

Dragii mei,

„Iubiți, dar pe Domnul, toți cei iubiți de El.”

Psalm 31:23

Ne-a fost acordat marele Har să fim iubiți de Domnul, așa cum ne învață Apostolul iubirii în 1 Ioan 4:19: *„noi îl iubim pentru că El ne-a iubit întâi”*. Mare-i iubirea Sa! Cât de emoționant este cuvântul: *„Isus s-a uitat țintă la el și l-a iubit (Marcu 10:21).”*

Răspunsul Domnului Isus dat învățătorului legii la întrebarea: “Care este cea mai mare poruncă din Lege?” este Dragostea. Dragostea față de Dumnezeu este “cea dintâi” și cea mai mare poruncă și a doua, asemenea ei *„să iubești pe aproapele tău ca pe tine însuși”*.

Apropiele nostru este lângă noi: fratele creștin, vrăjmașul nostru, străinul căzut sau persoana cu dizabilități, cu nevoi speciale și suntem chemați să iubim cu fapta și adevărul (1 Ioan 3:18).

Nu știm care este rostul bolii, al dizabilității. Poate fi rezultatul unui păcat sau poate fi îngăduită să se arate prin ea lucrările lui Dumnezeu (Ioan 9:3). Câteodată, suferința este îngăduită pentru un scop divin, pentru a arăta mila, dreptatea și puterea lui Dumnezeu (Ps. 73: 1-14).

A accepta persoana bolnavă cu handicapul pe care îl are și a-i veni în ajutor, cere dragoste, o dragoste divină. Experiența slujirii persoanelor cu dizabilități, în cei peste 20 de ani de activitate ai asociației Caritatea, mi-a confirmat acest adevăr și îl recomand cu tărie celor care sunt chemați de Dumnezeu în slujire printre aceste persoane cu nevoi speciale.

Dragul meu, vei fi un bun slujitor, dacă vei ajunge la standardul biblic de a iubi persoanele cu dizabilități. Înțeleg felul de lucrare al lui Dumnezeu și pregătirea care o face în dreptul celui ales pentru a-l numi apt pentru o lucrare sfântă. Prin urmare, nu mă mai miră faptul că Dumnezeu a descoperit slujitorilor Săi că trebuie să accepte și să iubească persoanele cu dizabilități. Dumnezeu vorbește și azi și cheamă slujitori în lucrare.

Vrei și tu?

Îți oferim acest curs minunat: *„Dincolo de suferință”*, cu multe învățături inspirate din Cuvântul lui Dumnezeu, experiențe și mărturii de o relevanță deosebită.

Închei prin îndemnul Psalmistului: *„Iubiți, dar pe Domnul, toți cei iubiți de El.”*

Fiți binecuvântați!

Iosif Măluțan

LECȚIA 2. Ce definește o dizabilitate?

Obiective

Studiul acestei lecții te va ajuta să:

- Stabilești diferența între deficiențe (insuficiențe), dizabilități și handicapuri.
- Descrui cauzele variate ale dizabilităților.
- Identifici caracteristici ale dizabilităților fizice, emoționale și intelectuale.
- Înțelegi sfera largă a Tulburărilor din Spectru Autist.
- Folosești un limbaj adecvat dizabilității.
- Explici cum ciclurile vieții și membrii unei familii sunt afectați de dizabilități.

Unele persoane cu dizabilități spun că provocările care vin odată cu dizabilitatea nu sunt atât de mult fizice, precum sunt atitudinile negative cu care se lupta din partea societății. Mark, un tânăr în cărucior, de 25 ani, admite că uneori își imaginează o planetă sau o țară specială, exclusiv pentru persoane cu dizabilități, unde problema „normalității” să nu existe. Aici nu ar mai fi considerat invalid deoarece nu ar mai exista baze de comparație, toată lumea arătând la fel. Mark nu ar mai fi nevoit să se confrunte cu oportunități limitate în educație, muncă și activități sociale. Din păcate, el poate doar visa la o astfel de libertate.

Prietenii noștri cu dizabilități nu au plănuit să devină așa. Puși în fața unei alegeri, majoritatea ar opta pentru o viață fără deficiențe. Deși e nevoie să înțelegă faptul că Dumnezeu i-a creat așa cu un scop, au dreptul să își pună întrebări de genul: Cum ar fi dacă lumea s-ar putea schimba? Cum ar fi dacă fiecare persoană de pe pământ ar primi educația necesară despre dizabilități, ducând la momentul când toate temerile și prejudecățile s-ar transforma în empatie adevărată pentru ceilalți? Această realitate alternativă ar putea alina suferința, ar vindeca vieți și ar descoperi dragostea și mila lui Dumnezeu.

Indiferent dacă ești pregătit să lucrezi cu persoane cu dizabilități sau ești nou în acest domeniu, lista extinsă de caracteristici și terminologii te poate copleși cu ușurință. În această lecție, vom discuta principalele tipuri de dizabilități și cauzele lor, precum și impactul pe termen lung asupra persoanelor și a familiilor.

Empatie

Simpatia – întristarea în fața suferinței celuilalt – este foarte familiară persoanelor cu dizabilități. Deși încearcă să ofere confort, simpatia poate întrista sufletul celuilalt, atunci când e exprimată ca milă. Empatia, pe de altă parte, privește prin ochii experienței comune. Unde ai fost ultima dată când ai simțit empatie față de o altă persoană? Dacă nu îți poți aminti, smerenia este drumul care te duce într-acolo.

I. Trecerea dincolo de etichetele dizabilității

Auzim uneori oameni spunând lucruri precum „E rușinos cât de slab sunt la jocul acesta, parcă sunt handicapat!”. Zâmbim, știind că nu aceste slăbiciuni îi definesc. E bine să ținem minte asta pe măsură ce definim dizabilitățile, deoarece există o diferență între adevăruri și fapte. De exemplu, o nouă statistică realizată de Organizația Mondială a Sănătății împreună cu Banca Mondială, publicată în Iunie 2011, susține că 15% din populația mondială – aproximativ 785 milioane de oameni – au o dizabilitate fizică sau intelectuală semnificativă. E un *fapt* susținut că, dacă s-ar aduna într-un loc toți americanii cu dizabilități, ar egala populația statelor California și Florida la un loc. Totuși, *adevărul* este că ei locuiesc în comunitatea ta, merg la școlile din oraș și își fac cumpărăturile în supermarketurile din zona ta. Deși statistice oferă informații pentru înțelegerea noastră, nu prea definesc persoanele remarcabile pe care le reprezintă.

A. Definirea dizabilității

Potrivit Legii Americanilor cu dizabilități, termenul „dizabilitate” semnifică, cu respect față de persoană: 1) o deficiență fizică sau mentală care limitează substanțial una sau mai multe activități ale vieții individului; 2) constatarea unei astfel de deficiențe; 3) a fi privit ca având o astfel de deficiență, persoană cu handicap. Această definiție implică câțiva termeni care sunt deseori confundați, având în vedere că o persoană se poate confrunta cu unul, doi sau toți trei dintre ei.

1. **Deficiența/insuficiența** este o pierdere sau o anomalie a funcției/structurii psihologice, fiziologice sau anatomice. Ex: constituția mentală sau fizică
2. **Dizabilitatea** este o limitare sau lipsa a unei abilități (ca rezultat al deficienței) de a efectua o activitate într-un mod/ritm considerat normal pentru ființa umană.
3. **Handicapul** este un dezavantaj al individului, rezultând din deficiență sau dizabilitate, care limitează sau împiedică îndeplinirea unui rol considerat normal pentru o persoană (depinzând de vârstă, sex și factori sociali/culturali). Handicapurile sunt deseori văzute în relație cu persoanele cu dizabilități și mediul lor și pot afecta participarea lor în viața comunității, la un nivel egal cu ceilalți.

Deși Robin Hiser s-ar încadra în statisticile cu privire la sindromul Down, această etichetare nu are nimic de a face cu modul activ de viață al acestei femei creștine plină de bucurie. La 53 de ani, Robin este unul dintre cei mai activi voluntari ai taberelor pentru familii organizate de Joni and Friends, un voluntar activ în biserică și comunitatea sa. Urmărind materialul video *Când Robin se roagă*, gândește-te la următoarele întrebări:

- În ce moduri ne arată Robin că e conștientă de felul în care o văd unii oameni?
- Ce a influențat imaginea de sine a lui Robin și a eliberat-o să fie persoana care e acum?
- În ce mod a influențat Robin viziunea ta despre persoanele cu dizabilități?

URMĂREȘTE: Când Robin se roagă (<http://www.joniandfriends.org/television>)

II. O privire spre Lumea Dizabilităților

Ar fi imposibil să descriem în acest curs numeroasele și diversificatele tipuri de dizabilități. Practic, ele pot fi grupate în câteva categorii: dizabilități fizice, intelectuale, dizabilități de învățare, deficiențe auditive sau de vedere, tulburări emoționale/comportamentale și boli mentale. Unele persoane pot suferi de dizabilități multiple care implică diverse combinații de simptome și diagnostice.

A. Dizabilitățile fizice limitează mobilitatea și activitățile

Câteva dintre cele mai comune dizabilități fizice sunt listate în tabelul următor:

Dizabilitatea	Cauza	Efecte	Variabile
Leziunea măduvei spinării	Fractură sau leziune a măduvei spinării	Efecte asupra deplasării, folosirii membrelor, funcțiilor intestinelor; senzație de agitație	Poate avea efecte parțiale sau totale (senzații, paralizie etc); predispoziție la infecție
Lipsă membre	Defecte la naștere, boli, leziuni	Efecte asupra funcțiilor fizice dependente de membrele afectate	Numărul de membre afectate și în ce măsură (gradul)
Distrofie musculară	Genă moștenită transmisă prin cromozomul X sau prin mod autozomal dominant	Efecte asupra deplasării, prin Degenerarea mușchilor voluntari.	Apariție și progres rapid sau încet, poate afecta și mușchii involuntari
Scleroză multiplă	Boală autoimună ce afectează învelișul protector care acoperă nervii	Fibrele nervoase cauzează degenerarea și afectează abilitatea de a umbla și a vorbi	Simptomele variază și boala poate fi dificil de diagnosticat
Spina bifida	Tubul neural care Devine parte a creierului și coloană vertebrală nu se dezvoltă corespunzător, rezultând probleme cu măduva spinării și oasele coloanei.	Afectează funcția locomotorie și simțurile de la coloană în jos, dovedind lipsa de dezvoltare.	Poate determina controlul vezicii și al colonului.

Accident Vascular Cerebral	Circulația sangvină a creierului este redusă sau întreruptă, afectând celulele nervoase.	Efect asupra funcțiilor creierului din zona afectată, manifestându-se prin paralizie, pierderea abilității de vorbire, sau a altor funcții.	Efectele și prognosticul recuperării variază.
Leziune cerebrală	Leziune apărută la naștere sau imediat după, datorată unei traume, boli, tumori, accident vascular sau anevrismului.	Sunt afectate mișcările, memoria, cogniția și limbajul.	Când, unde și cum a fost afectat creierul, vor determina rezultatele.
Sindromul post-polio	Cauzat de poliomielită, însă cauza exactă a degradării funcției locomotorie este necunoscută.	Este afectată mișcarea, cauzând mobilitate limitată și paralizie.	Des întâlnit în țările în curs de dezvoltare.
Nevăzător/deficiență de vedere	Trahom, Cataractă, Degenerescență maculară, Glaucom, Retinită.	Vedere de la limitată până la absentă.	Pierdere a vederii treptată sau bruscă; uneori poate fi recuperată prin optică sau operație.
Surd/deficiență auditivă	Genetică, naștere prematură, infecții sau boli.	Auz de la limitat până la absent.	Poate afecta vorbirea și învățatul; poate fi considerată o diferență culturală și nu o dizabilitate.

CITEȘTE: “Privind viața prin ochii unui orb” de Judy Redlich

B. Dizabilitățile intelectuale cresc în proporții epidemice

În trecut, persoanele încadrate în această categorie erau considerate “retardate mintal” și continuă să fie considerate așa în unele țări. Azi însă, dizabilitățile intelectuale cuprind un grup divers de condiții cronice cauzate de deficiențe mentale și/sau fizice. Oamenii cu dizabilități intelectuale se pot confrunta cu provocări în activități de zi cu zi, precum comunicarea, mobilitatea, învățatul, auto-îngrijirea, traiul pe cont propriu . Dizabilitățile intelectuale pot

apărea oricând în timpul dezvoltării copilului până la vârsta de 22 ani și durează, de obicei, pentru restul vieții.

În 2010, apărători ai persoanelor cu dizabilități au felicitat Congresul US pentru eliminarea termenului negativ „retard mintal” din legile federale. „Schimbarea modului în care vorbim despre persoanele cu dizabilități este un pas critic în promovarea protejării drepturilor umane și civile ale acestora”, spune Peter Berns, Directorul General al The Arc, organizație care promovează drepturile umane a persoanelor cu dizabilități intelectuale.

Cercetătorii sunt nerăbdători să descifreze misterele deficiențelor intelectuale care sunt în continuă creștere, ajungând la proporții epidemice. Vezi tabelul următor pentru cunoașterea celor mai comune dizabilități intelectuale.

