрыв и эта чрезмерная реакция на ситуацию — это способ вашего тела выпустить эту сдерживаемую эмоцию. И вот, вы знаете, вы когда-нибудь как-то, вы знаете, как-то слишком остро реагировали на определенную ситуацию? Возможно, вы знаете, ваши дети, вы знаете, маленькие, и они, вы знаете, немного буйные, и внезапно у вас появляется много сдерживаемых эмоций или гнева, которые могут вырваться на свободу из-за работы или других ситуаций. И затем вы обнаруживаете, что слишком остро реагируете на то, как ваши дети реагируют на определенные вещи.

И вот у вас есть эти сдерживаемые эмоции, и теперь вы как бы выплескиваете их наружу и слишком остро реагируете на определенные ситуации. Так что иногда мы можем видеть, что наши эмоции, когда мы пытаемся их сдерживать, на самом деле выходят другими способами и в других формах, которые могут быть для нас на самом деле вредными, и как мы справляемся с этими вещами. Энн Ламонт в своем национальном бестселлере *Traveling Mercy* говорит следующее.

Она говорит: « Все эти годы я верила в великую дворцовую ложь о том, что горе нужно преодолеть как можно быстрее и как можно более уединенно. Но с тех пор я обнаружила, что пожизненный страх перед горем держит нас в бесплодном, изолированном месте, и что только горе может исцелить горе. Течение времени уменьшит остроту, но само по себе время без непосредственного переживания горя не исцелит его».

И вот здесь, как бы, знаете, как мы приносим сюда исцеление? Как мы как бы выражаем эти вещи, чтобы двигаться вперед здесь, вместо того, чтобы, знаете, позволять этому, держать нас в ловушке чувства. И вот здесь, знаете, мы должны признать, что мы не роботы. Бог не создал нас, чтобы мы были роботами.

Мы люди, которые на самом деле имеют чувства, которые на самом деле имеют эмоциональные, духовные и рациональные элементы, как мы думаем об этом. И поэтому здесь он не ожидает, что мы будем подавлять свои чувства,

потому что он создал нас с чувствами. Мы здесь не для того, чтобы быть, знаете ли, своего рода стойками в этом смысле, как мы думаем об этом.

И так , на самом деле, вопрос, который я тоже хочу задать, это, знаете ли, вы пытаетесь избегать или подавлять свою боль? Знаете, почему или почему нет, если нет, как вы позволяете себе чувствовать свою боль? И это то, что нужно здесь как бы рассмотреть. Знаете ли, вы часто подавляете свою боль или вы позволяете себе на самом деле иметь дело с некоторыми вещами, которые у вас есть в сердце? И поэтому нам нужно быть честными со своей болью , чтобы испытать исцеление. И поэтому мы целостные существа, не только рациональные, физические или эмоциональные существа, но мы на самом деле целостные личности со всеми этими аспектами в нашей жизни.

И если мы не справляемся с нашей болью, она на самом деле будет проявляться по-разному. И мы это тоже увидели. Вот еще одно исследование, которое говорит, что если мы не справляемся с нашей эмоциональной болью, она может на самом деле иметь неблагоприятные последствия для нашего здоровья.

Несколько исследований показали, что люди, которые хронически подавляют свои эмоции, могут быть более склонны к болезням, чем те, кто эмоционально экспрессивен. Они также обнаружили, что эмоциональное подавление приводит к повышенной физиологической реактивности, что делает человека уязвимым к болезням. Итак, у вас есть несколько исследований, которые это как бы видят.

И поэтому признаем, что мы целостные личности. Так вот, если мы не справляемся со своими эмоциями, это также повлияет на что-то в нашем здоровье. В 2013 году исследование Гарвардской школы общественного здравоохранения и Университета Рочестера показало, что у людей, которые сдерживают свои эмоции, вероятность преждевременной смерти от всех причин увеличивается более чем на 30%, а риск диагностирования рака увеличивается на 70%.

