

Учебное письмо - Израиль

Vol. # 770221R • Февраль 2021 • www.bridgesforpeace.com

ДАР СМЕХА



[Jenna Solomon/bridgesforpeace.com](http://Jenna.Solomon/bridgesforpeace.com)

Преп. Черил Л.Хауэр, *международный вице президент*
МОСТЫ МИРА... Ваша связь с Израилем®

КОГДА НЕДАВНО Я СТОЯЛА в церкви, куда меня пригласили проповедовать, перед людьми в масках, соблюдающими социальную дистанцию, то моими первыми словами, обращенными к ним, были: «Тук, тук». Когда я повернула микрофон к аудитории, они покорно и в унисон ответили: «Кто там?» «Никто», - ответила я. «Мы на карантине». Мою попытку рассмешить всех слушатели встретили вздохами и слабым смехом, но поскольку я не отступала и рассказала еще несколько более смешных шуток, наконец-то разразился смех, и мы начали смеяться вместе.

Каждый публичный спикер, учитель и проповедник знает о преимуществах начала своей речи с небольшого юмора, признавая, что момент смеха служит «ледоколом» и помогает слушателям лучше воспринимать послание спикера. Но это не было моим мотивом. Смех был темой моего послания, важнейшей темой для нашего времени, и это тема, которую я хотела бы исследовать более глубоко в этом учебном письме.

Смех, лучшее лекарство


Слово «смех» встречается 42 раза в большинстве наших переводов Библии. Но существует неисчисляемое количество вторичных значений, связанных с тем, как и почему мы смеемся. К ним относятся такие значения, как: развлечения или забавы, шутки, игры, улыбки или насмешки, и это еще не весь перечень. Существуют и более простые упоминания смеха, такие как радость и веселие. Несомненно, в Библии есть много упоминаний об этом немного загадочном действии. Из этих мест Писания мы знаем, что Сам Бог смеется, иногда высмеивая что-то, но часто с искренней радостью. И мы смеемся, потому что мы созданы по Его образу.

Однако на протяжении десятилетий эксперты по вопросам поведения человека изучали смех, пытались определить научные и социологические причины, по каким люди смеются, почему смех является «заразительным», и как он в действительности влияет на тех, кто с радостью ему поддается. Итак, вывод очевиден и все эксперты соглашаются с тем, что смех просто полезен для нас. Древние высказывания о том, что смех – это лучшее врачевание, подтвердились. Фактически, сегодня врачи и практикующие психиатры признают смех очень реальным и очень эффективным лекарством.

Он имеет большое влияние на физическое состояние человека. Смех расслабляет все тело и уменьшает физическое напряжение, и этот эффект может длиться до 45 минут. Смех улучшает работу вашей иммун-

ной системы, увеличивает количество антител, борющихся с инфекцией, повышает общую устойчивость организма к болезням, улучшает работу кровеносных сосудов и кровотоков, снижает боль и даже сжигает калории! Положительное влияние смеха на психическое здоровье такое же впечатляющее. Смех рассеивает гнев и помогает отодвинуть проблемы на второй план, снижает уровень гормонов стресса, уменьшает волнение и напряжение, поднимает настроение, повышает уровень энергии и концентрации, приносит радость и позитив в жизни и укрепляет психологическую устойчивость.

Исследование в Норвегии показало, что люди с хорошим чувством юмора живут дольше тех, кто смеется мало. Не удивительно, что врачи, психологи и неисчисляемое количество веб-сайтов побуждают нас отказаться от защитного поведения, снять запреты и впустить немного доброго старого юмора в нашу жизнь. Возможно, это объясняет, почему жанр комедии определенно был самым популярным и распространенным в период изоляции, связанной с COVID-19, на протяжении которой люди отчаянно искали способы занять чем-то себя и членов своей семьи.



СМЕХ улучшает работу вашей иммунной системы, увеличивает количество антител, борющихся с инфекцией.

