

ОНИ СИДЕЛИ ВО ТЬМЕ

Духовное возрождение химически зависимых и созависимых

Майк Лезервуд
Бренда Лезервуд
Деклан Джойс
Джоанн Рэндалл

Бренда и я хотели бы посвятить эту книгу некоторым особенным для нас людям. Прежде всего, мы хотели бы поблагодарить наших родителей, Эдди и Джони Лезервуд и Келли и Дороти Клеменс, которые научили нас делиться своим сердцем с другими людьми. Затем мы хотели бы поблагодарить Стива и Лизу Джонсон, которые помогли нам в самый темный период нашей жизни; и если бы не их видение, то служба выздоровления от химической зависимости могла не появиться. Мы также хотели бы поблагодарить Дона и Алису Педен, Сонни и Кэролин Сессион, а также Церковь Христа в Луисвилле, которая дала нам возможность служить в ней и учиться оказывать помощь страдающим зависимостью.

Майк и Бренда Лезервуд

Нэнси – любви моей жизни.

Деклан Джойс

Тому Рендалл: все связанное с тобой я храню глубоко в моем сердце. Спасибо тебе за то, что поощрял меня разделить с другими ту надежду, которую мы обрели.

Джоанн Рендалл

*Они сидели во тьме и тени смертной,
окованные скорбью и железом;
ибо не покорялись словам Божиим и
небрегли о воле Всевышнего.
Он смирил сердце их работами; они пре-
ткнулись, и не было помогающего.
Но воззвали к Господу в скорби своей, и
Он спас их от бедствий их;
вывел их из тьмы и тени смертной, и
расторгнул узы их.
Да славят Господа за милость Его и за
чудные дела Его для сынов человеческих:
ибо Он сокрушил врата медные и веревы
железные сломил.*

Псалом 106:10-16

ПРЕДИСЛОВИЕ

Для меня не составляет труда написать предисловие к книге, посвященной службе выздоровления от химической зависимости. На самом деле я ждал годы, чтобы получить возможность поделиться о достижениях этой замечательной группы людей из церкви Нью-Йорка.

Почти десять лет назад, во время длительного перелета в самолете, я прочитал статью в журнале «Форчун», в которой говорилось о многочисленных жертвах наркотической зависимости среди деловых людей США. В статье делалось ошеломляющее предположение, что до сорока процентов работников крупнейших 500 компаний страны в той или иной степени являлись зависимыми. Через некоторое время после этого ко мне и Лизе подошел Майк Лезервуд, который в то время вел сектор Нью Джерси в церкви Нью-Йорка, и признался в том, что у него имелись проблемы с алкоголизмом.

Эти события, наряду с другими, помогли Лизе и мне осознать то, что наркотическая и алкогольная зависимость – это проблема не только опустившихся бездельников и strung-out, needle-park freaks, но она затрагивает все слои американского общества и проникает прямо на наш собственный задний двор. На самом деле, в то время в церкви Нью-Йорка стало очевидным то, что злоупотребления различными веществами являлись причиной номер один отпадения людей от церкви.

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

По аналогии с тем, как мы несколько ранее ввели дневные службы для людей, занятых в искусстве и индустрии развлечений, Лиза и я начали обдумывать возможные способы помощи той группе людей в церкви, которые, будучи предоставлены самим себе, испытывают трудные времена пытаясь оставаться верными Господу. Результатом явилось то, что сейчас известно как «Программа Химического Возрождения»

Вопреки некоторым устойчивым заблуждениям, существующим даже и сейчас, основой в ПХВ является очень интенсивное ученичество. Я убежден, что ПХВ является наиболее сфокусированной на внешних вещах службой в церкви: более трех тысяч человек в Нью-Йорке были крещены людьми, которые получили помощь в ПХВ. Сотни семей были излечены от разрушительного воздействия пагубной зависимости. Многие из наиболее выдающихся лидеров Церкви Нью-Йорка стали таковыми потому, что являлись частью ПХВ. Я верю, что во всем мире есть люди, которые смогли бы остаться верными, если бы там, где они живут, имелись подобные службы.

Программа Химического Возрождения – это не широкомасштабная благотворительная программа. Это не социальная программа. Это Церковь. Это ученичество. Будучи с Богом, мы нашли самый эффективный в мире путь борьбы с наркотиками. Это уникальная Служба и она оказала помощь не только нам в Нью-Йорке; в других городах она спасла тысячи людей, которые, я уверен, в противном случае были бы потеряны. Я уверен, что наступило время для того, чтобы ПХВ стала существовать по всему миру. Я думаю, что эта книга должна оказать сильное влияние на то, чтобы это осуществилось.

Стив Джонсон
Ведущий Евангелист
Церковь Христа Нью-Йорк Сити

ВСТУПЛЕНИЕ

Майк и Бренда Лезервуд

Порвать Цепи

Программа Химического возрождения города Нью-Йорк

Для всех я сделался всем, чтобы спасти
по крайней мере некоторых.

1 Коринфянам 9:22б

Церковь Христа в Нью-Йорке была начата в 1983 году восемнадцатью учениками. В результате двухлетнего опыта лидеры Церкви Стив и Лиза Джонсон поняли, что одной из главных причин отпадения учеников от Бога является химическая зависимость. Неважно, был ли это алкоголь, кокаин, героин, марихуана, никотин или наркотики по рецепту, люди, находившиеся от них в зависимости, не оставались верными. Чего-то недоставало в процессе обращения или обучения этой группы людей, и что-то должно было измениться.

Все, кто знаком со Стивом и Лизой, знают, что они не тратят много времени на то, чтобы пережевывать какую-либо проблему. Их энергия тратится на то, чтобы найти эффективное решение и исполнить его как можно быстрее. Этим объясняется появление ПХВ в Нью-Йорке. С самого начала своего существования ПХВ ставила своей целью внести заметный вклад в рост Церкви. Во-первых, необходимо было поставить мощную преграду на пути тех, кто отпадал от Церкви, а затем надо было эту огромную группу людей с большим потенциалом наставить на путь полезного служения.

Исторически сложилось так, что люди могли видеть в алкоголиках и наркоманах все что угодно, но только не что-либо хорошее. При упоминании об алкоголике у большинства людей сразу возникнет образ опустившегося типа. При разговоре о наркомане большинство представят себе человека, зависимого от героина, с иглой в руке. В одно время такие стереотипы содержали некоторую долю правды. До наркотической революции 60-х годов типичный алкоголик представлял собой человека в возрасте от пятидесяти с лишним до шестидесяти с небольшим лет с красным лицом. Но в конце 60-ых случилось что-то значительное. Получили распространение наркотики, изменяющие настроение человека - такие как ЛСД и марихуана. Широкое использование этих и других наркотиков навсегда изменили лицо зависимости. Мы начали замечать, что в программах излечения от алкоголизма и наркомании стало принимать участие более молодое население. Сегодня типичным пациентом таких программ является человек в возрасте, близком к тридцати, или тридцати с небольшим лет. Многие являются выпускниками колледжей и успели достичь некоторого успеха. В большинстве своем они общительны и талантливы. Церковь в Нью-Йорке смотрела на них не как на группу высокого риска, но как на людей с неостребованными возможностями. Сегодня типичный наркоман обладает приличной профессией и имеет впереди годы эффективного служения при условии, если он или она выздоровеет. В действительности, излечившиеся от

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.
зависимости являются одними из самых благодарных, наиболее мотивированных и наиболее эффективных учеников в Церкви.

У Бога всегда имелся план избавления от химической зависимости, также как от других неприятностей, в которые мы себя вовлекаем. Этот план ясно виден в псалме, из которого было взято название этой книги:

Они сидели во тьме и тени смертной,
окованные скорбью и железом;
ибо не покорялись словам Божиим и
небрегли о воле Всевышнего.
Он смирил сердце их работами; они преткнулись, и не было помогающего.
Но воззвали к Господу в скорби своей, и
Он спас их от бедствий их;
Вывел их из тьмы и тени смертной, и
расторгнул узы их.
Да славят Господа за милость Его и за
чудные дела Его для сынов человеческих:
ибо Он сокрушил врата медные и верей
железные сломил. (Псалом 106:10-16).

Весь псалом описывает процесс, заключающийся в том, что мы сначала отворачиваемся от Бога, испытываем последствия нашего решения, приходим в себя и осознаем связь между болью и нашими действиями, и, наконец, возвращаемся к Богу и Его помощи в избавлении. Именно этот план описывается в данной книге.

За последние десять лет в Церкви Нью-Йорка более 500 мужчин и женщин были выпускниками Программы избавления от химической зависимости и они до сегодняшнего дня остаются верными. Эти 500 учеников принимали участие в занятиях по Библии с более чем 4000 людей, которые были крещены во Христа. Эти цифры рассеивают миф о том, что формирование ПХВ создает обращенный внутрь фокус. В настоящее время тридцать восемь процентов этих выпускников служат лидерами различных уровней и ролей; среди них есть евангелисты и лидеры женских групп, лидеры регионов и секторов, лидеры групп подростков и детей, лидеры Бесед о Библии и лидеры пения.

Одним из самых больших вызовов, с которым сталкивается ПХВ, является то, что мы теряем самых лучших лидеров, ведущих группы Химически Зависимых, так как они становятся работающими на Церковь полное время. С такой проблемой приятно иметь дело, так как она является истинным отражением силы Духа Бога, Его плана избавить нас от пустой бессмысленной жизни и Его желания дать нам жизнь, полную надежды и цели.

Мы уверены, что практический смысл для вашей Церкви является очевидным. Многие из вас живут в странах, где наркотическая зависимость и алкоголизм являются национальным позором. Некоторые из вас живут в маленьких городах или сельской местности. Где бы вы ни жили, наркотики – это проблема. Когда Бренда и я содержали придорожную гостиницу в штате Кентукки, нашими постояльцами в большинстве своем были люди из округа Харлан - отдаленной сельской местности в горах восточной части штата Кентукки. Поскольку в США примерно каждый восьмой человек из тех, с кем мы изучаем Библию, находится в зависимости от алкоголя, то наряд ли существует Церковь, которая не получила бы пользу от наличия в ней Программы Химической Зависимости.

По мере того, как Церковь развивается и совершенствуется в обращении и ученичестве студентов колледжей, подростков, женатых и молодых и специалистов различных профессий, так и наши расширяющиеся знания и опыт в решении проблем, связанных с химической зависимостью, будут служить в дальнейшем продвижении Царства.

1

ДЕКЛАН ДЖОЙС

Определение Химической Зависимости

Основной причиной существования Программы Химического Возрождения в Нью-Йорке всегда являлось оказание содействия в динамичном росте Церкви. Многие из тех, кто пришел в Царство, в прошлом были зависимы от алкоголя и

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

наркотиков. Многие из тех, кто покончили с употреблением наркотиков и алкоголя для того, чтобы стать учениками, через какой то период трезвости пробуют умеренно выпивать. Многие заканчивают тем, что напиваются и затем отпадают от Церкви. Еще большее число напиваются, но удерживаются от дальнейшего падения и в конечном итоге становятся и остаются трезвыми. Однако на протяжении нескольких лет они остаются духовно слабыми и являются для Царства скорее бременем, чем опорой. Цель ПХВ заключается в том, чтобы сломать этот разрушающий стандарт и помочь молодым ученикам стать сильнее в первые месяцы ученичества и жить эффективной жизнью для Бога. Целью ПХВ никогда не было стать постоянно действующей службой утешения, в которой слабые ученики собирались бы вместе и выражали друг другу сочувствие по поводу того, какие у них были до этого трудные жизни. Ничего более далекого от правды не может быть.

Масштабы проблемы с наркотиками только в США являются огромными:

Поскольку каждый четвертый американец живет вместе или имеет близкое отношение к алкоголику сыну, дочери, брату, сестре, мужу или жене, другу, - можно достаточно уверенно предположить, что вы знакомы с одним из таких. Где-то между пятью и десятью процентами взрослых американцев являются алкоголиками...

Будь число алкоголиков относительно низким, составляя пять миллионов или, наоборот, таким высоким как тридцать шесть миллионов, или даже выше, остается фактом то, что каждый из них оказывает отрицательное влияние на жизнь в среднем шестерых людей. Другими словами, значительно более половины американцев испытывают на себе в той или иной степени отрицательное влияние со стороны данного злоупотребления.(1)

Если в Царстве не проводить эффективную работу с этой частью населения, то шансов у таких людей на выздоровление мало: девяносто шесть процентов из них умрут будучи зависимыми, три процента выздоровеют, а один процент из них будет постоянно находиться в изоляции (в психиатрических больницах, тюрьмах и т.д.). (2) В этом заключается вся мудрость, которую предлагает нам мир. Однако, благодаря Слову Бога и Его Духу, в Царстве наблюдается совершенно противоположная картина. В Церкви Нью-Йорк Сити примерно 5000 учеников. Из этого числа примерно 600 человек находятся в процессе выздоровления от алкогольной и наркотической зависимости. Часть из них уже закончили Программу Избавления от Химической Зависимости, другая часть проходит эту программу. Из тех, кто уже закончил программу, девяносто шесть процентов ведут трезвый образ жизни. Только Бог может обеспечить результаты подобные этим.

Большинство зависимых, с которыми мы занимаемся Библией, обычно сомневаются в том, что у них есть проблемы с наркотиками и алкоголем. И, если все-таки у них имеется проблема, то надо заняться ей как можно раньше, иначе шансы на то, что они останутся верными Богу, сильно уменьшаются. Поэтому ваша первая и самая очевидная задача заключается в том, чтобы узнать, имеется ли зависимость у человека, с которым вы занимаетесь Библией. Это не так просто как может показаться: менее пяти процентов зависимых имеют ярко выраженные признаки проблемы в поведении или внешности. Другие девяносто пять процентов внешне ведут нормальный образ жизни в семьях, на работе и так далее. Очень немногие признаются, что у них есть проблемы, а некоторые даже не осознают это. Помните, что в самой природе зависимости заключается стремление не быть очевидной не только для других, но также и для самого зависимого через процесс, называемый «отрицание». Весьма вероятно следующая ситуация: вы разговариваете с пожилым алкоголиком или наркоманом, находящимся в принудительной изоляции, и услышите от него или нее искреннее заявление: «У меня нет зависимости. У меня никогда не было проблем с алкоголем или наркотиками».

Таким образом, вы мало чего добьетесь, если просто спросите таких людей, страдают ли они зависимостью. Вашей задачей является «вычислить», в какой степени человек, с которым вы занимаетесь, причастен к наркотикам и алкоголю. Как он потребляет? Как много? Как часто? Как долго? Какие наркотики? Продолжал он употреблять их, узнав о возможных последствиях? Если вы имеете дело с тем, кто уже в Церкви, то выясните, продолжал ли он употреблять их уже после того, как стал учеником. Спрашивайте конкретные вопросы, не агрессивно, но, тем не менее, прямо и беспристрастно. Стремись преодолеть его нежелание отвечать. Тенденция говорить уклончиво или пространно является явным признаком наличия проблемы с наркотиками.

Определение Химической Зависимости

Всего десять лет тому назад в книжных магазинах было мало или вообще не было литературы по проблемам зависимости и избавления от нее. Сегодня средний книжный магазин в изобилии предлагает печатные издания, посвященные лечению и самолечению, названия которых сбивают с толку; , например, *Как Общаться с Ребенком в Период Беременности* или *Практическая Ежедневная Медитация для Зяядлого Покупателя*. Многие люди наживаются на этом, но практическим результатом является полная неразбериха по поводу того, чем же на самом деле является зависимость и как ее лечить. Является ли зависимость болезнью? Является ли она неврологическим нарушением? Является ли она нарушением химического баланса? Несу ли я сам ответственность за то, что являюсь химически зависимым?

Среди прочих вещей Бог написал книгу по поводу зависимости и ее лечения. Избавиться от наркотической зависимости никогда не было легко; но определить ее очень просто. В середине Послания к Римлянам апостол Павел написал отрывок, который заставляет сильно и немедленно звучать струну каждого человека, которому когда-либо приходилось бороться с зависимостью:

Ибо мы знаем, что закон духовен, а я плотян, продан греху.

Ибо не понимаю, что делаю; потому что не то делаю, что хочу, а что ненавижу, то делаю.

Если же делаю то, чего не хочу, то соглашаюсь с законом, что он добр.

А потому уже не я делаю то, но живущий во мне грех.

Ибо знаю, что не живет во мне, то есть, в плоти моей, доброе; потому что желание добра есть во мне, но чтобы сделать оное, того не нахожу.

Доброго, которого хочу, не делаю, а злое, которого не хочу, делаю.

Если же делаю то, чего не хочу, уже не я делаю то, но живущий во мне грех.

Итак я нахожу закон, что, когда хочу делать доброе, прилежит мне злое.

Ибо по внутреннему человеку нахожу удовольствие в законе Божиим;

Но в членах моих вижу иной закон, противоборствующий закону ума моего и делающий меня пленником закона греховного, находящегося в членах моих.

Бедный я человек! Кто избавит меня от сего тела смерти?

Благодарю Бога моего Иисусом Христом, Господом нашим. Итак тот же самый я умом моим служу закону Божию, а плотию закону греха. (Римлянам 7:14-25).

Почему кто-то, особенно такой духовно зрелый и сильный как апостол Павел, продолжает бороться с чем-то, что, как видно из данного отрывка, он отчаянно хочет изменить? Ответ: Рабство. Бессилие. Принимали ли вы когда-либо твердое решение отказаться от наркотиков или алкоголя, но продолжали употреблять их? Принимали ли вы решение сократить количество пива, которое вы выпивали по вечерам, и обнаруживали, что выпиваете столько же, как и прежде? Невозможность следовать решениям подобного рода является следствием потери контроля, рабства. Если вы когда-либо принимали решение сократить или прекратить потребление наркотиков или алкоголя, вы делали это только по одной причине: Они начинали вызывать у вас проблемы, боли или дискомфорт, и вы решали, что вам нужно что-то изменить. Здоровое решение и одно из тех, которое в большинстве случаев в жизни мы можем соблюсти.

Обычно мы стараемся не иметь дело с тем, что вызывает у нас боль. Примерно восемь лет назад я заказал в одном из ресторанов Нью-Йорка порцию чилли (очень острое блюдо - Р.С.). В результате, я получил довольно серьезное пищевое отравление и следующие два дня я не мог отойти от ванной комнаты дальше, чем на три метра. После этого я никогда не посещал тот ресторан. Довольно разумно я решил держаться как можно дальше от того, что причинило мне сильную боль. Но когда дело касается наркотиков, моя сила убеждения куда-то покидает меня. Когда я потреблял наркотики, я лишался всего, тратил все деньги, чувствовал себя плохо физически, впадал в состояние шизофрении, мною овладевало чувство стыда, мучили угрызания совести, я ненавидел себя.

Последние несколько месяцев перед тем, как я решил стать открытым и честным, я оказался в изоляции от своих братьев и сестер и, самое главное, от Бога – я подверг сильной опасности мои отношения с моим Богом. Все это вместе составляет чашу поистине плохого чилли, и все же я возвращался к наркотикам снова и снова. Сумасшествие. Глупость. Рабство.

Причина, по которой многим из нас трудно назвать зависимость своим именем, заключается в том, что глубоко внутри нас сидят совершенно противоположные убеждения в отношении к алкоголикам и зависимым от наркотиков. На протяжении многих лет позиция моралистов из религиозных и медицинских кругов заключалась в следующем: химически зависимые, в соответствии с обычными убеждениями, должны просто отказаться от своих нечистых привычек, привести свои дела в порядок и работать как большинство из нас. Различные методы лечения, которые стали появляться, применялись исключительно к людям, находящимся на последней стадии зависимости; это были окончательно опустившиеся личности с бутылкой самого дешевого вонючего портвейна или сидящий на игле изможденный уродец, умоляющий подать ему мелочь. Отсюда наше общепринятое понятие о том, что представляет собой человек, зависимый от алкоголя или наркотиков. Данное описание относится к тем, кто на самом деле являются зависимыми и уже находятся на последней стадии того цикла, который мог начаться десять, двадцать или даже тридцать лет тому назад. (3).

Вопреки убеждениям некоторых людей, Библия не проклинает употребление алкоголя: Иисус превратил воду в вино на свадьбе в Кане (Ин.,2). Павел наставлял Тимофея пить немного вина в медицинских целях, в Ветхом Завете также имеются моменты позитивного отношения к разумному употреблению вина. То есть, умеренное употребление алкоголя не является злом. С другой стороны, такие наркотики как марихуана, кокаин или героин являются нелегальными, и мы не можем употреблять их в любом количестве и при этом угождать Богу.