Я имею в виду, что это здесь очень важно, когда люди не имеют дела с этим, даже с их эмоциональной болью, что это имеет физические последствия таким образом. И вот здесь, я бы также сказал здесь тогда, признание того, что плач - это акт веры. И вот это, вы знаете, своего рода признание того, почему плач важен? Потому что это акт веры.

Итак, здесь вера в Бога. И здесь Бог может справиться с нашей болью. Итак, здесь, когда мы приходим к Богу и выражаем это здесь, мы сокрушаемся и обращаемся к Богу, а не от него.

Так что часто, когда люди выражают боль или борются с болью, они хотят как бы спрятаться или уединиться или как бы дистанцироваться от людей, а также от самого Бога таким образом. И вот здесь, когда мы сокрушаемся, мы как бы сопротивляемся здесь, в наших собственных сердцах, желанию отвернуться от людей и от Бога и фактически обратиться к Богу, обратиться к нему в трудные времена таким образом. И еще одна вещь, которую следует здесь помнить, это то, что мы позволяем только тем, кто ближе всего к нам, знать наши настоящие мысли.

И вот здесь, это тоже важно. Так что, когда мы как бы выражаем здесь скорбь, мы также показываем здесь, понимаете, что мы верим в эту тесную связь, которая у нас есть, в эту заветную связь, которая у нас есть с Богом, позволяя ему видеть нашу боль здесь. Потому что, понимаете, часто то, что мы курируем в социальных сетях, заключается в том, что мы не очень хорошо знаем людей.

Итак, мы не собираемся выставлять наши настоящие чувства в этом смысле. И вот здесь, именно здесь нам нужно на самом деле предоставить настоящие чувства. И Бог хочет, чтобы мы приносили ему нашу боль, наши тяготы и наши печали.

Он хочет, чтобы мы излили ему свои сердца. И вот почему в Писании говорится: «Вы знаете, общее для меня, все труждающиеся, вы знаете, и обремененные». И поэтому Бог на самом деле приглашает нас таким образом.

Исследования также показали, что подавление эмоций довольно хорошо закрывает коммуникацию в этих отношениях. Итак, это исследование Джеймса Гросса из Стэнфордского университета говорит о том, как, вы знаете, когда вы подавляете эмоции, вы закрываете коммуникацию в этих отношениях. Вы, вероятно, видите это здесь, даже в ваших собственных отношениях с людьми.

Когда вы закрываетесь, когда вы подавляете свои эмоции и не справляетесь с этим ни с вашим супругом, ни с друзьями, вы на самом деле, во многих случаях, отсекаете себя и от этих людей. И это происходит не только на уровне людей и, вы знаете, отдельных людей здесь, но это может также происходить в наших отношениях с Богом. Так что, когда мы подавляем свои эмоции, мы как бы, вы знаете, закрываем свои эмоции.

Мы фактически закрываем здесь общение, даже с Богом в этом смысле. И поэтому, когда мы не честны с Богом, мы в конечном итоге отдаляемся от него. И поэтому иногда, когда люди переживают действительно трудные времена и хотят уйти в себя, они не выражают даже свою боль Богу.

Они на самом деле иногда доходят до того, что вообще перестают молиться или даже перестают ходить в церковь, потому что злятся на Бога. И вот здесь

происходит своего рода отключение этой эмоции. И вот скорбь как бы помогает нам не делать этого, не отключать это, но сохранять этот вид общения открытым.

Итак, мы должны иметь веру, чтобы предстать перед Богом в нашей честности и в нашей боли, когда мы думаем об этом. Итак, Бог знает и видит нашу боль. Почему мы закрываемся от него в этом смысле? И вот здесь, своего рода приход, признание того, что это также важно здесь.

И в-третьих, здесь, помните, что Бог хочет, чтобы мы были честны с ним в наших молитвах. И поэтому, когда мы молимся здесь, наши молитвы не просто здесь, чтобы быть механическими или очень общими в наших молитвах здесь. Но честность с Богом - это важный урок, который мы можем извлечь из Псалмов.

