



Одиночество / безбрачие

МОЖНО БЫТЬ ОДИНОКИМ И ДОВОЛЬНЫМ СВОЕЙ ЖИЗНЬЮ

«ЕСЛИ БЫ другие обстоятельства жизни были более благоприятны и полезны для вас, чем те, в которых вы находитесь сейчас, Божья любовь непременно поместила бы вас в них». (Чарльз Сперджен)

I. Определения

«Я так одинок, никого нет рядом со мной...», «Я чувствую себя такой одинокой в кругу моих друзей...» — кто из нас не слышал таких слов. Казалось бы, употреблено одно и то же слово — «одинок, одинока», но одиночество этих людей различно. Ниже приведены определения, помогающие вам точно понять, о каком одиночестве мы будем говорить в этом «Ключе».

А. Одиночество

Одиночество — это:

- Состояние одинокого человека, мужчины или женщины, достигшего брачного возраста, но не состоящего в браке.
- Термин, который охватывает три категории одиноких взрослых людей, каждая из которых имеет свои особенные черты, но при этом и нечто общее:

Постоянно одинокие — никогда не состоявшие в браке

- Мужчины — «холостяки».
- Женщины — «старые девы».

Временно одинокие

- Взрослые люди, которые в будущем собираются вступить в брак.

Одинокие вследствие определенных обстоятельств жизни

- Разделенные супружеские пары, не желающие жить вместе как муж и жена.
- Разведенные, чье брачное соглашение расторгнуто.
- Овдовевшие.

«Одиночество — это особое состояние... совсем не унижительное, и это не состояние человека второго сорта». Рон Дэвис

«Притом знаем, что любящим Бога, призванным по Его изволению, все содействует ко благу» (Рим. 8:28).

Б. Неправильные представления об одиночестве/безбрачии

1. О тех, кто НИКОГДА НЕ ВСТУПАЛ В БРАК:

— Неправильное убеждение:

Бог ценит брак выше, чем безбрачие.

— Правильное убеждение:

Согласно Писанию одиночество/безбрачие — более предпочтительное состояние, которое позволяет человеку безраздельно посвятить себя Господу.

«Безбрачным же и вдовам говорю: хорошо им оставаться, как я» (1 Коринфянам 7:8).

«Говорю это для вашей же пользы, не с тем, чтобы наложить на вас узы, но чтобы вы благочинно и непрестанно служили Господу без развращения» (1 Коринфянам 7:35).

2. О паре, ЖИВУЩЕЙ РАЗДЕЛЬНО:

— Неправильное убеждение:

Жить в состоянии неопределенности ужасно. Любое решение лучше, чем его отсутствие.

— Правильное убеждение:

Бог хочет, чтобы мы научились быть довольными в любой ситуации и любом состоянии, и терпеливо ожидали определенного Им времени для решения наших проблем.

«Говорю это не потому, что нуждаюсь, ибо я научился быть довольным тем, что у меня есть» (Филиппийцам 4:11).

3. О РАЗВЕДЕННЫХ:

— Неправильное убеждение:

Все что вам нужно, это новый супруг.

— Правильное убеждение:

Господь будет вашим супругом, если ваш земной супруг покинул вас.

«И обручу тебя Мне навек, и обручу тебя Мне в правде и суде, в благодати и милосердии. И обручу тебя Мне в верности, и ты познаешь Господа» (Осия 2:19-20).

4. ОБ ОВДОВЕВШИХ:

— Неправильное убеждение:

После смерти супруга вы становитесь неполноценным.

— Неправильное убеждение:

Как чадо Божье вы обладаете завершенностью и совершенной полнотой во Христе, и обладали ими еще до того, как вы вступили в брак.

«Ибо в Нем обитает вся полнота Божества телесно, и вы имеете полноту в Нем, Который есть глава всякого начальства и власти» (Колоссянам 2:9-10).

5. О состоянии ОДИНОЧЕСТВА:

— Неправильное убеждение:

Так как Бог использует семью для формирования и созидания характера, вы никогда не станете зрелым человеком, оставаясь неженатым (незамужней).