Связующее звено

Я могу предположить, что самый важный эффект смеха, возможно, часто игнорируется. Я имею в виду

социальные преимущества смеха, которые очень хорошо задокументированы и чрезвычайно важны, особенно в период после 2020 года, в который мы живем. Смех стимулирует выработку организмом эндорфинов- естественных гормонов хорошего самочувствия, которые помогают человеку расслабиться и наполниться чувством счастья. Однако эндорфины также улучшают социальные связи, помогая вам чувствовать себя комфортно с окружающими вас людьми и притягивать их

СМЕХ объединяет людей,
вызывая положительные
физические и эмоциональные
изменения в организме.



к себе. Вот почему мы часто чувствуем себя так хорошо после общения с друзьями или родными. В действительности, эндорфины укрепляют наши взаимоотношения, поэтому, возможно, всемирно известная клиника Мэйо утверждает, что пары, которые смеются вместе, зачастую имеют более крепкие и длительные отношения.

Смех – это действительно сильное лекарство. Он объединяет людей, вызывая положительные физические и эмоциональные изменения в организме. Я верю, что это дар от Бога. Его Слово ободряет нас, утверждая, что веселое сердце благотворно, как «врачевство» (Прит.17:22). Автор книги Екклезиаста говорит нам в главе 3, стих 4, что есть время плакать и время смеяться, а в книге Иова 8:21 четко говорится, что Сам Бог – это Тот, Кто *«наполнит смехом уста твои и губы твои радостным восклицанием»*. В Псалме 127 используется та же терминология, что и для выражения радости Божьего народа, когда Бог благословил его и вернул из плена. Иов из Книги Иова и жена, описанная в 31-й главе книги Притч, были способны смело смотреть в будущее и смеяться над



страхом. В Евангелии от Луки 6:21 звучит обещание, что однажды плачущие будут вознаграждены смехом. Десятки других стихов выражают ту же неудержимую радость, уверенность, мужество и веру, наполняющие сердца Божьего народа, поскольку Он благословил их смехом и объединил их вместе, как общину веры.

Сердечная связь

Возможно, самым наглядным примером Божьего дара смеха, как не просто социального, но и духовного связующего звена, является пример из книги Бытие, где Сарра узнает о планах Бога благословить ее сыном: *«И явился ему [Аврааму] Господь у дубравы Мамре, когда он сидел при входе в шатер, во время зноя дневного.*

Он возвел очи свои и взглянул, и вот, три мужа стоят против него. Увидев, он побежал навстречу им от входа в шатер

и поклонился до земли» (Быт.18:1-2).

Иудаизм учит, что Авраама все знали за его дар гостеприимства, и здесь мы видим проявления этого дара. Он быстро встретил незнакомцев, приготовил для них угощение и удобное место для их отдыха. Однако, очевидно это были не простые гости, и Сарра была потрясена посланием, которое они принесли. *«И сказал: Я опять буду у тебя в это же время, и будет сын у Сарры, жены твоей. А Сарра слушала у входа в шатер, сзади его. Авраам же и Сарра были стары и в летах преклонных, и обыкновенное у женщин у Сарры прекратилось. Сарра внутренне рассмеялась, сказав: мне ли, когда я состарилась, иметь сие утешение? и господин мой стар»* (Быт.18:10-12).

Однако это не самое первое место Писания, где Бог открывает этот план. Он уже сообщил Аврааму об этом удивительном событии, и у Авраама была такая же реакция, как и у Сарры: *«И пал Авраам на лице свое, и рассмеялся, и сказал сам в себе: неужели от столетнего будет сын? и Сарра, девяностолетняя, неужели родит?»* (Быт.17:17)

Но ответ Господа на смех Сарры был другим. *«И сказал Господь Аврааму: отчего это рассмеялась Сарра, сказав: 'неужели я действительно могу родить, когда я состарилась'? Есть ли что трудное для Господа? В назначенный срок буду Я у тебя в следующем году, и у Сарры будет сын. Сарра же не призналась, а сказала: я не смеялась. Ибо она испугалась. Но Он сказал: нет, ты рассмеялась»* (Быт.18:13-15).