Итак, у нас есть Дэниел Хейз, который говорит, что псалмопевец говорит Богу именно то, что он чувствует. И это часто звучит не очень духовно или зрело. Христиане сегодня склонны давить друг на друга, чтобы подавлять любые эмоциональные излияния о Боге.

Христианская модель для многих — это модель твердого стоика, как Спок в «Звездном пути». И поэтому здесь мы не хотим быть похожими на Спока в этом смысле, как бы сдерживая свои эмоции здесь и даже в нашей молитве, но учимся быть честными в этом смысле. И поэтому личное размышление, о котором я хотел бы, чтобы вы подумали, это, знаете ли, как звучат ваши молитвы? Знаете ли, вы честны в своих молитвах? Вы просто говорите слова или выражаете общие мысли в своей молитве? Насколько близки ваши молитвы Господу? Насколько вы честны в общении с ним, с болью и вещами, которые происходят вокруг вас таким образом? И так, есть над чем поразмыслить в этом направлении.

И теперь я хочу как бы рассмотреть пару заблуждений о плаче. Так что же не является плачем? И когда мы думаем о библейском плаче, какой плач, что является библейским? Что не является тем, что мы находим в библейском плаче? И вот, во-первых, плач — это не жалость к себе.

Я думаю, что это, вероятно, своего рода неправильное представление. Вот где у вас есть Клаус Вестерман, он говорит, что нет ни одного псалма плача, который бы останавливался на плаче. Плач сам по себе не имеет смысла.

Плач касается не описания собственных страданий или жалости к себе, а устранения самих страданий. И поэтому здесь это демонстрация, своего рода обращение к Богу, своего рода обращение к ситуации, но также просьба к Богу изменить ситуацию. Итак, Псалмы Плача отображают динамичное путешествие.

Это не статичная картина жалости к себе. Это не просто погружение в свои печали. И поэтому многие люди считают, что это плач, но плач — это процесс.

И на самом деле, здесь вы видите, что псалмы-плачи приглашают верующего выплеснуть свое разочарование и излить свои чувства, но приходит время искать выход. Итак, псалмы ищут перемен, и они основаны в конечном счете на обещании, а не на сомнении. Обещание того, кто есть Бог, обещание того, что Бог может сделать.

Они признают, что что-то не так, и утверждают, что Бог может это исправить. И вот здесь, когда мы снова об этом думаем, все складывается воедино, чтобы осознать, что это действительно акт веры, поскольку мы выражаем эти вещи перед Богом. И, во-вторых, здесь сетование не означает неудачу.

Так вот, это своего рода способ, которым мы думаем. Иногда мы боимся быть честными из-за страха осуждения со стороны других в церкви, или даже от самих себя, когда мы думаем о том, знаете ли, я недостаточно духовен? Я, знаете ли, тот, кто сталкивается с этими вопросами или этими сомнениями в своей собственной голове? Это здесь неудача? Знаете ли, мы все, и знаете ли, это может быть чем-то, что, знаете ли, мы выросли в церкви. Я знаю, что когда я рос в церкви, я часто слышал только о том, как люди, знаете ли, преодолевали трудности постфактум.

Итак, у вас есть много, вы знаете, свидетельств о том, как люди боролись, а затем они победили. И это было много историй, которые мы слышали. И поэтому здесь, иногда это формировало тех, кто чувствовал, ну, как так получается, что я не побеждаю, или почему это занимает так много времени? Что-то не так со мной? И поэтому здесь, как бы мы создали эту динамику большего триумфализма внутри церкви здесь также.

Итак, это как раз то, где, знаете, я говорю это в своей книге, вот что, когда в церкви пропагандируется подлинность, многие не хотят быть уязвимыми из-за страха осуждения и чувства унижения со стороны других. Некоторые даже признались, что когда они высказывали свою борьбу, они получали готовые ответы и должны были преодолеть эти проблемы своевременно. К сожалению, в конечном итоге происходит то, что когда люди сталкиваются с сомнениями или трудностями, последнее место, где они хотят быть, — это церковь.