— Правильное убеждение:

Ваша духовная зрелость не определяется семейным положением. Совсем не это делает вас зрелым верующим. С тех пор как вы пришли к Богу, Он взял на Себя ответственность за вас, Он ведет вас к духовной зрелости.

«Благодарю Бога моего при всяком воспоминании о вас, за ваше участие в благовествовании от первого дня даже доныне, будучи уверен в том, что начавший в вас доброе дело будет совершать его даже до дня Иисуса Христа (Филиппийцам 1:3,5-6).

II. СИМПТОМЫ

Хотя одиночество (безбрачие) само по себе — не проблема, оно может порождать определенные трудности, которые способны оказывать влияние на состояние эмоционального здоровья одинокого человека.

А. Проблемы самопознания

Одинокий человек может попасть в ловушку своего неверного мышления и восприятия окружающего:

- Кто я?
- Я не соответствую принятым стандартам, не подхожу, не вписываюсь в коллектив.
- Какова цель моей жизни? Для чего я живу?
- Я не знаю, в каком направлении двигаться дальше.

«Ибо мы — Его творение, созданы во Христе Иисусе на добрые дела, которые Бог предназначил нам исполнять» (Ефессянам 2:10).

Б. Чувство одиночества

Одинокый человек может думать так:

- У меня нет друзей.
- Мне нужен человек, который разделит бы со мною мою жизнь.
- Я чувствую себя так одиноко...

Важно понимать, что быть одиноким и чувствовать себя одиноко — это разные вещи. Можно иметь семью, и при этом оставаться очень одиноким. Самое страшное — это когда тебя не понимают, и ты остаешься чужим и одиноким среди близких тебе людей.

«...Ибо Сам сказал: не оставлю тебя и не покину тебя» (Евреям 13:5).

В. Неприятие (отвержение)

Нечуткость, а иногда и отрицательное отношение со стороны окружающих служат причиной того, что одинокие люди, не состоящие в браке, ощущают себя отверженными. Тогда они могут думать так:

- Я нежеланна, меня не хотят видеть, быть со мною рядом.
- Я никому не нужен.
- Меня не за что любить.

«Смотрите, какую любовь дал нам Отец, чтобы нам называться и быть детьми Божиими. Мир потому не знает нас, что не познал Его» (1Иоанна 3:1).

Г. Страх

Страх и опасение за своё будущее свойственны всем людям, но одинокый человек может страдать от подобных переживаний сильнее и чаще. У него могут возникать такие мысли:

- Жизнь проходит бесполезно.
- В старости меня ждет страшное одиночество.
- Я больше не хочу терпеть обиды, оскорбления и боль.

«Не бойся, ибо Я с тобою; не смущайся, ибо Я Бог твой; Я укреплю тебя, и помогу тебе, и поддержу тебя десницею правды Моей» (Исаия 41:10).

Д. Ожесточение от пережитой боли или горя

Особенно остро одиночество ощущается, когда в жизни человека случается то, что наносит его душе раны и наполняет сердце горечью. В подобной ситуации

одинокий человек может впасть в состояние ожесточения или даже озлобленности. Ему приходят в голову такие мысли:

- Такое впечатление, что этот мир вращается вокруг семейных людей.
- Я многого недополучаю в этой жизни.
- Самое лучшее проходит мимо меня.
- Наверное, Бог наказывает меня.

«Ибо один день во дворах Твоих лучше тысячи. Желая лучше быть у порога в доме Божиим, нежели жить в шатрах нечестия» (Псалом 83:12).

Е. Сексуальные проблемы

Одинокий человек может думать:

- Секс и есть истинная близость.
- Я не знаю, как мне справиться со своими сексуальными желаниями.
- Мне недостает сексуальной удовлетворенности.

«Итак умоляю вас, братия, милосердием Божиим, представьте тела ваши в жертву живую, святую, благоугодную Богу, для разумного служения вашего» (Римлянам 12:1).

Ж. Проблемы самооценки

Чувствуя свою неудовлетворенность одиноким положением, человек может испытывать подавленность, иметь заниженную самооценку и думать, что он никому не нужен. При этом он может рассуждать следующим образом:

- Я чувствую себя ничего не стоящим человеком.
- Я недостоин (недостойна) высокой оценки.
- Я не слишком ценный человек, чтобы меня любили.

