

СВО и ПТСР

Через ПУТЬ ИСТИНУ и
ЖИЗНЬ.

ІС ХС
НІ КА

Александр Барнаби



Александр Барнаби

СВО и ПТСР.
Через ПУТЬ, ИСТИНУ и ЖИЗНЬ.

Москва

Январь 2025

Глава 1. Знакомство.

Доброго времени суток, уважаемый читатель! Сейчас Вы держите в руках мой скромный труд, посвященный посттравматическому стрессовому расстройству после военных конфликтов (далее ПТСР).

Давайте сразу определимся:

В приличном обществе, в первую очередь, принято знакомиться, чтобы люди понимали, кто перед ними стоит и смогли дать оценку имеет ли человек компетенцию говорить по теме или же он просто сторонний наблюдатель.

Меня зовут Александр, и я - участник боевых действий, ветеран нескольких военных конфликтов.

Вы спросите, что тебя побудило написать данную работу и я Вам отвечу:

Моя последняя командировка закончилась в 2024 году, а проходила она на всем известной территории одной страны. Вся моя служба Родине - это были времена, наполненные опасностью, и что, самое тяжелое, они сопровождалась потерей боевых товарищей и ужасами войны. Я думал, что вернувшись домой и убрав китель в шкаф, я как ни в чем не бывало, смогу вернуться к гражданской жизни...

Но самое тяжелое, как оказалось, было впереди: звуки выстрелов и налеты артиллерии были в тысячах километрах от меня, но сама война проникла в мою

душу и разум. А самое печальное было в том, что никто не знал из моего окружения, что с этим делать.

Дорогой мой друг, мне важно, чтобы читая мою работу, в первую очередь, в чем-то ты увидел и себя среди этих букв, ведь мы с тобой похожи. Да, все циклично, и я такой же грешный человек как и ты, но знаю Того, на которого однажды я положил свое жизненное основание, фундамент, который вовек не поколеблется. Речь не о нас с тобой, речь будет о личности Господа Иисуса Христа.

На восстановление у меня ушло определенное время и масса сил, но самое главное, что я понял в Ком есть утешение и мир, Кто является лучшим врачом, мудрым командиром моей передовой проблемы, кто может созидать и сохранить мою семью, Тот, кто является первосвященником и моим личным ходатаем. Младенец из Вифлеема, Плотник из Назарета, Царь царей, Творец неба и земли. Это – Господь Бог.

Исходя из вышеизложенного, можно сделать вывод, что здесь мы не будем говорить о психологии, нейрофизиологии, и других науках, но это не значит, что мы отрицаем такой подход. Каждый случай индивидуален и должен рассматриваться «под микроскопом», но без веры в Бога и доверия ему своей жизни, по моему мнению, ничего не получится.

Этот труд имеет теологический Христианский взгляд на проблему ПТСР. (После военных конфликтов).

Данная работа не будет нудная и долгая в своих поэтических выдуманных и эмоциональных рассказах. Она будет по существу и, надеюсь, принесет большое благословение и ободрение всем тем, кто потерял надежду, тем, кого мучает проблема ПТСР, кто давно не спал спокойно, и опустил руки, обидевшись на весь этот несправедливый мир.

Глава 2. Что такое ПТСР?

Если объяснить просто и понятно то, приставка «ПОСТ-» означает «после».

«ТРАВМА» — это последствия угрозы жизни, ранений или сексуального насилия.

У вас травма — так это не значит, что вы какой-то неправильный.

«СТРЕСС» — это психологическая и физическая реакции вашего организма на опасность.

«РАССТРОЙСТВО» — это клинический термин, который означает всего лишь, что ваши симптомы мешают вам жить повседневной жизнью, — вот и все.

Теперь давайте обратимся к авторитетному руководству по диагностике психических расстройств. В нем содержится описание симптомов и критериев диагностики.

«Диагностическое и статистическое руководство по психическим расстройствам»

Существуют основные диагностические критерии ПТСР, которые необходимо знать.

Давайте поговорим о формулировке «реальная или вероятная угроза жизни». У каждого из нас свой способ

— физический и психологический — реакции на угрозу: борьба, бегство или замирание.

Наше тело и мозг реагируют одинаково независимо от того, реальная перед нами это угроза или лишь вероятная.

Например, предположим, что каждый день наша колонна выезжает за пределы расположения и, к счастью, мы ни разу не попали под обстрел. Но мы же умные люди, слышим данные перехватов, внимательны к отчетам и сводкам, смотрим телевизор и знаем, что колонны все же попадают под удар. И — угадайте, что?

Каждый раз, когда мы оказываемся на передовой, наше тело и мозг переключаются в режим тревоги — независимо от того, попали в нас уже или нет, — поскольку главная задача нашего мозга — уберечь нас от смерти.

Сердце у нас начинает биться чаще, чтобы доставить больше крови к мышцам, зрачки расширяются, мы начинаем потеть или дрожать, а мозг готовит нас к выживанию.

«Но меня ни разу не подстрелили, — скажете вы, — откуда у меня ПТСР, ведь руки-ноги у меня целы!»

Отставить! ПТСР не так работает.

Независимо от того, бежим ли мы в бункер по сигналу тревоги, читаем ли сводки о пострадавших, возвращаемся ли в расположение в одиночку затемно

или буквально уворачиваемся от шквального огня, мы все равно подвергаемся угрозе смерти и получения тяжелых ранений.

Напомним:

Критерий А «Травмирующее событие» входят: реальное воздействие, угрожающее жизни, или страх такого воздействия.