Злоупотребление алкоголем, на простом языке известное как просто пьянство, без всяких вопросов осуждается Библией (Галатам 5:19; 1 Коринфянам 6:12). Библия полна отрывков, в которых говорится о пагубных последствиях пьянства, которое даже явилось одной из существенных причин духовного падения Израиля (4). Правда то, что некоторые люди могут потреблять больше алкоголя, чем другие, или быстрее «перерабатывать» его в зависимости от веса тела. Важно, однако, что мы не используем такие аргументы, чтобы объяснить, почему человек перешел грань от употребления к злоупотреблению алкоголем. Помните слова апостола Павла: «Дела плоти известны» (Галатам 5:19). Каждый из нас очень хорошо помнит, когда он пересек черту, хотя и пытается ввести себя в заблуждение относительно этого. Опять же, все это говорится не для того, чтобы утверждать, что каждый, кто употребляет алкоголь, имеет проблему пьянства. Многие из нас вышли из такой религиозной среды, где *любое* употребление алкоголя сурово осуждалось. Такой небиблейский подход сегодня среди большинства учеников не поддерживается. Но в вопросах подобного рода всегда существует опасность, что маятник может сильно качнуться в противоположном направлении. Мы можем легко выработать слишком либеральное отношение к проблеме и позволить другим споткнуться.

Большинство людей, продолжающих злоупотреблять алкоголем или наркотиками, неизбежно пересекут ту черту, за которой начинается зависимость. При этом не происходит резкого перехода, не бывает ослепляющей вспышки света,

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

колокола не бьют громкую тревогу. Обычно это работает следующим образом: в результате избыточного потребления наркотика или алкоголя мы можем испытать неприятные последствия, иногда незначительные, и, не смотря на них, мы продолжаем употреблять их. Наркотики и алкоголь стали значить для нас больше, чем желание избежать боли. Мы пересекли черту. Коварство данного момента заключается в том, что нам *кажется*, что мы сохраняем контроль, так как болезненные последствия не возникают каждый раз. Но факт заключается в том, что если мы утрачиваем способность достаточно точно предвидеть последствия потребления алкоголя в каждом конкретном случае, то значит мы потеряли контроль. В отдельных случаях, особенно в ранней стадии зависимости, мы можем выпивать немного, и тогда негативных последствий возникает относительно мало. В других случаях мы напиваемся, ощущаем себя неловко, можем получить вызов в суд за вождение автомобиля в нетрезвом виде, растрачиваем деньги, у нас случаются провалы в памяти, мы теряем работу, портиим отношения с людьми и так далее. По мере того, как мы продолжаем пить, последствия ухудшаются, так как мы все глубже погружаемся в трясину зависимости.

Чтобы оправдать поведение, которое причиняет нам боль, мы должны найти что-нибудь, на что свалить вину за эту боль, что могло бы принять наказание за неприятные последствия выпивки. Затем зависимость прогрессирует, и наши мысли становятся занятыми все больше и больше поисками того, чем бы оправдать наше иррациональное поведение.(5). В противном случае мы постоянно оказывались бы лицом к лицу с вызовом бросить пить. Таким образом, мы сваливаем вину на своих жен, на работу, социально-экономическую ситуацию, на наши семьи. Годится все что угодно. По этим причинам многие из нас, когда изучали Библию с людьми, имевшими наркотическую зависимость, сталкивались с огромными трудностями в том, чтобы убедить их взять на себя ответственность за свои жизни. Привычка перекладывать вину с годами стала их второй натурой.

В своей книге *Как Понять и Помочь Алкоголику* доктор Говард Клинебелл приводит список вопросов, которые использовал уже покойный психиатр Роберт Селиджер для того, чтобы помочь пациенту оценить степень потребления алкоголя. Поскольку зависимость может быть обманчива, вам или тому, с кем вы работаете, было бы полезно ответить на вопросы короткого теста, который может помочь определить проблему.

1. Теряете ли вы время на работе из-за того, что выпиваете?
2. Делает ли привычка выпивать вашу домашнюю жизнь несчастной?
3. Выпиваете ли вы потому, что стесняетесь других людей?
4. Влияет ли употребление спиртного отрицательно на вашу репутацию?
5. Испытывали ли вы когда-нибудь угрызения совести после выпивки?
6. Попадали ли вы в финансовые затруднения из-за употребления спиртного?
7. Выпиваете ли вы в компании людей ниже вашего социального уровня и в худшей обстановке?
8. Делает ли вас употребление спиртного беспечным в отношении семейного благосостояния?
9. Уменьшились ли ваши амбиции после того, как вы начали выпивать?
10. Испытываете ли вы страстное желание выпить в одно и то же время каждый день?
11. Хотите ли вы выпить на следующее утро?
12. Вызывает ли употребление спиртного проблемы с вашим сном?
13. Снизилась ли ваша продуктивность после того, как вы начали выпивать?
14. Ставит ли привычка выпивать под угрозу вашу работу или ваш бизнес?
15. Пьете ли вы для того, чтобы отключаться от проблем или беспокойств?
16. Пьете ли вы в одиночку?
17. Испытывали ли вы когда-нибудь полную потерю памяти в результате выпивки?
18. Обращались ли вы когда-либо к своему терапевту за лечением от пьянства?
19. Пьете ли вы для того, чтобы приобрести самоуверенность?
20. Лежали ли вы когда-либо в больнице или были изолированы по причине пьянства?(6).

Мифы и Стереотипы

Как упоминалось выше, существует огромное количество неразберихи по поводу наркотической зависимости и ее лечения. В частности, существует большое число широко распространенных мифов и стереотипов, о которых вы должны знать в любом случае: являетесь ли вы выздоравливающим от зависимости или же работаете с таковыми.

Миф 1: «Это не Моя Вина» (или «Сатана Заставляет Меня Делать Это»)

Так называемая «концепция болезни» в отношении алкоголизма, согласно которой алкоголизм определяется как болезнь и, следовательно, мы не можем нести за нее ответственность, получила распространение в 50-х годах. В то время традиционная церковь отвернулась (открестилась!?!-Р.С.) от алкоголиков, заклеив алкоголизм как моральное разложение и громко заявив об этом с кафедры, не предложив при этом какой-либо практической помощи. В результате, моральный компонент был постепенно изъят из процесса лечения алкоголизма, который стал рассматриваться более как проблема медицинского характера.

Особенно влиятельным в этом отношении был доктор Элвин Мортон Джеллинек, который, имея опыт работы с тысячами алкоголиков, начал определять общие симптомы и фазы, которые проходили алкоголики по мере того, как их зависимость прогрессировала. Он изобразил этот процесс графически, в работе, известной как Таблица Джеллинека. Она до сих пор является полезным инструментом при определении зависимости.(7). Таблица Джеллинека подробно

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

приводится в конце данной главы. Вводящей в заблуждение чертой «концепции болезни» является то, что она наполовину является правдой: алкоголизм в некоторых отношениях напоминает болезнь, особенно в том, что, как сам Джеллинек замечает, он имеет специфические симптомы и фазы. Это, однако, не болезнь в ее обычном понимании, так как это не то, чем можно заразиться и не нести за это ответственность. Если мы проявляем настойчивость в злоупотреблении наркотиками и алкоголем, несмотря на повторяющиеся тревожные знаки, то мы достигаем той точки, когда становимся бессильными. В большинстве случаев к этому состоянию приводит множество плохих решений. С библейской точки зрения мы можем получить помощь и даже должны получить помощь задолго до того как пересечь ту черту, за которой начинается рабство.

Миф 2: Сила Воли Работает

Все из нас стоят перед выбором отказаться от наркотиков или алкоголя когда мы начинаем видеть результаты, приводящие к греху. Но, переступив однажды черту, за которой начинается рабство, мы потеряли эту способность, и теперь только Бог может помочь нам. Раб не может контролировать свою судьбу. Обманчивым обстоятельством является то, что даже очень далеко зашедший алкоголик или наркоман может *на некоторое время* остановиться. Проблема заключается в том, что они не могут избавиться от зависимости навсегда. На память приходят слова Марка Твена насчет того, как бросать курить: «Это легко; я делал это сотни раз.» Огромная разница существует между тем, чтобы воздерживаться от употребления, и между тем, чтобы фактически находиться на пути излечения от зависимости. Периоды временного воздержания только укрепляют заблуждение в том, что мы контролируем ситуацию. Настоящая трезвость чувствует себя комфортно только при полном воздержании.

Миф 3: «Я Не Такой, Как Все»

Наркоманы и алкоголики окружают себя такой сложной системой защиты, что даже Форт Нокс (хранилище золотого запаса США – прим. пер.) по сравнению с ней может показаться сказочным королевством.(8). Одной из самых распространенных защит является настоятельное утверждение о том, что природа их личной зависимости не похожа на другие. Цель данного метода защиты, как и всех других, состоит в желании продолжать потреблять. Если наркоман или алкоголик может убедить себя (и других) в том, что его проблема является исключительно сложным явлением, корнями которого являются конфликты в детстве и отклонения в индивидуальности, то он нашел себе существенное оправдание для того, чтобы продолжать. Более того, он может настаивать на том, что никто не может помочь ему, потому что никто не сможет понять того, что ему пришлось испытать. Библия, однако, учит, что «вас постигло искушение не иное, как человеческое»(1 Коринфянам 10:13). Каждый зависимый считает, что он уникален, но никто не является таковым. Принятие этой правды является одним из самых принципиальных условий для выздоровления. Многие наркоманы и алкоголики будут также настаивать на том, что их смогут понять и помочь им только такие же, как они. В Послании Римлянам 7:14-21 содержится учение о том, что все мы можем иметь отношение к зависимости, потому что мы все понимаем, что означает быть бессильным перед грехом.

Миф 4: Каждый Зависимый – Опустившаяся Личность.

Голые факты говорят нам, что только около пяти процентов всех зависимых соответствуют описанию отбросов общества: пьют самый дешевый портвейн, живут в ночлежках, валяются на улицах и так далее. Остальные девяносто пять процентов имеют постоянную работу, живут в семьях и ведут образ жизни, который внешне выглядит, по крайней мере, «нормально». В основе данного мифа лежат упомянутые выше методы лечения, существовавшие в 50-х годах, когда практически никто не подвергался лечению до тех пор, пока не достигал хронической стадии. Сегодня типичным пациентом, находящимся на излечении, является молодой человек, с более высоким уровнем образования, имеющим приличную профессию. У него впереди много лет жизни, если он сможет выздороветь и построить великолепную жизнь ученика. Поддавшись мифу о совершенно опустившемся человеке, наш разум будет убеждать нас, что любая церковь, включающая большое количество людей, выздоравливающих от зависимости, будет слабой. Это будет также удерживать нас от того, чтобы задавать правильные вопросы «крутым» людям, так как мы уверены, что имеем уже представление о том, как выглядит алкоголик или наркоман. Можно упомянуть, что около дюжины учеников, работающих полное время на Церковь Христа в Нью-Йорке, являются выпускниками Программы Химической Зависимости, в том числе несколько человек, которые ведут сектора и регионы.

Миф 5: Время Лечит

Это одна из самых изощренных ловушек, которую должен избегать выздоравливающий зависимый. После периода воздержания наш разум начинает предполагать, что раз мы достигли состояния трезвости и зависимость, похоже, осталась в прошлом, небольшая контролируемая доза выпивки не повредит. На самом деле, часто бывает так, что можно умеренно выпивать без каких-либо последствий на протяжении нескольких недель или даже месяцев. И, тем не менее, даже «успешная» временная попытка пить умеренно немедленно погрузит алкоголика в состояние неудовлетворенности и разочарования, потому что ему непременно захочется пить больше. Однако он говорит сам себе, что может теперь пить умеренно, и его гордость в конечном итоге станет для него ловушкой и закончится все это тем, что он будет напиваться даже больше, чем ранее. Библия однозначно говорит нам, что мы должны полностью отказаться от того, что заставляло нас грешить. Пытаться умеренно выпивать и сохранять при этом контроль над дозой для алкоголика настолько же абсурдно, как, например, для кого-то, чья жизнь была разрушена сексуальным грехом, купить журнал *Плейбой* только для того, чтобы прочитать статьи в нем.

Миф 6: «Я Алкоголик, Но Не Наркоман»

В этой книге мы используем термины «наркотик» и «алкоголь» более или менее как взаимозаменяемые. Потому что здесь нет разницы: наркотик, известный как этиловый спирт является одним из самых разрушающих и не должен рассматриваться как принадлежащий к менее серьезной категории наркотиков.(9). Процесс вывода из хронической алкогольной зависимости с помощью детоксикации по-прежнему является опасным для жизни.

С точки зрения человека, все еще активно потребляющего наркотики, разница существует. Его разум постоянно изобретает что-нибудь новое, когда он пытается торговаться с зависимостью, при этом наиболее распространенным средством является переключение от одного наркотика к другому: «Хорошо, я допускаю, что у меня проблемы с кокаином», затем идет продолжение: «но я думаю, что все еще могу нормально потреблять алкоголь». Когда кто-то пытается заменить один наркотик на другой, более допустимый, то неизбежно произойдет одно из двух: 1) Он станет зависимым от другого наркотика, или 2) другой наркотик все же спровоцирует его к возврату к первоначально выбранному наркотику. Для того чтобы выздороветь, наркоман или алкоголик должен осознать, что он бессилён перед любым наркотиком. Ключом является воздержание.

Миф 7: «У Меня Есть Серьезные Причины»

Наркоманы обычно являются самонадеянными, эгоцентричными людьми, которые будут более чем счастливы ознакомить вас с точной последовательностью обстоятельств, неудач и недоразумений, которые несут ответственность за их проблемы с наркотиками.(10). Но все мы, кто страдает зависимостью, стали таковыми по одной причине: мы по своей воле и сознательно приняли множество плохих решений, которые в конечном итоге привели нас к тому состоянию, когда мы стали бессильными. Никто не заставлял нас. Нам нравились наркотики, мы злоупотребляли ими и в итоге стали их рабами. Пытаться предложить любую другую причину злоупотребления будет означать не только оправдание, но и нежелание честно признаться, что мы сами виноваты, - а это является необходимым условием на пути к выздоровлению. Это опасно также и по другой причине. Например, если алкоголик решил, что причиной злоупотребления является его неудачный брак, но через несколько месяцев пребывания в Царстве этот брак начнет укрепляться, он придет к выводу, что теперь он может умеренно выпивать. Короче говоря, вопрос не в том, *почему* зависимый потребляет, а в том, *как* он это делает.

Миф 8: Страх Работает

Может случиться так, что, испытав однажды очень плохие последствия, зависимый временно прекратит потребление наркотиков. Но страх никогда не являлся причиной трезвости на какое-то время. Я работал с одним человеком, помогая ему выздороветь, который однажды очнулся в реанимационной палате, опутанный весь проводами. Первые несколько часов он испытывал ужас. Однако, когда прошло не очень много времени, он сорвал со своего тела все провода, встал с постели, покинул больницу и пошел, чтобы напиться. Боль работает, страх не работает.

Миф 9: Никотин Не Стоит Воспринимать Всерьез

Никотин относится к числу самых опасных и самых порабощающих наркотиков. В духовном отношении от Бога отпадает гораздо больше людей, зависимых от никотина, чем зависимых от чего-либо другого. В Нью-Йорке мы знаем много людей, которые смогли избавиться от героина, но в то же время не смогли бросить курить. Частично можно объяснить это тем, что курильщик находится под воздействием никотина всего лишь двадцать минут. Одна порция героина может хватить наркоману на целый день, но курильщик уже через двадцать минут испытывает дискомфорт и потребность в медикаментах. Факты говорят сами за себя и очень выразительно: в 1995 году в США умерло более 10 000 человек в результате употребления запрещенных наркотиков. В том же году более 400 000 человек умерло от болезней, связанных с никотином.(11). Люди, находящиеся в никотиновой зависимости, нуждаются в помощи не меньше, чем другие группы зависимых, и должны пройти Программу Химического Возрождения до крещения.

Понятия, Требующие Специального Внимания

Рецидивы

Имеется много причин для того, чтобы уделять специальное внимание нуждам молодых учеников, которые совсем недавно вышли из состояния многолетней зависимости от наркотиков или алкоголя. Во-первых, надо учитывать природу рецидива. Если у кого-то серьезные проблемы по поводу лжи, например, и этот человек, став учеником, решил избавиться от привычки лгать, но потом опять вернулся к ней, то ему надо принять решение более твердо. Но для наркомана даже одноразовое повторение греха может оказаться разрушительным: может получиться так, что он больше никогда не сможет преодолеть это. Время от времени мы в Нью-Йорке получаем подтверждение того, что это может быть правдой. Практически основной причиной создания в Нью-Йорке Программы Химического Возрождения явилось то, что самое большое число людей отпадали от Бога из-за химической зависимости.

Множественность Последствий

Другой причиной создания Программы Химического Возрождения является то, что химическая зависимость – это грех с разрушительными последствиями. Это то, что в медицинских кругах называют главной проблемой, которую надо

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

решать в первую очередь, до того как пытаться улучшить другие стороны жизни. Зависимые обычно ищут помощи в вопросах брака, финансов и т. д., но ничего не сможет измениться, потому что истинному корню всех проблем не уделяется должного внимания. Ни один из других грехов не имеет такого разрушительного влияния на все стороны жизни: физическую, умственную, эмоциональную, психологическую, социальную, финансовую и духовную. Поэтому химически зависимый человек нуждается в особой помощи в первые месяцы ученичества для того, чтобы оставаться трезвым и иметь твердое намерение сохранить это состояние на длительный период.

Центр Детоксикации

Первая стадия выздоровления обычно предусматривает пребывание в центре детоксикации, которое фокусируется на физическом выздоровлении. Большие усилия прилагаются к тому, чтобы защитить пациента в момент выхода из зависимости. В большинстве таких учреждений осуществляется медицинское наблюдение, обеспечивается длительный отдых в безопасной обстановке и сбалансированная диета. В течение периода от трех до двадцати одного дня преодолеваются физические явления выхода из зависимости, Лечение ущерба, нанесенного нервной системе может, однако, занять несколько месяцев.

Психическое Выздоровление

Много внимания уделяется физическому выздоровлению, и для большинства людей этот процесс происходит довольно быстро. Намного труднее проходят процессы выздоровления эмоционального, умственного и духовного. На протяжении нескольких лет я проводил неофициальное наблюдение за уходом в лечебном центре в Луисвилле, штат Кентукки, в котором я работал. Каждую неделю я проводил опрос в очередной группе, состоявшей примерно из восьмидесяти мужчин и женщин, спрашивая, кому из них приходила когда либо мысль, что он или она были сумасшедшими. Обычно поднималось около девяносто восьми процентов рук. Примерно шестьдесят пять процентов обращались к психиатру, и им ставился положительный диагноз. (Конечно, это устраивает алкоголика или наркомана, потому что, с его точки зрения, это является подтверждением того, что у него нет зависимости. У него теперь есть профессиональное заключение о том, что его проблема имеет умственный характер, значит, он может употреблять наркотики. Это в некоторой степени устраивает и его семью, так как проблемы психического характера не являются таким позорным явлением как алкоголизм или наркомания. Следует отметить, что в некоторых случаях может потребоваться до шести месяцев состояния непрерывной трезвости пациента для того, чтобы поставить достаточно точный диагноз по поводу его психического состояния.) Не удивительно, что многие наркоманы в конечном итоге начинают подвергать сомнению состояние своей психики: представьте, что самые лучшие помышления постоянно кончаются ужасными неудачами и страданиями.

В Евангелии от Луки в 15 главе в притче о блудном сыне Библия говорит: «Пришед же в себя» он вернулся домой (ст. 17), Рабство греху приводит к временному «умопомешательству». По мере того, как зависимость прогрессирует, разум зависимого замыкает на постоянно усиливающейся битве с самим собой: силы благоразумия и совести ведут постоянную борьбу с силами отрицания и рационалистических объяснений. Буквально говоря, разум раскалывается пополам и напряжение начинает проявляться.

Психическое выздоровление, в силу выше изложенного, является процессом, длящимся зачастую многие месяцы. Мы должны научиться тому, как мыслить трезво. Я слышал как люди на собраниях общества Анонимных Алкоголиков (АА) говорили: «Когда я в первый раз протрезвел, то все, что мне казалось ранее правильным, на самом деле оказалось неправильным». Мы должны помнить, что Библия – это данное нам Богом руководство по психическому лечению от греха и его последствий. По мере того, как мы изучаем Библию и следуем ей, наше мышление начинает проясняться.(12). Мы начинаем заменять наше искривленное мышление на правду о Боге, о нас самих и о других (Римлянам 12:1-2; Колоссянам 3:2; Ефессянам 4:17-19, 22-23).

Эмоциональное Выздоровление

Избавление от зависимости включает в себя также эмоциональное выздоровление. Многие люди стали пить или потреблять наркотики в возрасте двенадцати лет и даже раньше. Вместо того чтобы иметь дело со своими эмоциями (конфликты, страхи, гнев, возмущение или смущение), они просто заглушали их с помощью препаратов и в результате не выросли эмоционально. Вооруженные гениальным даром вводить других в заблуждение, они выглядят зрелыми, приспособленными двадцати- или тридцатилетними людьми. Но под поверхностью скрывается айсберг, который может вызвать крушение их судеб: эмоциональная незрелость.