Dizabilitatea	Cauza	Efecte	Variabile
Paralizie cerebrală	Lezare sau dezvoltare anormală a creierului.	Afectează rezistența mușchilor, rigiditatea/flexibilitatea, controlul, mișcarea și echilibrul, vorbirea.	Forma spastică este cea mai întâlnită, iar în unele situații apare tetraplegia, care afectează toate cele patru membre.
Sindromul Down	Prezența unui cromozom 21 suplimentar, de unde denumirea de Trisomia 21.	Afectează funcțiile intelectuale, tonusul muscular și dezvoltarea socială.	Efectele variază de la medii la severe.
Tulburări pervazive de dezvoltare	Necunoscută.	În diferite moduri; se referă, de fapt, la întregul spectru autism.	Include autismul, sindromul Asperger, Psihoza Dezintegrativă a copilăriei, sindromul Rett și tulburările pervazive de dezvoltare simple.
Autism	Necunoscută.	Efect asupra comunicării și a integrării senzoriale, rezultând dificultate în interacționare, învățare, joacă și relaxare.	În mod normal, apare în primii 3 ani. Efectele variază de la medii la severe.

Sindromul Asperger	Necunoscută.	Similare cu cele apărute la Autism, în mod special interacțiunile sociale. Deseori numit Autism înalt funcțional.	Poate include dizabilități în vorbire și comunicare.
Psihoza Dezintegrativă a copilăriei	Necunoscută.	Afectează comunicarea, abilitățile motorii, interacțiunea socială.	Dezvoltare timp de 3-4 ani, urmată de regresie în capacitatea motoare, comunicare și abilități sociale.
Sindromul Rett	Tulburare neurologică de dezvoltare care apare de obicei la fete; caracterizată prin creștere normală în copilărie; urmată de întâzieri de dezvoltare.	Efecte asupra abilității de folosire a mâinilor, creșterea dimensiunii creierului și a capului, deplasarea, crize și dizabilitate intelectuală.	Dezvoltare normală, urmată de regres, apărut la diferite vârste.
Tulburări pervazive de dezvoltare simple	Necunoscută.	Afectează interacțiunea socială, dar într-o măsură mai mică decât la autismul clasic.	Formă de autism mai slabă, fără a prezenta toate simptomele.

C. Cele mai întâlnite dizabilități de învățare

1. **Deficitul de atenție și tulburări de hiperactivitate (ADD/ADHD)** – copiii reușesc cu dificultate să stea liniștiți, să își controleze comportamentul și să fie atenți. Hiperactivitatea și impulsivitatea cauzează agitație, vorbit excesiv și nerăbdare.
2. **Dislexie** – copiii manifestă dificultate în abilitățile de comunicare la un nivel potrivit cu inteligența lor. În ciuda inteligenței care poate varia de la normală la superioară, copiii au probleme în a citi și a scrie.

III. Tulburari de spectru autist

Cu toții devenim frustrați și nerăbdători în unele situații! Stai câteva minute și amintește-ți de un moment în care nivelul stresului a fost atât de ridicat că aproape ai cedat psihic. Capul și stomacul te dureau atât de tare încât nu mai reușai să gândești clar sau să îți amintești ce

tocmai ziseși cu un minut în urmă. Imaginează-ți acum că ai reușit să experimentezi doar a zecea parte din ceea ce simte un copil cu autism sever.

Această frustrare severă se datorează inabilității de a integra impulsurile senzoriale la nivele acceptabile. Imaginile, sunetele, atingerile și gusturile pot fi dureroase pentru ei, așa că ar putea reacționa prin mișcări agresive din mâini și lovituri peste propriul cap. Ar putea să se retragă, fără a mai vorbi sau a face contact vizual. Nu observă indiciile interacțiunii sociale și nu discern răspunsurile sau interesele celorlalți. Totuși, există câteva mituri despre autism care trebuie desființate.

Societatea Autismului

Începând din 1965, Societatea Autismului a fost lider în slujirea persoanelor cu autism, familiile lor și specialiștii în domeniu. Au oferit materiale educaționale online, servicii și sfaturi pe site-ul www.Autism-Society.org sau prin apelarea la numărul 1-800-3Autism, pentru a localiza un sediu în apropiere.

Mitul 1 – *Cunoaștem cauzele și leacul pentru autism.* Fals! Cercetările medicale nu au reușit încă să identifice cauza de bază pentru autism sau să ofere un leac ce funcționează.

Mitul 2 – *Nici o persoană cu autism nu e capabilă să învețe.* Nu e adevărat! Acești semeni învață într-un mod diferit, dar cu toții pot învăța. Unii au IQ-uri foarte ridicate și excelează în domenii de interes.

Mitul 3 – *Toate persoanele cu autism se comportă la fel.* Fals! Oamenii cu tulburări de spectru autist manifestă o mare varietate de comportamente și caracteristici.

Mitul 4 – *Autismul este cauzat de o creștere neadecvată din partea părinților.* Acest fapt este complet neadevărat, întrucât mulți părinți ai copiilor cu autism dovedesc o tenacitate și răbdare excepțională în creșterea copiilor.

Dr. Laura Hendrickson a renunțat la practicarea medicinei pentru a-și putea crește fiul, Eric, diagnosticat timpuriu cu autism. În cartea sa, *Finding Your Child's Way in the Autism Spectrum (Cum să găsești calea înspre copilul tău cu autism)*, descrie provocările pe care Eric le-a înfruntat, crescând cu autism înalt funcțional, provocări precum dificultăți în acceptarea schimbărilor, gândirea inflexibilă și dificultăți de învățare. Henderson a descoperit că oamenii cu autism sunt capabili să învețe. La fel ca noi toți, au puncte forte și slăbiciuni care îi fac unici. Unul dintre punctele slabe ale lui Eric era sensibilitatea la sunete. Totuși, în liceu și facultate, sensibilitatea lui a devenit un punct forte care l-a ajutat să exceleze la limbile străine, fapt ce l-a condus înspre vocația sa. În Lecția 12 și 13 vom învăța cum să primim și să învățăm copiii și

adulții cu autism din biserici și de asemenea vom vedea un material video cu un interviu cu Dr. Hendrickson.

CITEȘTE: „Slujind persoanelor cu tulburări de spectru autist”, de Laura Hendrickson

IV. Un limbaj adecvat dizabilității

Limbajul este un lucru puternic. Cuvintele pot aprinde pasiuni sau stârni furie. Cuvintele complimentează, descurajează, conving sau cauzează prejudicii înspre atitudini, credințe și acțiuni corecte sau greșite. Limbajul joacă un rol important în arătarea respectului față de persoanele cu dizabilități. Ca și creștini, dorim să evităm vorbirea ofensatoare și să arătăm respect în modalități care îl onorează pe Dumnezeu. Cartea Proverbelor ne spune că „o vorbă bună înveselește” (12:25) și că „Un cuvânt spus la vremea potrivită este ca niște mere de aur într-un coșuleț de argint.” (25:11)

- A. **Limbajul de tip „Persoana are prioritate”** – acest fel de vorbire recunoaște omul ca fiind în primul rând o persoană, o ființă umană sau un cetățean și că dizabilitatea este doar o parte din el. De exemplu, în loc să spui „Paul este handicapat”, spune „Paul are o dizabilitate”. Nu vorbi despre „băiatul autist” sau „femeia epileptică”, ci mai bine spune „băiatul cu autism” sau „femeia cu epilepsie”. O excepție ar putea fi „persoanele surde”, care preferă acest termen, spunând că ei nu consideră că au o dizabilitate. Ei pur și simplu folosesc un alt limbaj.
- B. **Evită termenii ofensatori** – nu folosi descrieri precum „probleme la creier”, „încet la învățat” sau „retardat”. În schimb, poți spune „bărbat cu leziune cerebrală” sau „copil cu dificultate de învățare”. Evită folosirea cuvintelor „pitic” sau „midget”. Nanismul este un termen acceptat medical, dar nu ar trebui folosit ca terminologie generală. Spune despre aceste persoane că sunt de statură mică (sau scundă); unii preferă „oameni mici”. „Fără dizabilități” este termenul potrivit pentru restul persoanelor. „Normale, sănătoase sau întregi” sunt termeni neadecvați.
- C. **Indicații pentru vorbire** – Institutul Life Span, de la Universitatea din Kansas a creat un set de indicații care să vă ajute să faceți alegeri mai bune cu privire la limbaj și descrieri. Setul de indicații *Guidelines* explică terminologia potrivită și oferă sugestii pentru modalități adecvate pentru descrierea persoanelor cu dizabilități. *Guidelines* cuprinde materiale din partea a peste 100 organizații naționale și a fost revizuit și aprobat de media și experți în dizabilități din întreaga țară.

Pentru o copie a *Guidelines*, vizitați: www.lsi.ku.edu/~lsi/aboutus/guidelines.shtml.

V. Impactul dizabilității asupra persoanelor individuale și a ciclului vieții familiei

Cartea păstorului Lon Solomon, *Brokeness (Zdrobire)*, descrie modul în care dizabilitatea fiicei sale a schimbat viața întregii familii. Crizele lui Jill au început de la o vârstă fragedă, iar după un număr mai mare de 6000 de crize, Jill suferă de o afecțiune fizică și mentală severă. „Impactul afecțiunii lui Jill a fost devastator pentru noi”, spune Solomon. „Am avut parte de oboseală fizică și psihică... apoi a venit întristarea – întristarea de a privi cum se destramă visurile și planurile pentru fetița noastră...de asemenea, nici visurile și propria noastră viață nu aveau să se mai împlinească. Brenda și cu mine urmam să o slujim pe Jill pentru restul vieții noastre. Dar în loc să o considerăm o povară, am considerat-o un privilegiu.” Familia Solomon sunt un exemplu de familie care a găsit îndurarea lui Dumnezeu pe drumul zdrobirii.

A. Ciclul vieții familiei

1. **Diagnosticarea inițială** – familiile pătrund într-o lume nouă, experimentând stadii ale suferinței, informând familia și prietenii, căutând servicii oferite de stat și luând numeroase decizii medicale.
2. **Copilăria și frații/surorile** – familiile se adaptează la noile așteptări, ajută frații/surorile să treacă peste stres, își administrează bugetul mai atent, fac alegeri cu privire la educația specială și terapeuți diverși.
3. **Tranziția către maturitate** – familiile evaluează nivelurile de independență, căutând opțiuni vocaționale și/sau rezidențiale și plănuiesc schimbări.
4. **Maturitatea** – familiile gestionează beneficii, au loc schimbări de roluri după pierderea părinților, reevaluarea serviciilor necesare și confruntarea cu noi diagnosticuri apărute cu înaintarea în vârstă.
5. **Sfârșitul vieții** – familiile caută îndrumare morală și etică pentru decizii de sfârșit de viață, deplângând posibile despărțiri lungi și considerând perspectiva unei vieți fără de cei dragi.

B. De ce ne-a lăsat Dumnezeu sentimentele

Sentimentele sunt ca un fel de receptori ai durerii pentru corpul nostru. Așa cum durerea mistuitoare provocată de așezarea mâinii pe un aragaz fierbinte care îl determină pe un copil să se tragă de acolo, sentimentele noastre pot fi indicatorii lăsați de Dumnezeu să ne comunice că ceva e greșit. În Lecția 1, Renee Bondi a împărtășit povestea devastatoare a căzăturii sale din pat care i-a provocat o tetraplegie pe viață. Cu dragostea și sprijinul soțului său, Mike, și a familii sale, Renee a înaintat încet prin procesul dureros și a devenit mai puternică. Dar ce se

întâmplă când oamenii încearcă să treacă mai departe, fără a căuta sprijin sau fără să conștientizeze că viața lor a fost schimbată pentru totdeauna de această dizabilitate?

John, un om de afaceri de succes, părea să își fi revenit repede după un accident de mașină care l-a lăsat într-un cărucior cu rotile. Și-a uimit prietenii și colegii prin modul în care și-a reluat singur călătoriile de afaceri, manevrându-și căruciorul prin aeroporturi și hoteluri cu o determinare stranie de a-și păstra personalitatea optimistă. Însă John a ajuns să se lovească de un zid emoțional care l-a făcut să ajungă într-un spital și, în final, să fie consiliat de Dr. Mark Baker.

CITEȘTE: „Cum să tratezi sentimentele celor cu nevoi speciale” de Dr. Mark Baker

Pentru a sluji persoanele cu nevoi speciale, trebuie să înțelegem importanța „procesului suferinței”. Trebuie să învățăm să fim buni ascultători, dar în același timp, să știm când e nevoie să îndrumăm pe cineva către un consilier specialist. Putem asigura pe cei care se luptă cu durere și suferință că sentimentele noastre sunt un aspect al chipului lui Dumnezeu din noi. Acestea ne ajută să relaționăm cu Dumnezeu și cu ceilalți. În Marcu 12:30 citim „*Să iubești pe Domnul Dumnezeul tău cu toată inima ta, cu tot sufletul tău, cu tot cugetul tău și cu toată puterea ta*”. Ca și creștini care trăiesc prin credință, suntem conduși de inimile noastre, mai mult decât ne place să credem. Cartea Proverbe ne amintește că inimile ne sunt călăuzite de gurile noastre (15:28) și că trebuie să ne păzim inimile ca pe izvoarele vieții (4:23).