Ну, разобрались. Теперь, когда мы знаем, что такое травма. Идем дальше...

Критерий В. «Симптом вторжения №1 (на языке науки)»:

«Повторяющиеся тревожные сны, в которых либо сон прямо повторяет травмирующее(ие) событие(я), либо комбатант подсознательно связывает сон с ним». «Кошмарные странные и периодически повторяющиеся сны...»

Вы, наверняка, видели такое в фильмах: когда кого-то мучает кошмарный сон или так называемый флэшбэк, то человек заново начинает переживать травму — точно так же, как это было в жизни. Но кошмары могут быть по-своему, неповторимо ужасающими. В них могут присутствовать элементы нашего травмирующего события, отголоски наших страхов и другие сильные эмоции.

«Симптом вторжения №2» (на языке науки):

«Диссоциативные реакции (например, флэшбэки), при которых человек чувствует или действует так, как будто произошло травмирующее(ие) событие(я).

«Странные чувства/переживания, которые напоминают о травме, путают наши мысли, из-за чего нам кажется, будто мы спятили».

Диссоциация — славное словечко, означающее разъединение, и ПТСР определенно может заставить человека чувствовать разъединение с самим собой.

Иногда это — сильные эмоции, возникшие из ниоткуда, мы чувствуем грусть или тревогу «без причины».

А порой это больше похоже на растерянность. К сожалению, для ПТСР это все «в порядке вещей».

Поскольку эта тема и так уже из разряда неудобных, позволю себе копнуть глубже: поговорим о галлюцинациях. Это когда мы видим, слышим, обоняем, пробуем на вкус или ощущаем то, чего, как нам точно известно, на самом деле нет в данный момент.

Например, мы чувствуем запах гари, когда знаем, что огня нет; или слышим выстрелы, хотя находимся дома; или думаем, что видим людей, преследующих нас.

Давайте начистоту: я ни разу не встречал ПТСР без галлюцинаций. Никогда. И нам нужно говорить об этом открыто, ведь именно галлюцинации, а не какие-то

другие симптомы, заставляют нас чувствовать себя «немного не в себе» То же самое касается и флэшбэков.

Когда мы не знаем, что галлюцинации и флэшбэки — это вполне ожидаемая и обычная часть ПТСР, мы можем решить, что сходим с ума, а это в свою очередь, может иметь трагические последствия.

Флэшбэк — это воспоминание, кошмар наяву, яркий, мощный эпизод, возникающий в нашей памяти, когда мы бодрствуем. Флэшбэки вспыхивают внезапно и кажутся неконтролируемыми. Они больше напоминают ночной кошмар. Они настолько отчетливы, что кажутся абсолютно реальными. В отличие от какого-нибудь фрагмента фильма, при данном состоянии мы отчетливо видим, слышим, и ощущаем вкусы и запахи. На самом деле это ужасно, ведь кажется, что травма повторяется снова и снова. Тем из нас, кто знаком с флэшбэками, часто кажется, что они сходят с ума. Но это не так. Это всего лишь один из симптомов ПТСР.

В свою очередь, совокупность всех факторов выливается вот в какую картину:

Мы перестаем доверять своему мозгу и телу и можем буквально начать бояться себя и своих реакций.

Мы начинаем задавать себе различные и не всегда нормальные вопросы, например: «Что, если я причиню вред своей семье?»

Я вас очень понимаю: может показаться, что вернуться из этого состояния мы никогда не сможем и в этом мнении кроется серьезная ошибка.

Пока просто позвольте себе осознать:

Галлюцинации и флэшбэки являются нормальным симптомом ПТСР.

Нормальное — это не значит, что все в порядке. Это значит, что галлюцинации и флэшбэки — стандартное ожидаемое проявление ПТСР. Это явление в данной ситуации — обычное.

Симптомы вторжения:

«Сильное или продолжительное психологическое переживание или физические страдания, как реакции на внутренние или внешние сигналы».

«Внешние и внутренние раздражители расшатывают не только тело, но приводят мысли в хаос».

Мы все реагируем на угрозы — физически и психологически. Это означает, что реагируют наше тело и наш мозг. Эти сигналы называются триггерами.

«Триггеры» — это стимулы, вызывающие реакцию нашего тела и мозга.

Триггеры могут быть как внутренними (например, боль), так и внешними (например, звук взрывающейся петарды), и они могут вернуть нас к воспоминаниям о травме. Запах одеколона — как у того, кто на вас напал,

коробка посреди дороги, звук выстрела — все это примеры потенциальных триггеров.

Триггеры могут оказывать на нас реальное влияние, вызывая любой отклик: что угодно — от сердцебиения до полноценной панической атаки. К сожалению, мы не знаем о своих триггерах, пока не испытаем их. Это самый жуткий сюрприз. Те из нас, кто страдает ПТСР, будут всеми силами избегать всего, что напоминает о пережитой травме. Ну что ж, это вполне в логике ПТСР: почему бы нам НЕ захотеть избавиться от воспоминаний и реакций, от которых кажется, что у нас слетела крыша? Именно поэтому при травме часто люди прибегают к алкоголю и даже наркотикам: им кажется, что так легче заглушить боль.

Друзья, да мы же из кожи вон лезем, чтобы избежать любого напоминания о пережитой травме! Хотя другим это может показаться какой-то блажью, но в плане посттравматического стрессового расстройства это имеет полный и абсолютный смысл.

«Самообвинение» — обычное дело, даже когда мы знаем, что мыслим нелогично. Вот что мы говорим:

Это я должен был оказаться в той колонне, а не мой боевой товарищ.