Очевидно, что с двенадцатилетним человеком мы будем изучать Библию медленно, потому что понимаем, что такие люди могут усвоить материал интеллектуально, но им понадобится время для того, чтобы усвоить его эмоционально. Так же и с теми, кто начал употреблять наркотики в раннем возрасте. Большинство таких молодых учеников эмоционально являются двенадцатилетними. Им необходимо время, чтобы понять, как они чувствуют себя, смотреть в Писания и разговаривать со зрелыми учениками, которые могут помочь им развить необходимую эмоциональную восприимчивость, основанную на Слове Бога. Мы можем нечаянно расстроить молодого христианина, требуя от него больше, чем он способен воспринять эмоционально. Очень важно быть терпеливым и предвидеть такие проблемы как разрешение конфликтов с другими учениками. Если мы не будем предупредительными, наставляя молодого христианина, то можем спровоцировать у него рецидив.

Эмоциональное выздоровление – это процесс, который длится месяцами и даже годами. С другой стороны, выздоравливающие люди обычно бывают благодарными, общительными и горячими, и из-за этих качеств могут слишком

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

быстро попасть в лидерство. Мне приходилось наблюдать за некоторыми многообещающими молодыми христианами, которые не могли эмоционально вынести груз лидерства. Помните, что если вы дадите им время окрепнуть эмоционально, они станут невероятными лидерами. В противном случае вы можете навсегда потерять их.

Хорошую иллюстрацию данного принципа можно увидеть в требованиях, которые предъявляются тем, кто хочет получить сертификат по лечению химически зависимых людей в штате Нью-Йорк. Для того чтобы только быть допущенным к сдаче экзамена на право стать таким специалистом, кандидат должен перед этим иметь трехлетний стаж непрерывной трезвости. По моему мнению, Церковь только выиграла бы, если дала выздоравливающему наркоману хотя бы год на эмоциональный рост перед тем, как доверить ему вести группу изучения Библии. Эмоциональное выздоровление требует времени, но это произойдет, если мы проявим понимание, настойчивость и терпение в процессе наставления ученичеству людей выздоравливающих от зависимости.

Духовное Возрождение

Духовный аспект выздоровления часто может быть самым неуловимым. Некоторые люди в процессе выздоровления могут иметь очень трудные отношения с Богом, потому что они привыкли определять духовность с чисто традиционных религиозных позиций и поэтому не понимают как «свечки и четки» могут иметь какое-либо отношение к выздоровлению. Некоторые не верят в то, что Бог может помочь, потому что в периоды запоя Бог на их отчаянные зывания с очевидностью для них не мог или не хотел отвечать. Рабская зависимость от наркотиков погрузила таких людей в мир, наполненный чувством вины, стыда и раскаяния. Они не только насильствовали свою совесть, но и во многих случаях отделились от Бога и испытывали горечь по отношению к нему и поэтому не могли себе представить, чтобы Бог хотел иметь с ними какие-либо отношения.

Тем не менее, в человеке присутствует врожденный духовный компонент, как бы сильно он ни старался избавиться от него. Наша совесть, та наша часть, которая говорит «выбери то, что правильно», не способна действовать должным образом, когда мы находимся в зависимости. Наши добрые намерения оплачивать счета, не опаздывать на встречи, заботиться о нуждах нашей семьи никогда не осуществляются и в результате усиливаются чувство стыда и раскаяния. Эти чувства усиливаются тем обстоятельством, что время от времени человек хочет избавиться от зависимости, намеревается избавиться, избавлялся дюжины раз, сотни раз, - только для того, чтобы снова и снова испытать безумие и острое разочарование от своего бессилия (Римлянам 7:14-21).

Другие Проблемы

Зависимость также разрушает финансы больного, опустошает счет в банке, накапливает долги, разрушает его карьеру и так далее. Могут уйти годы, для того, чтобы восстановить финансовое положение. Подобным же образом страдают отношения с друзьями, между супругами, членами семьи. Иногда отношениям наносится такой ущерб, что восстановление доверия требует мучительных усилий в течение нескольких лет.

Таблица Джеллинека

Таблица Джеллинека, как было упомянуто выше, является полезным пособием для того, чтобы помочь человеку определить, какой стадии зависимости он достиг. (См. рисунок 1.)(13). Следует иметь в виду, что не каждый алкоголик проходит все стадии точно в той последовательности, как отображено здесь. Также следует отметить, что хотя таблица была разработана в результате наблюдения в основном за алкоголиками, динамика развития зависимости от других наркотиков практически такая же. На последующих страницах содержатся пояснения симптомов и фаз, перечисленных в Таблице Джеллинека.

Продромальная (Первые Признаки) Стадия

1. *Первый Провал в Памяти* – Провалы в памяти часто путают с «отключением», т.е. с отсутствием чувства реальности, которое испытывает человек под воздействием наркотика. Провал в памяти – это своего рода «алкогольная амнезия», то есть отрезок времени во время выпивки, который вы не можете ни вспомнить, ни объяснить. Например, на следующий день вам могут рассказать о том, что произошло накануне, во время вечеринки; или же вы приходите в себя и не помните, где вы оставили свою машину.

Таблица Джеллинека (Модифицированная) Симптомы и Фазы Алкоголизма

Продромальная Фаза (Первые Признаки)	Острая Фаза (Средняя)	Хроническая фаза (Поздняя)
*Первый провал в памяти *Выпивки украдкой *Все мысли о выпивке *Быстрое поглощение алкоголя *Уклонение от разговоров о выпивке *Частые провалы в памяти *Потеря контроля	*Алиби *Упреки от других *Экстравагантное поведение *Агрессивность *Угрызения совести *Попытки бросить пить *Попытки сменить привычки выпивки *Социальное разложение	*Нравственное падение *Нелогичное мышление *Приступы ревности *Неподдающиеся объяснению страхи *Дрожь в теле и руках *Психо-моторная заторможенность *Потребность в религии

<p>(Все это ведет к средней стадии алкоголизма)</p> <hr/> <p>Прим ерно 1 из 8 пьаниц станет алкоголиком</p> <hr/> <p>Повышенная толерантность</p> <hr/> <p>Переходная Фаза</p>	<p>*Проблемы на работе *Изменения в семье *Поиски помощи *Чувство обиды *Попытки сбежать *Постоянное пополнение запасов *Стабильное потребление *Большие физические и психологические изменения *Продолжительные запои</p> <p>(Все это ведет к хронической стадии алкоголизма)</p>	<p>Хронически зависимый алкоголик</p> <hr/> <p>Пониженная толерантность</p> <hr/> <p>Порочный цикл</p> <hr/> <p>Возможные последствия ∨ Выздоровление Сумасшествие Смерть</p>
--	--	---

Рисунок 1. Таблица Джеллинека (Модифицированная)

2. *Выпивки Украдкой* – Цель выпивки больше не носит социальный характер. Цель заключается в том, чтобы напиться, и у зависимого начинает развиваться страх перед трезвостью. На этой стадии он часто приезжает к какому-либо мероприятию, где подают спиртное, раньше всех, чтобы успеть выпить пару порций до того, как начнут приезжать другие, или же выпьет несколько порций перед тем, как выехать из дома. Он может даже предлагать налить спиртное другим людям, чтобы при этом незаметно налить себе пару внеочередных порций.
3. *Все Мысли о Выпивке* – Выпить и опьянеть занимает все больше и больше мыслей. Даже тогда, когда он не пьет активно, он много времени думает об этом. Алкоголь все больше становится центром его жизни.
4. *Быстрое Поглощение Алкоголя* – Одним из способов быстро достичь состояния опьянения является его быстрое поглощение. Опять же, алкоголь потребляется только для того, чтобы напиться.
5. *Уклонение от Разговоров о Выпивке* – На каком-то уровне алкоголик начинает понимать, что его выпивки стали проблемой. Поэтому он тщательно избегает неприятную для него тему и быстро меняет предмет разговора, если кто-то проявляет по отношению к нему озабоченность.
6. *Частые Провалы в Памяти* – Еще одним признаком того, что потребление алкоголя выходит из-под контроля, является то, что провалы в памяти становятся более частыми.
7. *Потеря Контроля* – Это особенно критическая стадия, так как она обозначает ту черту, за которой злоупотребление превращается в зависимость. Прежде зависимый имел выбор просто решить бросить пить. Но на этой стадии он переступает черту и попадает в рабство. Это не означает, что он будет терять контроль над каждой выпивкой, но он уже не может точно предсказать последствия той или иной конкретной предстоящей выпивки. С точки зрения Библии он попал в рабство и уже не сможет избавиться от него без помощи Бога и других людей.
8. *Повышенная толерантность* – Толерантность тела по отношению к алкоголю начинает увеличиваться: все больше и больше наркотика требуется алкоголику для того, чтобы достичь того же состояния. В итоге ему требуются огромные дозы для того, чтобы чувствовать себя нормально.

Острая (Средняя) Стадия

1. *Алиби* – Нужда в том, чтобы скрывать выпивки становится для алкоголика все острее, и он привлекает на помощь своих собутыльников, коллег по работе и так далее для того, чтобы скрыть степень своего пьянства от тех, кто волнуется за него. Классической иллюстрацией к этому является следующая картина: пьяный в баре просит бармена сказать его жене, которая разыскивает его по телефону, что он ушел из бара домой десять минут назад. Алиби могут быть в виде лжи алкоголика самому себе, любых отговорок, лишь бы избежать правды.
2. *Упреки От Других* – Несмотря на всяческие алиби и уловки, алкоголик начинает навлекать на себя гнев окружающих его людей, которые испытывают неприятные последствия от его пьянства.
3. *Экстравагантное Поведение* – В ответ на недовольство окружающих его людей, зависимый часто делает экстравагантные жесты - например, покупает новое платье своей жене и новые велосипеды своим детям. Это, конечно, не означает стремление меняться: это просто один из способов сгладить недовольство для того, чтобы продолжать спокойно пить. Реакция близких людей после нескольких таких эпизодов может звучать так: «Как мы собираемся оплачивать все это? Было бы лучше, если ты просто оплатил счет за свет!»
4. *Агрессивность* – Когда экстравагантные поступки перестанут помогать, следующей стадией будет то, что алкоголик будет всегда злиться, когда разговор будет заходить о его выпивках.
5. *Угрызения Совести* – На этой стадии алкоголик начинает испытывать некоторые серьезные отрицательные последствия и до некоторой степени признает, что это результаты его пьянства. Его могут одолевать такие чувства как угрызения совести, стыд, ненависть к самому себе; и он будет стремиться изменить положение, но, не обратившись за помощью, а делая некоторые изменения *на своих собственных условиях*.
6. *Попытки Бросить Пить* – Первым из таких изменений будет простое решение бросить пить, «сесть в поезд». Решение может быть «успешным» некоторое время; но в силу того, что оно основано на своей силе воли, а не на полной капитуляции, оно потерпит полный крах.
7. *Попытки Сменить Привычки Пить* – Следующим шагом может стать попытка сменить привычки питья. Алкоголик может, например, дать слово не употреблять крепкие напитки и пить только пиво, или пить только по вечерам, или только по выходным дням. Но на этой стадии он уже зависим от спиртного, и любые попытки контролировать выпивки являются бесполезными и прежние привычки быстро вернутся.

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

8. *Социальное Разложение* – Социальное окружение будет в сильной степени определяться его пристрастием к спиртному. Он все дальше будет отдаляться от «нормального» общества и большую часть времени проводит в одиночестве или же в компании себе подобных.
9. *Проблемы на Работе* – В результате пьянства работоспособность неизбежно понизится. Типичной является ситуация, когда алкоголик сменяет одну работу за другой или, если ему удастся скрывать свое пристрастие, его карьера перестает расти.
10. *Изменения в Семье* – Обстановка в семье алкоголика не может оставаться нормальной. Его семья или будет делать безуспешные попытки приспособиться к атмосфере, создаваемой алкоголиком, или же все покинут его.
11. *Обращение за Помощью* – Перспектива того, что его жена и дети уйдут от него, обычно является достаточной, чтобы алкоголик начал искать помощь, но мотивация является неверной. Он, например, может обратиться за консультацией к специалистам по вопросам брака или финансов. Поскольку истинной причиной всех проблем является пьянство, такие консультации обречены на неудачу.
12. *Чувство Обиды* – Когда все его попытки «обращения за помощью» окончатся неудачей, у зависимого начинается развиваться чувство обиды на всех, кто находится рядом: «Я стараюсь получить помощь, но ничего не меняется. Я сделал все, что мог. На самом деле виновата жена/начальник/ коллеги по работе/друзья».
13. *Попытки Сбежать* – Куча проблем продолжает расти. Зависимый может попытаться прибегнуть к тому, что называется «географическим лечением», то есть он может переехать в другой город, штат или округ будучи уверен в том, что корнями его проблем являются другие люди, место, вещи. Так как источником всех проблем является сам зависимый, то «географическое лекарство» не поможет.
14. *Постоянное Пополнение Запасов* – На этой стадии, когда кажется, что все возможные решения были испробованы и провалились, алкоголик начинает сдаваться зависимости и отказывается от всех попыток измениться. У него развивается патологический ужас перед тем, что привычный наркотик может кончиться и старается поддерживать его постоянный запас.
15. *Стабильное Потребление* – Теперь алкоголик прогрессирует к такому состоянию, при котором становится необходимостью постоянное наличие алкоголя в крови. Похмельное состояние уходит в прошлое. Алкоголик пьет для того, чтобы постоянно поддерживать нормальное для него состояние.
16. *Большие Физические и Психологические Изменения* – На этой стадии умственные способности и физическое состояние начинают сильно страдать. Тело начинает разрушаться под воздействием непрерывных атак наркотиков и алкоголя, разум начинается раздваиваться, так как благоразумие и совесть подавляются изобретательностью и отрицанием.
17. *Продолжительные Запой* – Теперь жизнь почти полностью подчинена наркотику. Временами запои продолжаются от нескольких дней до нескольких недель.

Хроническая (Поздняя) Фаза

1. *Нравственное Падение* – На этой стадии разум зависимого настолько поврежден, что он перестает видеть разницу между правильным и неправильным. Он считает естественным лгать и воровать.
2. *Нелогичное Мышление* – Его мышление уже перестало быть логичным. Он может подумать: «Мне доставляют проблемы радиоволны в моей голове. Если мне удастся спрятаться от них, то мне станет лучше».
3. *Приступы Ревности* – Алкоголика преследуют приступы необъяснимой ревности. Он может обвинять жену в неверности абсолютно без всяких на то оснований.
4. *Не Поддающиеся Объяснению Страхи* – Алкоголик начинает испытывать постоянное чувство страха, он каждый момент опасается, что что-нибудь ужасное должно сейчас случиться. Он прячется в своей комнате, украдкой выглядывает из окна, он охвачен паранойей.
5. *Дрожь в Теле и Руках* – Алкоголь начинает оказывать отравляющее воздействие на организм. Результатом алкогольного отравления являются судороги и дрожь.
6. *Психо-Моторная Заторможенность* – Разум и тело уже не могут сообщаться. Простые движения, например, наступить на бордюрный камень, даются с трудом. Тело утрачивает способность функционировать нормально.
7. *Потребность в Религии* – Алкоголик обычно приобщается к «религии с вращающимися дверьми», на день или два посещая различные дома, в которых находятся миссии. Обратите внимание на кварталы вашего города с большим числом дешевых заведений, и вы, возможно, найдете много миссий, расположенных рядом с ночлежками и винными магазинами. Кратковременное обращение к религии через такие миссии никогда не бывает эффективным. На самом деле на этой стадии необходимы длительные физические, умственные и духовные усилия к выздоровлению.

В конце этого цикла состояние алкоголика становится хроническим. Тело теряет возможность перерабатывать алкоголь, так как печень разрушена настолько, что может стать причиной смерти (Пониженная толерантность). После такого состояния могут последовать только выздоровление, сумасшествие или смерть.

ДЕКЛАН ДЖОЙС

Обращение Зависимого

В один день холодной зимы 1985 года Терри П. продал свои туфли, чтобы купить одну дозу крэка. Это было в нескольких милях от дома и ему пришлось возвращаться босиком в метро, вызывая удивленные взгляды тех, кто ехал с ним в одном вагоне. Стыд и угрызения совести, которые испытал в тот день Терри, оказались достаточными, чтобы заставить его, наконец, сдаться. Сегодня у Терри есть прекрасная жена, сын, он является лидером группы изучения Библии, играет важную роль в работе Программы Химической Зависимости Церкви в Нью-Йорке и проходит последний семестр обучения в колледже.

Джон Х. провел лучшую часть своих двух десятилетий будучи зависимым от героина, зарабатывая себе на жизнь тем, что воровал автомобильные части и перепродавал их нечестным торговцам автомобилями. Однажды ночью он прыгнул из окна второго этажа в темноту чтобы избежать ареста. Сегодня он лидер группы изучения Библии и играет заметную роль в Программе Химического Возрождения.

Вышеизложенные истории - только два примера из практически сотен аналогичных, которые могли бы рассказать наши братья и сестры в Программе Химического Возрождения Нью-Йорка. Сотни людей были избавлены от парализующего рабства наркотиков и алкоголя, стали лидерами различных уровней в пастырстве и вносят ценный вклад, способствуя росту Церкви.

Ключом такого типа успеха являются знания того, как эффективно работать с людьми с подобным прошлым. Помогать зависимым очень просто, но еще проще делать это неправильно. Ничего не может быть более разочаровывающим и бесплодным, чем помогать зависимым неправильным путем. В этой главе мы затронем некоторые базовые моменты в работе с зависимыми. Если вы научитесь классно работать с зависимыми, то они будут превращаться в ценную часть церкви, а не обузу.

Строить Отношения

С кем бы вы ни изучали Библию, установление глубоких личных отношений является решающим условием. Особенно сильно это относится к зависимым, которые, обычно, очень скрытны о себе и живут очень изолированной жизнью. Стремление быстро пройти занятия по Библии, необходимые для того, чтобы крестить, приведет к тому, что вы будете упускать те вещи, которые помогут вам установить характер духовной помощи, которая необходима в вопросе злоупотребления наркотиками. Было бы достаточно мудрым решением потратить время на то, чтобы постараться определить, не проявляют ли они внешне какие-либо предупреждающие знаки из перечисленные ниже.

Не Будь Наивным! Даже ученики с большой историей злоупотребления наркотиками иногда забывают, насколько всеобъемлющей является зависимость. Помни, что почти каждый использует наркотики в той или иной степени, и что каждый седьмой попадает в зависимость.

Свидетельства Зависимости, Которые Могут Быть Дома – Посети их дома. Как выглядит его дом или квартира? Не будь как сыщик-профессионал, но прояви проницательность и заинтересованность. Если у кого-то в гостиной находится много греющих ламп, если пепельница наполнена «бычками» (не окурками, но остатками от самодельных сигарет с марихуаной), в аптечке полно рецептов для болеутоляющих лекарств, а книжная полка полна трудами Дж.Р.Р. Толкиена, то все это многозначительно говорит вам о чем-то!

Привычные Опоздания – не каждый, кто опаздывает на собрания Церкви, или на беседу о Библии, является химически зависимым (иначе у нас были бы поистине настоящие проблемы!); но если вы имеете дело с кем-то, у кого есть проблемы с наркотиками, то вы быстро столкнетесь с ситуациями, когда он будет отменять встречи, или просто не являться на них. Я опаздывал на большинство занятий, проводимых со мной, и на некоторые из них просто не приходил. Причина всегда неизбежно была связана с наркотиками: или я их в тот момент употреблял или же испытывал последствия их воздействия.

Нерегулярное Появление на Работе – Это особенность, характерная для всех зависимых. В пятницу они стремятся уйти с работы раньше, или вообще не приходят на работу, потому что выходные у них начинаются на день раньше, В понедельник они могут не появиться на работе, потому что они еще страдают от похмелья или отсыпаются после бессонных ночей приготовления и потребления наркотиков.

Проблемы Здоровья/Брака/Легального Характера – Зависимость приводит к проблемам во всех этих областях. Он или она могут обращаться к юристу по поводу брака, консультироваться по финансовым вопросам, советоваться по вопросам поддержания здоровья. Типично то, что зависимый будет искать помощь в связи с любыми проблемами, но не в связи с самой зависимостью. Ничто не сможет дать эффективный результат, потому что основная проблема не затрагивается.

Проблемы Финансового Характера – Проблемы с наркотиками наносят большой урон нашим финансам: деньги быстро кончаются, а гора неоплаченных счетов растет. В конечном итоге все наши деньги уходят на наркотики, и очень мало остается на что-либо еще. Если кто-то имеет высокооплачиваемую работу, но всегда нуждается в деньгах, то существует очень высокая степень вероятности, что причина может быть связана с наркотиками.

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

Кочевой Образ Жизни – В какой-то момент почти каждый зависимый будет искать то, то известно как "«географическое лечение», то есть переезжать в другой штат, город или даже страну, пытаясь таким образом уйти от проблемы с наркотиками. Некоторые ведут подобный образ жизни годами, никогда не оставаясь на одном месте продолжительное время. Корнями «географического лечения» является заблуждение о том, что причиной проблем с наркотиками являются другие люди, другие места и другие вещи. Конечно, проблема находится в самом зависимом, и после короткого периода относительного спокойствия проблемы всегда возвращаются.