Pași în vindecarea suferinței

- a. **Negare** – Nu pot să cred că mi se întâmplă asta!
- b. **Mânie** – Înțeleg ce se întâmplă și sunt furios pentru asta!
- c. **Negociere** – Sunt în stare să fac orice ca să opresc acest lucru!
- d. **Depresie** – Sunt foarte trist pentru că realizez că nu pot face nimic să schimb situația în care mă aflu.
- e. **Acceptare** – Înțeleg că viața mea nu va mai fi la fel, dar poate va ieși ceva bun din asta.

Ai avut vreodată nevoie de lucrarea procesului suferinței în viața ta? Poate chiar acum ești în mijlocul procesului. Dacă este așa, amintește-ți că nu ești singur. Există frați și surori credincioși care sunt gata să pășească alături de tine, dar mai important decât asta, există un Salvator care a experimentat toate astea înaintea ta (Evrei 4:15). Victoria poate fi a ta. *Dar mulțumiri fie aduse lui Dumnezeu, care ne dă biruința prin Domnul nostru Isus Hristos!* (1 Corinteni 15:57)

Reflecții – Lecția 2

Ce definește o dizabilitate?

1. Explică diferențele între o deficiență, o dizabilitate și un handicap.

2. Descrie cauzele și efectele a patru tipuri de dizabilități fizice.

3. În materialul video *Când Robin se roagă*, ce fel de activități le plac persoanelor cu dizabilități?

4. Reflectând asupra mărturiei lui Judy Redlich despre persoanele nevăzătoare, care credeți că sunt provocările întâmpinate de persoanele cu deficiențe vizuale?

5. Descrie șase caracteristici comune a persoanelor cu dizabilități intelectuale.

6. Care sunt miturile des întâlnite despre autism?

7. Care sunt câteva dintre sugestiile date de Dr. Hendtckson pentru relaționarea cu persoanele cu autism?

8. De ce este important să folosim limbajul adecvat persoanelor cu dizabilități?

9. Cum a fost afectat ciclul vieții familiei tale de către încercările cu care v-ați confruntat?

10. Reflectând asupra lucrării Dr-lui Baker, de ce ne-a dat Dumnezeu sentimente?

PRIVIND VIAȚA PRIN OCHII UNUI NEVĂZĂTOR – de Judy Redlich

Pregătindu-mă pentru scrierea acestui articol, am examinat câțiva din colegii mei nevăzători. Au fost bucuroși să ajute păstori și lideri laici să se poată simți în largul lor atunci când lucrează cu persoane nevăzătoare. Așadar noi (și eu, de asemenea, sunt nevăzătoare), sperăm să vă putem picta o imaginea a cine suntem și a modului în care ne-am dori să ne priviți. Reprezentăm cele 1.3 milioane de oameni nevăzători din Statele Unite. Unii ne-am pierdut vederea de când eram bebeluși. Alții am devenit nevăzători mai târziu în viață sau încă ne pierdem treptat abilitatea de a vedea.

Povestea mea

Precum mulți dintre copiii născuți prematur care au petrecut o perioadă de timp într-un incubator înainte de anii 1950, retinele ochilor mei s-au separat din cauza nivelului de oxigen administrat incorect. Cercetătorii au descoperit asta abia patru luni mai târziu după nașterea mea și au început să caute o soluție. Mama a spus că pierderea vederii mele a fost un șoc, însă ea și tatăl meu au știut întotdeauna că Dumnezeu va fi cu ei. Totuși, pentru frații mei eram doar sora lor mică și răsfățată, indiferent dacă puteam vedea sau nu. Când aveam patru ani, ne-am mutat într-un cartier cu trotuare. Îmi plăcea enorm când tata mergea pe lângă mine în timp ce mă dădeam cu bicicleta pe stradă în sus și în jos. Mai târziu, am dat jos roțile ajutătoare și mă dădeam pe o bicicletă cu două roți. Am descoperit că, prințând o clemă de haine sau un cartonaș de baseball între spițele bicicletei din fața mea, o puteam urmări ascultând sunetele „flip, flip” ale spițelor care se băteau de cartonaș.

Definiția și cauzele orbirii

Orbirea este pierderea vederii care nu poate fi îndreptată cu ajutorul ochelarilor sau a lentilelor de contact. Persoanele cu „orbire parțială” au o vedere foarte limitată. Acei diagnosticați cu „orbire totală” nu pot vedea nimic și nu pot distinge lumina. Normal, oamenii cu vedere 20/200 sau mai grav, sunt considerați nevăzători din punct de vedere legal.

În Statele Unite, principalele cauze ale orbirii sunt glaucomul, degenerescența maculară, diabetul și accidente precum arderi chimice sau accidente sportive.

- Cataracta afectează aproape 22 milioane de oameni de la 40 de ani în sus. La vârsta de 80 ani, mai mult de jumătate din Americani suferă de cataractă.
- Americanii afectați de glaucom sunt într-un număr mai mare de 2.3 milioane, în vârstă de 40 ani sau mai mult. Alte 2 milioane nu sunt conștienți că au această boală.

- Mai mult de 2 milioane de americani în vârstă de 50 ani și peste, suferă de o degenerescență maculară datorată vârstei, într-un stadiu care poate duce la deficiențe de vedere severe. În jur de 10 milioane de persoane au degenerescență maculară prematură, intermediară sau avansată.
- Retinopatia diabetică afectează un număr mai mare de 4.4 milioane americani, în vârstă de 40 ani sau mai bătrâni. Numărul de oameni cu diabet, în special tineri, este în creștere: 19 milioane de americani cu vârste de 20 ani sau peste, suferă de diabet diagnosticat sau nu; o treime din ei nu sunt conștienți de boală. În general, cu cât o persoană are diabet pe o perioadă mai lungă de timp, cu atât sunt mai mari șansele să își dezvolte retinopatia.

Statisticile cu privire la deficiențele de vedere în țări din lumea a treia sunt mult mai ridicate datorită condițiilor slabe de sănătate și economie. Din fericire, există un număr de organizații care lucrează pentru îmbunătățirea condițiilor persoanelor cu deficiențe de vedere din întreaga lume.

Pași către înțelegere și acceptare

Deși Gaylen a avut o deficiență de vedere din naștere, a fost o luptă pentru ea când *Retinitis Pigmentosa* a început să îi afecteze centrul vizual. „Când am fost diagnosticată, doctorul m-a scos pe ușa fără a-mi oferi nici o informație sau suport. Prin urmare, am renunțat la facultate. În final, am obținut o diplomă în arte liberale și am lucrat ca ilustrator/grafician pentru un ziar până în 2003.” Azi, Gaylen încearcă din răspuțeri să ofere informații valoroase persoanelor recent diagnosticate cu *Retinitis Pigmentosa*. Este implicată în câteva comitete și este un membru activ în Consiliul American pentru Nevăzători. De asemenea, Gaylen înregistrează și editează studii biblice pentru persoanele care nu pot participa la programele bisericii sau mici grupuri de studii.

Ce îi face pe oamenii nevăzători să se simtă acceptați? Același lucru care te face și pe tine să te simți acceptat: să ai prieteni sinceri care te fac să te simți dorit între ei, nu doar tolerat. Îmi amintesc un incident dureros din timpul liceului. Mă bucuram să pot cânta într-o trupă, până într-o zi când am auzit un coleg spunând „Ce bine ar fi dacă Judy nu ar face parte din trupă; întotdeauna trebuie să găsim pe cineva care să o ghideze”. Uau, asta chiar a durut! M-a determinat de asemenea să devin mai independentă, ceea ce mă împiedica uneori să mă apropiu de alții. Persoanele pe care le-am examinat au confirmat că deseori s-au simțit la fel.

Charlene, un specialist independent din Hawaii, este oarbă atât ea, cât și soțul ei. În prezent sunt foarte activi într-o biserică unde au mulți prieteni. Dar nu ar putea spune asta și despre biserica de care aparțineau înainte. „Eram lăsați pe dinafară din majoritatea activităților și eram

tratați ca invalizi”, povestește Charlene. „Ne doream doar să ne considere ca prieteni și să se gândească la noi ca la niște oameni normali care lucrează, mănâncă, dorm și se joacă. Eram înfometate după o părtășie sinceră. Am încercat să ne exprimăm credința slujind în biserică în diferite domenii, dar am descoperit că ne simțeam singuri fiind marginalizați și compătimiți.” Charlene admite că era timidă și ar fi trebuit să se străduiască mai tare în relația cu ceilalți, dar era ca și cum bătălia în care se lupta era pe o pantă, în urcuș.

Povești ca aceasta ne fac să conștientizăm câtă nevoie este că toți creștinii să fie pregătiți să primească pe oricine calcă în bisericile noastre. Iată câțiva pași care te vor ajuta în slujirea persoanelor cu deficiențe de vedere.

Pasul 1) Întreabă întâi

Există situații în care te întrebi dacă o persoană poate vedea sau nu. Este în regulă să întrebi politicos. Oamenii tind să presupună că dacă suntem nevăzători, nu suntem inteligenți. Ca urmare, cred că e acceptabil să ia decizii în locul nostru. „La mesele organizate cu biserica, nu am nevoie de ajutorul altora să mă servesc cu mâncare”, povestește Joleen, o fizioterapeută pensionată din Washington. „De obicei, soțul meu știe ce îmi place și stă la coadă pentru amândoi, în timp ce eu aștept la masă. Cu toate acestea, uneori ceilalți îmi pun mâncare în farfurie fără să îmi ceară permisiunea. Există modalități în care să faci astfel de lucruri cu bunăvoință, fără să mă faci să mă simt inferioară.” Joleen recomandă de asemenea să eviți să apuci o persoană oarbă de braț atunci când îi oferi ajutorul deoarece acest fapt o poate speria, făcând-o să își piardă echilibrul.

Pasul 2) Evită să fi prea protector

Mark este un băiat în vârstă de 17 ani, elev în liceu, care și-a pierdut vederea din cauza unei boli genetice a ochilor. „Mi-aș dori ca oamenii să nu se comporte cu mine ca și cum ar umbla pe coji de ouă”, spune Mark. „Nu-i ca și cum o să mă sparg sau ceva de genul. Toată lumea face parte dintr-o gașcă la școală, dar nu și eu. Faptul că ești nevăzător nu schimbă cu nimic un om, așa cum nici tu nu te-ai schimba cu nimic dacă ți-ai închide ochii. Un grup de pe Facebook avea dreptate când au postat motto-ul următor: *Sunt nevăzător, dar am o minte. Obișnuiește-te cu asta!*”

Hannah, studentă la Universitatea Bowling Green State din Ohio, speră să obțină o diplomă de master în educație specială, axându-se pe cei cu deficiențe de vedere. Deși și-a pierdut o mare parte din vedere pe când era un bebeluș ce se lupta cu cancerul, până nu demult, Hannah putea citi cărțile cu litere mari. Acum învața Braille.

„Vreau să-i învăț pe copii lucruri care nu mi s-au predat când eram mică, precum cititul Braille, folosirea unui baston alb sau utilizarea unui program cu comenzi vocale.”, relatează Hannah. „Biserica mea mi-a oferit un dosar cu multe materiale scrise în litere mari. Și mi-am cumpărat un binoclu pentru urmărirea materialelor video. De asemenea, îmi place să ascult un CD cu Biblia citită.” Deși Hannah a găsit modalități de a participa la închinare, își dorește încă prietenii adevărate și are nevoie de ajutorul altora. Nu poate merge nici măcar la cumpărături fără un însoțitor deoarece fără ajutorul cuiva, magazinele sunt un loc unde te poți simți destul de singur și intimidat. De asemenea, are nevoie ca cineva să o ducă la programările medicale întrucât prețurile taxiurilor sunt destul de mari.

Petrecerea timpului cu persoane nevăzătoare este cea mai bună modalitate pentru a scăpa de teama de a nu spune un lucru nepotrivit sau de greseala de a fi prea protector. Invitând o persoană nevăzătoare să împărtășească povestea ei cu biserica sau cu grupul vostru de tineri este un mod potrivit de a începe o conversație.

Pasul 3) Ajută în oferirea de materiale speciale

Când eram copil, familia mea frecventa o biserică Luterană unde voluntarii îmi ofereau lecțiile de la Școala Duminicală în Braille. De asemenea, păstrau în camera ușierului o Carte de Imnuri Luterane scrisă în Braille, astfel încât mama putea să noteze imnurile listate pe afișier. Alegeam volumele care conțineau acele imnuri și le duceam cu noi în biserică. Bapțiștii, Adunările lui Dumnezeu și Luteranii oferă deseori materiale în Braille sau scrise cu litere mari. Totuși, doar 12% din persoanele nevăzătoare știu să citească Braille. Află ce fel de materiale folosesc oamenii cu deficiențe de vedere din biserica ta și adaptează-te la nevoile lor.

Întrucât multe persoane nevăzătoare folosesc calculatoare sau alte dispozitive care îi ajută să citească, email-ul este o modalitate bună de a trimite din timp materiale cuiva care nu poate citi literele normale. Dacă ai harfa ta de cântări sau cartea cu rugăciuni în format electronic, trimite câte o copie acestor persoane cu deficiențe de vedere. Asta le va permite să își aducă propria carte în formatul preferat și să participe la servicii. Este recomandat un font de mărime 18-26 atunci când pregățiți buletine, cărți de imnuri sau materiale pentru Școala Duminicală. Conform legii, materialele pot fi reproduse în formate diferite atâta timp cât nu sunt puse în vânzare. Nu e nevoie să obții permisiune scrisă din partea autorului/editorului pentru această utilizare.