Я должен был знать, что прогуливаться по базе в одиночку небезопасно.

Если бы я не замерз, я мог бы сделать что-нибудь, чтобы спасти его жизнь.

Эти «кривые» мысли кажутся нам на 100% убедительными, но мы все равно должны допустить сомнение: а может быть такое, что наши выводы неверны? Я не убеждаю вас думать определенным образом, но хотя бы спросите себя: возможно ли, «Что я ошибаюсь?»

Итак, мы прочитали подробно симптомы и чуть более глубже разобрались в вопросе с точки зрения науки.

3 глава. «Мифы о ПТСР».

ПТСР, как и любая другая тема, имеет в своем арсенале внушительный набор различных мифов, начиная от:

ПТСР развивается только у слабых людей и до того, что некоторые «специалисты» берутся утверждать, что данный синдром не поддается лечению, а порой можно услышать, что ПТСР и вовсе не существует.

К сожалению, данные мифы до сих пор присутствуют и ничего кроме вреда человеку не несут, поэтому очень важно не только иметь представление о проблеме, но и понимать, с какими заблуждениями можно столкнуться.

Обратимся к одной из книг, посвященных данной теме, чтобы наглядно показать, о чём идёт речь:

Миф № 1: «Военная травма не лечится». Добавьте к этому: «Она у меня навсегда», «Лучше никогда не станет» и «Симптомы-то пройдут, а сам невроз останется».

Миф № 2: «ПТСР — удел только тех, кто воевал», или «Я-то такого не заслужил?».

Миф № 3: «Люди с ПТСР просто слабаки».

Каждое из этих заблуждений было разобрано и в конечном итоге развенчано специалистами, чтобы не тратить на это время, я лишь добавлю, что во всех случаях применялся комплексный подход к рассмотрению конкретного случая.

4 глава «СВОя Травма».

«Стресс, который я не заметил...». На войне можно стать добрее, если увидеть, какой не добрый ты сам. На войне можно стать злее, если ты не носишь образ и подобие Создателя. На войне можно найти друзей, и также их потерять, осознавая, что они и не были друзьями. Война учит и порой цена ее уроков высока.

Мы готовились к очередному выходу на боевое задание, техника и снаряжение уже были готовы, моя группа входила в состав сводного отряда.

Каждая наша вылазка начиналась ещё на базе с написания смс родным, после чего телефоны оставались в пункте временной дислокации, где и ждали нашего возвращения.

Ну а далее молитва, перед выходом на задачу ее никто никогда при мне не игнорировал, ведь только она как возможность общения с Создателем была последней надеждой для многих.

Но вот я услышал гул техники и понял, что пора...

Наша группа начала свое движение по маршруту из разрушенного поселка, едем на броне, смотрим по сторонам, контролируем обстановку. Хорошо, что в основе нашей группы, помимо меня, хватало людей с опытом ведения боевых действий, кстати, часть из которых находилась здесь с 2014 года, что в свою очередь, положительно сказалось на наших «Новичках»

и придало им уверенности, а уж поверьте, это дорогого стоит в тех условиях.

Ближе к ночи мы стали прибывать на позиции, так как в той оперативной обстановке это было самое удобное и спокойное время для ротации.

Сменились, немного отдохнули и начали готовиться к дальнейшему движению, предстояло пройти большое поле перед тем, как выйти на основное место дислокации...

Ночь, луна настолько ярко освещает наш путь, что кажется, как будто это большой прожектор, помню ещё поймал себя на мысли, что это очень красиво, но не на руку нам и в этот момент вижу, как тихо над нашей посадкой начинают ложиться огоньки. Если б не известные события, то можно было встать и любоваться, но реальность быстро приземляет и даёт понять, что эти огоньки в далеке несут огромнейшую опасность для всего живого в радиусе поражения.

«Да уж, хорошее начало» - подумал я, сомневаясь. Спрашиваю у рядом сидящего на броне товарища: «Кристалл», что это?».

Отвечает: «фосфор, брат».

«Не ошибся», - подумал я.

А Кристалл продолжает свой экскурс в тему оружия массового поражения и с нервной улыбкой заканчивает свою речь фразой: «Мы сейчас туда едем».

Выгрузились и двинули на «0». Мехвод тогда сказал нам: «Дальше, парни, сами». Хочу отметить, что данное решение было правильным, так как на данном участке небо было буквально оккупировано дронами оппонента.

Выгрузились, взяли рюкзаки и двинули вдоль тропы на «0». По маршруту встретили штурмов, которые «крутили на ноге» с позиций, слышу обращения к нам, рассматривая наше оружие и форму. «Парни, мы ротируемся, вы на С? (С – точка ЛБС)».

- «Да туда», ответил я в полной темноте в полголоса.

«Там жарко, давайте повнимательней».

Участок был тогда действительно непростым. Представители одной известной ЧВК тогда заходили с юга, мы с севера, зажимали в клещи противника с двух сторон, который крепко там засел и окопался.

Каждый штурм тогда проходил по принципу «пин-понга» - туда-обратно.

До «0» нам оставалось 5 км по дороге, огонь по которой противник вел каждый день, особенно запомнился вражеский минометный расчет, который создавал немало проблем. Только находясь там, я заметил, что порой тишина может пугать больше, чем выстрелы из крупных орудий.

Парадокс войны, противоречий и непонятной нам всем романтики, в которую мы уже давно не верили. Голос слышу в радейку : «Барнаби», что-то шумит в небе».