Виды Работ – Некоторые виды работ более предпочтительны для наркомана, потому что они позволяют ему вести свой образ жизни: например, бармен имеет легкий доступ к алкоголю. Фармацевт имеет легкий доступ к болеутоляющим лекарствам. Популярна также работа в качестве официанта, потому что дает ежедневный заработок в виде чаевых, которые тратятся на наркотики. Популярны также разные виды частного предпринимательства; например маляр, сантехник или планировщик сада могут иметь гибкий график работы и употреблять наркотики тогда, когда им хочется. Самое популярное – это самому распространять наркотики, но многих удерживают опасности, связанные с этим. Многие зависимые, имеющие работу с девяти утра до пяти дня, будут отклонять предложения о повышении, потому что они способны справляться с привычным объемом работы не подвергаясь риску быть уволенным. При этом у них остается много свободного времени для того, чтобы пить на работе.

Привычка Не Доводить Дела до Конца – По мере того, как зависимость прогрессирует, все больше активности уходит на побочные работы. Поэтому для зависимого типично ничего не заканчивать и не завершать, будь то учеба в колледже, планы на работе или личные планы и отношения.

Частая Смена Мест Работы – Находясь в зависимости от наркотиков очень трудно сохранять работоспособность. В результате, зависимого или часто увольняют, или же он сам увольняется, когда ему делаются замечания или появляется угроза увольнения.

Внешний Облик – Внешний вид говорит о многом, но некоторые детали бросаются в глаза не сразу: невнятная речь, красные глаза, запах алкоголя и так далее.

Плохое Восприятие – Годы непрерывного употребления наркотиков оказывают отрицательное воздействие на мозги и тело. Результатом являются плохое умственное восприятие и плохая память. Распространены также такие недостатки, как неспособность перерабатывать и удерживать информацию. Наш совет в этом отношении: дайте людям время. Большинство людей не заходят так далеко, но некоторым требуется несколько месяцев трезвой жизни до того, как они смогут серьезно понимать, что именно составляет жизнь ученика. Самые тяжелые случаи плохого восприятия являются результатом злоупотребления растворителями и встречаются обычно у белых молодых людей мужского рода, принадлежащих к «голубым воротничкам» (средний класс служащих – прим. пер.).

Злоупотребление растворителями (вдыхание запаха клея, краски и т.д.) вызывает сильное кратковременное ощущение, которое также наносит необратимое повреждение мозгу.(1). Обычно люди, которые в прошлом сильно злоупотребляли растворителями, способны точно исполнять то, что вы скажете им, но не могут логически мыслить. Это в значительной степени влияет на то, что они быстро воспринимают ученичество, не говоря о его практическом применении.

Наркотики по Рецептам – Не все наркотики, вызывающие зависимость, относятся к запрещенным: такие наркотики как Перкодан, кодеин и т.д. могут ошибочно выписываться врачами по рецепту в больших, чем необходимо, количествах и приводить к зависимости. Мы должны быть особенно внимательны к людям, которые имеют доступ к почти неограниченному количеству предписываемых наркотиков, это могут быть медицинские работники и ветераны. Зависимость от наркотиков, доступных по рецепту, начинается часто незаметно, как результат стремления избавиться от сильных болей в спине, стресса или хронической болезни. Тем не менее, это зависимость. Будь бдителен в отношении людей, которые имеют такие симптомы, и обращайтесь к разным докторам.

Ложь – Пьянство и наркомания делают из вас неисправимого, патологического лгуна. Вы должны лгать, чтобы иметь непрерывное поступление наркотиков. И проблема усугубляется, так как часто ложь не подвергается сомнению. Вы окажете зависимому огромную помощь, если откажетесь верить лжи. Спрашивайте конкретные вопросы, полностью выясняйте свои подозрения. Если в ответах нет стыковки, то за этим стоит какая-то причина. Это могут быть наркотики.

Постоянное Стремление Свалить Вину – По мере накопления проблем, возникающих в результате злоупотребления, зависимый испытывает потребность найти козла отпущения, чтобы свалить на него вину за свое поведение. В противном случае он должен столкнуться с все более возрастающей и побуждающей очевидностью избавиться от зависимости. Результатом является сильная склонность обвинять в проблемах свою вторую половину, начальника на работе или членов семьи и нежелание взять ответственность за свое поведение на самого себя.

Прежде всего, молись! Каким бы ты ни был проницательным, обязательно некоторые вещи пропустишь, если будешь полагаться только на свою мудрость. Помни, что зависимость всегда сопровождается стремлением к обману. Во многих случаях ложь становится второй натурой. Зависимые также обладают яркой индивидуальностью и умением располагать к себе других людей (конечно, это можно сказать не обо всех них!), потому что стиль жизни зависимого требует от них умения выкручиваться из любых ситуаций. Не допускай мысли, что они не способны вводить в заблуждение. Каждый раз, когда я, имея дело с зависимыми, полагался на свою собственную мудрость, Бог укромлял меня и напоминал мне, что я нуждаюсь в Нем.

Кому Я Могу Помочь?

Если кто-то испытал серьезные последствия, возникшие в результате употребления наркотиков, и не смог после этого отказаться от них, значит, он бессилен перед ними. Другого объяснения нет. Мы часто описываем такую ситуацию тем,

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

что мы шутливо называем «Притча о Брокколи». Представьте себе, что каждый раз, после того, как вы поедите брокколи, вы становитесь больным, у вас происходят провалы в памяти, вы тратите больше денег, чем планировали, у вас начинаются проблемы с законом и в супружеской жизни – после всего этого вы будете продолжать есть их? Скорее всего, нет. Но именно это происходит, когда дело касается наркотиков.

После того, как ты определил, что у кого-то имеются проблемы с наркотиками, возникает второй, более важный, вопрос: ты можешь помочь ему? В фильме *Руди* добрый священник сказал одному из героев фильма, что за все годы служения в качестве священника он усвоил только две вещи: «Бог есть, и я – не Он.» В этом заявлении много мудрости. За почти десятилетнюю работу с наркоманами я испытал большое количество разочарований и, анализируя их в ретроспективе, пришел к убеждению, что причиной большинства из них являлся факт, что я еще не усвоил этот урок.

Я могу эффективно работать с зависимыми только тогда, когда понимаю, что есть определенные люди, которым я могу помочь, и есть определенные люди, которым я *бессилен* помочь. Наиболее глубокую иллюстрацию данного момента мы можем найти в Евангелие от Луки, главе 15:

Еще сказал: у некоторого человека было два сына; и сказал младший из них отцу: отче! Дай мне следующую *мне* часть имения. И *отец* разделил им имение.

По прошествии немногих дней младший сын, собрав все, пошел в дальнюю сторону и там расточил имение свое, живя распутно. Когда же он прожил все, настал великий голод в той стране, и он начал нуждаться; и пошел, пристал к одному из жителей страны той, а тот послал его на поля свои пасти свиней; и он рад был наполнить чрево свое рожками, которые ели свиньи, но никто не давал ему.

Придя же в себя, сказал: сколько наемников у отца моего избыточествуют хлебом, а я умираю от голода; встану, пойду к отцу моему и скажу ему: отче! я согрешил против неба и пред тобою и уже недостойн называться сыном твоим; прими меня в число наемников твоих. Встал и пошел к отцу своему. (Лук. 15:11-20а).

Когда я, наконец, был готов перейти к трезвому образу жизни, то это произошло потому, что боль от злоупотребления стала ощущаться сильнее, чем боль от воздержания. У меня не произошло так, чтобы я проснулся однажды утром, посмотрел на сияние восходящего солнца и подумал: «Мир так прекрасен, а со мной все плохо из-за моей ужасной привязанности к наркотикам. Надо с этим кончать, мне пора обратиться за помощью.» Мне хотелось бы сказать, что так и произошло, но на самом деле это было не так. Я начал лечиться тогда, когда боль от физических, эмоциональных и духовных последствий злоупотребления стала настолько сильной, что она уничтожила мою гордость и я «пришел в себя».

Так произошло с блудным сыном в 15 главе Ев. от Луки. Состояние унижения в желании есть еду для свиней (даже мысль об этом для иудея является отвратительной), физическая боль голода, эмоциональная боль раскаяния, наконец, довели его до такого состояния, когда он сдался, готов был стать наемным работником. Он готов был принять помощь не на своих условиях, но на условиях Бога. Любая попытка вмешаться в жизнь этого человека до того, как он пришел в себя, была бы не только бесполезна, но и привела бы к сильному разочарованию.

Даже обычный мир признает это. Подумайте над следующей выдержкой из 5 главы *Анонимные Алкоголики* – библии общества АА:

Если вы решили, что вы хотите иметь то, что есть у нас, и готовы идти так далеко, насколько для этого необходимо, - значит, вы готовы сделать некоторые шаги.

Некоторые из них мы пропускали. Мы думали, что можем найти более легкие, менее болезненные пути. Но мы не смогли. Со всей честностью, которой мы обладаем, мы умоляем вас быть бесстрашными и проявлять тщательность с самого начала. Некоторые из нас пытались цепляться за наши старые идеи, но результат был нулевой до тех пор, пока мы не решили подчиниться абсолютно.

Если вы будете пытаться помочь зависимому до того, как он будет готов полностью подчиниться, вы ничего не добьетесь, и только причините ему вред. В притче о блудном сыне ключевой момент, определивший его капитуляцию, содержится в стихе 16 «но никто не давал ему». Только потому, что рядом не оказалось никого, кто захотел бы внести за него залог и спасти от последствий его греха, молодой человек смог «упасть на дно». Если в этот момент в ситуацию вмешался бы какой-нибудь «добрый» друг, то он никогда не смог бы вернуться к своему отцу.

Надо понять и принять свои ограниченные возможности. Иногда самым сильным проявлением любви с вашей стороны будет то, если вы перестанете влиять на кого-то и дадите ему возможность испытать последствия, к которым неизбежно приведет его самолюбивый эгоистичный образ жизни. Даже Сам Бог не сделал никаких попыток вмешаться в жизнь молодого человека. Но когда тот пришел в себя и сдался – Бог уже ждал его с распростертыми руками. Подобным образом вы можете помочь людям только тогда, когда они достигнут такого момента, когда будут готовы сдаться. Капитуляция определяется желанием исполнить все, что потребует «хозяин», желанием быть «наемным работником». Попытка помочь людям до того, как наступит такой момент, неизбежно приведет к тому, что вы изолируете их от предпосылок, ведущих к готовности сдаться.(3)

Одним из самых верных признаков того, что человек действительно сдался, является то, насколько внимательно он прислушивается к советам духовно более зрелых людей, особенно тех, кто имеет позади себя годы трезвой жизни, а также насколько тщательно следует этим советам, не приспособивая их исполнение к более удобной для себя форме. Давайте зависимому, с которым вы работаете, конкретные, просчитанные задания и проследите за их точным исполнением.

Недавно один брат в Нью-Йорке, трудно поддававшийся процессу выздоровления и регулярно опаздывавший на занятия группы Химического Возрождения, получил задание написать сочинение из 1000 слов о том, почему его

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

опоздания на занятия могут угрожать его трезвости. На следующее занятие он принес сочинение из 900 слов. С первого взгляда может показаться, что он сделал хорошую попытку, но в реальности он продемонстрировал один из симптомов его проблемы: он принял совет, но изменил его во что-то другое – то, что он хотел сделать сам. Помните, что тот, кто достиг своего дна, будет делать абсолютно все, что потребуется для того, чтобы измениться.

Еще одно предупреждение всем нам, и особенно зависимым: существует огромная разница между заявлением о наших намерениях что-то сделать, и тем, какое фактически мы приняли решение и как его исполнили. Помните, что обман – это часть образа жизни зависимого, поэтому верь тому, *что он делает*, но не тому, что он говорит. На начальной стадии выздоровления устные заявления зависимого ничего не стоят. Это не суждение. Это признание того факта, что годы злоупотребления вырабатывают такой стандарт обмана, который может быть разрушен только в том случае, когда мы отказываемся верить словам, заменяющим дела.

На рисунке №2 четко показывается то, что неизбежно произойдет, если вы попытаетесь помочь зависимому, который еще не достиг того момента, когда он готов сдаться.

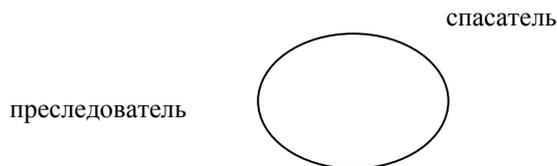


Рис. 2

Когда вы затрачиваете уйму времени и энергии на кого-то, кто еще не готов измениться, вы «спасаете», или «оказываете помощь»,(4) ограждая этого человека от неизбежных последствий злоупотребления и, таким образом, лишаете его боли, то есть единственной вещи, которая помогла бы ему прийти в себя. Когда наши действия по спасению оказываются неэффективными, мы часто просто стараемся помогать еще больше: оплачиваем большее количество его счетов, делаем больше телефонных звонков, покупаем больше продуктов. Будучи учениками, мы делаем это, как правило, из добрых побуждений, веря, что так сделал бы Иисус.

По мере того, как вы прилагаете все больше и больше усилий, тот, кому вы пытаетесь помочь, будет, как ни странно, иметь все меньше и меньше заинтересованности в том, чтобы измениться и вы, в конечном итоге, рассердитесь. Вы начинаете чувствовать себя жертвой: «Я потратил все эти усилия и все это время на то, чтобы помочь этому парню, а он оказался в высшей степени неблагодарным.» Спасатели превращаются в жертву в ста процентах таких случаев. Теперь вы рассержены и решаете нанести удар тому, кто, по вашему мнению, является причиной вашего состояния, то есть зависимому. Вы становитесь преследователем. Неправильно проявлявшаяся до этого забота заменяется нетерпимостью и отношением, в котором нет любви. Зависимый испытывает боль, или ведет себя так, как будто ему больно, не понимая, как тот, кто был так добр к нему, вдруг становится таким жестоким. Часто он использует эту боль в качестве уважительной причины для того, чтобы опять употреблять. Вы, в свою очередь, испытываете чувство вины и решаете попытаться опять быть добрым и любящим. Круг завершился: вы опять начинаете спасать.

Обо всем этом говорить, конечно, не для того, чтобы заявить, что к зависимому надо относиться с презрением или не проявлять любви до того, как он достигнет своего дна. Даже если кто-то еще не готов сдаться, я всегда проявляю свою озабоченность и выражаю готовность помочь, но не на его условиях. Мне пришлось столкнуться со многими трудностями прежде чем убедиться, что не смогу помочь зависимому до тех пор, пока он не проявит готовность принять помощь на условиях Бога.

Например, если кто-то позвонит мне в час ночи и скажет, что ему надо было пойти купить наркотики, но его задержали, сейчас он в тюрьме и он хочет, чтобы я приехал и освободил его под залог – то на это я скажу «нет». Но что я сделаю, это предложу вместе помолиться по телефону, принести ему на следующее утро зубную щетку и его Библию и т.д. Пойти и освободить его под залог – значит изолировать его от боли, которую он должен испытать, чтобы достичь своего дна. Я бы действовал как худший его враг, а не как друг.

Изучение Библии

Когда я стал посещать Церковь весной 1986 г., мой побудительный мотив был достаточно простой: я был несчастным, и я не хотел больше быть таковым. Я не испытывал необходимости покаяться, измениться и не чувствовал личной ответственности. Большинство химически зависимых начинают посещать Церковь по сходным мотивам. Они не ищут путей исполнения воли Бога, но просто хотят обрести покой, расслабиться. Бог наделил меня такими желаниями в большом количестве, но Он не делал так, как я хотел или ожидал от Него. Я очень хотел просто удобно сидеть и наблюдать, как Бог меняет мою жизнь, получить хороший результат, но при этом не принимать участие в осуществлении этих изменений.

Наркотическая зависимость делает вас одержимым, сфокусированным на самом себе, склонным к обману и постоянно стремящимся переключать с себя вину. Качества, которые не совсем соответствуют хорошему ученичеству! Таким образом, когда вы садитесь изучать Библию с людьми, имеющими в прошлом химическую зависимость, то вам скорее всего придется помогать человеку избавляться от таких качеств.

Один момент, по поводу которого вам надо проявлять повышенное внимание, - это покаяние. Учите очень ясно и четко тому, какая существует разница между печалью мирской и печалью ради Бога.

Ибо печаль ради Бога производит неизменное покаяние ко спасению, а печаль мирская производит смерть. Ибо то самое, что вы опечалились ради Бога, смотрите, какое произвело в вас усердие, какие извинения, какое негодование на виновного, какой страх, какое желание, какую ревность, какое взыскание! По всему вы показали себя чистыми в этом деле. (2 Коринфянам 7:10-11).

Стремитесь вызвать чувство тревоги, безотлагательности, желание измениться (опять же – опирающиеся на действия, а не на слова!). Не соглашайтесь крестить людей просто потому, что они внешне выражают раскаяние. Зависимые обычно наполнены чувством угрызения совести, но это не то же самое, что представляет собой покаяние. Покаяние подкрепляется поступками (Деяния 26:20). Если в вашей Церкви действует Программа Химического Возрождения, – проявляют ли они готовность присоединиться к ней? Готовы ли они вести свои дневники подробно и честно?

Для непосвященных поясняем, что в дневнике, который играет ведущую роль в процессе выздоровления в группах химического возрождения, отражаются следующие три пункта: 1) какой наркотик они потребляли, 2) что происходило, когда они потребляли его (то есть к каким это приводило последствиям), 3) как они себя чувствовали при наступлении этих последствий и после них. Они должны описать каждый эпизод, который они могут вспомнить, от первого случая потребления до последнего. Они не могут вспомнить каждый случай, но они не должны умышленно пропускать те, которые помнят. Целью ведения дневника является помочь зависимым установить связь между болью и потреблением наркотиков. Это поможет им достичь дна и полностью сдаться своему бессилию перед алкоголем и другими наркотиками.

Когда кто-то читает свой дневник, все остальные участники группы должны слушать внимательно и с пониманием. Мы слушаем, чтобы услышать, как человек сдается, то есть связывает свою боль в жизни с использованием наркотиков и готов сделать все, что потребуется для того, чтобы получить помощь Бога. Мы слушаем, чтобы услышать, не будет ли он приукрашивать, оправдывать, логически объяснять или сваливать на кого-то или чего-то вину за свое употребление наркотиков. Мы рекомендуем, чтобы дневник велся как часть процесса понимания греха и покаяния и должен читаться вслух в группе химического возрождения. Если группа еще не существует, то дневник должен читаться вместе с тем, кто помогает изучать Библию. Если человек не хочет соблюдать эти условия, значит, он еще не сдался, даже если горячо отстаивает обратное.

Решайте эти моменты до того как вы крестите, но не после крещения. Вполне вероятно, что вы встретите сопротивление: когда мне первый раз предложили посещать занятия в группе химического возрождения, я пришел в ужас. Будьте готовы к тому, что вас будут обманывать, торговаться, заверять и успокаивать, манипулировать – ни за что не идите на компромисс. Если вы сгладите проблему с наркотиками, то вам обоим придется заплатить за это позже. Вы противостоите ужасным силам отрицания - механизма, который предназначен для того, чтобы мы могли цепляться за что-то, что представляется для нас необходимым для нашего счастья или выживания. Иногда этот механизм применяется сознательно, а иногда нет. Человек, который зависим от наркотиков и алкоголя уже пересек черту, отделяющую желание от необходимости.(5) Помните, что люди, имеющие дух покаяния, пойдут настолько далеко, насколько это необходимо для того, чтобы измениться. В Нью-Йорке мы сделали все возможное для того, чтобы обучить людей, работающих полное время, вопросам, связанным с проблемами химического возрождения, и они всегда оказывают очень сильную поддержку. Тем не менее, иногда кто-нибудь умудряется проскочить «под лучом радара» и креститься без обсуждения проблемы химической зависимости или же ей не уделялось достаточное внимание. Результат всегда бывает плохим и иногда даже губительным.

Зависимые не являются какой-либо специальной категорией. Не существует «специальных правил», по которым их учили бы основным библейским принципам ученичества, покаяния и обязательств. Тем не менее, также как в случае с подростками, студентами в общежитиях, людьми с физическими ограничениями, мы должны здесь осознать необходимость в специальных духовных службах. Нашим твердым убеждением является то, что исполнение специфических нужд людей, находившихся в прошлом в наркотической и алкогольной зависимости, обеспечит то, что они станут ценной частью Церкви, а не обузой, и, что еще более важно, останутся верными до конца.