«Так как ты дорог в очах Моих, многоценен, и Я возлюбил тебя, то отдам других людей за тебя, и народы за душу твою» (Исаия 43:4).

III. Причины недовольства

Не секрет, что многие одинокие люди неудовлетворены своим положением. Почему?

А. Внешние причины

Многие люди крайне категорично высказывают своё мнение об одиноких, от чего те еще острее чувствуют свою неполноценность.

«Мы отовсюду притесняемы, но не стеснены; мы в отчаянных обстоятельствах, но не отчаиваемся; мы гонимы, но не оставлены; низлагаемы, но не погибаем». (2 Коринфянам 4:8-9)

Одиноким людям часто ощущают некоторое давление со стороны близких и родных, коллег по работе, со стороны общества.

1. Давление со стороны родителей

- Родители считают, что брак — единственный источник счастья для вас.
- Родители хотят иметь внуков.
- Родители хотят обеспечить для вас безопасное будущее.

2. Давление со стороны друзей

- Друзья хотят, чтобы вы были «как все».
- Друзья подталкивают вас сделать (принять) предложение.
- Друзья хотят вас «сосватать».

3. «Профессия обязывает»

- Для некоторых профессий брак является необходимым условием.
- Существует представление, что состоящий в браке сотрудник более надежен и серьёзен.
- Есть профессии с более низкой оплатой труда людей, не состоящих в браке.
- В ряде организаций тех, кто не состоит в браке, считают «людьми второго сорта».

4. Личные представления

- Личное желание иметь детей.
- Сексуальные потребности.
- Страх перед финансовыми трудностями.
- Более высокие налоги, которыми облагаются люди, не состоящие в браке и не имеющие детей.

Б. Внутренние причины

Корень недовольства одиночеством (безбрачием) лежит в нереалистичных ожиданиях: человеку кажется, что для удовлетворения всех внутренних потребностей личности брак и сексуальные отношения необходимы в большей степени, чем доверие Господу и ожидание, что именно Он полностью восполнит все наши нужды и потребности.

1. Потребность в безусловной любви

— **Неправильное убеждение:**

Я нуждаюсь в браке для собственной безопасности и для того, чтобы чувствовать себя любимым и полноценным человеком.

— **Правильное убеждение:**

Я понимаю, что никто не может быть совершенным в любви. Я буду полагаться только на совершенную, безусловную и вечную любовь Бога.

«Издали явился мне Господь и сказал: любовью вечною Я возлюбил тебя и потому простер к тебе благоволение» (Иеремия 31:3).

2. Потребность в значимости

— **Неправильное убеждение:**

Я нуждаюсь с браке для того, чтобы моя жизнь обрела значимость и цель.

— **Правильное убеждение:**

Только по мере возрастания в понимании Божьей цели для меня и моей жизни, уподобляясь Христу и обретая Его характер, я начинаю осознавать свою значимость и полноценность.

«Ибо кого Он предузнал, тем и предопределил быть подобными образу Сына Своего, дабы Он был первородным между многими братьями» (Римлянам 8:29).

3. Потребность в безопасности

— **Неправильное убеждение:**

Мне необходим супруг (супруга), чтобы чувствовать себя в безопасности.

— **Правильное убеждение:**

Безопасность можно обрести только в близких взаимоотношениях с Господом.

«...Возлюбленный Господом обитает у Него безопасно, [Бог] покровительствует ему всякий день, и он покоится между раменамя Его» (Второзаконие 33:12).

IV. Пути к решению проблемы

A. Ключевой стих из Библии для заучивания



«...От Божественной силы Его даровано нам все потребное для жизни и благочестия, через познание Призвавшего нас славою и благодатью...» (2 Петра 1:3).