Многие даже отказались от своей веры, потому что не видели, как Бог действует или приносит тот же победный результат, о котором свидетельствовали другие. Есть также те, кто чувствовал, что их борьба заняла гораздо больше времени, чем у других, и они впали в уныние. Такая модель обмена заставила нас скрывать свои трудности, потому что мы боимся показаться слабыми в вере.

И вот здесь суждения окружающих часто заставляют нас изображать искусственную силу, которую Бог никогда не призывал нас проявлять. В своей спешке донести триумфальное послание Иисуса церковь непреднамеренно донесла, что испытывать утрату, печаль и горе — значит быть неудачником. И вот здесь мы не хотим перескакивать к этому и признавать, что, знаете ли, страдать — это нормально.

Это нормально иметь дело с сомнениями или болью или подобными вещами, даже в церкви. И это именно то место, где мы должны иметь дело и перерабатывать это. И третье здесь то, что жаловаться и сетовать - это нормально.

Я часто слышал много раз, когда люди, знаете, задавали этот, знаете, такой вопрос, типа, знаете, ну, разве жалобы не плохи? Я имею в виду, у нас есть, знаете, как мы должны с этим справляться? И что интересно здесь, так это то, что почти треть песен-плачей, псалмов, на самом деле содержат жалобу на Бога. Это очень необычно для нас. Так как же нам это примирить, когда мы думаем о жалобах и в наших молитвах? Разве это не плохо? Знаете, на самом деле, в этих песнях-плачах они жалуются на гнев Божий, на его безразличие, на его отвержение, на его забывчивость и на то, что он скрывает свое лицо.

У вас есть этот пример здесь. Почему, Господи, Ты отвергаешь меня и скрываешь от меня Свое лицо? И поэтому здесь псалмопевец честен и реален в том, что он чувствует. Мы также видим здесь, что, вы знаете, сетования также могут поднимать эти честные вопросы к Богу.

И вот, у тебя здесь, Господь, где твоя прежняя великая любовь, в которой ты клялся Давиду в верности? И вот, как бы поднимая эти вопросы, честные вопросы Богу таким образом. Итак, вот здесь я хочу поговорить о разнице между жалобами и рыданиями против ропота и жалоб. И вот, здесь есть разница, и мы хотим признать здесь, в этом есть важное различие между рыданиями и просто ропотом и жалобами.

И вот здесь, вот где в поколении пустыни, в Исходе 15 и 17, и в Числах, они были осуждены, потому что роптали и жаловались друг другу на руководство и на Господа. И вот, это важно, потому что они были, они как бы, это было в основном не обязательно актом веры, но это фактически закрепляло то, что они действительно думали о Боге и своих лидерах таким образом. Другими словами, их жалобы не были молитвами.

Они просто роптали сами на себя или друг на друга. Они не возносили свои мысли и молитвы к Богу. Это было важное различие, потому что жаловаться на Бога другим осуждается, но приносить жалобы Господу поощряется.

И здесь ворчание на других было просто способом выразить то, что они считали истиной о Боге. Это не было диалогом. Это не было разговором.

Это не было своего рода общением с Богом, но это был лишь способ выплеснуть свои обиды и неверие в Бога друг другу. И вот здесь, у вас есть здесь, признание тоже, это то, что говорит здесь доктор Тремпер Лонгман. Он справедливо отмечает, что в то время как те, кто восстают, жалуются на Бога друг другу, псалмопевцы и Иов выражают свои жалобы непосредственно Богу.

Последнее указывает на то, что они не отказались от Бога или не оставили надежду, что Бог в конце концов ответит на их молитвы. Мы должны отличать сосредоточенные на себе выражения жалости к себе или разочарования от молитв, которые направлены к тому, кто имеет силу принести перемены. Так что нам не нужно здесь прятаться; здесь как бы говорится об Авакуме.