Традиционное толкование этих стихов предполагает, что Авраам упал на свое лицо и смеялся с радостью и верой о том, что невозможное может произойти, а Сарра рассмеялась с насмешкой, не в силах поверить, что даже сам Бог может совершить это. Богу не понравилась реакция Сарры и Он упрекнул ее. Но в обоих случаях для обозначения понятия смеха использовалось одно и то же слово, и в реакциях и Авраама, и Сарры было очевидно одинаковое недоверие: столетний муж и постаревшая жена? Нету веских оснований полагать, что реакция Авраама была каким-то образом праведной, в то время как реакция Сарры не была таковой.

Реакцию Господа можно лучше понять, если внимательнее изучить еврейские слова, которые используются в Его ответе. Эквивалентом слова «трудное» является «пала». И в комментариях к Библии Стронга, и в толковом словаре библейских слов Вайна слово «пала» определяется, как «удивительное, необычное и чудесное». Оно выражает идею совершения чудесных вещей. Эквивалентом слова «что-то» является «девар», что означает «слово или высказывание». Тогда в Бытие 18:13-15 вместо «Есть ли что трудное для Господа?», читаем: «Если Бог Сказал, разве Он не силен совершить это чудесным образом»? И, наконец, ответ Господа на отрицание Сарры



Сарра знала, что дар родить сына принесет радость и
СМЕХ.

можно перевести следующим образом: «Продолжай смеяться».

Возможно, Господь пытался успокоить Сарру, а не порицать ее. Разве это не удивительное и не замечательное слово от Господа? Разве это не прекрасное обещание от Самого Бога? Далее Он ободряет ее, повторяя Свое обещание о том, что Он вернется, и тогда у Сарры будет сын. В ответ на отрицание Сарры, Он повелевает ей продолжать смеяться. И так она и сделала: *«И сказала Сарра: смех сделал мне Бог; кто ни услышит обо мне, рассмеется»* (Быт.21:6).

Авраам дал имя своему сыну Исаак, что означает «смех». Сарра знала, что дар родить сына в ее возрасте принесет радость и смех всей их общине...дар смеха - это то связующее звено, которое объединит их вместе и приблизит к Господу.

Слово предостережения

Мы все еще живем в трудные времена. Хотя мы надеемся, что вакцина вскоре устранил угрозу COVID-19, мы продолжаем сталкиваться со сложными политическими и социальными трудностями. Изоляция, которую пережили многие в период пандемии 2020 года, продолжает влиять на многих людей, а также существует разделение между теми, кто хотел бы вакцинироваться, и кто нет. Это время, когда люди по всему миру очень сильно нуждаются в объединении, в чувстве общности и принадлежности. Это время, когда мы нуждаемся в смехе, и подобно Сарре, нам нужно продолжать смеяться – друг с другом и с Господом.

Нам также нужно быть осторожными. Враг наших душ пытается использовать дар смеха, дарованный нам Богом в качестве сердечной связи с Ним, чтобы наоборот отвергнуть Его, находя веселье в том, что ненавистно Ему. Сфера развлечений заставляет нас поверить, что блуд, пьянство, наркомания, проституция, издевательства и эмоциональное насилие – это что-то веселое и смешное. Недавний фильм о несовершеннолетней девушке и о ее попытке сделать аборт был представлен, как веселое комедийное приключение. Грех – это яд, и когда мы смеемся над ним, мы можем быть уверены, что смех больше не является лучшим лекарством.

Давайте сосредоточимся на том, что является праведным, находя радость друг в друге и наполняясь той радостью, которая окружает нас. Помните, мы обладаем даром смеха, потому что созданы по образу Бога. Ему нравится радостно смеяться со Своими детьми, делаясь радостью с ними, как с теми, кого Он любит. И мы можем радоваться, когда

знаем, что наши жизни, наши взаимоотношения и наш выбор приносит радость Его сердцу.