3

ДЕКЛАН ДЖОЙС

Зависимый и Ученичество

Близкие отношения с Богом являются очень важным условием для того, чтобы сохранять трезвую жизнь. Трезвость и верность для зависимого являются равнозначными понятиями. Служба Химического Возрождения в Нью-Йорке прилагает много усилий для того, чтобы ученики, молодые в вере и одновременно находящиеся в начальной стадии

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

выздоровления, крепко усвоили это утверждение. Типичное собрание группы химически зависимых бывает один раз в неделю и длится ровно полтора часа, и жизненно необходимым для молодого ученика является то, чтобы он получал постоянную помощь на протяжении остальных 166 с половиной часов, составляющих неделю. Обычно это является обязанностью наставника ученика. Обучение зависимого означает подготовку дополнительной духовной программы с целью предотвращения рецидива. Опыт работы программы Химического возрождения показывает, что существуют общие закономерности, которые могут помочь людям на ранней стадии выздоровления построить великолепные отношения с Богом и сохранить трезвость. К ним относятся:

Тренировка через Слово Бога. Помогите ученикам на ранней стадии выздоровления понять, что помощь из мира (АА т.д.) – это не то, что им необходимо; их первоочередная нужда – это углубленное изучение Писаний. Будьте уверены, что наставники сами обладают достаточным уровнем знаний для того, чтобы в обучении пользоваться Словом Бога (Римлянам 15:14).

Будьте готовы к эмоциональной незрелости. Зависимость ставит сильные препятствия вашим возможностям решать эмоциональные трудности и проблемы. Жизнь ученика требует эмоциональной зрелости, и поэтому люди имеют сильные предпосылки сорваться в начальной стадии выздоровления. Это такая ситуация, когда должны быть взаимосвязаны множество факторов: зависимость лишает вас в первую очередь тех качеств, которые более всего вам необходимы, чтобы избавиться от нее. И все же существуют два очень эффективных способа, которые могут помочь людям вырасти в эмоциональном отношении.

Во-первых, помогите им определить их эмоции и начать работать с ними. Пусть они записывают самые простые состояния (например, сумасшедший, печальный, радостный, боящийся, скованный), затем просматривают отрывки из Писаний, в которых говорится о том, как решать эти эмоции. Предложите им заучивать эти отрывки или же переписывать их в картотеку для того, чтобы можно было легко найти их. Во-вторых, помогите им пользоваться Писаниями так, чтобы они выработали привычку думать и действовать по воле Божией (1Тим.4:7). Помогите им понять и увидеть, что очень часто мы должны думать и действовать не так, как подсказывают нам наши чувства (Марк 14:32-41).

Задавайте вопросы. Еще один полезный способ помочь людям понять свои чувства – задавать много вопросов. Спрашивайте с искренним участием: «Сегодня проповедь немного затянулась. Как ты чувствуешь себя по этому поводу?» «Твой друг изучал Библию и решил, что он не хочет быть учеником. Это влияет на твою веру?» «Сегодня в Церкви мы говорили о специальном миссионерском сборе. У тебя не появились особенные чувства по этому поводу?» «Я слышал, что сестра, которая тебе нравится, не испытывает к тебе ответных чувств. Доставляет ли это боль тебе?». Будьте тактичны в отношении тех периодов жизни человека, воспоминание о которых может спровоцировать возврат к употреблению наркотиков или алкоголя. Постоянно помни, что сатана имеет свои планы, и просто задавай вопросы. «Ты опечален?» «Ты сердисься?» «Что ты чувствуешь?». Возможно, вам ответят: «Я не знаю». Эмоциональная зрелость не может быть просто скопирована путем подражания; ей необходимо научиться трудным путем. Помогите людям понять, что, если они хотят выздороветь эмоционально, то им потребуется много смирения и желания учиться.

Поощряйте открытость. Обман является первым шагом к рецидиву, и, если зависимый не рассказывает открыто о своих чувствах, то это уже признак обмана. Эл Берд недавно написал в передовой статье издания *LA Story*: «Каждый ученик должен иметь отношения хотя бы с одним человеком в Церкви настолько близкие, что мы могли бы быть полностью уверены в них, и не опасаться, что они могут прерваться»(1). Вы должны стать таким человеком для зависимого. Помните, что вы имеете дело с человеком, который испытывает много странных, необычных и неясных чувств (или они уверены в том, что они у них есть). Будьте тактичным. Нельзя упрекать человека, находящегося в начале своего выздоровления, если его мышление неправильное, так как это только усилит его чувство изоляции. Пару лет тому назад одному брату в Нью-Йорке сказали, что на следующей неделе в Мэдисон Сквэр Гарден состоится собрание всей Церкви. Он был ошеломлен и затем спросил: «Это из-за меня?». Он честно заблуждался, что планировалось собрание всей Церкви Нью-Йорка только для того, чтобы публично осудить его грех. Каким бы необычным ни было его мышление, оно было реальным. Чувства реальны, и чтобы говорить о них, необходимо проявлять ободрение. Когда мы разговариваем с зависимым о его чувствах, он понимает, как научиться тому, чтобы чувства не контролировали его. С другой стороны, самым лучшим способом находиться под контролем со стороны чувств, это не говорить о них.

Поощряйте смирение. Одним из верных признаков рецидива является гордое поведение и стремление все оспаривать. Если ученик на ранней стадии выздоровления перестает слушать советы и следовать им, значит должны зазвучать колокола тревоги. Когда гордость выступает на первый план, тогда трезвость неизбежно выбрасывается в окно.

Разрешение конфликтов. Вам необходимо будет научить людей разрешать конфликты. Неразрешенный конфликт – это вторая после гордости причина, по которой ученик срывается. В этом смысле отрывки из Мтф. 5:23-24 и 18:15-16 имеют жизненно важное значение для молодых учеников. Основное печатное издание АА *Анонимные Алкоголики* говорит, что самой большой причиной рецидивов является возникновение чувства обиды к другим людям. Помогите своим подопечным иметь дело с такими чувствами на основе библейских принципов.

Будьте готовы иметь дело с умственной отсталостью. Если человек курил наркотики каждый день на протяжении десяти лет, то у него проявляется умственная отсталость. Проявите терпение: некоторым просто требуется время, чтобы «выйти из тумана».

Знать факторы, провоцирующие рецидив. Общество Анонимные Алкоголики использует сокращение Г.Р.О.У. для того, чтобы обозначить четыре состояния, которые могут спровоцировать рецидив в ранней стадии выздоровления: голод, раздражение, одиночество и усталость. Бывают времена, когда ученики должны «преодолевать себя» несмотря на эти факторы, но мы в то же время должны проявлять осторожность и не оказывать давление на учеников в ранний период выздоровления.(2).

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

Сделайте их фокус направленным от себя. Помогите людям фокусироваться на внешних вещах. Употребление наркотиков сделало их замкнутыми и сфокусированными на себе. Когда в прошлом я причинял кому-либо боль своим злоупотреблением, я меньше всего думал о том, чтобы сгладить эту боль, потому что меня беспокоили прежде всего мои собственные угрызения совести и неприятные ощущения, явившиеся следствием употребления. Такие испытания могут легко вернуть молодого ученика к пагубной привычке. Помогите людям выйти из круга, в котором преобладает сосредоточенность на себе, привлекая их к занятиям по Библии, служению другим людям и к любым другим делам, которые помогут им поставить нужды других людей выше собственных. Иисус сказал, что пришел служить, и мы должны помочь выздоравливающему зависимому становиться похожим на Иисуса (Филиппийцам 2:3-9; Марка 10:45).

Постоянные дружеские отношения. Помогайте людям, находящимся в ранней стадии выздоровления, быть каждый день в контакте с другими учениками. Отрывок из Послания к Евреям 3:13 имеет решающее значение для новых учеников, особенно для тех, кто в прошлом злоупотреблял. В 1 Петра 5:8 говорится, что сатана охотится за слабыми. Химически зависимые люди обычно не знают, как строить хорошие отношения, так что не думайте, что они будут легко становиться друзьями, и что вам не придется сталкиваться с такими чувствами, как неловкость и замкнутость. Примерно через год после того, как я начал ходить в Церковь, я как-то общался с братьями и сестрами после воскресной проповеди. Внезапно я стал осознавать странные, непонятные мне ощущения, и по мере того, как я продолжал стоять в группе людей, до меня постепенно начало доходить: я чувствовал себя непринужденно. Мне потребовался почти год для того, чтобы начать чувствовать себя непринужденно. Ощущение было для меня настолько новым, что я даже не сразу узнал его.

Постоянная духовная атмосфера. Способствуйте тому, чтобы люди находились в духовно здоровой обстановке, что подразумевает стабильные отношения между братьями и сестрами в семье Христа. Иначе они будут продолжать находиться на грани риска. Вы можете представить себе, чтобы кто-то выздоравливал после операции на открытом сердце в ванной комнате автобусной станции компании Грейхаунд? Также и люди не смогут возродиться духовно возвращаясь назад к своим старым друзьям, местам и вещам. Мы должны настраивать их на победу, а не на поражение.

Никогда не Предполагай. Не предполагай ничего. Не предполагай, что у молодого христианина не может появиться тяга к потреблению и что не будут звонить и напоминать о себе его старые приятели по употреблению наркотиков. Не предполагай, что у них не будет проблем с обращением с деньгами или что они смогут легко найти себе свидание в Царстве.

Время с Богом. Учите людей тому, насколько важно иметь великолепные отношения с Богом. Они могут знать, что им нельзя больше употреблять наркотики, но очень часто они не могут преобразовать состояние продолжительной трезвости в сильные отношения с Богом. Учите их принципам покаяния: не просто отказаться от чего-то плохого, но и заменить его хорошим. Если у них нет великолепного времени с Богом каждый день, то рано или поздно они станут слабыми и уязвимыми.

«Это касается Химического Возрождения; так что тебе этого не понять». Не поддавайтесь аргументам, что вы не сможете общаться с зависимым, если у вас самого не было в прошлом проблем с потреблением наркотиков или алкоголя. Может быть, вы никогда не употребляли наркотики, но, возможно, существовал грех, с которым вы безуспешно боролись многие годы. Помните, что проблемы, которые решает зависимый, имеют прежде всего и в высшей степени духовную природу. Библия учит, что никакое искушение не постигнет нас, кроме «искушения человеческого» (1 Коринфянам 10:13). Мы все являемся рабами греха, так что мы все можем понять состояние рабства и бессилия, с которыми зависимый имеет дело в ранней стадии выздоровления (Римлянам 7:14-21).

Самонадеянность. Помогите людям преодолевать самоуверенность (1 Коринфянам 10:13). Сатана оставил Иисуса на некоторое время, но он вернулся назад (Лука 4:13). Это же относится к выздоравливающему зависимому. Помогите ему избежать эту ловушку. Если они не испытывают желания употреблять наркотики сегодня, то это не означает, что они не захотят этого завтра. Когда люди находятся некоторое время в чистоте и трезвости, то у них проявляется склонность к самоуверенности и ощущение того, что они навсегда покончили с наркотиками и алкоголем. Не существует скорых путей к выздоровлению. Регулярное чтение личных дневников химического возрождения является полезным средством помочь людям помнить, кем они являются без Бога. Помните, что у зависимого опять *появится* желание употреблять наркотики. Нашей обязанностью является научить их тому, что делать, если такое желание появится. Они должны обратиться с этим к Богу. Желание «стать навеселе» является чувством, и, если достаточно долго молиться, это чувство может пройти. Учите их быть настойчивыми в молитве до тех пор, пока они не почувствуют себя лучше и желание не пройдет. По мере того, как они молятся, пусть читают отрывки из Писаний, которые выучили наизусть. Второе, что надо сделать, это попросить зрелого брата или сестру поработать вместе с ними над искушениями. Было бы неплохо иметь возможность связываться с ними по телефону в любое время дня и ночи.

Развлечения. Учите их веселиться. Поощряйте их жить полной и продуктивной жизнью. Большинство здоровых и радостных способов времяпрепровождения остаются в стороне когда мы злоупотребляем, или же мы приспособливаем их к своему состоянию до неузнаваемости: мы никогда по настоящему не рыбачили- мы сидели в лодке с охлажденным пивом в ведерке; Мы никогда по настоящему не играли в гольф – мы сидели в картмобиле и выпивали; мы никогда по настоящему не ходили на рок концерты – мы просто потребляли наркотики под музыку. Учиться делать все эти вещи в трезвом состоянии – это все равно, что начать все заново.

Частая подотчетность. Не ведите тщательный контрольный лист, но спрашивайте их конкретные вопросы, с чувством искреннего участия. Спрашивайте людей, как они тратят деньги, как проводят время и т.д. Незапланированный вечер в субботу, когда все в церкви идут на свидания, например, создает предпосылки для срыва. Не планируйте сами все за них, но помогайте им учиться думать и планировать самостоятельно с тем, чтобы не стать жертвой планов сатаны.

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

Ободряйте. Будьте вдохновляющим. Давайте людям понять, что вы верите в них. Когда я только начал трезвую жизнь, у меня в жизни появились люди, которые верили в меня, хотя я по многим стандартам был довольно безнадежным. Не избегай того, чтобы говорить правду; настоящие ученики всегда остаются верными и пройдут через все, что необходимо.

Периоды искушений. Будьте бдительными в отношении критических периодов, в которые люди испытывают наиболее сильное желание потреблять наркотики: отпуска, похороны, визит к зубному врачу («уважительная» причина для того, чтобы принять обезболивающие наркотики!), болезни, дни полочки, выходные дни. Также, мы не знаем по каким причинам, к периодам, когда возникает большая опасность рецидива, относятся периоды через три, шесть и одиннадцать месяцев после начала трезвой жизни. Проявляйте особую бдительность в эти периоды.(3)

Огорчения. Помогайте людям преодолевать причины, вызывающие плохое настроение. Когда зависимый становится учеником, он сталкивается с огромным числом потерь. На протяжении долгого времени они заглушали наркотиками боль похорон, потери дружбы, плохих решений, неиспользованных возможностей. Теперь они также сталкиваются с необходимостью иметь дело с такой болью, но без помощи наркотиков. Помогайте им учиться иметь дело с печальными моментами полагаясь на Слово Бога. Помните, что печаль – это процесс (отрицание, гнев, торговля, депрессия, принятие), который занимает время.(4)

Игрок Команды. Учите людей работать в команде. Зависимость изолирует нас, и когда мы становимся учениками, мы нуждаемся в помощи, чтобы научиться работать вместе. Побуждайте людей участвовать в спортивных событиях, проводимых в рамках Церкви, ходить на параллельные свидания, активно участвовать в занятиях по Библии и так далее.

Благодарность. Помогайте людям испытывать благодарность и признательность за маленькие победы. Например, в Нью-Йорке для того, чтобы получить назад водительские права в некоторых случаях требуются годы концентрированных усилий: надо оплатить старые штрафы за парковку в запрещенных местах, пользоваться метро, пройти обучение на специальных водительских курсах и т.д. Бог все возвращает нам, но в свое время. Не ожидайте получить слишком много и слишком быстро без особых усилий. Будьте благодарны.

Поднимайте медленно. Двигайте людей постепенно к лидерству. Дайте им время поправиться до того, как дать им ответственность лидерства. Сначала давайте им небольшие поручения: участвовать в команде причащения, раздавать книжки с текстами песен и т.п. Помните, что на ранней стадии выздоровления ученики часто бывают не настолько здоровы, как выглядят.

Собрания Химического Возрождения должны быть приоритетными. Эти собрания должны быть важнее всех остальных. Ученики часто в ранней стадии выздоровления будут стремиться пропускать занятия, чтобы отпраздновать День Матери, день рождения или что-либо еще. Напоминайте им, что в течение многих лет такие дни, которые сейчас вдруг стали важными, никогда не были для них препятствиями для употребления наркотиков. Если кто-то не желает вкладывать такое же количество времени и усилий в свое выздоровление, как в период злоупотребления, он никогда не выздоровеет.

Наставляя ученичеству бывшего зависимого, вы должны держать в уме одновременно многие вещи. Наградой, однако, будет то, что, работая с зависимыми, вы будете наблюдать больше драматических и положительных изменений, чем в любой другой программе. Бог выделил специальное место в Своем сердце для тех, кого мир часто игнорировал, и благоволил к тем, у кого похожее отношение (Евреям 6:10).

4

МАЙК ЛЕЗЕРВУД

Ученики и Алкоголь

Пить или Не Пить?

Так как зависимость от алкоголя и других наркотиков сказывается на физическом, умственном, эмоциональном и духовном состоянии личности, то и процесс выздоровления от наркотиков (включая алкоголь) должен охватывать всего человека.

Каким образом термин «выздоровление» относится к ученику, в прошлом находившемуся в зависимости? Означает ли это, что, получив в дар Святого Духа, мы можем контролировать алкоголь? И что мы можем выпивать «социально», без отрицательных последствий? Означает ли это, что, как утверждает общество Анонимные Алкоголики, став однажды алкоголиком, ты остаешься им навсегда, что алкоголизм – это болезнь, которую можно заглушить на время, но излечиться от которой полностью невозможно? Можно ли добиться полного выздоровления, или же выздоровление – это продолжающийся процесс, который мы никогда не сможем завершить? Чему в этом отношении учит Библия?

Трезвое Суждение

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

Библия учит, что духовное лечение начинается тогда, когда мы позволяем Слову Бога делать свою работу. В Евреям 4:12-13 говорится:

Ибо слово Божие живо и действенно и острее всякого меча обоюдоострого: оно проникает до разделения души и духа, составов и мозгов, и судит помышления и намерения сердечные. И нет твари, сокровенной от Него, но все обнажено и открыто перед очами Его: Ему дадим отчет. (Евреям 4:12-13).

Библия – это духовный скальпель Бога, который вырезает грех и способствует духовному возрождению. По мере того, как Слово Бога работает в нашей жизни, мы начинаем осознавать, что такой грех как пьянство отделяет нас от Бога и других людей.

В тех случаях, когда грех прогрессирует от злоупотребления к рабству, мы понимаем, что мы не только нуждаемся в прощении Бога, но нам необходима Его сила, чтобы помочь нам освободиться от этого рабства греха. Послание к Римлянам объясняет концепцию этого греха:

Ибо мы знаем, что закон духовен, а я плотян, продан греху. Потому что желание добра есть во мне, но чтобы сделать оное, того не нахожу. Доброго, которого хочу, не делаю, а злое, которого не хочу, делаю. Если же делаю то, чего не хочу, то уже не я делаю то, но живущий во мне грех. (Римлянам 7:14, 18б-20)

С помощью Бога мы можем отречься от греха и полностью очистить наши жизни от всей вины и позора греха кровью Христа (Откровение 1:5). Мы спасены по Его милости! В самом полном смысле слова мы больше не те, кем были. Мы новое творение (Иоанн 3:1-8; Колоссянам 3:1-14; 2 Коринфянам 5:14-21). Павел говорит об этом очень четко:

Или не знаете, что неправедные Царства Божия не наследуют? Не обманывайтесь: ни блудники, ни идолослужители, ни прелюбодеи, ни малакии, ни мужеложники, ни воры, ни лихоимцы, ни пьяницы, ни злоречивые, ни хищники – Царства Божия не наследуют. И такими были некоторые из вас; но омылись, но освятились, но оправдались именем Господа нашего Иисуса Христа и Духом Бога нашего. (1 Коринфянам 6:9-11).

С другой стороны, Библия учит, что нам еще предстоит преодолеть большой путь, чтобы быть похожими на Христа (1 Иоанна 2:6). В Послании к Колоссянам 1:28-29 говорится:

Которого мы проповедуем, вразумляя всякого человека и научая всякой премудрости, чтобы представить всякого человека совершенного во Христе Иисусе; для чего я и тружусь и подвигаюсь силою Его, действующею во мне могущественно.

Именно выражение милости через силу Божьего Духа, который работает внутри нас, позволяет нам продолжать последовательный процесс избавления от разрушающего воздействия греха. (Смотри 2 Петра 1:5-11; 1Коринфянам 15:10; 1 Коринфянам 9:24-27). Рабство наркотикам или алкоголю не имеет различия. Хотя мы и омыты и можем сказать с уверенностью, что мы уже не те, какими были, мы знаем, что полное выздоровление от духовного, эмоционального и умственного вреда, который причинили наркотики нам и другим, должно занять некоторое время. Выздоровление и духовный рост являются для учеников синонимами.

Я благодарен тому, что в Царстве мы отказались от искусственного подхода в запрещении алкоголя. Мы просто не можем устанавливать законы или навязывать мнение там, где Бог не сказал Своего Слова. Важно также повторить то, что большинство людей, которые употребляют алкоголь, делают это без ущерба своему здоровью. С другой стороны мы должны понимать, что алкоголь – это наркотик и один из тех, которые сатана в прошлом использовал для жестоких атак на Царство Бога. Давайте посмотрим на исторические примеры действия алкоголя в Ветхом Завете.

Злоупотребление Алкоголем в Ветхом Завете

История народа Бога в Ветхом Завете является довольно пестрой. Если мы посмотрим в книгу Судей, мы увидим тревожную закономерность. Первое: народ Бога восстает против Него. Второе: Бог наказывает его, и третье: народ прощен и восстановлен, но лишь для того, чтобы этот цикл опять повторился. Имелось несколько причин падения Израиля: гордость, вожделиние, желание быть такими же, как народы вокруг них – это только некоторые. Одной из причин, о которой вы, скорее всего, никогда прежде не задумывались, является злоупотребление алкоголем.

