

"ИСЦЕЛЕНИЕ ОТ ТРАВМИРУЮЩИХ СОБЫТИЙ И ВОЙНЫ: ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ВАШЕМУ СЕРДЦУ" ШЭРОН ГОНСАЛЕС

СОДЕРЖАНИЕ СЕРИИ ВИДЕО-СЕССИЙ

ВИДЕО 1 «ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ И ДУХОВНОЕ ВОССТАНОВЛЕНИЕ: ПРЕОДОЛЕВАЯ ВОЙНУ И БЕДСТВИЯ»

Духовная и эмоциональная первая помощь для пострадавших от войны в Украине. 2-е Коринфянам 1:3: «Благословен Бог и Отец Господа нашего Иисуса Христа, Отец милосердия и Бог всякого утешения». Он утешает нас во всех наших бедах. Пс. 33:19: «Близок Господь к сокрушенным сердцем и смиренных духом спасет».

ВИДЕО 2 «НОРМАЛЬНЫЕ МЫСЛИ И ЧУВСТВА: ПРЕОДОЛЕВАЯ ВОЙНУ И БЕДСТВИЯ»

Будьте добры к себе. Бог знает, что ваш мир перевернулся вверх дном. Он знает о вашем шоке и боли. Дайте себе время прийти в себя.

ВИДЕО 3 «У ТЕБЯ ЕСТЬ ВЫБОР: ПРЕОДОЛЕВАЯ ВОЙНУ И БЕДСТВИЯ»

Вы можете научиться успокаивать свои эмоции, чтобы они не контролировали вас. У вас есть выбор. У вас больше контроля над вашими эмоциями, чем вы осознаете. Три практических способа позаботиться о своем теле, разуме и духе во время войны или кризиса.

ВИДЕО 4 «ИСПЫТАЙТЕ БОЖИЙ МИР: ПРЕОДОЛЕВАЯ ВОЙНУ И БЕДСТВИЯ»

Примите исцеление от травмы и облегчение боли. Бог сделает это для вас.

ВИДЕО 5 «ПРИОСТАНОВКИ И ПОТЕРИ: ПРЕОДОЛЕВАЯ ВОЙНУ И БЕДСТВИЯ»

Травмирующие обстоятельства приносят много потерь. Нам нужно оплакать наши потери, чтобы оправиться от них. Большинство людей испытывают глубокую печаль после бедствия, особенно после войны. Какие чувства вы испытывали из-за войны? Гнев, разочарование, беспокойство, чувство вины, замешательство?

Видео 6 «Бог со мной: Преодолевая войну и бедствия»

В этой сессии Писание ведет нас к тому, чтобы мы испытали личное исцеляющее прикосновение Иисуса.

После Своей смерти Иисус воскрес и явился людям, чтобы исцелить их сердца от раны, причиненной им Его смертью. Он сделал это, лично открывая им Себя. Как Иисус лично открывается вам, чтобы исцелить вас?

Видео 7 «Иисус с вами в «огне войны»: Преодолевая войну и бедствия»

После травмирующих событий мы можем попросить Иисуса показать нам, что Он был с нами в "огненной печи" бедствия. Его присутствие исцеляет нас.

Какова ваша история о том, как Бог проходил с вами бедствия? Войну?

Видео 8 «Боль вашего сердца: Преодолевая войну и бедствия»

Псалмопевец говорит об «уязвленном сердце». «Со мною же, Господи, Господи, твори ради имени Твоего, ибо блага милость Твоя; спаси меня, Ибо я беден и нищ, и сердце мое уязвлено во мне» (Пс.108:21–22).

Три обычных реакции людей на травмирующие события:

- многократное переживание событий заново;
- избегание любого напоминания;
- постоянная настороженность.

Видео 9 «Помогая друг другу скорбеть: Преодолевая войну и бедствия»

Нам необходимо оплакать наши потери от войны и травм, чтобы оправиться от них. Оплакивание – это глубокая скорбь по поводу потери кого-либо или чего-либо. Вот несколько способов, как мы можем помочь друг другу скорбеть, оказывая эмоциональную помощь:

- Когда человек готов, поощряйте его говорить о том, как он себя чувствует.
- Прислушивайтесь к их боли. Больше слушайте, чем говорите.

Видео 10 «Говорите о вашей боли: Преодолевая войну и бедствия»

Один из способов избавиться от боли в вашем сердце – это говорить о ней. Даже если мы говорим с Богом о плохих вещах, произошедших с нами, мы нуждаемся также в том, чтобы рассказать другому человеку о произошедшем с нами горе. Это важная часть процесса исцеления.

Мы можем помочь друг другу исцелиться, слушая друг друга.

Хороший слушатель:

- заботится о вас;
- находит безопасное и тихое место, где можно поговорить без помех;

- не заставляет вас говорить больше, чем вы готовы сказать;
- не критикует вас, не проповедует вам и не предлагает быстрых решений (Прит.18:13);
- слушает и понимает вашу боль (Прит.20:5).

ВИДЕО 11 «ПУТЬ СКОРБИ: ПРЕОДОЛЕВАЯ ВОЙНУ И БЕДСТВИЯ»

Часто нашей первой реакцией на потерю чего-то или кого-то важного для нас является отрицание, мы не можем поверить в то, что случилось. Также мы можем быть в шоке и чувствовать онемение чувств, то есть ощущать полное отсутствие эмоций.

ВИДЕО 12 «РАСКАЖИТЕ БОГУ О СВОИХ ЧУВСТВАХ: ПРЕОДОЛЕВАЯ ВОЙНУ И БЕДСТВИЯ»

Будьте честны с Богом! Скажите Ему, как именно вы себя чувствуете.
Изливайте свою боль Богу.