Наша группа хоть и опытная, но все равно эти вводные заставили нас, мягко сказать, немного понервничать. Услышали вдалеке «выход», но, звук от него выходил как-то странно, как оказалось, он значил, что прилет был, оттуда откуда не ждали, и через 4-5 секунд снаряд упал рядом с нами. В первые мгновения я подумал, что земля начала расходиться под ногами, упали, встали. Смотрим в горизонт: из земли валит черный густой дым, как потом оказалось, что по нам был произведен удар из самоходной артиллерийской установки...

Мы прошли точку «Сухарник» и доложили, что нас пока миновало.

Дальше было как в сказке, чем дальше - тем страшнее. Начался бой: раненые и погибшие товарищи, их эвакуация, мины 120-ые, коптер над головой, сгоревшая техника, формат лакшери, только наоборот, без еды, воды, в общем все, как мы любим. Так проходили наши обычные будни, и в этом мы не видели ни чего ужасного, просто тяжёлая работа и не более того.

Все это формировало во мне стресс, сильный стресс. Я понял это уже дома, только после того, когда начал заниматься анализом различных экстремальных ситуаций и принятых мною решений в рамках данной командировки.

Хоть я и не впечатлительный, как говорят, спокоен к эпизодам войны и ментально достаточно собран и зрел. Вернувшись домой через месяц, я начал наблюдать что-

то для меня не совсем здоровое. Как потом оказалось, это был ПТСР.

Тогда я начал искать утешения и помощи. И нашел ее в Том - кто Есть Истина, Путь и Жизнь.

5 глава. «С Кого все началось».

Для начала нам нужно напомнить об одной важной ценности, ибо без нее, мы не сможем смотреть на наши проблемы и травму под правильным углом. Сейчас рассмотрим такой вопрос, как: Вечное и независимое бытие Бога.

Из множества различных качеств Бога одним из самых трудных для понимания является Его независимое существование. В отличие от нас, у Бога нет ни начала, ни конца, и Он не зависит ни от кого и ни от чего, но все зависит от Него.

В этой части мы рассматриваем безграничную Божию достаточность и нашу собственную глубокую зависимость от Творца, которая поможет найти нам полное удовлетворение и восхищение в Том, кто является причиной всех вещей.

У Бога нет ни момента, ни места рождения. Нам трудно мыслить такими категориями, потому что у физического мира есть точка начала. Нам трудно представить, что есть мир за пределами физического, где времени нет.

Бог – единый источник бытия. Мы называем Бога «первопричиной» всего. Греческие философы называли эту первопричину «Логос».

1. Бог уже был до сотворения мира «В начале сотворил Бог небо и землю».

(библия Бытие 1:1)

2. Божье правление над творением вечно «Царство Твое — царство всех веков, и владычество Твое во все роды».

(библия Псалом 144:13)

«Источник всего».

Конечная Вселенная обязана своим существованием бесконечному Богу. То есть Бог является источником необходимой для поддержания вселенной энергии. Если убрать Бога из этого уравнения, то Вселенная прекратит свое существование. До создания времени и пространства триединый Бог существовал вечно без творения. Существовав без творения, Он не был одинок. Три личности Троицы пребывали в совершенном общении. Отец, Сын, и Дух Святой. Божий акт творения говорит нам о Его бесконечном могуществе и величии. Бог не испытывал недостатка в отсутствие творения или в чем-либо ином.

Бог не создал Вселенную по необходимости, находясь под каким-либо давлением или обязательством принести что-то новое в бытие. Он просто захотел и сделал. Причина этого желания нам, увы, неизвестна. Бог является источником всей жизни.

Поскольку Он всецело существует Сам в Себе, Он не порожден и не зависим от чего-либо (кого-либо) вне Себя “Ибо, как Отец имеет жизнь в Самом Себе, так и Сыну дал иметь жизнь в Самом Себе”.

(Библия Ин. 5:26)

Будучи Его творениями, наша физическая, духовная и даже вечная жизнь с Ним имеют Бога своим источником «ибо мы Им живем и движемся и существуем, как и некоторые из ваших стихотворцев говорили: «мы Его и род».

(Библия Деян. 17:28)

Как и любой христианин я убежден, что основания у каждого верующего это Библия. Она говорит, что все «из Него, через Него (Им) и к Нему».

(Библия Рим. 11:36)

То, что все «из» Него, отражает, что Он – источник всех вещей.

То, что все «через» Него отражает, что Он является видимым через все сотворенные вещи.

То, что все «к» Нему, отражает, что Он является целью всех вещей. То есть все в этом мире существует ради Его славы!

Так же хочется отметить, и неверно думать, что Бог далек от нас, что Он настолько другой, что ничего общего у него с человеком нет. Бог – наш источник жизни. Мы созданы для того, чтобы отразить (прославить) Его святой характер.

Как сказал Блаженный Августин:

«Не знает покоя сердце наше, пока не успокоится в Тебе».

«Суверенность Бога».

Через все Писание громогласно провозглашено, что Бог есть Царь царей и Господь господствующих.

Концепция, наиболее тесно связанная с Его царством, - это Его суверенитет. Сказать, что Бог суверенен, не означает просто сказать, что Он сильнее всех остальных, хотя это также верно.

Называть Его суверенным, значит показать Его власть и правление, которые превосходят пространство и время, не оставляя ничего вне сферы Его правления.

«Бог управляет Своим Творением».

Раз Бог решил, что что-то будет существовать, то это значит, что Ему оно было нужно, а это значит, что все принадлежит Богу и существует для Его славы.