Библиография

- Branch, Robin Gallahar. "Laughter in the Bible? Absolutely!" *Biblical Archaeology Society*. <https://www.biblicalarchaeology.org/daily/biblical-topics/bible-interpretation/laughter-in-the-bible-absolutely/>
- "Friends "Better than Morphine." *University of Oxford*. <https://www.ox.ac.uk/news/2016-04-28-friends-better-morphine>
- Green, P. Jay Sr. *The Interlinear Bible*. Trinitarian Bible Society, London, 1986.
- "Laugh it Up: Why Laughing Brings Us Closer Together." *PsychAlive*. <https://www.psychalive.org/laugh-it-up-why-laughing-brings-us-closer-together/>
- "Laughter is the Best Medicine." *HelpGuide*. <https://www.helpguide.org/articles/mental-health/laughter-is-the-best-medicine.htm>
- Mayo Clinic Staff. "Stress Relief from Laughter? It's No Joke." *Mayo Clinic*. <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/stress-management/in-depth/stress-relief/art-20044456>
- Rosen, Ariella. "The Gravity of Laughter." *JTS*. <http://www.jtsa.edu/the-gravity-of-laughter>
- Strong, James. *Strong's Exhaustive Concordance of the Bible*. Abingdon Press, Nashville, 1983.
- Vine, W.E., Unger, F. Merrill and White, William. *Vine's Expository Dictionary of Biblical Words*. Thomas Nelson Publishers, New York, 1985.

Scripture is taken from the New King James Version, unless otherwise noted.

ТЕРМИНОЛОГИЯ:

Многие из наших читателей уже давно поддерживают Израиль, в то время как другие только начинают понимать важность того, чтобы стоять с избранным Богом народом; некоторые предпочитают использовать еврейские имена и термины, в то время как другим нравится более традиционная христианская терминология. Поскольку мы хотим проявлять уважение ко всем нашим читателям, обеспечивая их при этом возможностью приобретать новые познания об Израиле, мы прилагаем все усилия, чтобы по возможности использовать и те и другие термины. Ниже приведены некоторые из наиболее распространенных примеров:

- Иисус (Иешуа)
- Танах Tanakh (Ветхий Завет или ВЗ) - Танах - это аббревиатура, используемая в иудаизме, что означает Тора, Невийм Neviim или Пророки и Кетувийм Ketuvim или Писания.
- Послания Апостолов (Новый Завет или НЗ)
- Тора (Быт. Втор.)

Офис Мосты Мира

- Австралия:** Tel: (61) 7-5479-4229, bfp.au@bridgesforpeace.com
- Канада:** Tel: 204-489-3697, Toll free: 855-489-3697, info@bfpca.org
- Япония:** Tel: 03-5969-9656, bfp@bfpj.org
- Новая Зеландия:** Tel: (64) 7-855-8262, emather.nz@bridgesforpeace.com
- ЮАР:** Tel: 021-975-1941, info@bridgesforpeace.co.za
- Южная Корея:** Tel: 070-8772-2014, bfp@bfpkorea.com
- Испанский:** Tel: (52) 646-238-7206, intl.spanish@bridgesforpeace.com
- Русский:** Tel: (7) 903-309-1849, info.ru@bridgesforpeace.com
- Великобритания:** Tel: 01656-739494, ukoffice@bridgesforpeace.com
- США:** Tel: 800-566-1998, Product orders: 888-669-8800, postmaster@bfpusa.org

© АВТОРСКИЕ ПРАВА: «Мосты Мира» имеют авторские права на этот материал. Мы призываем пасторов, учителей Библии и прихожан использовать эти статьи для проповеди и обучения, и мы тем самым предоставляем разрешение на необходимое количество экземпляров для таких образовательных целей. Однако любое другое воспроизведение или передача этого материала в любой форме, включая перепечатку, повторную публикацию, запись или использование с любой системой хранения и извлечения информации, требует письменного разрешения от офиса «Мосты Мира» в Иерусалиме.

МОСТЫ МИРА: ХРИСТИАНЕ ПОДДЕРЖИВАЮТ ИЗРАИЛЬ И СТРОЯТ ОТНОШЕНИЯ МЕЖДУ ХРИСТИАНАМИ И ЕВРЕЯМИ В ИЗРАИЛЕ И ВО ВСЕМ МИРЕ.

International Headquarters
P.O. Box 1093, Jerusalem, Israel
Иерусалим, Израиль
Tel: (972) 2-624-5004
intl.office@bridgesforpeace.com
www.bridgesforpeace.com