Familia lui Beth au învățat-o întotdeauna să fie o biruitoare. La facultate, îi plăcea să studieze dirijarea muzicii corale, dar biserica ei nu permitea studenților nevăzători să se pregătească pentru slujirea în biserică. Așadar Beth a fost foarte rănită atunci când i s-a interzis să care crucea cea grea din lemn, în timpul procesiunii, la fel ca toți ceilalți. Într-o întâlnire cu păstorul, și-a spus opinia: „Vă rog să nu tratați persoanele nevăzătoare ca pe niște proiecte de caritate.

Dacă ne exprimăm interesul de a sluji în biserică, vă rog să găsiți o modalitate de a ne ajuta să facem asta, chiar dacă va fi nevoie de câteva schimbări. Cum pot crește spiritual în biserică, dacă tot ce fac este să stau pe bancă?”

Transportul poate fi o problemă majoră pentru persoanele nevăzătoare. Beth trebuie să treacă printr-o intersecție mare și aglomerată pentru a putea ajunge la biserică unde îi place să meargă. Dacă nu găsește pe cineva care să o ducă cu mașina, Beth merge pe jos la o altă biserică pentru că drumul este mai sigur. Dacă nu este cine să o ajute pe drumul cel nou oferindu-i puncte de reper specifice, lui Beth îi este evident frică să nu se piardă sau să rămână într-o intersecție necunoscută. Simplul fapt de a te oferi să duci pe cineva cu mașina de la biserică este o oportunitate de a sluji.

Ce facem în privința copiilor?

Copiii care sunt nevăzători din naștere nu au văzut niciodată culorile. Dar asta nu înseamnă că nu se pot bucura realizând proiecte de artă. Mama mea a fost regina lipiciului cu sclipici și a decupatului. Mă ajuta să colorez pagini din cărți de colorat și mi-a cumpărat o cutie de creioane care erau plate pe o parte, astfel încât nu se rostogoleau de pe masă. Iată alte câteva sfaturi pentru a-i atrage pe copiii nevăzători din biserică:

1. Pagini de colorat – găsește creioane plate sau creioane de ceară. Fă o etichetă în Braille pentru fiecare creion. Pentru copiii cu deficiențe de vedere, conturează imaginea cu diferite culori sau lipici, ca să poată vedea marginile. De asemenea, le poți da un tub de lipici și câteva obiecte mici din care să realizeze propriile ilustrații biblice.
2. Teatru – pentru realizarea scenetelor, dă-le copiilor scenariul cu o săptămână înainte, sau trimite-l prin email părinților, astfel încât vor avea timp să se pregătească pentru participare. Oferă indicații de scenă precum „fă cinci pași înspre scena din stânga.”
3. Muzica – trimite din timp cântecelele părinților, ca aceștia să poată adapta cuvintele în formatul necesar copiilor.
4. Ajutorul învățătorului – dacă le ceri copiilor să ajute pe rând învățătorul, te rog să nu îi excluzi pe cei nevăzători. Arată-le ce să facă și fă-i să se simtă responsabili. Poți desemna ajutoare în perechi, astfel încât fiecare va avea un prieten cu care să lucreze împreună, în loc să îi marginalizezi pe copiii nevăzători.
5. Îmbrățișează diferențele – dacă, de exemplu, un copil are un câine pentru nevăzători, cere-i să prezinte câinele în fața clasei, explicând care sunt sarcinile lui.

Privește în interiorul vieților noastre

Persoanele cu deficiențe de vedere pot părea distante sau inaccesibile din cauza unor experiențe trecute cu oameni bine intenționați dar neatenți, care le-au dezamăgit. De asemenea, se poate întâmpla ca realizarea unor lucruri să le ia mai mult timp, datorită dizabilității lor. Totuși, când liderii bisericilor știu să fie răbdători și nu se grăbesc să facă presupuneri, vor putea găsi într-o persoană nevăzătoare, un voluntar loial, dornic să muncească. Mulți oameni nevăzători sunt șomeri și au timp la dispoziție pentru slujirea bisericii și multora le-ar face plăcere să învețe noi deprinderi.

Jessie este nevăzătoare și e un consilier profesionist licențiat din West Virginia. Biserica ei nu a vrut să-i accepte oferta sa de a ajuta în domeniul muzical. „Chiar dacă sunt un lider competent și profesionist în alte aspecte ale vieții, abilitățile mele nu au fost folosite în biserică”, povestește ea. Jessie frecventează de curând o altă biserică, unde a fost primită cu bucurie să ajute cu muzica și i-au oferit chiar și transport. Dar a apărut o altă problemă legată de câinele ei pentru nevăzători. „Planul lor era ca ei să fie *ochii mei* pentru timpul care îl petreceam acolo. Spuneau că ar trebui să las câinele acasă și să mă țin de mâna lor atâta timp cât eram acolo. Câinele era absolut interzis.”

În biserica mea, când mi-am luat un câine pentru nevăzători, păstorul mi-a cerut să ofer o demonstrație în fața bisericii. El a explicat: „Velda reprezintă ochii lui Judy. Vouă v-ar plăcea ca cineva să vină să vă atingă ochii?”

Linda predă muzică la o școală creștină din Nebraska, oferă lecții în particular de canto și pian și dirijează corul bisericii. Linda spune că biserica sa baptistă este foarte deschisă persoanelor cu dizabilități, oferindu-i chiar un loc de muncă part-time și oportunități de slujire. Împreună cu o altă prietenă nevăzătoare au creat o harfă de cântări în format electronic și ambele folosesc Biblia într-un format adaptat pentru ele. De asemenea, moderează o listă de e-mail pentru persoane nevăzătoare creștine, printr-o diviziune a Federației Naționale pentru Nevăzători. Linda apreciază faptul că biserica sa este atât de primitoare, atât față de ea, cât și față de prietenii ei cu deficiențe de vedere.

Robert este nevăzător din naștere. Este președintele misiunii la Biserica Faith United Methodist din West Monroe, Louisiana. Robert a fost activ în biserică aproape toată viața. Deține o diplomă cu dubla specializare, una principala în informatică și cea secundară în muzică și administrarea afacerilor. Cum a trecut peste respingerea din biserică? Robert povestește:

De fiecare dată, congregațiile țineau să fie insulare. Erau perfect mulțumite ca eu să merg și să pun banii în coșul lor de donații, dar acesta era punctul cel mai îndepărtat până unde mergea slujirea mea. Soluția pentru această respingere a fost să merg la o altă

biserică. În prezent cânt în corul vocal, în corul de clopoței, slujesc în Comitetul Nomițiilor și în Consiliul de administrare, sunt președintele comitetului Misiunii și slujesc în Comitetul Relațiilor dintre păstor și enoriași. În trecut, am fost delegat în conferințe anuale. Dumnezeu m-a înzestrat cu daruri și talente pe care se așteaptă să le folosesc. Este responsabilitatea mea să fiu deschis la slujire și să mă ofer voluntar. Urmăresc lucrările bisericii și mă implic atunci când apar oportunități. Nu contează dacă ești nevăzător; vei primi de la biserică ceea ce oferi.

Ernest este un asistent pensionat. A descoperit că nu e ușor să te muți dintr-o biserică mică, unde toată lumea te acceptă, într-o congregație mare. Când s-a oferit să ajute la anumite programe, liderul i-a răspuns: „Ei bine, nu sunt prea sigur ce ai putea face”. Din fericire, atitudinile față de Ernest s-au schimbat în final, iar acum slujește deseori cu soția în conducerea cântărilor. De asemenea, în ultimii patru ani a cântat în corul bisericii și este învățător la copii. Ernest amintește de următoarele lucruri:

Nu doar trece pe lângă mine, pentru simplul fapt că nu te pot vedea. Vorbește cu mine, nu doar cu altcineva, ignorându-mă. Când vorbești cu mine, nu pleca pur și simplu, fără să îmi spui că faci asta. Află care sunt abilitățile mele și ce îmi place să fac și încearcă să îmi dai câteva responsabilități. Salută-mă, așa cum îi saluți pe alții. Fiind nevăzător, cred că unul dintre cele mai dificile lucruri este să cunoști oameni, indiferent dacă în biserică sau în alte locuri, și să nu poți să te uiți la cei din jurul tău, să le atragi atenția. Așadar, poți fi ignorat cu ușurință de majoritatea lumii.

A lua în serios problema nevăzătorilor

Debbie are opt copii și cincisprezece nepoți și a slujit în lucrarea cu copiii până și-a pierdut vederea în anul 2006, din cauza sclerozei multiple. În 2008, soțul său a trecut printr-o boală dezastruoasă, pierzându-și abilitatea să mai lucreze ca manager de restaurant. Debbie vrea să ajute pe alții în a înțelege durerea și pierderea lor și cum ar putea oferi o mână de ajutor.

„Nu ne-am imaginat niciodată că vom ajunge amândoi bolnavi în jurul vârstei de 50 ani. Atitudinea unui păstor ar trebui să fie aceasta: <<Hei, vreau să stau jos și să vorbesc cu tine... să îți cunosc familia. Știu că ai avut parte de multe încercări în ultimul timp și probabil ai putea să mă ajuți să înțeleg prin ce treci, ca la rândul meu, să te pot ajuta pe tine și pe alții care trec prin aceeași situație.>>”

Debbie spune că o conversație scurtă în holul bisericii nu este modul potrivit să vorbești despre probleme care încă te copleșesc. După câțiva ani, Debbie încă e tristă din cauza pierderii vederii. Mărturisește că îi este frică să împărtășească frustrările cu alții deoarece ar suna ca și cum s-ar

plânge sau ca un lucru necreștinesc. Ea crede că păstorii nu așteaptă cu adevărat un răspuns sincer când întreabă „Cum ești?” Ei vor să primească doar răspunsul tipic „Sunt foarte bine!”

Debbie spune că încă nu își dă bine seama unde îi este locul. Persoanele care o căutau să îi ceară sfaturi și o respectau în slujirea care o făcea, acum îi întorc spatele. Ea se întreabă: „Cum ar fi dacă Isus ar veni într-una din bisericile noastre în cărucior sau ca nevăzător – ar putea să treacă măcar de intrare?”

Păstorul Paul este director al Centrului pentru Nevăzători și al Reprezentanței Nevăzătorilor în Misiunea Națională din U.S. în Adunările lui Dumnezeu. El oferă câteva perspective cu privire la relaționarea cu un nevăzător. „În primul rând, află care este starea spirituală în care se află persoana. Lucrul cel mai important este să îi asiguri că există viață și după pierderea vederii, chiar dacă aceasta necesită schimbarea carierei.”

Păstorul Paul este căsătorit, are cinci copii și dorește să îi încurajeze pe ceilalți. „Credința voastră va fi încercată. Biblia vorbește despre pleavă că va fi arsă de foc. Vei descoperi ceea ce crezi cu adevărat sau cât de solidă este credința în ceea ce predici altora. Întregul sistem de convingeri va fi pus la încercare. Pregătește-te pentru asta. Dacă credința ta este reală, vei înfrunta provocările. Este ușor să-ți susții credința în ceva până când nu ești încercat. Există speranță și viață după pierderea vederii. Cu o inimă potrivită și tehnici adecvate, probabil vei descoperi că slujirea ta este mult mai roditoare, datorită unei dependențe mai mari de Dumnezeu. Vei putea arăta mai multă empatie față de cei pe care îi consiliezi. Și cel mai important, nu trebuie să renunți la chemarea ta!”

Dave, un păstor luteran, tată a doi copii, spune: „Cred că cel mai important lucru pe care îl poate face o biserică este să accepte o persoană pentru ceea ce este, așteptând de la ea la fel de mult ca de la orice altă persoană, fiind gata să folosească talentele acestora, fără rezerve sau acordare de atenție specială.”

Data următoare când întâlnești o persoană nevăzătoare, ignoră orice frică ce te-ar putea cuprinde la gândul că acea persoană este diferită. Regula principală este să ne tratezi așa cum ți-ar plăcea ție să fi tratat. Nu te purta cu noi ca și cu niște copii, nu ne ignora. Dezvoltă o prietenie cu noi și așteaptă-te ca aceasta să fie mutuală, nu doar dintr-o singură parte.

Care sunt câteva activități plăcute persoanelor care și-au pierdut vederea? Iată o listă: golful, înotul, cățărutul, cititul, călătoriile, cântecele, mersul cu bicicleta, scrierea de poezii, gătitul, ascultarea muzicii, schiatul pe zăpadă și pe apă. Te regăsești în câteva dintre ele? De ce să nu îi ceri unei persoane nevăzătoare să ți se alăture în unul dintre interesele voastre comune? Aveți aceleași ocupații? Te surprinde faptul că persoanele nevăzătoare sunt angajate ca muzicieni, designeri web, programatori, psihologi, asistenți, fizioterapeuți, avocați, profesori etc?

Există domenii în care o persoană nevăzătoare ar avea mare nevoie de un prieten care să îi întindă o mână de ajutor. Acestea ar putea fi: cumpărături de alimente sau îmbrăcăminte, mersul la bancă, transportul, e-mail-urile, aranjarea cărților, potrivirea și/sau etichetarea hainelor și accesoriilor, etichetarea bunurilor în conserve.

Joleen sumarizează totul astfel: „Nu vreau să mă simt ca o persoană nevăzătoare extraordinară, ci doar un membru dedicat și capabil în familia bisericii noastre.”

