

Александр Слободской выпустил книгу о победе над депрессией

Книга «О том, как смысл душу лечит» посвящена исполнению миссии Христа по исцелению страждущих и сокрушенных сердцем. В ее основу легли более пятидесяти источников, среди которых труды ведущих специалистов, как в области клинической психологии, так и в области библейского консультирования. Двумя основными источниками, в ходе этого исследования, послужили Книги Священного Писания, которые даруют *«утешение в бедствии моем» (Пс.118:50)* и труды всемирно известного австрийского психолога Виктора Франкла, автора методики исцеления психики смыслом.

Первая часть книги касается вопроса духовной депрессии, которая проявляется в жизни верующих людей на фоне отношений с Богом. Эта проблема взрывается в сознании человека вопросом: *«Почему это со мной, если я с Богом?»*.

Мы увидим неоднозначность понимания самого факта существования депрессии у верующих людей и проанализируем особенности этого состояния. А также, рассмотрим случаи проявления депрессии у отдельных библейских героев.

Почему о депрессии? Это до конца нерешимая проблема с точки зрения медицины. Точно так же, как вопрос страдания в целом на земле решить невозможно. На примере депрессии посмотрим, как осознание человеком истинного смысла жизни, и постоянная реализация этого смысла целительно влияют на его душу. Поэтому, в целом, эта книга не о депрессии, а о смысле жизни с точки зрения Библии и психологии.

Вторая часть посвящена детальному изучению и анализу в свете Священного Писания методики В. Франкла, которую он подтвердил не только теоретически и клинически, но проверил на собственном жизненном опыте в течении трехлетнего пребывания в

нацистских концлагерях.

Как появилась эта книга?

Люди часто обращаются о помощи в решении разных проблем. Практика показывает, что все проблемы условно можно разделить на две группы: те, которые можно решить и те, с которыми нужно научиться жить. Но как жить если постоянным фоном этой жизни является боль и страдания?

Во время учебы в Заокской духовной академии я занимался вопросами душепопечительства и пасторского консультирования. Меня заинтересовало учение австрийского психолога Виктора Франкла – логотерапия, суть которого в лечении психических расстройств человека путем осознания и реализации смысла его жизни. В основных моментах это учение гармонично согласуется со Священным Писанием и более того, дополняется тем Смыслом, Который часто отвергается официальной наукой.

Франкл пишет, что страдание перестает быть страданием если оно осмыслено человеком. Библия подтверждает это: «Все сии умерли в вере, не получив обетований, а только издали видели оные, и радовались, и говорили о себе, что они странники и пришельцы на земле...».

После защиты дипломной работы на эту тему, я получил рекомендацию написать книгу на ее основании. Дипломная пролежала шесть лет пока я на личном опыте не убедился, что это работает.

Молюсь о том, чтобы эта небольшая книга помогла читателям осмыслить свою жизнь, отдельные жизненные ситуации и уверенно идти вперед и вверх.

Заметка об авторе

Пастор, выпускник Заокской духовной академии

Александр Слободской