Еще в самом начале, в книге Бытие, мы видим, что жертвами алкоголя стали некоторые библейские герои. Ной, после своего чудесного спасения от потопа, напился (Бытие 9:20-29). То, что должно было стать потрясающим событием единения и радости в семье, получило продолжение такого рода, которое привело к проклятию Богом одного из сынов Ноя и распаду семьи на части. Немного дальше, в главе 19, дочери Лота после спасения от огня и серы, которыми были уничтожены Содом и Гоморра, напоили своего отца и имели с ним кровосмесительные отношения. Лот был настолько пьян, что имел сексуальную связь одну ночь со своей старшей дочерью, а в следующую ночь повторил грех с младшей

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

дочерью. Обе дочери забеременели от своего отца. Вы можете представить себе ту боль, которую семья должна была испытывать годами, и которая явилась следствием пьянства Лота?

После учреждения двенадцати колен мы получили существенное понимание той роли, которую сыграли пьянство и рабство алкоголя (зависимость) в падении царства Бога.

«Горе тем, которые с раннего утра ищут сикеры и до позднего вечера разгорячают себя вином» (Исаия 5:11). Одним из самых характерных признаков зависимости от алкоголя является выпивка утром. Эти парни пили весь день и до ночи. Они сфокусированы на алкоголе. Их рабская зависимость очевидна из того факта, что они «с раннего утра ищут выпивку». Позже Исаия опять пишет:

«Горе тем, которые храбры пить вино и сильны приготовить крепкий напиток, которые за подарки оправдывают виновного и правых лишают законного! (Исаия 5:22-23).

Это – судьи, люди, которые занимают ответственное положение и которые хвастаются по поводу своего пьянства. Последствиями их поведения являются получение взяток от виновных и несправедливое суждение и нарушение клятвы быть честными и чистыми.

Разрушение Израиля напрямую связывается со злоупотреблением алкоголем в следующих, сильных по своей выразительности, стихах:

Горе венку гордости пьяных Ефремлян,
увядшему цветку красивого
убранства его, который на вершине тучной
долины сраженных вином!
Вот, крепкий и сильный у Господа, как
ливень с градом и губительный вихрь,
как разлившееся наводнение бурных вод,
с силою повергает его на землю.
Ногами попирает венки гордости
пьяных Ефремлян.
И с увядшим цветком красивого убранства
его, который на вершине тучной долины,
делается то же, что бывает с созревшей
прежде времени смоквой, которую,
как скоро кто увидит, тотчас берет в руку
и проглатывает ее.
Но и эти шатаются от вина и сбиваются с
пути от сикеры; священник и пророк спотыкаются
от крепких напитков; побеждены
вином, обезумели от сикеры, в видении
ошибаются, в суждении спотыкаются.
Ибо все столы наполнены отвратительною
блевотиною, нет *чистого* места.
(Исаия 28:1-4, 7-8).

Рабская зависимость от алкоголя была главной причиной падения Израиля. Народ выиграл приз в пьянстве, результатом чего их гордость была «сраженная вином». Бог опять объясняет причину их разрушения: «Ногами попирается венки гордости пьяных Ефремлян.»

Именно духовные лидеры были более всего виновны в разрушении Израиля. Люди обычно подражают тому, что видят в тех, кто учит их и влияет на них. Слова Исаии в стихах 7-8 трагичны. Лидеры стали зависимыми. Печально думать о том, что священники и пророки могли дойти до такого состояния. Они продолжали пить, даже несмотря на то, что, скорее всего, они чувствовали себя на следующий день ужасно, испытывали похмелье, вину и стыд. Так как мы часто недооцениваем величину нашего греха, Исаия наглядно описывает сцену пьянства. Там было так много блевотины, что не было даже пятна чистого места, все было покрыто ею. В наши дни пьянство среди священников и проповедников стало настолько серьезной проблемой в некоторых церквях, что они создают специальные лечебные центры исключительно для «духовной общины».

Так как у большинства из нас алкоголь ассоциируется с праздниками и хорошим времяпрепровождением, то легко просмотреть его разрушительный потенциал. Более того, многие из нас всю жизнь слышали шутки по поводу пьяниц и пьянства. Если даже Билл Косби может шутить по этому поводу, то конечно же это не может быть настолько плохо! Проблема, однако, заключается в том, что многие из нас никогда не видят реальных последствий - как для самого алкоголика, так и для его семьи.

Отношение Соломона к пьянству среди людей Бога наглядно выражается в Притчах:

У кого вой? у кого стон? у кого ссоры? у
кого горе? у кого раны без причины? у

кого багровые глаза?
У тех, которые долго сидят за вином,
которые приходят отыскивать вина приправленного.
Не смотри на вино, как оно краснеет,
как оно искрится в чаше, как оно ухажи-
вается ровно:
впоследствии, как змей, оно укусит, и
ужалит как аспид;
глаза твои будут смотреть на чужих жен,
и сердце твое заговорит развратное,
и ты будешь, как спящий среди моря и
как спящий на верху мачты.
И скажешь: «били меня, мне не было
больно; толкали меня, я не чувствовал.
Когда проснусь, опять буду искать того
же». (Притчи 23:29-35).

Употребление Спиртного Среди Учеников

Мой личный опыт с алкоголем и другими наркотиками начался в раннем подростковом возрасте. Врач прописал мне то, что в 1964 году считалось относительно безвредным наркотиком. Это был валиум. Я принимал валиум при мягких атаках нервозности на протяжении нескольких лет. По мере того, как я вырос, и доставать валиум становилось все труднее, я обнаружил, что алкоголь дает то же самое ощущение, но не требует выписки рецепта.

Мое самолечение длилось двенадцать лет. Бокал вина превратился в бутылку вина или упаковку пива из шести банок. Иногда я комбинирую алкоголь с валиумом, что представляет собой потенциально смертельную комбинацию. Я всегда пил для того, чтобы достичь эффекта. Не то, чтобы я не любил вкус алкоголя: он мне нравился, но то, как я пил, сильно отличалось от того, как пьют большинство людей. Понимаете, я никогда не был похож на человека, который пил «социально», т.е. который мог вполне обойтись бокалом вина или пива. Я никогда не пил подобным образом, за исключением тех случаев, когда хотел доказать себе или еще кому-нибудь, что могу сохранять контроль.

Когда мне предлагали бокал вина, я отвечал отказом, потому что, если быть честным, бокал вина приводил меня в состояние разочарования. Просто один бокал вина – это не то, что я действительно хотел, так что в таких случаях я предпочитал не пить совсем.

До своего выздоровления я временами обманывал сам себя, думая, что могу ограничивать себя одной или двумя порциями спиртного, и это мне даже удавалось на какое-то время. Однако, думая, что доказал, что могу контролировать себя, я неизбежно и непредсказуемо впадал в очередной запой. Я не мог тогда предсказывать, когда это случится, да и сейчас не могу. Это то, что называется "потерять контроль", быть бессильным.

Я с большой тревогой думаю обо всех нас, как о лидерах, так и тех, кто не является ими, - о тех, кто попадал в подобные ситуации до того, как стать учениками, или уже став ими, и которые все еще пытаются выпивать. Мне рассказывали христиане, являвшиеся лидерами в Церкви, что они иногда сознавали, что слишком много выпивали и решали бросить пить; но кончалось это тем, что, как я сам видел, или слышал от других, что они опять выпивают.

Недавно я слышал историю о том, что несколько братьев пили пиво на вечеринке холостяков. Один из братьев выпил четыре банки пива, а другой брат, работавший полное время на Церковь, имел при себе фляжку с виски. Когда один из братьев потребовал от него объяснений по этому поводу, он просто ответил, что это жена купила для него.

Не так давно я опросил учеников из другого региона, когда они в последний раз были в состоянии навеселе или просто напивались. Восемь человек из десяти в группе бросили пить после того, как стали учениками, но, так как спиртное появлялось на многих мероприятиях, организуемых Церковью, их последнее состояние «навеселе» или «под мухой» или как бы вы еще ни назвали состояние опьянения, случалось на мероприятиях, которые спонсировались учениками. Некоторые из этих же самых учеников со смехом вспоминали, как один брат слишком много выпил на свадьбе учеников. Я знаю один случай, когда молодой христианин наблюдал, как выпивают лидеры, которые при этом даже и его подбадривали выпить. Результат был довольно трагическим: у него было несколько сильных запоев. Такой кавалерский подход к алкоголю должен вызывать тревогу у тех из нас, кто находится в лидерстве.

Наибольшую озабоченность у меня вызывает следующее. (1) лидеры, которые недавно испытали периоды интоксикации и, тем не менее, продолжают пить и (2) влияние, которое оказывают выпивки лидеров и употребление алкоголя на ученических мероприятиях на тех, кто испытывал в прошлом рабскую зависимость от наркотиков и алкоголя. Если мы и должны чему-нибудь научиться из истории Израиля, то это тому, чтобы признать силу алкоголя, или любого вещества, меняющего настроение, которая способна рабски подчинить себе как нас, лидеров, так и тех, кого мы ведем.

Существуют четыре причины, по которым, я убежден, ученик, находившийся в зависимости у алкоголя или других наркотиков, никогда не должен пытаться употреблять алкоголь или какое-либо другое вещество, меняющее настроение. Во 2 Коринфянам 7:10-11 Павел утверждает,

Ибо печаль ради Бога производит неизменное покаяние ко спасению, а печаль мирская производит смерть. Ибо то самое, что вы опечалились ради Бога, смотрите, какое произвело в вас усердие, какие извинения, какое негодование на *виновного*, какой страх, какое желание, какую ревность, какое взыскание! По всему вы показали себя чистыми в этом деле.

Из этого отрывка представляется очевидным то, что наша печаль, вызванная тем, что мы сделали Богу, другим людям и себе в результате нашего злоупотребления, должна мотивировать нас держаться как можно дальше от этого греха. Конечно, я согласен, что бокал вина или пива не является наследственным грехом. Но для меня в то же самое время представляется глупым, если мы, кто были в зависимости, не отказались бы от этого полностью. Некоторые из нас понимали это очень четко, когда крестились, но, по каким-то причинам, это опять потеряло для нас остроту.

Мы не испытываем проблем, применяя этот принцип по отношению к другим грехам. Мы знаем, что сатана может использовать те области, в которых мы были наиболее уязвимыми, и здесь пытаться вернуть нас назад к греху. Мы знаем, что должны совершенно избегать определенных людей, места и вещи. Давайте не будем делать нашу защиту более слабой просто потому, что мы были учениками несколько месяцев или лет.

Во-вторых, опыт служения в Программе Химического Возрождения позволяет мне наблюдать за тем, как некоторые бывшие зависимые ученики пытались выпивать социально. Некоторые из них после этого так и не смогли вернуться к трезвой жизни.

В-третьих, многочисленные исследования, проведенные за последние годы, показывают, что в химической зависимости присутствует вещественный компонент. Обнаружено, что некоторые, похоже, или родились с нарушением химического состава мозгов, или же это нарушение возникло в результате длительного злоупотребления. Когда такие люди пытаются употребить алкоголь или другие вещества, изменяющие настроение, то сразу же появляется непреодолимая тяга, что очень часто заканчивается пьянством.⁽¹⁾ Для некоторых учеников, находящихся в процессе выздоровления, попытки выпивать не обязательно заканчиваются пьянством. В конце концов, мы знаем, что пьянство – это грех. С другой стороны мы знаем, что после одного бокала вина или пива у нас может появиться желание выпить больше. За этим может последовать период раздражительности, угрюмости или общей неудовлетворенности. Мы способны бороться с искушением пьянства, но не с отрицательными эмоциями, связанными с желанием выпить. Это состояние описывают как «сухое опьянение». Вы не становитесь пьяным, но вы чувствуете себя ужасно из-за того, что не пьете, или не пытаетесь выпивать умеренно. Такие периоды дискомфорта, которые ассоциируются с алкоголем, являются признаком того, что вы еще не сдались. Это один из ключевых моментов, на который мы обращаем внимание в наших группах Химически Зависимых. Целью выздоровления является достичь состояния внутреннего мира при воздержании от наркотиков.

Четвертым и последним моим доводом, почему человек, бывший в прошлом химически зависимым, не должен пытаться употреблять алкоголь или другое вещество, изменяющее настроение, является то, что Бог разрешает нам делать некоторые вещи, которые при определенных обстоятельствах мы не должны делать.

Все мне позволительно, но не все полезно; все мне позволительно, но не все назидает.

Никто не ищи своего, но каждый *пользы* другого (1 Коринфянам 10:23-24).

Даже зная, что выпивать разрешено, те из нас, кто были в прошлом зависимы, должны сказать «нет», потому что результат употребления может оказаться неблагоприятным как для нас, так и для Царства.

Никаких Искушений

Здесь, наверное, самое подходящее место поговорить о разумном потреблении алкоголя в Царстве. Дело в том, что некоторым из нас надо научиться вырабатывать в себе чуткое отношение к другим, когда речь идет о свободе употребления алкоголя

Пару лет тому назад меня попросили вести ученическую свадьбу. Сначала мы провели обычную церемонию, за которой последовал ужин. Я предполагал, конечно, что за ужином будет тост, и люди выпьют по бокалу вина. Обычно я довольно спокойно себя чувствую в такой ситуации, говоря себе, что это не будет продолжаться долго и что им это не повредит и т.д. На этот раз проблема возникла из-за того, что вино подавалось на протяжении всего ужина и даже после еды. Я не заметил, чтобы кто-то напился, но сам чувствовал себя очень неудобно, так как, с одной стороны, я не хотел уходить рано, а с другой стороны, не хотел сидеть там и чувствовать запах алкоголя на протяжении всего ужина. Я чувствовал легкую злость и боль из-за того, что один из моих лучших друзей, который знал мое прошлое, проявил такую небрежность. Позже мы поговорили, и он сказал, что ему просто не пришло в голову, что это может быть проблемой. Я уверен, что он был искренним. Я знаю, что он любит меня и никогда не причинит мне боль намеренно; но, тем не менее, фактом остается то, что если мы не будем проявлять чувствительность в этой области, то последствия могут оказаться пагубными.

Несколько месяцев назад я слышал о вечеринке, посвященной дню рождения одной женщины, которая к тому времени прошла программу Химического Возрождения. Организаторы планировали подавать вино на вечеринке, но кто-то высказал мнение, что это может оказаться не к стати. До этого момента они просто не задумывались об этом. В наших группах Химического Возрождения некоторые люди рассказывали о том, что им приходилось иметь внутреннюю борьбу в то время, когда они сидели как нянечки с детьми лидеров, потому что дома у них было много вина и пива на видном месте. Я не хочу когда-либо использовать совесть свою или других людей для того, чтобы ограничить то, что позволено

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

Богом, но мы никогда не должны позволять своей свободе быть причиной того, чтобы кто-либо вернулся к греху. Павел говорит очень ясно:

Итак будем искать того, что служит к миру и ко взаимному назиданию. Ради пищи не разрушай дела Божия. Все чисто, но худо человеку, который ест на соблазн. Лучше не есть мяса, не пить вина и не *делать* ничего *такого*, от чего брат твой претывается, или соблазняется, или изнемогает (Римлянам 14:19-21).

Берегитесь однако же, чтобы эта свобода ваша не послужила соблазном для немощных (1 Коринфянам 8:9).

Не все, кто злоупотреблял алкоголем или испытывал отрицательные последствия в прошлом, впади в рабство зависимости. Конечно, я поощрял бы таких людей к тому, чтобы они совсем не выпивали, чтобы чувствовать себя в безопасности. Но есть люди, которые злоупотребляли алкоголем в прошлом без негативных последствий. Я встречался с учениками, которые в прошлом злоупотребляли, но которые сейчас могут немного выпивать, не впадая в пьянство, и не испытывая негативные эмоции от того, что пробуют употреблять умеренно. Если вы можете умеренно употреблять алкоголь, несмотря на то, что в прошлом вы злоупотребляли алкоголем или другими наркотиками, то, может быть, вы невосприимчивы. Тем не менее, очень важно быть честным с самим собой. На самом деле цена является слишком высокой. Если вы пробуете выпивать умеренно, являясь при этом по-настоящему зависимым, время неизбежно покажет это.

5

МАЙК ЛЕЗЕРВУД

Не Изображайте Бога

Со Спокойной Душой Принять То, Чего Изменить Я Не Могу

Ничто не расстраивает так сильно, когда мы пытаемся помочь кому-либо, кому мы помочь не можем. Даже когда становится очевидным, что наши усилия не достигают какого-либо эффекта, какая-то часть нас самих настойчиво продолжает размышлять: «Наверняка есть что-то еще, что я мог бы сказать», «Может быть, если бы только я сделал так...». Такое разочарование типично для того чувства, когда мы бесполезно прилагаем усилия, чтобы помочь тем, у кого есть проблема злоупотребления.

Добрые Намерения

В 1980 г. Бренда и я, вместе с Сонни и Кэролин Сессионс, Доном и Алис Педен, а также еще двумя парами начали духовную программу в центральной части Луисвилля, штат Кентукки. В старой части города вокруг университета в то время происходили радикальные изменения. Население района было в нищете, было много проблем с наркотиками. Но ситуация начала меняться, так как в районе стали поселяться молодые люди квалифицированных профессий. Они купили и реставрировали много домов Викторианской эпохи, располагающихся вдоль Третьей, Четвертой, Пятой и Шестой улиц. За первые два года пребывания в Луисвилле мы завели знакомства и укрепили отношения с различными типами людей, но большинство из тех, с которыми у нас было духовное общение, имели проблемы с алкоголем и наркотиками.

У этих людей имелись проблемы в огромном количестве. Финансовые, супружеские, легальные, эмоциональные проблемы и проблемы злоупотребления химическими веществами буквально захлестывали их жизни и, как следствие, выливались на нас. Мы помогали оплачивать их счета, улаживали их супружеские отношения, ходили с ними в суды, выливали их алкоголь, выбрасывали их наркотики, но проблемы только возрастали. Наши многочисленные попытки удовлетворить их нужды неизбежно кончались неудачами.

Хотя в нашей духовной группе и случались хорошие события, мы испытывали массу разочарований по поводу слишком большого количества ситуаций, в которых казалось, что все наши действия только ухудшал их. Вместо того чтобы излечивать жизни людей, мы, казалось, помогали им становиться более больными. Мы молились Богу, прося мудрости и помощи, и Он чудесным образом ответил на наши молитвы через две трагические ситуации.

Первой была смерть молодой женщины, с которой моя жена занималась и которую крестила. Она ушла из Церкви, вернулась к наркотикам и проституции и, в конечном итоге, была найдена убитой. Я помню, что во время похорон испытывал чувство грусти, но одновременно злости и оцепенения, потому что мы видели, как она становилась все хуже, несмотря на все наши усилия.

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

Спустя несколько недель после похорон мне позвонил невероятно способный первокурсник Университета Луисвилля, с которым я занимался Библией, и сказал, что ему нужна помощь. Я подъехал на машине к его дому и нашел его в подвальном помещении, лежащим на матрасе. Около него валялись две бутылки из-под жидкого средства по уходу за обувью и большая пустая бутылка от жидкости для полоскания рта. Он профильтровал средство по уходу за обувью через ломти хлеба, для того, чтобы избавиться от красителя и затем выпил все, чтобы почувствовать себя навеселе.

Я немедленно помчался с ним в больницу. Он был болен на протяжении нескольких дней, а потом его направили в центр по лечению от наркомании. Когда я навестил его, то несколько работников центра были удивлены, что священник проявляет серьезный интерес к выздоровлению молодого человека. Находясь под впечатлением от этого, они пригласили меня на некоторые лекции по лечению химической зависимости.

Мы вместе с Брендой начали посещать лекции, и через несколько недель Бог помог нам увидеть фундаментальный принцип, который оказался ключевым к успеху в работе с зависимыми здесь в Нью-Йорке.

Принять Наши Ограниченные Возможности

Принципиальным моментом является то, что мы «не Боги».(1) Хотя для вас это может не показаться революционным заявлением, но для многих из нас оно именно таковым и является. Некоторые из нас оказываются настолько разочарованными и испытывающими чувство вины из-за сделанных ошибок, что перестают работать с этой группой людей «высокого риска». Я хочу сделать предположение, что если вам все надоело, или вы испытываете чувство раздражения или вины, то это потому, что вы не принимаете свои ограниченные возможности.