În încheiere, te rog să te gândești la următoarele Fericiri care cuprind multe dintre stereotipurile cu care ne confruntăm ca persoane nevăzătoare:

Fericirile nevăzătorului

Binecuvântați să fie cei care nu strigă atunci când îmi vorbesc.

Binecuvântați să fie cei care îmi vorbesc direct mie, și nu altcuiva.

Binecuvântați să fie cei care se prezintă când intră într-o încăpăre și mă salută.

Binecuvântați să fie cei care mă salută când pleacă și nu mă lasă să vorbesc singur.

Binecuvântați să fie cei care nu evită cuvântul „a vedea” atunci când vorbesc cu mine.

Binecuvântați să fie cei care mă bat pe umăr atunci când se apropie din spate sau din lateral, ca să îmi vorbească.

Binecuvântați să fie cei care așteaptă să le întâind mâna înainte de a da mâna cu mine.

Binecuvântați să fie cei care îmi așează mâna pe spatele scaunului atunci când îmi dau indicații unde să mă așez.

Binecuvântați să fie cei care nu mă lasă într-un mediu necunoscut, fără a mă îndruma.

Binecuvântați să fie cei care îmi oferă brațul pentru a mă ghida, în loc să mă apuce sau să mă împingă.

Binecuvântați să fie cei care mă abordează, oferindu-mi ajutor, atunci când mă aflu într-o mulțime și par dezorientat.

Binecuvântați să fie cei care nu mă fac de rușine într-un grup, menționând dizabilitatea mea prin cuvinte sau acțiuni.

Binecuvântați să fie cei care râd împreună cu mine când spun o glumă referitoare la inabilitatea de a vedea.

Binecuvântați să fie cei care îmi citesc meniul și prețurile, oferindu-mi posibilitatea să îmi comand mâncarea.

Binecuvântați să fie cei care mă ghidează la casă, pentru a-mi putea plăti masa.

Binecuvântați să fie cei care nu îmi distrag câinele pentru nevăzători.

Binecuvântați să fie cei care mă tratează ca pe o ființă umană deoarece, fie că îți place sau nu, **SUNT** o ființă umană.

Autor necunoscut, cu contribuțiile lui Pat Seed.



Judith Redlich are 32 ani de experiență în diferite domenii din industria media. Timp de 20 ani, Judy a fost producătoarea și gazda unui show de televiziune, iar timp de 12 ani a fost producătoarea și gazda unui talk-show radio. Ca manager la Joni and friends Gateway, e responsabilă cu administrarea și implementarea tuturor programelor în St. Louis, Mo. Judy este licențiată în Jurnalism și Psihologie, la Facultatea din Missouri Valley. În 2009, Asociația Națională a Femeilor Conducătoare și Profesioniște au desemnat-o „Femeia anului” în Media Relations și a primit Premiul Bronze Telly.

SLUJIND PERSOANELOR CU TULBURĂRI DE SPECTRU AUTIST – de Dr. Laura Hendrickson

Tommy este un tânăr în vârstă de 24 ani, cu autism sever. Nu poate vorbi, dar geme gălăgios la anumite intervale și este în continuă mișcare. Nimeni nu știe dacă înțelege ceva din ceea ce aude și poate fi o distragere în timpul programelor de duminică, având în vedere că stă în primul rând, împreună cu părinții săi. Dacă ai fi membru al acestei biserici, ai fi tentat să tratezi cu păstorul unde ar trebui să stea această familie?

Rhonda are 5 ani și a fost diagnosticată cu autism. În prima zi a noului semestru la Școala Duminicală, a refuzat să se așeze pe un scaun și a mers în spatele încăperii, legănându-se ritmic. Când învățătoarele au încercat să o facă să stea jos și să asculte povestirea biblică, a început să strige isteric și s-a aruncat pe podea. Deși Rhonda poate vorbi, o face foarte rar și doar atunci când are nevoie de ceva. Învățătoarele ei nu știu dacă învață ceva la școală pentru că nu arată niciodată semne de interes. Preferă să stea singură pe podea, în colțul cu jucării al camerei și să construiască blocuri din cuburi. Uneori se apropie de grupul de copii când aceștia cântă sau se joacă ceva, dar niciodată nu li se alătură. Învățătoarele se întrebă dacă locul lui Rhonda este în clasa lor și și-ar dori să știe cum să ajungă la ea.

Joe, un băiețel de 10 ani, este ca un „mic profesor”. Într-o dimineață, a mers la o femeie pe care nu o mai întâlnise niciodată, a prins-o de încheietura mâinii, fără nici măcar un salut, și a început să îi explice cum funcționează ceasul ei de pe mână. Apoi a început o lecție întreagă despre fusul orar și ora de mijloc din Greenwich. Altă dată, un diacon i-a cerut să îl ajute cu aranjarea scaunelor în biserică, însă Joe nu a reușit să le așeze în linie dreaptă. În loc să ceară ajutor, a început să se plângă cu voce tare lui însuși. Când a văzut că asta nu îl ajută cu nimic, a început să se lovească ritmic cu capul de un scaun. Păstorul știa că Joe avea sindromul Asperger, dar se întrebă în sine dacă nu cumva băiatul era foarte egocentric pentru că părinții l-au prea răsfățat. Poate avea nevoie pur și simplu de o disciplină mai bună, să fie învățat cum să îi pună pe ceilalți înaintea lui.

Cum să înțelegi Tulburările de Spectru Autist

Tulburările de Spectru Autist (Autism Spectrum Disorders – ASD) sunt dizabilități intelectuale, care apar la naștere, caracterizate prin întârzieri în trei domenii principale de funcționare. Cel mai vizibil aspect este acela că persoanele cu ASD prezintă o deficiență în abilitatea lor de relaționarea cu ceilalți. De obicei, persoanele cu autism mai puțin capabile nu prezintă nici un interes față de relațiile cu alți oameni. Cei cu un nivel mai înalt de funcționare intelectuală pot să își dorească o conexiune interpersonală, însă s-ar putea să nu dispună de abilitatea de a o atinge. Eșuează în relaționarea cu ceilalți deoarece nu înțeleg limbajul nonverbal precum

expresiile faciale, postura corpului și tonalitatea vocii și totodată pentru că nu pot percepe faptul că fiecare om are propriile puncte de vedere, interese și dorințe.

Obstacolele cognitive pe care le înfruntă persoanele cu ASD sunt deseori mai debilitante decât problemele sociale. Oamenii cu ASD variază de la talentați la retard mintal, dar la orice nivel de abilitate, există o tendință de focalizare a atenției pe detalii și nu pe imaginea de ansamblu și, în același timp, există dificultatea de a-și schimba atenția de la un lucru la altul. Chiar și persoanelor cu un nivel ridicat de funcționare intelectuală le este aproape imposibil să răspundă flexibil unui mediu dinamic. Până și persoanele foarte inteligente prezintă o procesare mentală înceată, probleme cu organizarea și stabilirea priorităților și se luptă să reacționeze normal la evenimente neașteptate.

Comunicarea este al treilea domeniu cu funcționare întârziată, iar nivelul deficienței variază de la o persoană la alta. Unii nu pot vorbi, pe când alții nici nu vorbesc, nici nu înțeleg ceea ce li se comunică. Dar chiar și cei care sunt foarte inteligenți pot experimenta dificultăți în exprimarea gândurilor și se luptă să înțeleagă un mesaj întreg atunci când îl aud prima dată. Din acest motiv, mulți adolescenți cu sindromul Asperger sunt considerați „proști” de către colegii lor, chiar dacă sunt în fruntea clasei din punct de vedere academic.

Termenul „tulburare de spectru autist” este folosit să sublinieze asemănările dintre aceia cu un nivel ridicat de funcționare intelectuală și cei care sunt mai puțin capabili. De exemplu, sindromul Asperger este o tulburare de spectru autist, diagnosticată deseori la persoane care sunt evident deficiente în domeniul abilităților sociale, dar mai puțin sesizabil în domeniile percepției și a comunicării. Autismul este diagnosticat atunci când oamenii au întârzieri severe în toate trei domeniile. Deși s-ar putea să nu fie evident de la prima privire, Tommy, Rhonda și Joe sunt afectați de aceeași condiție – singura diferență este gradul de severitate.

Comportamente asociate cu ASD

Problemele comportamentale se dezvoltă ca o consecință a handicapurilor sociale, cognitive și de comunicare, menționate mai sus. Gândirea inflexibilă este un semn distinctiv al ASD. Deoarece procesarea mentală este înceată, persoanelor cu ASD le este mult mai greu să țină pasul cu un mediu dinamic. Schimbarea le produce neliniște, așa că își dezvoltă tipare de comportament care le permit să evite această neliniște. De exemplu Rhonda se simte mai în siguranță în spatele sălii la Școala Duminicală, deoarece se izolează de cererile pe care ar trebui să le înfrunte făcând parte din grup. Acești oameni dezvoltă deseori comportamente regulate și obsesii care îi poate ajuta să se calmeze, limitându-și conștientizarea față de împrejurimile deranjante. Faptul că Rhonda construiește blocuri din piesele de jucărie este un exemplu de

comportament regulat. La fel, obsesia lui Joe cu ceasurile, îi oferă ceva pe care să își focalizeze atenția atunci când e neliniștit.

Datorită inflexibilității cognitive, persoanele cu ASD sunt copleșite cu ușurință în situațiile în care se întâmplă mai multe lucruri simultan. În aceste situații, ei tind să manifeste un comportament auto-stimulator care îi ajută să treacă peste confuzia pe care o simt. Geamătul lui Tommy, legănatul lui Rhonda și loviturile cu capul de scaun ale lui Joe sunt exemple de auto-stimulare. Accesele de furie sau „crizele” pot apărea când o persoană nu mai reușește să își controleze emoțiile prin auto-stimulare. Când învățătoarele au încercat să o oprească pe Rhonda din legănat și au constrâns-o să se așeze pe scaun, cu ceilalți copii, fetița a avut o criză.

Nemulțumirile nervoase ale lui Joe erau semne că urma să aibă o criză. Când problema lui nu a fost remediată, s-a angajat într-o auto-stimulare dureroasă. Fără o intervenție, s-ar fi putut răni, ridicând un scaun și aruncându-l. Deși copiii cu sindromul Asperger ar putea părea mai maturi decât copiii cu autism de aceeași vârstă, abilitățile lor de a face față situațiilor sunt totuși cu mult mai slab dezvoltate ca a unor copii tipici de vârsta lor. Aflați sub presiune, un copil cu autism se poate comporta în moduri în care ceilalți copii nici nu s-ar gândi.

Rhonda evită alte persoane deoarece simte puțină nevoie de a interacționa și e mai liniștită când știe la ce să se aștepte. Pe de altă parte însă, Joe își dorește apropierea socială, așa că încearcă să interacționeze cu ceilalți. La inițiativa în conversație și o păstrează, deoarece controlând direcția interacțiunii, va întâmpina mai puțină imprezibilitate, așadar mai puțină anxietate. Totuși, eșuarea sa în a urma regulile sociale nescrise și a urmări răspunsurile limbajului nonverbal îl împiedică să stabilească o conexiune adevărată cu alții. Când va deveni adult, s-ar putea să sufere mult de singurătate. Tommy e mult mai puțin probabil să se simtă singur – chiar dacă e posibil ca interacțiunile sale să fie minime de-a lungul vieții – deoarece nevoile sale sociale sunt foarte scăzute. Rhonda fiind încă mică, e greu de prezis cum va funcționa când va fi adult. Copiii cu ASD uneori „urcă mai sus în spectru” când primesc ajutor eficient din tinerețe. Când Rhonda va fi în vârstă de 10 ani, s-ar putea să funcționeze la un nivel similar cu cel în care se află în prezent, sau s-ar putea comporta așa cum o face Joe acum.

Specialiștii în ASD au descoperit că majoritatea copiilor ca Joe își pot perfecționa competențele sociale atunci când deprinderile necesare le sunt explicate foarte bine. Încă se caută modalități de învățare și cuantificare a acestor „reguli nescrise”, dar eforturile de început par promițătoare. Cu ajutorul potrivit din partea experților în ASD, la vârsta maturității Joe ar putea să fie la fel ca orice om de vârsta sa, sau ar putea să continue cu același comportament ca acum.

Cum poate ajuta biserica?

Amintiți-vă întrebările cu privire la Tommy și Rhonda: Are rost să încurajezi oameni ca aceștia să participe la programele bisericii? Pot ei să aibă credință și să crească în Cristos la fel ca restul oamenilor?

E important să ne amintim că persoanele cu tulburări din spectru autist nu s-au născut ca rezultat al unui accident care s-a petrecut în afara providenței lui Dumnezeu. Geneza 1:27 ne învață că toți am fost creați după chipul și asemănarea Lui, la fel ca strămoșii noștrii, Adam și Eva. Acea imagine a fost stricată de către căderea omului, iar dizabilitățile persoanelor cu ASD demonstrează clar această realitate dureroasă. Dar sunt totuși ființe umane, create după chipul lui Dumnezeu și, la fel ca noi restul, au fost născuți cu potențialul de a dezvolta o relație cu El. Scriptura ne spune că însuși Dumnezeu a vegheat asupra creșterii în pântec și a planificat povestea vieții lor, la fel cum a făcut cu restul copiilor (Psalm 139:13-16). Deci aparțin ei bisericii, chiar dacă prezența lor complică viețile tuturor? Absolut!