И вот мы хотим, чтобы самые близкие нам люди выражали свои истинные чувства, даже если их не приятно слышать, потому что это способствует большей близости. И поэтому принесение наших жалоб, жалоб и прошений Богу действует таким же образом. И так мило с вашей стороны, вы знаете, как, вы знаете, когда вы думаете о ваших самых близких отношениях, если есть некое напряжение между вами и вашим, вы знаете, близким другом или вашим супругом, вы хотите, чтобы они принесли эту жалобу вам.

Вы хотите, чтобы это было диалогично. Это на самом деле способствует своего рода интимности. И вот здесь, в псалмах и молитвах плача, Бог хочет, чтобы мы принесли это ему, чтобы способствовать этому виду интимности, понимаете, вместо того, чтобы закрывать все.

Потому что часто, когда вы думаете о своих отношениях, если есть проблема, и вы даже не решаете ее в этих близких отношениях, иногда это также приводит к разрыву. И осознание того, что это не способствует той близости, которую вы могли бы найти таким образом. Так что здесь я хочу вернуться сейчас, и после того, как я рассмотрю некоторые из того, чем не является плач, немного больше поговорим о коммунальном или корпоративном плаче.

Итак, вот этот, вы знаете, другой жанр, который имеет дело с большей частью сообщества, когда сообщество выражает, вы знаете, боль коллективно. Итак, что такое коллективные плачи, и почему они важны, когда мы думаем об этом таким образом? Итак, когда мы думаем о коллективных плачах, то часто в книге Псалмов мы обнаруживаем, что они написаны для времен, когда сообщество борется вместе. И поэтому времена национального кризиса, стихийных бедствий, военных поражений, что-то, что они чувствуют коллективно здесь как нация или как группа людей таким образом.

Иногда эти плачи читались на какой-то специальной церемонии для плача здесь, как бы читались вместе коллективно. И количество общественных плачей, которые присутствуют, варьируется от 12 до 23 с точки зрения примеров того, как люди как бы очерчивают это и классифицируют их таким образом. И некоторые из вещей, которые характеризуют их, вы знаете, корпоративные или общественные, определенно используют здесь больше форм множественного числа первого лица.

Так что здесь, вместо использования индивидуального я или меня, мы говорим о нас или нас или нашем виде сообщества, и как мы справляемся с этим. Они также используются во втором лице единственного числа, чтобы напомнить Богу о его отношениях с Израилем. Так что мы находим в этих общих плачах на самом деле, знаете ли, обращение к Богу напрямую, напоминание ему о его отношениях, его заветных отношениях с его народом.

И вот ты нас отверг, Боже, и напал на нас, и разгневался. Теперь восстанови нас. И вот мы как бы напрямую с Богом таким образом разговариваем.

Итак, центральная черта общественных плачей — это повторение истории между Богом и его народом. Так что, много раз цитируется, знаете ли, то, как Бог принес освобождение, история Бога и его народа, великие дела, которые он совершил ради людей. И многое из этого функционирует как мотивация, знаете ли, элемент, который мы видели ранее.

Итак, мотивируя Бога, чтобы он действовал и пробуждал, чтобы как бы приносил избавление своему народу. Так что общественные сетования обычно разделяют эти пять элементов, которые мы здесь находим. Опять же, это обращение к Богу, которое является общим для обоих, вы знаете, о Боже, или, вы знаете, своего рода направление, кому мы направляем эту молитву? И это также молитва, коллективно, как корпоративное тело здесь.

Затем идут обвинительные заявления или вопросы, адресованные Богу. Так что, здесь вы часто увидите немного больше таких жалоб или таких обвинительных заявлений или вопросов, адресованных Богу. Знаете, почему вы отвергли нас навсегда? А затем сетования по поводу несчастья или опыта сообщества.