Однажды утром, после долгой ночи, в течение которой я был занят тем, что выливал спиртные напитки, дежурил у одного парня, удостоверился, что он поехал на собеседование по поводу работы, я навестил одного из своих друзей, который являлся работником лечебного центра. Хотя я и был уставшим и чувствовал озабоченность по поводу способности алкоголика оставаться трезвым в тот день, в целом я чувствовал себя благородно по поводу того, что я сделал. Я рассказывал моему другу о том, что происходило в предыдущую ночь, и вдруг он довольно резко оборвал меня, спросив: «Когда ты перестанешь изображать из себя Бога и сойдешь со своей белой лошади?» Я был шокирован и обижен. В конце концов, я делал то, что делал бы Иисус. А делал ли бы Он это? Я знал, что что-то было не так. Замечание моего друга выбило меня из равновесия, но также и побудило меня вернуться назад и изучить то, как Иисус помогал людям.

Удивительно видеть, что с каждым человеком Иисус имел дело в индивидуальной духовной атмосфере. Некоторым была необходима более сильная вера, некоторым нужно было покаяться, но при каждой встрече Иисус никогда не выглядел расстроенным или возбужденным, что бы в результате ни происходило.

Одной из лучших иллюстраций к этому является отрывок из Марка 10:17-31, где Иисус разговаривает с молодым богатым человеком. Разве не интересно, что Библия описывает, как Иисус посмотрел на него и полюбил его перед тем, как сказать, чтобы он продал все и раздал нищим? Человек ушел печальным, потому что у него не было достаточно веры, чтобы довериться Богу и оставить все.

Как бы вы себя чувствовали по поводу реакции молодого богача? Были бы вы исполнены страха, вины или досады из-за того, что он не осознал, о чем речь? Искали бы вы дополнительных объяснений или, может, побежали бы за ним и снизили для него немного стандарт Бога? Почему так происходит, что многие из нас стремятся добиться контролируемого нами результата; а когда не добиваются, то чувствуют себя неудачниками? Я считаю, что какими бы хорошими ни были наши намерения, стремление контролировать ситуацию является грехом. Библия называет это гордостью, недостатком веры, но по существу мы играем в Бога. Вместо того, чтобы признать наши ограниченные возможности и испытывать мир по поводу ситуации, наша гордость вызывает у нас незащищенность, возбуждение и разочарование.

Я не думаю, что Иисус очень легко относился к тому, что люди отворачивались от него. Если вы любите людей, то вы не можете не испытывать чувство печали, когда они отказываются от помощи, предлагаемой Богом. Но естественная печаль очень сильно отличается от чувства крайнего разочарования, которое некоторые из нас испытывают, когда мы не можем заставить людей сделать то, что мы считаем, они должны сделать для своей пользы. В случае с молодым богатым человеком Иисус объясняет своим ученикам, что Он не был шокирован или разочарован ответом человека (Марка 10:23-25). На самом деле Иисус думал, что для богатого человека логично не попасть в Царство. Хотя, я уверен, Иисус и был разочарован, но Он сохранял мир в себе, делая то, что должен был делать, исполняя волю пославшего Его Отца.

Вы себя нормально чувствуете, когда вы просто говорите и делаете то, что вам поручили? Или же ваше спокойствие зависит от реакции других людей на ваши действия? Если это так, то ваша гордость и недостаток веры лишают вас той радости и мира в душе, которые, Иисус хотел бы, чтобы вы испытывали. Обманчивым фактором является то, что большинство из нас не могут обнаружить эти грехи, так как они спрятаны в нашем чувстве озабоченности за людей. Иногда надо «достичь дна» (как это было с Брендой и мной в Луисвилле), прежде чем мы начинаем по настоящему видеть наш грех.

Когда Павел столкнулся с гордостью в Коринфской Церкви, он дал ясно понять, что решение заключается в том, чтобы перестать играть в Бога. Мы сажаем и поливаем, но именно Бог выращивает. Все сводится к тому, чтобы мы отказались от нашей гордости и следующего за ней страха. Мы должны отпустить их и дать возможность Богу быть Богом. Как это освежает! Поистине, только одно распространение по всему миру вести о спасении достаточно для того, чтобы полностью занять нас.

Если мы всем сердцем усвоим эти принципы, то сможем революционным образом повысить эффективность нашей работы с зависимыми. Имеется, по крайней мере, три направления, по которым эта концепция может быть применена в нашей работе с теми, кто злоупотребляет веществами, меняющими настроение.

Первое, мы должны осознать, что большинство проблем в жизни алкоголика или наркомана являются прямым следствием одной фундаментальной проблемы: длительного злоупотребления алкоголем и другими наркотиками. Если мы будем пытаться помочь им в решении любой проблемы без учета того, что злоупотребление алкоголем и наркотиками является основной из них и требует первоочередного внимания, мы неизбежно кончим тем, что будем наблюдать, как их болезнь будет только прогрессировать.(2).

Второе, вы должны чувствовать себя нормально, и я говорю об этом серьезно, по поводу того, что мы можем помочь только тем людям, которые готовы принять нашу помощь. В притче о блудном сыне (Лука 15:11-20) отец, я уверен, очень сильно хотел пойти на поиски своего сына, но он знал, что сын должен достичь дна и вернуться домой полностью сломленным. Для того, чтобы он пришел в себя, ему понадобилось испытать голод, моральное и духовное банкротство и, наконец, отчаяние от того, что никто ему ничего не давал (ст. 16).

Иногда самым любящим и самым трудным поступком, который мы можем совершить, - это сидеть и ждать. Те из нас, кто прошел через это, знают, что «ничего неделание» может оказаться одним из самых трудных из всего, что мы когда-либо можем совершить. Ожидание того, что Бог начнет работать, а человек ускромнится, открывает нам путь к тому, чтобы сажать и поливать с радостью и энтузиазмом.

Третье, мы должны принять тот факт, что не каждый, с кем мы встречаемся, достиг своего дна. Мы не сможем определить это, просто слушая его, или оценивая его внешне. Опять же, молодой богатый человек казался сломленным и смиренным когда упал на колени перед Господом, но на самом деле не был таковым. Как только Иисус сказал ему, что ему нужно сделать, он отошел.

Мы должны прекратить верить тому, что люди говорят, или даже тому, как они выглядят. Мы должны начать обращать внимание на то, что они делают. Мы должны сильно помогать людям и стараться верить в лучшее, но когда это мешает нам слушать правду об их делах, тогда мы не просто испытываем разочарование, мы теряем способность любить их так, как любил Иисус. Мы, фактически, «любим их до смерти». Иисус прислушивался к тому, что молодой человек *делал*. Он дал ему возможность уйти, не испытывая при этом вину или страх. Он был в мире с собой, потому что знал, что сделал все, что мог. Конечно, никто из нас не является настолько самонадеянным, чтобы подумать, что мы могли бы сделать в этой ситуации больше, чем сделал Иисус. И все же, разве мы не пытаемся сделать это, когда наша гордость, лишенная веры, начинает искать возможные решения, и когда мы испытываем разочарование, работая с алкоголиком или наркоманом?

«Но он или она звучали так искренне! Они казались такими жаждущими и сломленными. Как могу я понять, кто из них искренен, а кто нет?» Ваша возможность по-настоящему помочь зависимому скрыта в его готовности делать то, о чем вы просите его. Если вы предлагаете решения, а он оспаривает их, или же, он согласен с тем, что вы предлагаете, но хочет хотя бы немного изменить ваши планы, то будьте начеку. Человек, который по-настоящему сломлен своей зависимостью, проявит желание пойти на все, чтобы точно исполнять все то, что вы скажете ему делать. Сколько потребуется кому-либо для того, чтобы достичь своего дна, зависит от индивидуальности каждого человека, но результат всегда тот же: капитуляция (Лука 15:17-20).

Трудная Любовь

Позвольте мне привести пример сложной ситуации, с которой мы столкнулись в одной из наших групп. Недавно, молодой человек, который был крещен, должен был читать в одной из наших групп Химического Возрождения свой дневник, где должна быть описана личная история зависимости. Лидер этой группы попросил меня присутствовать на этом занятии, потому что парень, о ком идет речь, на предыдущих занятиях занимал несколько оборонительную позицию.

Дневник имеет определенный формат. Людям даются указания писать в точности о следующем: (1) что они употребляли (то есть тип наркотика и как много), (2) что происходило, когда они употребляли (то есть, какие возникали последствия), и (3) как они себя чувствовали после всего этого. Они должны начать с описания первого случая употребления и далее описывать каждый случай, какой только помнили, пока не доберутся до последнего. Конечно, люди не могут вспомнить абсолютно все, но они должны приложить максимум усилий для того, чтобы записать все, что помнят, особенно о своих чувствах.

Перед тем, как начать читать, молодой человек объяснил, почему он изменил формат дневника. Он сказал, что испытывал трудности в том, чтобы показать свое сердце и выразить свои эмоции и что мы (то есть группа) не захотели бы, чтобы структура дневника ограничивала его искреннее стремление к открытости.

Я наблюдал, как каждый брат нашей группы постепенно попадал под влияние его манипуляций. Становилось очевидным, что этот парень выглядел действительно хорошим, так как в группе было несколько очень поддерживающих парней. Когда он собрался читать свой измененный дневник, я остановил его и спросил, понимает ли он то, что сделал. Он был несколько озадачен и сказал, что нет. Я сказал ему, что он сделал именно то, что сам хотел, и что такое нежелание выполнять указания сделает для него выздоровление практически невозможным. Я пытался объяснить, что никто не сможет помочь ему, если он не станет покорным, и я сказал, что ему надо опять переписать дневник. Он вскочил с места, начал кричать и вылетел из комнаты, сильно захлопнув за собой дверь. Братья были шокированы. А что если он ушел и опять начнет злоупотреблять? Я объяснил им, что его действия, как в том, чтобы нарушить формат дневника, так и в том, как он ушел, характеризуют такое его отношение к проблеме, которое неизбежно приведет к рецидиву.

Я, конечно, хотел бы сказать вам, что у этой истории счастливый конец. Но пока еще нет. Заметьте, я сказал «пока еще». Иногда бывает необходимым поступить именно так, чтобы привести кого-нибудь к Богу. Я хотел поделиться этой историей, потому что думаю, что многие могли бы извлечь урок из того, что произошло в этой группе. Мы могли бы

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

чувствовать себя неудобно по поводу конфронтации и, скорее всего, чувствовали бы страх и вину за возможные последствия. «А что, если он уйдет и употребит наркотик или алкоголь и что-нибудь случится?»

Как, вы думаете, чувствовал бы себя Иисус, если богатый молодой человек после того, как ушел, был бы убит в тот вечер? Испытывал печаль? Да, но не чувство вины. Понимаете, нам необходимо научиться тому, как действительно любить тех, кто зависим. Они нуждаются в нашей доброте, сострадании и правде о том, что потребуется для того, чтобы выздороветь. Они нуждаются в том, чтобы мы любили их настолько, чтобы могли сказать им правду и остановили их, не разрешая им разрушать себя и вредить другим людям путем манипуляций.

Мы видим людей и удивляемся, насколько они могут быть такими упрямыми в своем нежелании меняться. Они испытали столько много, что этого должно было хватить! Мы должны со смирением помнить, что мы все должны когда-нибудь достичь дна, но, к несчастью, некоторые должны умереть и предстать пред Богом до того, как их колени преклонились. (Филиппийцам 2:10)

Я убежден, что успешное обращение и приобщение к ученичеству зависимых от алкоголя и других наркотиков людей, требует того, чтобы мы изливали наши жизни в тех, сердца которых Бог приготовил для нас; чтобы мы с молитвами и миром в сердце ожидали тех, кому требуется больше времени для того, чтобы стать скромным перед Богом.(3)

6

МАЙК ЛЕЗЕРВУД

Вмешательство

Иметь Смелость Изменить То, Что Я Могу Изменить

Хотя мы и должны научиться признавать, что наши возможности ограничены, когда помогаем химически зависимому человеку, но это, однако, не означает, что мы ничего не можем поделать. Есть вещи, которые мы можем изменить, для того, чтобы помочь зависимому, если при этом будем просить Бога дать нам достаточно мужества, чтобы сделать это. Понятие вмешательства должно научить нас тому, как мы можем конструктивно вмешаться в жизнь зависимого, чтобы помочь ему достичь того состояния, когда он готов сдаться.

Пугающая Перспектива

Сама идея может показаться устрашающей тому человеку, чья жизнь тесно связана с жизнью алкоголика или наркомана. Страх или чувство вины все еще могут мешать вам начать действовать. Две вещи, возможно, должны произойти для того, чтобы вы решились. Первое, вы должны получить убеждение, что правильный подход в отношениях с химически зависимым должен основываться на правде, а не на ваших чувствах. Фокусируясь на принципах Бога, описываемых в этой книге, и развивая в себе трезвый подход ко всему, что происходит в вашей жизни, вы сможете преодолеть ваши чувства вины и страха и приобрести убеждения, которые заставят вас действовать. Второе, боль, которая сопровождает вашу жизнь, может становиться все интенсивней до тех пор, пока вы не осознаете, что бессильны влиять на зависимого человека. Тогда вы действительно сможете начать помогать ему достичь дна вместо того, чтобы пытаться спасти его от этого.

Существует молитва, которая часто используется в группах выздоровления и которая известна как «Молитва Ясности». В ней говорится:

Бог, дай мне ясности, чтобы принять
то, что я не могу изменить,
дай мне храбрость, чтобы изменить то, что могу изменить,
и дай мудрость, чтобы видеть разницу между ними.

Вмешательство означает присутствие решимости изменить то, что вы в силах изменить. Это значит принять решение вмешаться в жизнь зависимого таким образом, чтобы помочь ему: (1) начать осознанно воспринимать болезненные последствия, следующие за использованием наркотиков; (2) понять связь между физической, эмоциональной и духовной болью и использованием наркотиков; (3) обратиться за помощью.

Вмешательство – это не стремление контролировать, сыграть вничью или причинить боль. Это стремление разорвать круг «спасатель-жертва-преследователь», научившись при этом помогать, а не причинять боль. Каждый зависимый должен достичь дна перед тем, чтобы стать настолько скромным, чтобы попросить о помощи. Вмешательство – это серьезная попытка помочь зависимому поднять его дно выше в надежде, что удастся предотвратить его более глубокое падение, или даже смерть.(1)

Неформальное Вмешательство

Какие практические шаги мы могли бы предпринять для того, чтобы вмешаться и побудить нашего друга или родственника обратиться за помощью, в которой они так отчаянно нуждаются? Существуют два типа вмешательства: формальное и неформальное. Поскольку попытки неформального вмешательства обычно делаются прежде формального, давайте сначала посмотрим, как они могут выглядеть:

Муж, стабильный алкоголик, пытается побриться и собраться на работу после серьезной ночной попойки. Испытывая состояние похмелья, он в сотый раз говорит себе, что надо что-то изменить. В этот момент мимо двери ванной комнаты проходит жена. Беззаботным голосом она, уходя на работу, объявляет, что она придет домой поздно, потому что после работы пойдет на собрание общества Эл Анон (для тех, кто живет вместе с зависимыми).

«Какое собрание?» – кричит он ей из ванной комнаты – «С какой стати ты ходишь на эти глупые собрания? Ты даже не выпиваешь.»

«Да, я знаю, милый,» – говорит она спокойным голосом – «Я иду на собрание ради самой себя, чтобы я могла научиться, как жить в условиях твоего пьянства. До вечера! В морозильнике ты найдешь замороженный ужин. Люблю тебя!»

Вмешательство! Я думаю, что она привлекла его внимание. Она не нудила и не лестила. Она не вылила его спиртное. Она просто решила контролировать единственного человека, которого могла контролировать: себя. Заметьте, она сказала, что собирается найти помощь не для него, но для себя: «Я иду ради себя.»

Но что, если такое вмешательство не поможет? Не означает ли, что эта попытка провалится, если он будет продолжать пить? Нет, не означает. Допустим, что он еще не проходит процесс выздоровления, но зато она чувствует себя лучше. По мере того, как она будет чувствовать себя лучше эмоционально, ментально и духовно, его шансы на помощь также будут возрастать.

Однажды вечером, после счастливо проведенного времени, он, шатаясь, приходит домой и замечает на столе письмо от адвоката. В письме просто говорится, что его жена обратилась за юридической консультацией по поводу их супружеского будущего. В письме нет никаких угроз. Юрист не сообщает каких-либо деталей их обсуждения, просто упоминает, что оно состоялось в результате озабоченности по поводу их супружества. На этот раз его внимание привлечено полностью! Сначала он потрясен, но затем берет себя в руки и начинает сердиться: «Не могу поверить, чтобы она сделала такое со мной! Как она смеет обращаться к юристу без того, чтобы прежде поговорить со мной!» Как только он врывается на кухню, она сначала дает ему выговориться, а затем спокойно напоминает ему, что она бесчисленное количество раз говорила о том, что не в состоянии жить в таких условиях. Он не должен удивляться. Он отвечает тем, что опять выпивает.

На следующее утро он «приходит в себя», чувствуя себя отвратительно после своей обычной ночной попойки. Он говорит себе в сто первый раз: «Я должен что-то сделать.» Он вспоминает письмо и предыдущий вечер, когда он был наедине с замороженным ужином, когда жена уходила на свое собрание. Он вспоминает, что она упоминала о собраниях общества Анонимных Алкоголиков, которые проводятся в помещении расположенном через коридор от места проведения ее собраний. «Может быть, сегодня мне надо сходить туда», говорит он себе.

Эти примеры даются здесь не для того, чтобы вы с точностью последовали им, они приведены для того, чтобы стимулировать ваши мысли. Будьте чутким, изобретательным и спрашивайте советы с целью определить, как наилучшим образом вмешаться и помочь химически зависимому достичь дна. Главы 8 и 9, посвященные созависимости, должны помочь вам определить практические пути вмешательства. Помните, что задачей является заставить алкоголика или наркомана *сделать* что-нибудь, а не просто согласиться с чем-то или поговорить о том, что что-то надо предпринять. Пожалуйста, не забывайте, что зависимый бессилен перед наркотиками, изменяющими его настроение, и не сможет выздороветь без помощи Бога и других людей. Не делайте распространенных ошибок, не выслушивайте просто заявлений о благих намерениях. Будьте последовательным и настаивайте на лечении. Холодящей душу реальностью является то, что у зависимого есть только три альтернативы: смерть, сумасшествие или выздоровление.

Формальное Вмешательство

Формальное вмешательство имеет намного более сложившуюся структуру. Существуют центры лечения в вашем районе, или же сертифицированные специалисты помогут вам разработать и воплотить план вмешательства. Но основными принципами являются следующие.

Прежде всего, вы должны определить «важных людей» в жизни зависимого. Это те люди, которые в определенной степени имеют влияние или воздействие в его или ее жизни. К ним могут относиться супруг или супруга, дети, родители, начальник, семейные врачи или лучшие друзья. Могут быть и другие люди помимо этого списка. Попросите каждого из них собраться вместе, если они испытывают чувство озабоченности по отношению к их другу или члену семьи. Обычно такую встречу ведет профессиональный советник, который определяет порядок ее проведения и продвигает процесс вмешательства.

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

С каждым обсуждается, что целью их собрания является отработка плана, который возможно сможет побудить их друга или близкого человека искать помощь в избавлении от зависимости. Участникам планируемой встречи также сообщается, что будут использованы все аргументы для того, чтобы зависимый пришел, но до этого он не будет знать истинной цели встречи. Как только он войдет, его попросят сесть и выслушать все, что тревожит других по поводу него. Будучи в состоянии легкого шока, он, вероятно, согласится остаться и выслушать каждого. Если же нет, то будьте готовы к тому, что разговор может совсем не состояться. Некоторые зависимые могут войти, развернуться и выйти. Большинство из них останутся, но скорее из уважения к людям в группе.

Каждый человек должен быть проинструктирован, что в этот момент он или она должны высказать ему свою озабоченность. Первое, подтвердите свою любовь к нему. Второе, напомните ему о конкретном случае выпивки и опишите, что произошло. Третье, скажите ему о том, как вы себя чувствовали. Очень важно сказать о том, как вы себя чувствовали, а не о том, как он заставил вас чувствовать. Используйте фразы типа «Мне было больно», а не «Ты рассердил меня». Большинство из нас перед тем, как рассердиться, испытывают боль. Также надо помнить, что это время вмешательства а не обсуждения. Четвертое, попросите их, чтобы они обратились за помощью. Вмешательство может происходить примерно так.

1. *Джон, я люблю тебя.*
2. *На прошлой неделе ты напился и накричал на нашу дочь.*
3. *Мне было больно, и я боялась тебя.*
4. *Прошу тебя, может, ты сходишь на собрание АА?*

Начать должен самый влиятельный человек, наименее влиятельные должны сказать свое в середине, а в конце должен высказаться человек, который является наиболее важным для зависимого. Вы можете повторить этот цикл два или три раза. Во многих случаях это бывает достаточным для того, чтобы убедить зависимого обратиться за помощью. Если зависимый согласится начать лечение, то у вас должна быть достигнута предварительная договоренность с ближайшим учреждением о том, что его готовы будут принять там немедленно. Заранее подготовьте и упакуйте необходимые вещи, транспорт должен быть заранее спланирован и должна быть достигнута также предварительная договоренность с его начальством на работе. Нельзя самовольно пропустить работу, так как это приведет к увольнению, но также помните, что выздоровлению должно отдаваться предпочтение перед работой. Он может найти другую работу, но не другую жизнь. В большинстве компаний существуют программы оказания помощи своим работникам, или имеются социальные работники, которые с готовностью пойдут вам навстречу, чтобы сохранить ценного работника.