Растения, существа и материалы, законы природы находятся под полным Божьим контролем «Ибо Им создано всё, что на небесах и что на земле, видимое и невидимое: престолы ли, господства ли, начальства ли, власти ли, — все Им и для Него создано; И Он есть прежде всего, и все Им стоит ».

(Библия Колоссянам 1:16-17)

Бог управляет историей.

Бог направляет человеческие дела «Бог, сотворивший мир и всё, что в нем, Он, будучи Господом неба и земли, не в рукотворенных храмах живет и не требует

служения рук человеческих, (как бы) имеющий в чем-либо нужду, Сам давая всему жизнь и дыхание и всё. 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, Ибо мы Им живем и движемся и существуем, как и некоторые из ваших стихотворцев говорили: «мы Его и род».

(Библия Книга Деяний 17:24-28)

Во всех обстоятельствах Бог работает ради славы Своего имени, и одной из целей имеет благо для Своего народа.

Бог контролирует абсолютно все, что происходит в наших жизнях, даже наш ПТСР находится в Его власти.

1. Наше будущее не находится в руках людей, даже тех, кто обладает мирской властью над нами.

2. Наша судьба не зависит от воли случая или слепой случайности. Потому что случайность/случай это ничто. Он не материален, и у него нет и не может быть воли. Обычно случаем мы описываем процессы, которые не можем до конца понять, но это не значит, что они не имеют под собой строгих причин.

3. Иллюстрация: если мы с вами встретимся случайно в Москве, то это не значит, что у меня и у вас не было причин там оказаться, просто не зная все эти причины, мы говорим, что случайно встретились. А у Бога нет

случайностей, потому что Он совершенно все знает, более того, все определяет.

Мы не будем в данном труде затрагивать все темы, связанные с вопросами систематического Богословия, иначе бы нам пришлось просто оставить ссылку на библию в синодальном переводе, и на этом закончить нашу книгу.

Тема «Святость Бога».

Для многих людей сегодня святость – чуждое для них понятие. Тем не менее для авторов Писания святость является одним из самых выдающихся качеств Бога. Она указывает как на Его абсолютную нравственную чистоту, так и на отделенность от какого-либо греха, да и от всего творения. В этой части нашей работы мы посмотрим, что значит святость Бога, и как понимание этого влияет на наше приближение к живому Богу и жизнь перед Ним в смиренном почтении.

Человек, понимающий святость Творца и живущий в Его присутствии, будет иметь крайне скромное мнение о себе и о людях в целом. Более того, Церковь не может быть духовно сильной и духовно-здоровой, если не сознает и не почитает Святость Бога. Бог не имеет греха и порока, да и не может иметь по определению. Именно таким Он открывается нам на страницах Писания (Библии). Все решения, пути и суды Бога морально совершенны. Будучи бесконечно святым, Бог не является нейтральным к добру или злу. Бог радуется всему, что истинно, достойно и честно.

Поскольку сама природа Бога является совершенно и морально чистой, Он не может быть терпимым к чему-то нечистому, несовершенному, или даже направленному против Него.

Важно понимать каждому человеку, что Грех является прямым выступлением против святости Бога. И у Него всегда на грех конкретная реакция – Он гневается! Всякий грех противен Его сущности.

«Образ Божий».

«И сказал Бог: сотворим человека по образу Нашему по подобию Нашему, и да владычествуют они над рыбами морскими, и над птицами небесными, и над скотом, и над всею землею, и над всеми гадами, пресмыкающимися по земле. И сотворил Бог человека по образу Своему, по образу Божию сотворил его; мужчину и женщину сотворил их».

(Библия Быт 1:26-27)

Небо и земля созданы Богом. Поэтому мир и все, что находится в нем, - не случайность. Творение существует благодаря волевому и разумному решению Святого Бога, у Которого есть причина для всего, что Он делает. Понимание того, что Бог создал мужчину и женщину носителями Своего образа, наделяет людей, т.е. нас, ценностью и определяет нас как тех, кто отражает истинную славу Бога.

Величайший кризис человеческой мысли и философии связан с вопросом цели и предназначения нашего существования.

Кризис цели/смысла существования человечества возник из-за отрицания божественного творения. Это принципиальная проблема современного общества. Человек не знает, для чего живет, или почему не стоит закончить жизнь прямо сейчас.

Бог творит существо, цель которого носить Его образ. Бог не мог сотворить другого бога, который по определению был бы “невечным” существом. Поэтому Он создал существо, которое будет, как зеркало, отражать Его славу.

Слово «образ» может быть переведено как статуя. Ранее для утверждения власти царей в отдаленных регионах ставили статуи, чтобы люди знали кто царь. Так вот человек – статуя/образ Бога, чтобы все творение знало, кто есть Царь.

Итого: Человек должен был показывать Божий характер и властвовать (царствовать) над остальным творением.

Между Богом и человеком существует “аналогия бытия”. Человек не точь-в-точь такой, как Бог. Но человек подобен Богу в нескольких аспектах.

Быть образом Божиим означает быть разумным существом. Мы можем думать в отличие от животных.

Изначально человек создан для общения, а не индивидуалистического существования, так как в Троице оно всегда и присутствует. Потому Бог и создал свою церковь, в которой может быть взаимодействие между людьми. То есть христианин без церкви – это не полноценный образ Бога.

Итак, мы помним, что мы созданы по образу Божьему, и потому мы вновь должны подумать о том, Кто знает нас больше чем любой командир, врач и психиатр.