Б. Ключевой текст из Библии для чтения и повторения



1 Коринфянам, 7 глава

Божий взгляд на одиночество/безбрачие

- **Безбрачие/одиночество — нормальное состояние для человека.**
«А о чем вы писали ко мне, то хорошо человеку не касаться женщины» (1 Коринфянам 7:1).
- **Безбрачие — это дар от Бога.**
«Ибо желаю, чтобы все люди были, как и я; но каждый имеет свое дарование от Бога, один так, другой иначе» (1 Коринфянам 7:7).
- **Безбрачие — предпочтительное состояние для вдов.**
«Безбрачным же и вдовам говорю: хорошо им оставаться, как я» (1 Коринфянам 7:8).
- **Безбрачие — это состояние, в котором следует оставаться после развода.**
«Если же разведется, то должна оставаться безбрачною, или примириться с мужем своим, — и мужу не оставлять жены своей» (1 Коринфянам 7:11).
- **Безбрачие — назначение от Господа.**
«Только каждый поступай так, как Бог ему определил, и каждый, как Господь призвал. Так я повелеваю по всем церквам» (1 Коринфянам 7:17).
- **Одиноким людям легче пережить превратности этого мира.**
«По настоящей нужде за лучшее признаю, что хорошо человеку оставаться так» (1 Коринфянам 7:26).
- **Одиноким людям не должны искать себе пару.**
«Соединен ли ты с женой? не ищи развода. Остался ли без жены? не ищи жены» (1 Коринфянам 7:27).
- **Одиноким людям встречаются меньше личных трудностей.**
«Впрочем, если и женишься, не согрешишь; и если девица выйдет замуж, не согрешит. Но таковые будут иметь скорби по плоти; а мне вас жаль» (1 Коринфянам 7:28).
- **Одиноким людям имеют меньше забот.**
«А я хочу, чтобы вы были без забот» (1 Коринфянам 7:32).

- **Одиноким могут полностью сосредоточиться на том, чтобы угодить Богу.**

«Неженатый заботится о Господнем, как угодить Господу» (1 Коринфянам 7:32).

- **Одиноким люди могут безраздельно посвятить себя служению Господу.**

«Незамужняя заботится о Господнем, как угодить Господу, чтобы быть святою и телом и духом; а замужняя заботится о мирском, как угодить мужу.

Говорю это для вашей же пользы, не с тем, чтобы наложить на вас узы, но чтобы вы благочинно и непрестанно служили Господу без развлечения». (1 Коринфянам 7:34-35).

- **Безбрачие может быть более счастливым, чем брак.**

«Но она блаженнее, если останется так, по моему совету; а думаю, и я имею Духа Божия» (1 Коринфянам 7:40).

В. Сделайте свой выбор: будьте довольным

Довольствоваться тем, что имеешь, — самое важное для одинокого человека. Когда вы позволяете Богу реализовать Его цели относительно вас, вместо того, чтобы настаивать на своем, вы открываете дверь множеству возможностей в вашей жизни.

«Великое приобретение — быть благочестивым и довольным» (1 Тимофею 6:6).

ДОВОЛЬСТВО

- ✓ **• ПРИЗНАЙТЕ** свои трудности

Всегда тяжело открывать своё сердце, но сделайте первый шаг и:

- Признайтесь, что вы недовольны.
- Признайтесь в своем гневе, нервном срыве, одиночестве.
- Признайтесь, что быть одиноким — это не ваш выбор.
- Признайте Божье право на устройство вашей жизни.

«Знаю, Господи, что не в воле человека путь его, что не во власти идущего давать направление стопам своим» (Иеремия 10:23).

- ✓ **• НЕ СРАВНИВАЙТЕ** себя с другими

Не завидуйте соседу, не допускайте мысли, что у него «трава зеленее», и всё складывается намного лучше, чем у вас, потому что:

- Брак не избавляет от одиночества.
- Брак не обеспечивает вам высокую самооценку.

- Брак не излечивает от депрессии.
- Брак не гарантирует безопасности.

«Впрочем, если и женишься, не согрешишь; и если девица выйдет за муж, не согрешит. Но таковые будут иметь скорби по плоти; а мне вас жаль» (1 Коринфянам 7:28).

✓ • **НАПОЛНЯЙТЕ** сердце благодарностью

В своем одиночестве вы можете быть благодарны Богу за то, что вам дана:

- Свобода быть самим собой.
- Возможность ставить перед собой задачи и решать их, реализовывать свои устремления.
- Свобода рисковать.
- Возможность распоряжаться своим временем.
- Свобода передвижения, мобильность.
- Свобода финансового планирования.
- Свобода от трений и стрессов, связанных с семейными проблемами.
- Возможность строить глубокие взаимоотношения с Богом и другими людьми.
- Возможность всецело полагаться на Бога.
- Возможность служить Господу всеми возможными путями и способами.