Иногда это, знаете ли, политическое по своей природе, что-то вроде того, с чем сталкивается сообщество здесь таким образом. И затем прошения Яхве, чтобы он разобрался с несчастьем. Так что, прося Бога сделать что-то и как-то разобраться с этим, и причины или мотивы для Бога действовать в этом направлении.

И как я уже сказал, не все эти элементы будут общими для каждого отдельного общественного плача, но это лишь некоторые из вещей, которые ученые как бы

наблюдали, как то, что они видят таким образом. Так почему же общественный или корпоративный плач важен? Я думаю, во-первых, потому что мы все универсально понимаем боль. И поэтому страдание и горе, печаль, иногда, выходят за рамки отдельного человека.

Так что это не только мы как личности, которые испытывают это. Иногда это испытывает все сообщество. И что, вы знаете, это то, что грех влияет не только на нас.

Иногда это влияет на все сообщество и на тех, кто нас здесь окружает. И поэтому это не выходит за рамки, знаете ли, только одного человека, культуры или расы. И поэтому мы все испытываем эти эмоции, и иногда ситуации влияют не только на нас, но и на сообщество в целом.

И то, что мы находим здесь в Новом Завете, важно, когда мы думаем о нас как о церкви, являющейся телом Христа здесь, что в Первом послании к Коринфянам говорится, что если страдает один член, страдают с ним все члены. И поэтому здесь важно стоять вместе с нашими братьями и сестрами, которые имеют дело с болью и страданием. И Писание призывает нас делать это, стоять и страдать вместе с этим.

Итак, есть шведская пословица, которая, как мне кажется, здесь полезна. Она гласит, что разделенная радость — это двойная радость, а разделенное горе — это половина горя. И, знаете, как эта пословица относится к вам? Типа того, что когда мы делимся радостью, мы хотим поделиться ею с другими, потому что это на самом деле увеличивает нашу радость.

Это удваивает нашу радость. И когда мы делимся друг с другом своими печалью, это как бы облегчает ношу. У нас есть кто-то, кто несет эту ношу рядом с нами.

И вот здесь, осознавая важность общего плача, мы стоим вместе с нашими братьями и сестрами во Христе таким образом. Так печально, что сегодня мы не знаем, как идентифицировать себя с теми, кто страдает. Я бы хотел, чтобы мы могли лучше работать как церковь.

Мы не знаем, как отстаивать интересы других. И, возможно, часто мы беспокоимся о своей собственной жизни и не обязательно видим тех, кто страдает вокруг нас. И поэтому здесь, вы знаете, мы непреднамеренно делаем эти вещи, но, может быть, мы настолько поглощены собой или думаем о себе, что на самом деле не осознаем, вы знаете, тех, кто страдает вокруг нас здесь.

И вот этот вопрос, знаете, опять же, почему, когда люди страдают, последнее место, куда они хотят пойти, — это церковь? И поэтому, знаете, часто я слышу,

как люди говорят: « Я не чувствую, что мне нужно идти в церковь» . Сегодня я готов пойти в церковь. Типа, что это значит? Типа, нужно ли быть на ногах, чтобы пойти в церковь? Или, знаете, как насчет того, когда вам больно и когда вы сталкиваетесь со многими проблемами, это то, когда вам в первую очередь следует идти.

И поэтому это нужно изменить. Поэтому нам нужно быть людьми, которые могут быть рядом с теми, кто страдает, и нам нужно научиться слушать и сидеть в неопределенности, говорить правду и любовь, и любить через это присутствие служения. И поэтому здесь, даже как бы присутствовать, даже если у вас нет слов, чтобы сказать, быть способным свидетельствовать и видеть боль ваших братьев и сестер таким образом.

Итак, это всего лишь краткое введение в библейский плач. А на следующем уроке мы рассмотрим и другие темы. Это было рассмотрено в моей книге.

Спасибо. Это доктор Мэй Янг в своем учении «Введение в библейский плач», сессия 1.