Глава 6. «О погибели и Спасителе».

«О погибели»

Библия Быт 3:4-6: «И сказал змей жене: нет, не умрете, но знает Бог, что в день, в который вы вкусите их, откроются глаза ваши, и вы будете, как боги, знающие добро и зло. И увидела жена, что дерево хорошо для пищи, и что оно приятно для глаз и вожделенно, потому что дает знание; и взяла плодов его и ела; и дала также мужу своему, и он ел».

Тем самым человек упал в грех и попал под проклятия греха, ибо человек хотел быть таким же как Господь и иметь качество и атрибуты как у Бога. Тем самым, мы соприкоснулись с грехопадением, автоматически стали людьми грешными, как у нас любит говорить на Руси: «все мы грешные».

Слово «грех» означает или можно перевести с греческого языка как «хамартия» что значит не попасть в цель (промахнуться).

В сущности мы все промахнулись в Божьи стандарты и отклонились от Его великого замысла.

Теперь остается вопрос, что нам сделать, как нам дальше жить с тем что уже есть. Да, конечно вы сможете сказать, но я не согрешил, это сделала Адам и Ева, но хочу вас уверить, что на основании божьего Слова, каждый родившийся человек на земле уже рождается грешным.

«Нет праведного ни одного; нет разумевающего; никто не ищет Бога; все совратились с пути, до одного негодны; нет делающего добро, нет ни одного».

Библия Рим 3:10-12

Действительно, пред Богом не оправдается никакая плоть, то есть человек. Потому что согрешили в одном, автоматически становимся виновными против всего Божьего закона. Проблематика нашего бытия заключается в том, что теперь никакой человек не может оправдаться своими делами пред ним, пусть он читает каждый день Библию и думает, что он благочестив в своих глазах и считает себя достойным, или он спас мирных людей от минометного обстрела, освободил несколько населенных пунктов, или он каждый день вычитывал молитвенное правило на боевых позициях. Все это, друг, может быть и хорошо с горизонтальной точки зрения, но это не поможет тебя самого спасти от вечного Божьего гнева. Ибо все согрешили и лишены славы Божьей, нет праведного ни одного.

Наше духовное оружие было не пристрелено к нормальному бою, наша прицельная планка и мушка были в момент искажены, после серьезного взрыва, в виде Адамова грехопадения. И мы, поэтому уже не можем попадать в цель Божьих стандартов и Его замысла. Мы все с вами промахнулись.

«Услышав это, ученики Его весьма изумились и сказали: так кто же может спастись? А Иисус, воззрев, сказал им: человеку это невозможно, Богу же все возможно».

Библия Мат 19:25-26:

Так как мы уже выше читали, что Господь Бог является святым, и не имеет ничего общего с грехом, более того, те кто родился уже во грехе, а значит уже не может иметь жизни на небесах. Так как в Божьем присутствии нечто нечистое не сможет быть или находится. Кажется, что у нас теперь нет совсем надежды на мир в душе и вечную жизнь с Богом + этот ПТСР после войны, ну вообще, «все прекрасно».

Но мы же люди, скажите мне вы, как может меня понять Бог не будучи человеком? Разве Он испытывал страдание и стресс? ПТСР и весь ужас который мы прошли? С уверенностью отвечу: да. Вот об этом дальше и пойдет речь. Мне хотелось бы раскрыть подробно вторую личность ипостаси, об Иисусе Христе, который стал человеком ради нас:

(Библия Флп 2:6-8: «Он, будучи образом Божиим, не почитал хищением быть равным Богу; но уничижил Себя Самого, приняв образ раба, сделавшись подобным человекам и по виду став как человек; смирил Себя, быв послушным даже до смерти, и смерти крестной»).

Ободришь, мой дорогой друг, дальше мы раскроем личность Того, кто подарил нам ИСТИНУ, ПУТЬ И ЖИЗНЬ. Кто исцелил меня от угнетения ПТСР. В ком есть мир и радость в сердце.

«О спасителе».

Итак, дальше речь пойдёт о Господе нашем Иисусе Христе. А мы уже знаем с вами, что Иисус Христос родился в этом мире в яслях Вифлеема. Написано, что он принял образ раба, став как человек, родился от девы Марии, был зачат от Духа Святого не от мужчины, что является противоестественным. Личность Христа была, и это исторические можно подтвердить, опираясь на различные документы и научные исследования. Библия готова к проверкам. Мы нуждаемся в том, кто может сделать в глазах Бога Отца нас непорочными, оправданными, чистыми. Иисус Христос абсолютно во всём был искушаем, кроме греха... Он муж скорбей, боли, усталости и стресса, Он все это пережил, как и ты, прошел свою дистанцию передовой абсолютно совершенно. Христос испил чашу гнева Божьего за все человечество, он взял грех мира, хотя не было в Нем вины.