Mai mult, oamenii cu ASD *sunt* capabili să învețe, dacă li se explică într-un mod potrivit stilului lor cognitiv unic. Proverbe 22:6 spune: *Învață pe copil calea pe care trebuie s-o urmeze, și când va îmbătrâni, nu se va abate de la ea.* Un copil cu ASD are calități și defecte, la fel ca noi, restul, care formează felul său de a fi. Dacă i se oferă ajutor bazat pe înțelegerea modurilor în care este diferit, el *va putea* învăța.

Cum să ajuți copiii cu autism

Cum aș ajuta-o pe Rhonda să învețe la Școala Duminicală? Aș începe prin a mă desemna ajutorul său special. În general, o clasă cu un copil cu ASD ar trebui să aibă o persoană specială care să se ocupe doar de el, întrucât acest copil nu va participa fără o implicare unu-la-unu. Expertii în autism numesc această persoană „umbră”, iar slujba lor este să stea lângă copilul cu ASD și să îi repete ceea ce spune învățătoarea printr-un limbaj mai simplu, încurajând implicarea lui.

Deoarece Rhonda este inflexibilă din punct de vedere cognitiv și ușor copleșită, e foarte posibil ca fără ajutor, să nu observe ceea ce spune învățătoarea. Așadar, dacă eu aș fi umbra lui Rhonda, m-aș așeza jos, stând la același nivel cu ea, față în față, pentru că dacă aude bine ceea ce i se spune, este mult mai probabil să răspundă. Înainte să se treacă de la un lucru la altul, aș anunța-o pe Rhonda că e timpul să schimbăm activitățile și i-aș explica la ce ar trebui să se aștepte în continuare. Copiii cu ASD suferă deseori de apraxie care se manifestă prin dificultatea de a se mișca. Îndrumarea fizică precum o presiune ușoară pe umerii săi, ar putea-o ajuta pe Rhonda să înceapă. Aș merge la masa ei, i-aș așeza un creion în mână și i-aș mișca mâna, arătându-i cum să coloreze. Apoi aș lăuda-o cu extaz „Ce frumos colorezi!” Specialiștii în

ASD spun că deseori copiii nu răspund la vorbirea în șoaptă, ci cooperează atunci când văd entuziasm. Pe de altă parte, dacă ar fi nevoie de o corectare, aș încerca să nu atrag atenția foarte mult asupra ei, întrucât copiii cu ASD sunt ușor descurajați și tind să se dea bătuți. Aceasta poate duce la un comportament încăpățânat sau poate provoca chiar și o criză.

Rhonda are nevoie, de asemenea, de limite exacte și consecvență. Ar putea să devină confuză și să se dea bătută dacă regulile nu sunt exact la fel de fiecare dată, sau dacă nu i se impun întotdeauna. Restul copiilor pot face față inconsecvenței în mediul lor. Deoarece copiii cu ASD se luptă cu schimbarea, e de mare ajutor ca regulile să fie făcute clare, să li se repete des și să fie aplicate de fiecare dată.

Pe lângă asta, aș urmări-o pe Rhonda când începe să se clatine sau să dea alte semne că devine copleșită. Dacă pare că urmează să se supere foarte tare, aș merge cu ea afară, într-un loc liniștit unde să se calmeze. Odată ajunse acolo, aș vorbi cu ea foarte rar, cu o voce joasă și înceată, povestind despre ce s-a întâmplat în clasă, încercând să o fac să înțeleagă. De asemenea, aș încerca să o fac pe Rhonda să afirme că e gata să ne întoarcem în clasă înainte de a face asta, eventual amintindu-i că urmează să facem o activitate care îi place.

Dacă, în ciuda eforturilor mele, Rhonda ar începe să aibă o criză în clasă, aș lua-o în brațe repede și aș duce-o într-un loc liniștit. Dacă este scoasă din mediul perturbator, este posibil să își recapete controlul mai repede. Nu aș încerca să vorbesc cu ea atâta vreme cât este supărată, deoarece cuvintele ar însemna o suprasolicitare și mai mare. Odată ce incidentul a trecut, aș încerca să vorbesc cu Rhonda despre ceea ce a deranjat-o, ajutând-o să găsească un mod de a face față situației data următoare.

Cum să ajuți oamenii cu sindromul Asperger

Ce poate fi făcut pentru a-l ajuta pe Joe? Au persoanele cu sindromul Asperger cu adevărat un handicap, sau e nevoie doar de mai multă disciplină și învățare cum să îi pună pe ceilalți pe primul loc, înaintea lor?

E important să observăm că Biblia nu îi scutește de porunci pe cei cu nevoi speciale. Asta înseamnă că Joe, la fel ca noi ceilalți, trebuie să lucreze din greu să învețe cum să îi așeze pe ceilalți înaintea lui. Însă acest lucru va fi mult mai dificil pentru el, datorită deficienței sale care îl împiedică să vadă lucrurile din punctul de vedere al celorlalți. De asemenea, trebuie să ne amintim că doar pentru că un copil are o dizabilitate, nu înseamnă că nu va face alegeri greșite. Persoanele cu sindromul Asperger duc o luptă extrem de dificilă cu păcatele lor recurente (deseori mânia și încăpățânarea), din cauza inflexibilității și instabilității emoționale cu care s-au născut. Cu toate acestea, trebuie să continue să se lupte – în limitele posibilității lor – deoarece Dumnezeu ne poruncește tuturor să facem asta.

Din aceste motive, este nevoie de o mare compasiune în cazul persoanelor care încearcă să ajute un copil cu ASD să aibă o compasiune mare. Vrem să ne asigurăm că nu îl vom scuti de nevoia de a-l urma pe Cristos prin comportamentul său, din cauza unei neînțelegeri a naturii dizabilității sale. Va trebui să îl ghidăm cu răbdare, înțelegând cât de dificilă este schimbarea pentru un astfel de copil.

Este Joe în același timp și răsfățat, și afectat de o dizabilitate? Ar putea fi. Nivelul de funcționare intelectuală al fiului meu era la fel de scăzut ca cel al lui Tommy la vârsta de 2 ani, dar primind din timp intervenție eficace, la vârsta de 10 ani semăna mai mult cu Joe. Prin harul lui Dumnezeu, în prezent, fiul meu deține o slujbă și este un student onorabil. În ultimii lui ani de adolescență a trebuit să înfrunt realitatea dureroasă că, din cauza faptului că m-am concentrat atât de mult pe adaptarea mea la modul său de viață, a unui copil cu autism, am eșuat în stabilirea unor standarde suficient de înalte pentru comportamentul său. Avea o dizabilitate reală, dar asta nu însemna că i se puteau îngădui prea multe sau că nu avea nevoie de ajutor în a depăși aceste greșeli frecvente. Ajutorul oferit lui Joe ar putea include consilierea individuală. Are nevoie să fie motivat să facă lucruri care în mod normal nu și le-ar dori și anume, să încerce să îi înțeleagă pe ceilalți și să se gândească la nevoile lor la fel ca la nevoile sale. El *poate* depăși această provocare, dar întâi trebuie să fie convins de importanța acestui fapt și să înțeleagă că Dumnezeu îi cere asta. *Poate* învăța să se controleze mai bine, chiar dacă devine copleșit când lucrurile se schimbă mult prea repede pentru nivelul său de confort.

Are nevoie Joe de mai multă disciplină? Este posibil, dar depinde de standardele pe care le folosesc părinții în creșterea sa. Cei care trăiesc împreună cu el trebuie să înțeleagă mai bine felul lui unic de a fi. Asta nu înseamnă că o abordare eficace de a-l ajuta pe Joe nu poate cuprinde și asigurarea că părinții lui înțeleg principiile biblice de creștere a unui copil. Dar pentru a fi eficient, cei care îl ajută trebuie să înțeleagă, de asemenea, că unele metode parentale care funcționează la restul copiilor ar putea să îl determine pe un copil cu Asperger să își piardă controlul. Principiile biblice nu sunt negociabile deoarece Dumnezeu le-a poruncit prin Cuvântul Său. Dar modul în care aplicăm aceste principii în viața unui copil cu ASD poate să fie foarte diferit de modul în care le aplicăm cu restul copiilor.

Încercarea de a-l înțelege pe Joe reprezintă o provocare tocmai pentru faptul că este atât de competent intelectual. E adevărat că interesele lui pot fi puțin ciudate, dar este la fel de capabil de a învăța precum orice alt copil inteligent. Și totuși, el nu are abilitatea să analizeze clar o problemă concretă simplă și să își modifice abordarea odată cu schimbarea mediului. Din cauză că e inflexibil din punct de vedere cognitiv, este mult mai puțin probabil că își amintească să ceară ajutor atunci când nu știe cum să rezolve o problemă. Lăsându-se copleșit cu ușurință, poate lua decizii greșite, ca de exemplu, să își exprime frustrarea cu voce tare. Dacă l-aș auzi pe

un alt copil din biserică plângându-se cu furie în timp ce ar asculta de mine, dar fără tragere de inimă, aş spune că este lipsit de respect. I-aş spune că, pentru a fi plăcut lui Dumnezeu, ascultarea trebuie făcută din inimă, cu bucurie. Probabil i-aş aminti chiar de Cuvântul lui Dumnezeu care porunceşte „*Faceți toate lucrurile fără cârtiri și fără șovăieli*” (Filipeni 2:14). Toate acestea sunt adevărate și cu siguranță ar trebui explicate lui Joe la un moment dat, o dată ce e în control. Dar când e deja copleșit, atragerea atenției cu privire la aceste lucruri ar putea să îi pună capac. Și mai mult de atât, această muștrare nu are legătură cu ceea ce a declanșat mânia lui Joe. El este frustrat doar pentru că nu a reușit să găsească o modalitate de a-și rezolva problema.

Așadar, dacă aş ști că Joe are sindromul Asperger și l-aş vedea încercând să aranjeze scaunele în linie, i-aş spune cu o voce calmă, joasă: „Ai probleme cu aranjarea scaunelor? Hai să încercăm împreună.” Apoi i-aş da indicații pentru a-l ajuta să găsească o altă abordare a problemei. De exemplu, aş putea spune „Dacă așezăm spătarele unul lângă altul, pun pariu că se vor alinia și picioarele scaunelor”. Știu că asta pare evident, dar uneori, persoanele cu ASD nu reușesc să vadă imaginea de ansamblu, în special atunci când sunt deja neliniștiți. Probabil că Joe ar aprecia sfatul dacă i s-ar spune direct și în liniște. Aș lucra alături de el fără a mai spune altceva, pentru a-l ajuta să se concentreze asupra sarcinii primite. Odată ce a terminat, l-aș încuraja să ia o pauză, știind că în mod normal ar alege să se izoleze pentru a se calma. În final, m-aș asigura că mai târziu va primi muștrarea potrivită pentru reacția greșită.

Cum să ajuți oamenii cu autism sever

Va fi nevoie de răbdarea tuturor atunci când o persoană cu autism cu nivel scăzut de funcționare intelectuală va deveni un membru acceptat în familia bisericii tale. Având în vedere gravitatea dizabilității lui Tommy, este foarte puțin probabil ca acesta să participe vreodată la activitățile bisericii neînsoțit de părinți. Deoarece mulți oameni cu autism sever au crize dese, familia are nevoie de sprijin în încercarea de a-l face să se simtă în siguranță și în control. Viața cu Tommy poate fi deosebit de obositoare în perioada în care părinții îl învață să participe la programele bisericii.

Are vreun rost această educație? Poate o persoană cu autism cu nivel scăzut de funcționare intelectuală să înțeleagă programul din biserică? Amintiți-vă că fiul meu semăna foarte bine cu Tommy la vârsta de 2 ani, când am început să îl educ. Semăna cu Rhonda, la vârsta de 4 ani și m-am străduit să îl integrez la Școala Duminicală, fiind eu însumi „umbra” lui în acea perioadă. Azi toată lumea este convinsă că are o minte funcțională, dar nu era la fel de evident în primii ani de educație.

Ar trebui să căutăm să hrănim relația cu Dumnezeu în orice mod posibil, recunoscând că există încă multe lucruri despre autism pe care nu le înțelegem. Imaginea lui Dumnezeu stă ca mărturie că toate ființele umane sunt capabile de o relație cu El, indiferent de dizabilitatea lor. Unii oameni cu autism, incapabili să vorbească și care păreau să aibă un retard mental sever au fost învățați să tasteze și odată ce au fost în stare să comunice, s-au dovedit a fi la fel de capabili intelectual, ca tine și ca mine. Evident, acest fapt nu se va întâmpla în fiecare caz, dar nici chiar cei cu retard mental nu ar trebui considerați incapabili de a înțelege într-o anumită măsură adevărul spiritual.

Înțelegerea spirituală a fiului meu, la diferite vârste, a părut să se dezvolte mult mai încet decât aș fi presupus, bazându-mă pe cunoașterea abilităților sale intelectuale. Asta m-a învățat că lipsa unei creșteri spirituale evidente nu înseamnă că nu există o viață spirituală pentru persoanele cu autism. S-ar putea doar să nu știm să recunoaștem semnele de început de creștere spirituală. Putem fi încrezători că ceva se întâmplă chiar și în viețile persoanelor cu nivel scăzut de funcționare intelectuală, deoarece știm că Dumnezeu le-a creat – la fel ca pe toate celelalte persoane – pentru o relație cu El.