«Всегда радуйтесь. Непрестанно молитесь. За все благодарите: ибо такова о вас воля Божия во Христе Иисусе» (1 Фессалоникийцам 5:16-18).

✓ • **ОСОЗНАЙТЕ** ценность вашей личности во Христе

Когда Христос живет в вас, Он меняет ваше восприятие жизни, мира, себя, других людей. Тогда вы понимаете, что:

- Вы **любимы**.

«Как возлюбил Меня Отец, и Я возлюбил вас; пребудьте в любви Моей» (Иоанна 15:9)

- Вы полностью **приняты** таким, какой вы есть.

«Посему принимайте друг друга, как и Христос принял вас в славу Божию» (Римлянам 15:7)

- Вы **принадлежите Богу**.

«Сей самый Дух свидетельствует духу нашему, что мы — дети Божии» (Римлянам 8:16)

- Вы больше никогда **не будете одиноки**.

«Ибо Сам сказал: не оставляю тебя и не покину тебя» (Евреям 13:5)

- Вы **свободны от страха**.

«Итак смиритесь под крепкую руку Божию, да вознесет вас в свое время» (1 Петра 5:7)

- Вы можете быть уверены в **Божьей поддержке**.

«Потому что Господь будет упованием твоим и сохранит ногу твою от уловления» (Притчи 3:26)

- Вы имеете **ум Христов**.

«Ибо кто познал ум Господень, чтобы мог судить его? А мы имеем ум Христов» (1 Коринфянам 2:16)

- Вы имеете **цель в жизни**.

«Господь совершит за меня! Милость Твоя, Господи, вовек: дело рук Твоих не оставляй» (Псалом 137:8)

«Ибо вы умерли, и жизнь ваша сокрыта со Христом в Боге» (Колоссянам 3:3).

• **ОЖИДАЙТЕ**, что Господь даст вам служение

Бог хочет использовать вас для воздействия на жизнь других людей, поэтому:

- Распознайте свои духовные дары.
- Любите других любовью «агапэ», которая ищет наивысшего блага для своего ближнего.
- Научитесь поддерживать и ободрять других.
- Ищите возможности служить другим людям в их нуждах.

«Но вы не вспоминаете прежнего и о древнем не помышляете. Вот, Я делаю новое; ныне же оно явится; неужели вы и этого не хотите знать? Я проложу дорогу в степи, реки в пустыне» (Исаия 43:18-19).

• **ПОДДЕРЖИВАЙТЕ** дружеские отношения

Молитесь и просите Господа дать вам мудрых и верных друзей.

- Будьте открыты для добрых взаимоотношений.
- Проявляйте инициативу в установлении контактов.
- Находите время для частых личных встреч.
- Будьте открытыми, делитесь с другими своими мыслями и чувствами.
- Проявляйте заинтересованность в том, что интересует ваших друзей.
- Проявляйте сочувствие к переживаниям и заботам других людей.

«Желание исполнившееся — приятно для души; но несносно для глупых уклоняться от зла» (Притчи 13:20).

«Друг любим во всякое время и, как брат, явится во время несчастья» (Притчи 17:17).

• **ДОВЕРЬТЕ** свое будущее Богу

Бог восполнит ваши глубочайшие нужды, как только вы полностью доверитесь Ему и вручите Ему контроль над вашей жизнью.

• **Отложите свои эмоции**

— Чувства следуют за мыслями. Научитесь иметь Божьи мысли. Для этого читайте и запоминайте Писание.

• **Отложите свою волю**

- Откажитесь от стремления к тому, чтобы все было по-вашему.
- Откажитесь от стремления к браку.

• **Отложите свои ожидания**



*«Ищите же прежде Царства Божия и правды
Его, и это все приложится вам»
(Матфей 6:33).*

*Не упустите красоту и прелесть настоящего момента!
Бог заботится о вас и питает почву вашей жизни,
благодаря этому вы можете привнести красоту
в жизнь других людей!*

Джун Хант