«Кто поверил слышанному от нас, и кому открылась мышца Господня? Ибо Он взошел пред Ним, как отпрыск и как росток из сухой земли; нет в Нем ни вида, ни величия; и мы видели Его, и не было в Нем вида, который привлекал бы нас к Нему. Он был презрен и умален пред людьми, муж скорбей и изведавший болезни, и мы отвращали от Него лице свое; Он был презираем, и мы ни во что ставили Его. Но Он взял на Себя наши немощи и понес наши болезни; а мы думали, что Он был поражаем, наказуем и уничижен Богом. Но Он изъязвлен был за грехи наши и мучим за беззакония

наши; наказание мира нашего было на Нем, и ранами Его мы исцелились. Все мы блуждали, как овцы, совратились каждый на свою дорогу: и Господь возложил на Него грехи всех нас. Он истязуем был, но страдал добровольно и не открывал уст Своих; как овца, веден был Он на заклание, и как агнец пред стригушим его безгласен, так Он не отверзал уст Своих. От уз и суда Он был взят; но род Его кто изъяснит? Ибо Он отторгнут от земли живых; за преступления народа Моего претерпел казнь. Ему назначали гроб со злодеями, но Он погребен у богатого, потому что не сделал греха, и не было лжи в устах Его. Но Господу угодно было поразить Его, и Он предал Его мучению; когда же душа Его принесет жертву умилостивления, Он узрит потомство долговечное, и воля Господня благоуспешно будет исполняться рукою Его. На подвиг души Своей Он будет смотреть с довольством; чрез познание Его Он, Праведник, Раб Мой, оправдает многих и грехи их на Себе понесет. Посему Я дам Ему часть между великими, и с сильными будет делить добычу, за то, что предал душу Свою на смерть, и к злодеям причтен был, тогда как Он понес на Себе грех многих и за преступников сделался ходатаем».

Библия Ис 53:1-12

Господь в своей заботе и любви напоминает им (тем), кто поверил в Него как личного Господа и спасителя, кто пришел ко Христу без своего военного рюкзака, который наполнен своими условиями и претензиями в виде боекомплекта, орденов и личном героизме. Нет, он

хочет что бы наша вера была в Него как в Того, кто посредством Голгофского креста, опираясь на Его подвиг смерти и воскресения доступно дает нам жизнь вечную по вере.

«Ибо если устами твоими будешь исповедывать Иисуса Господом и сердцем твоим веровать, что Бог воскресил Его из мертвых, то спасешься, потому что сердцем веруют к праведности, а устами исповедуют ко спасению».

Библия Рим 10:9-10

Он дает радость тому, кто покался искренне в своих грехах, у кого сердце честно открыто пред Богом.

Дает мир тому, в ком искупительная вера в Иисуса Христа как в Господа и Спасителя произвела истинные библейские перемены. (Ценности и цели)

Каждый кто видит нужду в Его пасторстве в вашей жизни, тот сможет находиться на Его пажитях, и ходить за Ним как за настоящим добрым пастырем к водам тихим. Тот человек во век не постыдится, этот человек не придет на суд, он не увидит тления и вечного наказания Ада, ибо он знает цену Христа и это больше, чем 30 серебряников.

Тот, кто однажды принял решения идти за Христом как истинный ученик, веря Его святому Слову, уповая исключительно на Его благодать, не полагаясь на свои дела. Ободрение для нас должно быть тем, что Иисус Христос является Истина, Путь и Жизнь.

«Иисус сказал ему: Я есмь путь и истина и жизнь; никто не приходит к Отцу, как только через Меня».

Библия Ин 14:6

Единственная радость заключается в том, что Иисус Христос является личным Ходатаем между Богом и человеком.

«Он есть камень, пренебреженный вами зиждущими, но сделавшийся главою угла, и нет ни в ком ином спасения; ибо нет другого имени под небом, данного человеку, которым надлежало бы нам спастись».

Библия Деян 4:11-12

Однажды Его слова заставили и мое сердце биться чаще, и посредством Его слова победить ПТСР, которое не давало мне покоя, мира, радости. Я часто слышал голоса своих погибших друзей, я не спал ночами, бредил во сне, дергался на шум или грохот похожий на снаряды, часто были тревоги без причины, воспоминания и уныние, агрессия и слезы. Все это не давало мне мира, жизни, и покоя. Я был достаточно религиозен и на войне, молился и читал Евангелие. Но после я попал в другой гражданский мир, где чувствовал себя патроном такого калибра, для которого еще не изобрели оружия.

Мне предлагали разные инструменты для решения данной проблемы, начиная от того что бы выпить и успокоиться, покричать в лесу в небо, уехать обратно на войну. Бесспорно, многие советы от специалистов были

здравые, такие как : поехать на Юг, побыть без телефона и видео о войне, самому не проецировать и умышленно не вспоминать командировки, находится в положительной и доброй обстановке, читать Библию, молиться, общаться с духовником. Что-то из этого у меня было, но, все же я возвращался вновь и вновь к Тому кто, есть источник жизни. Это драгоценный Христос. (И я не ошибся, находя покой в Нем). Все остальное было хорошим и добрым временем для меня и моих близких.

Я вновь и вновь читал Божье Слово, молился как мог и говорил просто то, что меня тревожит и беспокоит, ведь он точно меня понимал и понимает и видит мои помыслы уже издали. Господь с искренним поступает искренно, с лукавым по лукавству его. Держитесь за Христа из Назарета, за ветхую одежду Плотника и цену Его пролитой крови на кресте. Держитесь за веру Его воскресения ибо Он победил смерть. И наша жизнь теперь не заканчивается могильной плитой. Не опускайте руки, держитесь в строю со Христом до тех пор, пока Он не утешит вашу душу и не даст радости в Нем самом.

Были времена слез, и я убежден, что настоящий мужчина должен по настоящему плакать и открывать пред Богом все то, что прячет от других. Это не слабость, это говорит о том, что мы живые люди, умеющие проживать и чувствовать боль других, тогда, когда это необходимо.