Îmi amintesc clar sentimentul de izolare și lipsa de înțelegere din partea celorlalți pe care o experimentam uneori, în primii ani de creștere a unui copil cu autism. Haidați să ne amintim întotdeauna că dragostea *crede totul și nădăjduiește totul*, (1 Corinteni 13:7). S-ar putea întâmpla ca părinții acestor copii să facă greșeli. Să ne ferească Dumnezeu să condamnăm, în loc să le oferim mângâiere, mai ales că există încă atâtea lucruri despre ASD pe care nu le înțelegem. În schimb, fie ca Dumnezeu să ne dea bunătate și înțelepciune să căutăm să fim canale prin care să toarne dragostea Lui peste acești oameni frumoși dar foarte diferiți.



Dr. Laura Hendrickson, de profesie doctor și medic psihiatru, a părăsit practicarea medicinei cu 18 ani în urmă, pentru a lucra full-time acasă, alături de fiul ei Eric care tocmai fusese diagnosticat cu autism sever. S-a pregătit și a devenit consilier biblic și în prezent slujește la Institutul pentru Consiliere și Disciplina Biblică, în San Diego, CA. Este autorul cărții *Finding Your Child's Way on the Autism Spectrum: Discovering Unique Strengths, Mastering Behavior Challenges (Cum să găsești calea înspre copilul tău cu autism: Descoperind puteri unice, stăpânind încercările comportamentale)*. Prin harul lui Dumnezeu, Eric a progresat mult în boala sa din spectru autist, astăzi fiind un student onorabil la o universitate de vârf din California.

CUM SĂ TRATEZI SENTIMENTELE CELOR CU NEVOI SPECIALE – de Mark W. Baker

În slujba mea de psiholog, mi se pune deseori întrebarea: „Și totuși, care este rolul sentimentelor?”. Oamenii vin în biroul meu deranjați de sentimentele lor, luptându-se în toate felurile, simțindu-se de la copleșiți până la total indiferenți, lipsiți de orice emoție. Se pare că sentimentele sunt vitale pentru ceea ce suntem – și un aspect crucial în ceea ce am fost creați să fim.

Deseori aud afirmații de genul: „Trebuie să fiu direct cu tine, nu am crezut niciodată în psihologie”, sau „Nu vreau să petrec atâta timp scaldându-mă în sentimente. Nu vreau ca tu doar să stai acolo și să mă ascuți; spune-mi numai ce am de făcut să mă fac mai bine.”

Aceste constatări sunt afirmate în baza noțiunii că sentimentele împiedică trăirea eficientă și nu ar trebui să avem încredere în ele. Astfel de oameni văd în raționament un lucru bun, dar prea multe sentimente sunt considerate greșite. Deși această desconsiderare a sentimentelor a fost întâlnită cu sute de ani în urmă, printre autorii creștini, a provocat un număr mare de probleme în viețile celor care încercau să trăiască autentic cu suferința lor. John a fost unul dintre persoanele care nu au înțeles rostul sentimentelor.

Trăirea în negare

Om de afaceri de succes, căsătorit și tată a 3 copii, John era imaginea perfectă a succesului până când, într-o zi, a avut un accident de mașină într-o intersecție. John a suferit o leziune la spate, având ca rezultat paralizia ambelor picioare, fapt care l-a făcut dependent de un cărucior. Cu determinarea și energia sa tipică, și-a revenit după accident, s-a întors la muncă și a refuzat să se considere un om cu dizabilități – chiar dacă nu mai existau șanse să mai umble vreodată. John spunea simplu că e doar un om care folosește căruciorul pentru a se deplasa.

Totuși, ceea ce John *spunea* despre el era diferit de ceea ce *simțea* în secret. Deși a încercat să se ascundă de ceilalți, cu timpul, John a început să se lupte cu anxietatea. Era atât de rușinat de anxietatea care îl măcina, încât își planifica întâlnirile de afaceri cu atenție, astfel încât să poată pleca imediat după încheierea acestora, dacă era necesar. Uneori anula întâlnirile de tot dacă simțea că urma să aibă o problemă cu anxietatea.

Întâmplarea care l-a convins într-un final să ceară ajutor, a avut loc într-o zi când urma să plece într-o călătorie importantă de afaceri. Luase o mașină până la aeroport și era pe cale să zboare înspre New York să încheie o afacere de mare importanță. Deși John zbură frecvent cu avionul înainte de accident, și-a redus numărul de călătorii din cauza anxietății. Nu recunoscuse asta, dar era foarte îngrijorat de modul în care avea să decurgă această călătorie. Pe măsură ce se

aproxia de aeroport în acea zi, mâinile au început să îi transpire, inima îi bătea repede și se simțea amețit.

„Oh, nu!”, s-a gândit John, „călătoria asta e prea importantă pentru mine ca să o dau în bară. Trebuie să îmi controlez anxietatea orice ar fi.”

Dar oricât ar fi încercat, John nu ar fi reușit să împiedice ceea ce s-a întâmplat. A învățat că voința de sine nu este îndeajuns atunci când vine vorba de anxietate. Îndată ce șoferul a parcat în aeroport, John a simțit că pieptul începe să i se contracte și se temea că urma să facă un atac de cord. Nu mai putea coborî din mașină. De fapt, îi era frică și să se miște.

- Du-mă la spital!, a strigat el.
- Ce? a întrebat șoferul.
- La spital! a țipat John înapoi. Cred că am un atac de cord!

Două ore mai târziu, când soția lui John a ajuns la spital, au aflat amândoi că John nu avusese un atac de cord, ci experimentase un atac de panică. În ciuda voinței sale impresionante și a atitudinii pozitive, John a dat de o problemă pe care nu o putea rezolva prin simplă determinare. Găsise o cale de a depăși inabilitatea sa de a umbla, refuzase să se vadă o victimă și chiar se întorsese la o carieră de succes. A devenit un expert în înfruntarea problemelor dificile din viața sa. Dar urma să se imbarce într-o călătorie de autocunoaștere, înțelegând cum să facă față noilor probleme pe care nici măcar nu știa că le are, înțelegând scopul sentimentelor sale.

John a avut prima sesiune de terapie cu mine imediat după o săptămână de la atacul de panică. La fel ca în celelalte domenii ale vieții sale, a început terapia având un plan. Prima noastră ședință a deschis-o cu următoarea afirmație:

- Caut pe cineva care să mă ajute să îmi controlez sentimentele.
- De ce? am întrebat
- Pentru că îmi stau în cale! a răspuns, frustrat că nu am înțeles natura evidentă a scopului său.
- Înțeleg. Deci sentimentele au devenit inamicul tău? am răspuns.
- Bănuiesc. Adică, atâtea lucruri îmi merg bine. Doctorii îmi spun că sunt unul dintre cele mai bune exemple de recuperare după o astfel de leziune a măduvei spinării. Așa că orice probleme așa avea acum, trebuie să fie doar în capul meu. Nu există victime în viață, doar persoane care se cred a fi, a spus John, sfidător.
- Ei bine, controlul este destul de dificil, i-am răspuns. Înainte să pot prescrie un tratament pentru tine, cred că e nevoie să înțeleg care este natura exactă a problemei tale.

În următoarele câteva luni de terapie, John a învățat că sentimentele nu erau inamicii lui, ci de fapt, erau prietenii lui. Toate sentimentele – chiar și cele *incomode*. A învățat că atitudinea lui *de preluare a controlului* l-a ajutat să se întoarcă la o carieră de succes în afaceri, în ciuda faptului că se afla acum într-un cărucior; dar în același timp, l-a făcut să eșueze în viața lui emoțională. Încercările lui John de a-și *controla* anxietatea și forțarea către sentimente pozitive au înrăutățit situația. Abia atunci când a încetat să încerce să își *controleze* sentimentele dureroase și a început să învețe să le *exprime*, blocajul care i-a produs anxietatea în viața lui a început să dispară.

Biblia ne spune că *Dacă mărturisești deci cu gura ta pe Isus ca Domn și dacă crezi în inima ta că Dumnezeu L-a înviat din morți, vei fi mântuit* (Romani 10:9). Acțiunea de a mărturisi adevărul cu voce tare produce schimbări. Când luăm convingerile din inimile noastre și le rostim tare, ceva se transformă în noi. La fel cum mărturisirea adevărului din inimile noastre despre Domnul Isus ne leagă de Dumnezeu spiritual, tot așa, mărturisind adevărul din inimile noastre despre cele mai adânci sentimentele ale noastre, ne leagă de Dumnezeu și de ceilalți emoțional. Astfel, nu mai suntem singuri în necazul nostru.

În terapie, John a realizat că nu se simțise în siguranță să își exprime sentimente vulnerabile precum tristețea, durerea sau frica. Recuperarea sa de după accident a fost dificilă și a fost nevoie să își pună deoparte sentimentele dureroase pentru a putea merge mai departe. Deși strategia lui l-a ajutat să supraviețuiască unei leziuni dureroase ce i-a schimbat viața, strategia aceasta nu îl mai ajuta cu nimic acum. John nu a realizat acest lucru la momentul respectiv, dar încercarea de a-și controla anxietatea a fost cauza principală pentru atacurile de panică. Îi blocau sistemul emoțional și îl împovărau excesiv. Acceptarea propriilor sentimente, în special a celor dureroase, l-a ajutat pe John să își descarce anxietatea. Încercarea de a scăpa de sentimente a avut un efect exact opus. A ajuns să înțeleagă că atacurile de panică erau rezultatul încercărilor sale de a-și *supra-controla* anxietatea. John a învățat că toate sentimentele sunt o sursă importantă de informație, care nu poate fi ignorată. Această realizare a fost fundamentală pentru recuperarea sa.

John a perceput greșit atacurile sale de panică, ca fiind un rezultat al faptului că era *prea* emoțional. Adevărul era, însă, că John nu era *destul* de emoțional. Nu simțea doar anxietate. Simțea, de asemenea, frică, durere și rușine, sentimente care trebuiau admise. A învățat că anxietatea lui nu însemna neapărat că se întâmplă ceva rău. Anxietatea poate fi un semnal că trebuie să fim atenți. Odată ce a încetat să se teamă de ea și a început să dea importanță sentimentelor de dedesubt, s-a oprit din lupta cu sine și a dat drumul sentimentelor. John a realizat că intensitatea anxietății nu era adevărata problemă, ci frica de acel sentiment provoca atacurile de panică.

John a ajuns să înțeleagă că nu sentimentele sunt problema – ci refuzul de a se confrunta cu ele. Nu a reușit să își controleze sentimentele deoarece sentimentele nu pot fi controlate. Sentimentele sunt menite să fie conștientizate și exprimate, pentru a ne ajuta să relaționăm cu Dumnezeu și ceilalți. Deși nu îi este ușor întotdeauna să facă asta, John nu mai încearcă să își controleze sentimentele și problema cu anxietatea a fost rezolvată în mare măsură. Atacurile sale de panică sunt relativ rare acum, și când are unul, nu e la fel de intens.

Scopul sentimentelor

Să iubești pe Domnul Dumnezeuul tău cu toată inima ta, cu tot sufletul tău, cu tot cugetul tău și cu toată puterea ta. (Marcu 12:30)

Isus ne spune *Să iubești pe Domnul Dumnezeuul tău cu toată inima ta*. Scopul sentimentelor este să ne lege de Dumnezeu și de ceilalți, și să ne motiveze să creștem. Am fost creați pentru a lega relații, în primul rând cu Dumnezeu și apoi cu ceilalți. Sentimentele sunt ceva necesar în acest proces. Sentimentele sunt limbajul conexiunii. Atunci când sunt exprimate, cunoaștem și suntem cunoscuți.

Proverbe 16:23 ne spune *Cine are o inimă înțeleaptă își arată înțelepciunea când vorbește*. Psihologii au descoperit că partea emoțională a creierului răspunde de cinci ori mai repede decât partea rațională. Asta înseamnă că simțim lucrurile de cinci ori mai repede decât le putem gândi. Întâi simți ceva, iar apoi găsești motivele pentru care simți acel lucru. S-ar putea să nu îți placă să conștientizezi lucrul acesta, dar în realitate nu ești o persoană chiar rațională. Ești mai degrabă una în proces de raționalizare. Bineînțeles, asta nu înseamnă că trebuie să ne ghidăm doar după sentimente. Ar fi un lucru la fel de dezechilibrat ca încercarea de a controla sentimentele. Ceea ce înseamnă, de fapt, că Dumnezeu ne-a creat perfect echipați să facem față unei vieți complicate și uneori dificile. 1 Tesaloniceni 5:23 spune *Dumnezeul păcii să vă sfințească El însuși pe deplin; și **duhul** vostru, **sufletul** vostru și **trupul** vostru să fie păzite întregi, fără prihană, la venirea Domnului nostru Isus Hristos*. Avem un duh care e transcendent, un suflet care e lăcașul sentimentelor noastre și un trup care e vehiculul nostru fizic în această lume. Dacă suntem înțelepți în a le cinsti pe toate trei, vom crește ca oameni integrii, așa cum ne vrea Dumnezeu.