С Богом должны быть отношения, искренние и открытые. Господь желает такого же общения с тобой в каждом дне, как вы общаетесь дома с женой и детьми, друзьями и коллегами. Бог Отец также желает этих близких отношений. В Его Отцовских глазах, мы - дети и он видел все то, что с нами происходило там, и происходит сейчас в твоём сердце, когда ты читаешь эти строки. Вы можете смело и в то же время с кротостью рассказать голосом все, что накопилось, но помните Его звание и должность намного выше, чем у вас. Имея это близкое общение вы войдете в доверительные отношения с Ним без своих условий, не утаивая ничего в своей душе. Помни, Он заботится о тебе и не оставит тебя никогда, если ты положишь на чашу весов свое сокрушение и смиренное сердце, которое Он не отвергнет.

«Все, что дает Мне Отец, ко Мне придет; и приходящего ко Мне не изгоню вон».

Библия Ин 6:37

Молитесь и верьте, читайте Библию и ищите Его святой воли. Помогайте нуждающимся, таким же бойцам пришедшим с войны, служите другим, не фокусируйтесь только на своих тревогах. Боритесь с праздностью и ленью, гордыней героизмом войны. Будьте просты, как голуби и мудры, как змеи. Будьте благословением и ободрением для других. Молитесь, живите и верьте Богу и Его слову.

«Ибо так возлюбил Бог мир, что отдал Сына Своего Единородного, дабы всякий верующий в Него, не погиб, но имел жизнь вечную. Ибо не послал Бог Сына Своего в мир, чтобы судить мир, но чтобы мир спасен был чрез Него. Верующий в Него не судится, а неверующий уже осужден, потому что не уверовал во имя Единородного Сына Божия».

Библия Ин 3:16-18:

Глава 7. «Посторонняя помощь и адаптация».

Также хочу сказать, что одному без церкви и поддержки духовника будет тяжело, Бог не создавал нас одиночками и солдатами удачи, вы должны быть открыты для своего служителя и проходить с ним этот путь. Как говорится:

«кому Церковь не мать, тому Бог не отец». Знайте, что чувства Братского плеча есть и будет, его нельзя исключать. И поверьте, оно не только на войне, но и в братстве, семье, служении, воспитании детей и т.д.

Я благодарю своего духовного брата во Христе и служителя за поддержку и честную дружбу. Он проходил со мной все, он слышал все переживания и боль души. Он был милостив и в тоже время честен со мной. Мою церковь, которая участвовала в поддержке моей семьи, когда я был на войне. Это очень важно и так должно быть. В этом есть исполнение Божьей заповеди Любви. Проходите испытание вместе, проживайте радости вместе. Служите друг другу. Стойте в вере, участвуйте в сломанных судьбах ваших братьев по оружию. Ваша адаптация будет постепенной и на это может уйти от года до 3 лет. Но главное, где вы будете это время? С какими людьми будете общаться? Будут они вас разрушать или созидать? Не жалейте себя дома, лежа на диване, а лучше укрепляйтесь духовно в Слове Божьем.

Слово Божье должно вести нас к переменам основываясь, на твердом библейском основании.

«Но вы не так познали Христа; потому что вы слышали о Нем и в Нем научились, — так как истина во Иисусе, — отложить прежний образ жизни ветхого человека, истлевающего в обольстительных похотях, а обновиться духом ума вашего и облечься в нового человека, созданного по Богу, в праведности и святости истины. Посему, отвергнув ложь, говорите истину каждый ближнему своему, потому что мы члены друг другу. Гневаясь, не согрешайте: солнце да не зайдет во гневе вашем; и не давайте места диаволу. Кто крал, вперед не кради, а лучше трудись, делая своими руками полезное, чтобы было из чего уделять нуждающемуся. Никакое гнилое слово да не исходит из уст ваших, а только доброе для назидания в вере, дабы оно доставляло благодать слушающим. И не оскорбляйте Святого Духа Божия, Которым вы запечатлены в день искупления. Всякое раздражение и ярость, и гнев, и крик, и злоречие со всякою злобою да будут удалены от вас; но будьте друг ко другу добры, сострадательны, прощайте друг друга, как и Бог во Христе простил вас».

Библия Еф 4:20-32

Отдельно хотел сказать спасибо моей жене, которая держала мужественно мой тыл, пока я был в командировках. Все мои победы, жизненные и духовные, благодаря ей, ее любящее сердце и верность нашему браку дает мне силы как отцу, мужу и воину.

Также спасибо редактору, который предпочел остаться в тени, дорогому брату и другу, за терпение и труд.

Ну и я, ваш покорный слуга и брат во Христе, боевой товарищ, продолжаю верно служить во славу Божию и на благо своей стране и народу. Читайте библию в ней все для человека.

«Текут века, и пишутся тома о том,
что делали и говорили люди.

Но лишь одна из книг нам говорит сама о
Том, Кто Был, Кто есть и вечно будет»

Послесловие.

Сегодня, находясь в кафе, попивая ароматный кофе с уверенностью могу сказать, что драгоценный Господь Иисус Христос, победил мой ПТСР. Я свободен!

С уважением, Барнаби.

Список используемой литературы.

1. Библия (Синодальный перевод).
2. В.Круз «Военная травма и ПТСР».

Отче наш, сущий на небесах!
Да святится имя Твое;
Да придет Царствие Твое;
Да будет воля Твоя и на земле, как на небе;
Хлеб наш насущный дай нам на сей день;
И прости нам долги наши,
как и мы прощаем должникам нашим;
И не введи нас в искушение,
но избавь нас от лукавого.
Ибо Твое есть Царство и сила
и слава во веки.
Аминь.