Problema durerii

Dumnezeul Meu, Dumnezeuul Meu, pentru ce M-ai părăsit? (Matei 27:46)

Chiar dacă Dumnezeu a creat sentimentele pentru a ne ajuta să relaționăm cu EL și cu ceilalți, nu funcționează astfel întotdeauna. Uneori, când durerea provocată de suferință este prea mare, însuși sentimentele care trebuiau să ne lege de alții, vor crea separarea. Asta nu se

datorează lipsei credinței, ci unei reacții emoționale la durere intensă. E important să înțelegem că sentimentul izolării este o proprietate psihologică a traumei.

Când Isus se afla pe cruce, a rostit cele mai solitare cuvinte spuse vreodată. Fiul lui Dumnezeu a strigat în cele mai intense momente de suferință „*Dumnezeul Meu, Dumnezeul Meu, pentru ce M-ai părăsit?*” Teologii s-au luptat cu această declarație de-a lungul anilor, dar un lucru este sigur. Nu a fost rostită din lipsă de credință. Este o afirmație despre proprietatea psihologică a traumei. O traumă extremă te poate face să te simți foarte singur. Dacă te-ai simțit vreodată izolat de alții sau chiar abandonat de Dumnezeu în suferința ta, să știi că nu ești singurul. Însuși Isus a simțit acest fel de suferință.

Una dintre cele mai folositoare cărți din ultimul secol, ce abordează subiectul suferinței, este *The Problem of Pain (Problema durerii)*, de C.S.Lewis. Acesta oferă o perspectivă realistă și înțelegătoare asupra problemelor intelectuale ridicate de suferința umană. Lewis afirmă următorul lucru: „creștinătatea mai degrabă crează, decât rezolvă problema durerii”. Argumentul său este simplu: „Dacă conceptul de bunătate a lui Dumnezeu este în contradicție cu cel al rănirii noastre, atunci fie Dumnezeu nu e bun, fie nu există nici un Dumnezeu.” Celelalte religii care nu vorbesc despre un Dumnezeu personal și iubitor, nu au o astfel de problemă. Durerea este pur și simplu parte din viață și nu există nici un Dumnezeu personal și iubitor căruia să te plângi în legătură cu asta. Astfel, creștinătatea crează problema durerii.

După ce Lewis a scris *Problema durerii*, a întâlnit-o pe Joy Gresham, o poetă americană divorțată care studia în Anglia. Cei doi s-au căsătorit, legând o relație intimă de dragoste cum Lewis nu experimentase până atunci. Gresham a murit de cancer în mod tragic, lăsându-l pe Lewis cu inima frântă și deznădăjduit. Abia după propria suferință intensă, Lewis a putut scrie *A Grief Observed (O durere examinată)*, propria poveste de supraviețuire prin durerea intensă a suferinței și pierderii. În această carte, scria:

„Între timp, unde este Dumnezeu? Aceasta este una dintre cele mai îngrijorătoare simptome. Când ești fericit, atât de fericit încât nu simți deloc că ai avea nevoie de El...dar te întorci la El cu mulțumire și laudă, vei fi primit cu brațele deschise. Dar mergi la El când nevoia ta e disperată, când orice alt ajutor e în zadar și ce vei găsi? O ușă trântită în față și sunetul zăvorului, de două ori chiar, pe dinăuntru. Și apoi liniște. Ai putea la fel de bine să te întorci să pleci.”

Sinceritatea lui Lewis ne ajută să înțelegem suferința intensă. Trauma este alienantă și te poate face să crezi că nimeni nu te înțelege. Dacă suferința e prea mare, poate provoca o ruptură între tine și ceilalți, chiar și între tine și Dumnezeu. Acesta nu este un eșec sau o slăbiciune. Este o proprietate psihologică a traumei pe care s-ar putea să o experimentezi într-o zi. Dacă se va întâmpla, s-ar putea să îți fie teamă și să te simți singur. Dar nu te opri aici. Chiar dacă simți că

Biblia nu oferă răspunsuri bune la întrebarea *de ce* există durerea atunci când te simți singur și traumatizat, ea oferă totuși câteva răspunsuri bune la *cum* să faci față durerii, atunci când apare.

Soluția la problema durerii

Majoritatea persoanelor, când se gândesc la găsirea unei soluții la problema durerii, se gândesc de obicei la o modalitate în care să o facă să dispară. Totuși, durerea este un element esențial în viață, așa cum o cunoaștem noi. Unul din motivele pentru care Dumnezeu ne-a îngăduit să simțim durerea este ca să ne păstreze în siguranță. Fără durere, nu ar trece o singură zi în care să nu ne rănim inconștient, fapt ce ar avea rezultate dezastruoase.

Isus spune *Nu Te rog să-i iei din lume, ci să-i păzești de cel rău* (Ioan 17:15). Provocarea noastră este să fim în lume, dar nu parte din ea. Asta înseamnă că vom avea parte de aceleași încercări fizice și emoționale pe care le experimentează toată lumea, dar le putem înfrunța împotriva înșelăciunii de Sus. Prefăcându-ne că nu avem sentimente este o încercare de a ieși din lumea în care trăim. Conștientizând și mărturisind aceste sentimente lui Dumnezeu și celorlalți este modul în care trăim aici și ne păzim de cel rău.

Soluția la problema durerii nu este îndepărtarea suferinței sau a noastră din lume. Soluția reală este să nu încercăm niciodată să suferim singuri. Dacă am suferit o traumă, e posibil să ne simțim singuri, dar nu trebuie să rămânem așa. Sentimentul de singurătate care apare deseori în urma suferinței este metoda lui Dumnezeu de a ne conduce înapoi înspre relația cu El și ceilalți. Sentimentul de singurătate s-ar putea să nu fie o alegere, dar faptul că rămâi așa, este.

Biblia ne spune *Cel ce suferă are drept la mila prietenului, chiar dacă părăsește frica de Cel Atotputernic*. Chiar și atunci când suferința noastră ne face să ne simțim izolați de Dumnezeu Însuși, nu am fost creați să suferim singuri. Acestea sunt momente în care avem nevoie ca alții să stea lângă noi. Uneori nu știm ce să le spunem celor aflați în suferință. Este în regulă, pentru că în acele momente, faptul că ești lângă ei e mai important decât orice ai putea spune. Există o mângâiere care vine din simplul fapt că ești prezent acolo, care nu poate fi exprimată în cuvinte. Aceasta este soluția la problema durerii – să nu încerci să suferi singur.

Procesul suferinței

Unul dintre cele mai importante sentimente care trebuie înțelese atunci când lucrezi cu familii cu nevoi speciale este tristețea. Se spune că cele mai multe probleme emoționale sunt cauzate de incapacitatea de a plânge. Asta înseamnă că a plânge după cineva pierdut este o parte necesară în creșterea noastră. În lucrarea cu familiile cu nevoi speciale există deseori lucruri

după care e nevoie să plângi, ceea ce reprezintă calea înspre acceptarea vieții pe care Dumnezeu le-a dat-o.

Parte din munca mea cu John a fost să îl ajut să plângă după lucruri pierdute pentru a se putea elibera, urmând să poată duce o viață plină, mergând înainte. Atacurile de panică au apărut din cauza refuzului de a-și accepta viața și sentimentele ce veneau odată cu ea. Când a venit la mine, era în primul stadiu al suferinței: negarea. Refuzase să se considere o persoană cu dizabilități, atitudine ce l-a ajutat în multe feluri. Dar asta nu însemna că putea nega sentimentul de pierdere ce venea odată cu paralizia. Dumnezeu îl putea vindeca și îi putea da abilitatea de a-și folosi picioarele din nou, așa cum a făcut cu alți oameni înainte. Dar realitatea era că Dumnezeu nu urma să îl vindece pe John.

Vorbind deschis despre asta l-a adus pe John în a doua etapă a suferinței: mânia. Uneori, John era mânios pe Dumnezeu pentru că refuză să îl vindece și în cele mai multe zile era mânios pe Dumnezeu sau pe el însuși pentru că îngăduise, în primul rând, să se întâmple un astfel de accident. Asta nu reprezenta o lipsă a credinței din partea lui John – era pur și simplu parte din procesul suferinței în viața lui. Mânia în sine nu este un păcat. Este doar energie care ne ajută să îndeplinim munca emoțională la care ne îndeamnă azi Dumnezeu. După cum ne îndrumă Biblia: *„Mâniați-vă, și nu păcătuți. Să n-apună soarele peste mânia voastră.”* (Efeseni 4:26). În adâncul său, mânia este o energie să rezolvi o problemă. Iar în viața lui John, mânia sa a fost parte din energia care l-a motivat să plângă după lucrurile pierdute.

Asta a ușurat progresul lui John către următoarea treaptă a suferinței: negocierea. Deseori, rugăciunea sa lua forma unei negocieri de afaceri cu Dumnezeu. Câteodată promitea că își va dedica viața lucrării de misiune dacă Dumnezeu îi va vindeca picioarele, dar de cele mai multe ori încerca să îl convingă pe Dumnezeu că ar putea fi un martor mult mai puternic dacă Dumnezeu îi oferea succes în munca sa acum, că era într-un cărucior. Acest fel de rugăciune *„Dacă tu ai face asta... atunci eu...”* suna serioasă, dar era de fapt o formă deghizată a unei negocieri care îl împiedica în drumul spre o acceptare deplină a circumstanțelor sale.

Odată ce John și cu mine am identificat negocierea sa ca parte din procesul de suferință, a trecut la următoarea fază: depresia. Biblia spune *Mai bună este întristarea decât râsul; căci, prin întristarea feței, inima se face mai bună.* (Eclesiast 7:3) Abilitatea de a tolera întristarea este un aspect foarte important în procesul suferinței. Uneori întristarea ne ajută să ajungem în punctele sincere din inima noastră mult mai bine decât o face râsul. Nu trebuie să ne temem de tristețe pentru că avem un Dumnezeu care ne mângâie. Depresia care apare ca parte din procesul suferinței este metoda lui Dumnezeu de a pregăti un loc în inimile noastre pentru o creștere nouă. Această tristețe ne eliberează de modul în care erau lucrurile înainte, pentru a ne pregăti să ne îndrăgostim de lucrurile cele noi. Depresia sau durerea pot fi sentimente

neplăcute, dar sunt de fapt bune. Dacă avem curajul să le simțim cu sinceritate, atunci suntem gata pentru ultimul stadiu al suferinței: acceptarea.

Acceptarea nu înseamnă resemnare sau renunțare – nici pe departe. Acceptarea înseamnă a spune „Da” vieții care Dumnezeu ți-a dat-o. Reprezintă decizia de a nu mai trăi în trecut, ci a îmbrățișa puterea care vine din revărsarea Duhului Sfânt în noi, astăzi. Asta nu înseamnă că nu vei mai avea parte de sentimente de prelucrat. De fapt, procesul suferinței este ceva prin care vom trece de mai multe ori. Câteodată John merge înapoi și înainte prin etapele suferinței, fără măcar să își dea seama. Procesul suferinței nu este liniar; nu urmează o linie dreaptă, de la negare la acceptare. Poți sări de la o treaptă la alta, în funcție de ceea prin ce treci în fiecare zi. Totuși, conștientizarea etapelor suferinței ne poate ajuta să identificăm sentimentele și să le înțelegem ca parte normală a procesului de vindecare pe care Dumnezeu ni l-a rânduit.

Oamenii au nevoie de oameni

Dumnezeu ne-a creat ființe relaționale și ne-a dăruit sentimente pentru a ne ajuta să relaționăm și să creștem. Chiar dacă aceleași sentimente care au fost create cu scopul de a ne ajuta să relaționăm cu ceilalți, uneori sunt tocmai factorii care crează o ruptură în relații, totuși noi avem nevoie de aceste relații pentru a putea fi întregi. Câteodată suferința emoțională este atât de puternică încât vei avea nevoie de ajutor special. Biblia ne spune *„Planurile nu izbutesc, când lipsește o adunare care să chibzuiască, dar izbutesc când sunt mulți sfinți.”* (Proverbe 15:22). Poate fi dificil să mergem înainte în cele mai grele momente, dar s-ar putea ca acesta să fie timpul cel mai important în care să acționezi. Chiar dacă simți că nimeni nu te înțelege, totuși ai nevoie de ceilalți. Există un nivel al relațiilor care depășește înțelegerea. S-ar putea ca acesta să apară sub forma unui prieten special, un pastor sau un terapeut. Ideea este că ne confruntăm cu nevoile noastre emoționale prin conștientizarea sentimentelor și mărturisirea lor în fața lui Dumnezeu și a celorlalți. Trăim într-o lume cu suferințe emoționale, dar nu trebuie să trecem prin ea singuri.



Dr. Mark W. Baker este doctor în Psihologie Clinică, are studii masterate în teologie la Fuller Theological Seminary și deține o diplomă în psihoterapie psihodinamică la Institutul Psihoanalist din California de Sud (Southern California Psychoanalytic Institute). Este licențiat ca psiholog clinician, precum și terapeut în domeniul căsniciei, familiei și copiilor. Dr. Baker este director executiv la Centrul Creștin de Consiliere La Vie (La Vie Christian Counseling Center), care deține un personal format din 25 terapeuți creștini cu sedii în Pasadena și Santa Monica, California. Cartea dr-lui Baker, *Jesus, The Greatest Therapist Who Ever Lived (Isus, cel mai mare terapeut care a trăit vreodată)*, s-a vândut în aproximativ un milion de exemplare în întreaga lume.