Если первая фаза вмешательства окажется неудачной и зависимый откажется обратиться за помощью, тогда вы должны приступить ко второй фазе. На этой стадии каждый, кто вовлечен в процесс вмешательства, старается помочь зависимому обратиться за лечением, пытаясь «поднять его дно». Каждый из участников заверяет зависимого в своей любви к нему, а затем объясняет ему последствия, которые наступят из-за его отказа от помощи.

*Джон, «Я люблю тебя, но пока ты не обратишься за помощью ты:
...должен выехать из дома» (супруга).
...не можешь навещать своих внуков» (дочь).
...должен обращаться к другому врачу» (семейный доктор).
...должен найти себе другую работу» (начальник).*

Вы сможете увидеть, насколько эффективным это может оказаться. Очень немногие люди могут противостоять такому давлению. Опасность может заключаться в том, что кто-то из ключевых людей в группе может струсить и тогда весь процесс вмешательства может провалиться. Каждый человек должен проникнуться желанием высказать свое убеждение и быть готовым настаивать на его воплощении, несмотря на последствия. Эффективность вмешательства зависит от единства усилий каждого участника группы. Чем болезненней последствия, тем больше шансов на то, что зависимый обратится за помощью. Помните, что боль – это то, что заставляет человека стать более скромным и в конечном итоге побуждает его обратиться за помощью. Каждый в группе должен очень ясно сознавать, что если зависимый не обратится за помощью, существует только два возможных для него исхода: сумасшествие или смерть.

Работает ли то давление, которое оказывается на человека, чтобы он начал лечиться? Да, работает! Фактически каждый начинает лечение именно из-за последствий своего злоупотребления наркотиками. Хотя на решение зависимого начать лечение могут повлиять отдельные факторы юридического характера, состояние здоровья или проблемы в семье, обычно именно совокупность всех этих болезненных факторов заставляет его искать помощь.

Помните также, что не существует каких-либо гарантий. Но мы сами должны почувствовать себя лучше, независимо от того, почувствует ли это алкоголик. Все, что мы можем сделать, это иметь достаточно решимости изменить то, что мы можем изменить, а затем попросить Бога, чтобы Он дал нам достаточной ясности принять то, что мы изменить не можем.

МАЙК ЛЕЗЕРВУД

Правильно Определить Лечение

Иметь Мудрость Понимать Разницу

Существует много причин, по которым мы должны ознакомиться с различными типами лечения химической зависимости. Во-первых, мы не можем эффективно работать с зависимым, пока не узнаем, проходил ли он какое-нибудь лечение, и если проходил, то какое именно. Также полезно знать, проходил ли он через какую либо программу и как долго после этого он воздерживался от употребления наркотиков. Во-вторых, даже если в вашей Церкви есть Духовная Программа Химического Возрождения, может оказаться необходимым в какой то момент направить человека в центр излечения от алкоголя или наркотиков. Чтобы правильно направить человека надо иметь тщательную информацию о таких центрах и определить, какой из них подходит. В-третьих, если в вашей Церкви нет Программы Химического Возрождения, может оказаться полезным направить человека, находящегося в самой начальной стадии выздоровления, на какую либо оздоровительную программу. Имея представление о доступных программах оздоровления, вы сможете оценить серьезность проблемы и степень мотивации зависимого к излечению. Это также позволило бы вам эффективней помочь ему сохранять трезвость и до, и после его обращения. Участие в какой-нибудь программе может оказаться необходимым для того, чтобы обеспечить достаточно продолжительный период трезвости, необходимый для обращения человека.

АА и Другие Программы Из Двенадцати Шагов

До сих пор общество Анонимных Алкоголиков является наиболее эффективной программой лечения алкоголизма. Его доктрина изложена в виде двенадцати шагов, которые перечисляются и объясняются в основном печатном издании общества, названном просто *Анонимные Алкоголики*, а также в приложении, называемом «Большая Книга».(1) Важнейшими частями плана выздоровления для АА являются следующие:

1. Признание своего бессилия перед алкоголем.
2. Признание нужды в более мощной силе.
3. Участие в дружеском общении с другими алкоголиками.
4. Убеждение в том, что воздержание является важным условием процесса выздоровления.
5. Обязательство следовать программе «день за днем».

По мере общения с людьми из АА вы убедитесь в том, что у них различное отношение к Библии. Общим отношением является чувство подозрительности. Это отношение можно понять, если мы будем иметь в виду, что большинство членов АА имели отрицательный опыт в отношениях с «организованной» религией. Ветераны АА наблюдали за тем, как религиозные люди отговаривали алкоголиков, только начинавших лечиться, не посещать собрания АА, в результате чего можно было только наблюдать, как они опять срывались, что, в некоторых случаях приводило к смерти. На основе таких случаев люди из АА делают вывод, что Христианство полностью не способно рассматривать нужды алкоголиков и что Христианство представляет собой угрозу, так как отговаривает алкоголиков от единственно известного им пути излечения, который дает положительные результаты. Если вы проявите терпение и потратите достаточно времени, чтобы показать людям из АА свою искреннюю любовь и озабоченность, некоторые из них в конечном итоге увидят, как Бог использует АА как средство в сохранении отношений людей с Ним.

Анонимные Наркоманы (АН) – также как и АА осуществляет программу из двенадцати шагов с привлечением духовного компонента (Высшая Сила). Общество было создано в 70-х годах, так как многие в обществе АА чувствовали негативно по поводу того, что на их собрания приходили наркоманы. С того времени наблюдалось возникновение различных программ из двенадцати шагов включая такие как Анонимные Игроки, Анонимные Обжоры и Анонимные Истерики.

Посещение собраний АА или АН может оказаться весьма полезным, особенно в том случае, если в вашей Церкви нет Духовной Программы Химического Возрождения. Однако необходимо предпринять некоторые предосторожности. Первое, сделайте так, чтобы более зрелый христианин сопровождал молодого христианина для того, чтобы иметь возможность духовно оценивать те советы, которые даются на собраниях. Второе, будьте внимательны к тому, чтобы собрания АА не оказались более приоритетными над службами в Церкви. Третье, не позволяйте, чтобы у молодого христианина появился поручитель в АА или АН. Поручителями являются более опытные члены АА, которые выступают в роли наставников. Хотя наставничество и является очень важной составной частью программы АА, ученики не должны иметь поручителей, которые не являются учениками, потому что рано или поздно те начнут давать советы, которые будут прямо противоречить Слову Бога.

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

Люди, посещающие АА, называют свое общество «товариществом». (2) Они рассматривают посещение собраний АА настолько же критически важным для поддержания трезвости, насколько важным мы рассматриваем присутствие братьев и сестер на наших мероприятиях для того, чтобы оставаться верными Богу. Опыт научил их, что люди, которые перестают приходить на собрания, в конечном итоге возвращаются к пьянству.

Иногда люди, которые на протяжении многих лет являлись частью АА, начинают приходить в Церковь и изучать Библию. Мы должны понять, что у них должна появиться большая вера для того, чтобы поставить Церковь на первое место. АА спасло им жизни и для них это товарищество является критически важным в их способности оставаться трезвыми, а значит и живыми. Они часто рассматривают необходимость поставить Церковь на первое место как необходимость поставить вопрос их выздоровления на второе место, что для них является страшной мыслью. Мы должны терпеливо убеждать их, что необходимость поставить Царство на первое место не является угрозой процессу их выздоровления, а, наоборот, будет только способствовать ему, и что у Бога всегда существовал план лечить людей через Церковь и им нечего бояться.

Может оказаться, что некоторые молодые христиане ощущают необходимость продолжать посещать собрания АА и после своего крещения. Посещая собрания, они могут чувствовать себя более уверенными в сохранении трезвости; или же у них там остались друзья, с которыми они хотели бы продолжать общаться. Я не стал бы их отговаривать, если они готовы соблюдать условия, о которых говорится выше. В таких ситуациях я обычно делюсь с людьми о том, что для них АА может стать прошлым, из которого они выросли и в котором они больше не нуждаются. Такой подход дает людям время для того, чтобы преодолеть страх покинуть АА, не поступаясь при этом своими библейскими убеждениями.

Информацию о собраниях АА или АН в вашем районе можно найти в телефонной книге под рубрикой Анонимные Алкоголики. Расписание собраний АА и АН в вашем районе вы можете получить, посетив одно из них. Я рекомендовал бы вам достать основное издание АА, которое так и называется *Анонимные Алкоголики*, и прочитать его. Там содержится очень много полезной информации и практических советов на тему как оставаться трезвым. Особое внимание уделите пятой главе, называющейся «Как Это Работает». Имейте в виду, что для людей, не являющихся алкоголиками, некоторые собрания могут быть открыты, а некоторые нет. Расписание собраний будет сопровождаться следующими сокращениями:

ЗО – Закрытое Обсуждение
ОО – Открытое Обсуждение
ОВ – Открытое Выступление
ЗВ – Закрытое Выступление

Собрания, на которых происходит обсуждение, могут быть посвящены темам выздоровления, одному из двенадцати шагов, чтению и обсуждению отрывков из книги *Анонимные Алкоголики*. Собрание с выступлением обычно представляет собой рассказ выздоравливающего алкоголика о своей жизни. Одни собрания могут понравиться вам больше, чем другие, и я посоветовал бы вам посетить их несколько в различных районах. (По иронии судьбы в собраниях АА участвует много людей, зависимых от никотина, поэтому вы можете захотеть поискать собрания, где курение запрещено). Ученики могут найти для себя очень полезными те собрания, на которых люди рассказывают о себе. Эмоциональные переживания, которые возникают, когда вы слушаете чей-либо рассказ, помогут вам понять и почувствовать то, что, как говорят в АА, «как это было, что произошло и как это выглядит сегодня». Установление связи между болью и зависимостью вызовет в вас после собрания обновленное чувство капитуляции и признания. (Собрания АА и АН призваны помочь зависимому именно в данный момент и каждый день сохранять ощущение мира и комфорта от воздержания).

Детоксикация

Другой вид лечения производится в центрах детоксикации. Эти центры обычно существуют при больницах или независимых центрах лечения наркомании. В течение какого-то периода времени они производят очищение отравленного организма от наркотиков. Продолжительность нахождения в центре зависит от типа употребляемого наркотика и степени зависимости. Процесс детоксикации может длиться от трех дней до двух недель. Обычно в этих центрах существует чистая спокойная атмосфера, в которой происходит физическое избавление от последствий употребления наркотиков или алкоголя.

В большинстве центров с медицинским уклоном применяются болеутоляющие средства для подавления болевых ощущений, возникающих в процессе очищения; другие же центры применяют препараты, не содержащие наркотики. Так как детоксикация является процессом, который может представлять угрозу для жизни, в центре обычно имеется штатный врач и дипломированная медицинская сестра. Некоторые центры не являются медицинскими учреждениями и поэтому в случае возникновения угрозы жизни прибегают к услугам скорой помощи.

Зависимые от героина в большинстве случаев очищаются только частично и им выписывается метадон, являющийся синтетическим опиатом. Метадон был разработан правовой системой по борьбе с преступностью с той целью, чтобы сдерживать увеличивавшееся потребление героина и снизить преступность, связанную с употреблением героина. Люди, которым давался метадон, обычно «поддерживались» им годами. (По моему мнению «поддержание» метадоном является не методом лечения, а легальной возможностью привести человека в состояние «навеселе». Люди должны очиститься от метадона до крещения, несмотря на то, что избавиться от него бывает зачастую труднее, чем от самого героина.) После того, как организм очищен, некоторые зависимые могут вернуться и продолжать их духовное, эмоциональное и ментальное выздоровление в Церкви. Другим может понадобиться дополнительное лечение в стационаре или же интенсивное амбулаторное лечение.

Амбулаторные Консультации

Третьим типом лечения являются амбулаторные консультации. Стационарное лечение или оказание помощи на дому являются настолько дорогими, что многие страховые компании предпочитают оплачивать расходы по процедурам амбулаторного лечения. Эти программы значительно отличаются друг от друга и могут предусматривать от одного визита в неделю продолжительностью один час до очень интенсивного курса лечения, предусматривающего пять посещений в неделю с 9 часов утра до 5 часов вечера. Некоторые программы состоят из нескольких этапов лечения, которые начинаются от очень интенсивных курсов и переходят в менее интенсивные, по мере того, как люди прогрессируют в своем выздоровлении. Время от времени делаются анализы мочи с целью выявить возможное употребление наркотиков, что является также дополнительным мотивом того, чтобы зависимый стремился быть честным. Преимущества программ, основанных на амбулаторном лечении, заключаются в следующем: (1) они менее дороги; (2) они часто дают возможность человеку сохранять свою работу; (3) они создают меньше неудобств семье. Основной проблемой здесь, таящей в себе опасность, является то, что у человека возникает возможность легко комбинировать программы, что дает больше возможностей для маневра и не обеспечивает достаточной подотчетности, что обычно происходит при стационарных программах лечения.

Программы Стационарного Лечениея

Четвертым типом лечения является программа оздоровления в стационарных условиях. Лечение в стационарных центрах необходимо тогда, когда амбулаторное лечение не дало желаемых результатов, а также в тех случаях, когда человек, находящийся в сильной зависимости, нуждается в лечении в условиях более жесткого контроля. Многие люди сразу выбирают такой подход в выборе лечения, так как чем больше времени они могут уделить лечению, тем больше их шансы на то, чтобы вести трезвый образ жизни.

Традиционное Стационарное Лечение

Некоторые программы стационарного лечения являются самостоятельными, другие являются частью многопрофильной больницы. Многие центры предусматривают предварительное пребывание в центре детоксикации от трех до пяти дней, после чего лечение в стационаре длится от двадцати до двадцати пяти дней. Трехнедельная программа пребывания в стационаре традиционно предусматривает учение о наркотиках, взаимодействие в небольших группах и несколько собраний АА в неделю. Стационарные программы могут варьироваться по продолжительности в зависимости от суммы покрытия страховки. Некоторые долгосрочные программы стационарного лечения (от шести месяцев до года) могут частично финансироваться местными органами власти, властями штата или на федеральном уровне.

По завершении курса стационарного лечения в рамках традиционных программ АА рекомендуется участие в еженедельных амбулаторных группах на протяжении двух лет и посещение нескольких собраний АА каждую неделю как часть дополнительного оздоровительного процесса. Некоторые программы рекомендуют ежедневное посещение собраний АА в течение первых девяноста дней после курса лечения.

Некоторые люди не могут, или по каким то причинам не должны после стационарного лечения возвращаться домой. На такие случаи существуют своего рода «транзитные» гостиницы (гостевые дома), которые предоставляют за небольшие деньги размещение и пребывание в атмосфере, лишенной наркотиков, чтобы люди могли завершить свое выздоровление в течение нескольких первых после выписки месяцев.

Психиатрическое Стационарное Лечение

При направлении людей в стационары необходимо проявлять максимум понимания. Программы лечения, существующие при психиатрических больницах, ориентированы в основном на психическое здоровье. Людям, которые направляются в такие учреждения, поставят, скорее всего, диагноз по поводу психического состояния, а не по поводу химической зависимости. В большинстве случаев зависимым пропишут курс лечения с помощью других наркотических средств вместо того, чтобы подвергнуть их полной детоксикации и лечить их от наркотической и алкогольной зависимости. Так как умственное здоровье общества является предметом заботы психиатров, то неудивительно, что лечение начинается с наркотических лекарств, после чего делаются попытки помочь зависимому «понять» почему он употребляет наркотики. Очень часто возникает неправильное представление о том, что, если человек знает, почему он употребляет наркотики, тогда он сможет найти в себе достаточно сил, чтобы остановить саморазрушение, прекратив использование наркотиков. Кроме того, большинство таких учреждений придают немного, или совсем не придают значения духовному аспекту выздоровления(3).

После этого важно упомянуть, что некоторым людям ставят так называемый «двойной диагноз», означающий, что у них имеется как проблема злоупотребления химическими веществами, так и одна из форм психического заболевания, которая может потребовать лечение препаратами. В результате может сложиться сложная ситуация если предписанное лекарство окажется тем наркотиком, который зависимый употреблял в прошлом. Это одна из причин для того, чтобы установить хорошие рабочие отношения с хорошим «независимым» психиатром перед тем, как направить кого-нибудь на лечение в стационарное учреждение. В некоторых случаях использование возможностей психиатрических учреждений может оказаться необходимым и часто медицинские препараты, выписываемые психиатром, предназначены для того, чтобы предотвратить возникновение эпизодов, представляющих угрозу жизни. Мы ни в коем случае не должны убеждать кого-либо прекращать лечение препаратами, даже в том случае, если мы верим, что их употребление может препятствовать их выздоровлению от химической зависимости.

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

Работа в тесном взаимодействии с врачами и консультантами как при стационарном так и при амбулаторном лечении представляется не только возможной, но и необходимой. Для этого нужно, чтобы человек, которого вы направляете на лечение, при заполнении формы указал вашу фамилию как человека, с которым врачи или консультанты могли бы обсуждать ход лечения. Это дало бы вам возможность взаимодействовать с его консультантом и оказывать последнему помощь в планировании необходимого ухода после основного курса лечения. Важно, чтобы вы продемонстрировали другим членам команды, причастным к лечению, вашу искреннюю заинтересованность в благополучии пациента и ваше стремление работать вместе с ними.

Групповая Терапия

Последним типом программы стационарного лечения является то, что известно как Групповая Терапия, или ГТ. Основное назначение этих групп состоит в излечении групп зависимых. ГТ были созданы в конце 50-х - начале 60-х годов с целью исправить поведение людей, сложившееся под влиянием употребления наркотиков. Большинство участников этой программы составляют люди, которые были осуждены судом условно и направлены на принудительное лечение сроком от одного года до двух лет. Основным содержанием программы являются интенсивные меры по изменению поведения людей, сложившегося под влиянием наркотиков, и выработать у них привычку воздержания от наркотиков. В своем первоначальном виде данные программы потерпели неудачу по крайней мере по трем причинам:

1. Воздержание от всех наркотиков (включая алкоголь) никогда не являлось целью.
2. Не сосредоточивалось внимание на бессилии перед веществами, изменяющими настроение людей.
3. Была принята гуманистическая точка зрения, заключающаяся в том, что изменение типа поведения может привести к изменению самого человека, который способен оставаться чистым.

Потерпев неудачу, многие из этих групп изменили подход и в настоящее время комбинируют различные виды терапии с методами, применяемыми АА. Долгосрочные программы подобного типа должны применяться только в исключительных случаях.

В целом, стационарные типы лечения могут быть очень дорогими, но правильно выбранная страховка может покрыть стоимость программы продолжительностью в двадцать восемь дней. Некоторые центры лечения не только принимают страховой полис компании Медикэйд, но и окажут помощь своим пациентам при поступлении к ним оформить страховку этой фирмы, если у них ее не оказалось. Небольшое количество центров оказывают помощь тем, у кого нет каких-либо средств на лечение, они берут оплату по скользящей шкале, что означает практически бесплатное лечение тех, кто на самом деле нуждается. Я рекомендовал бы вам, или еще кому-нибудь в Церкви вашего региона, ознакомиться со всеми средствами лечения и методами их оплаты, которые существуют в районе, где вы живете. Если вы будете строить отношение с директорами существующих программ, то это может обеспечить наличие места в центре, когда оно может оказаться необходимым. Иначе может оказаться так, что придется ждать много дней, прежде чем вы сможете направить кого-то на лечение.

Приюты и Гостевые Дома Гостиничного Типа

Приюты могут оказаться альтернативой стационарному лечению. В большинстве городов имеются приюты для мужчин, женщин и даже для семей. Они практически не обеспечивают лечения, но могут оказаться очень полезными. С точки зрения чистоты, безопасности и правил проживания приюты могут значительно отличаться один от другого. Обычно они бесплатные, хотя некоторые из них могут взимать минимальную плату в размере от одного до пяти долларов за ночь. В большинстве из них дают завтрак и ужин. Обычно рядом с приютом в полдень выстраивается очередь за бесплатным супом. Если к вам кто-то подошел с просьбой дать убежище или еду, в большинстве городов это будет означать, что этот человек по тем или иным причинам не воспользовался теми возможностями, которые предоставляются для таких людей.

Несколько лет назад в Луисвилле, штат Кентуки, когда мы с Брендой управляли таким гостевым домом, ко мне подошел мужчина и сказал, что он голоден. Я только что вернулся из очереди, где ел суп с парнями из нашего гостевого дома. Я спросил, почему я не видел его в очереди за супом. Он сказал: «Я никогда не стою в этих очередях, чтобы поесть.» Я ответил, что не кормлю людей, которые не хотят стоять в очереди за бесплатным супом. Можно не говорить, что он ушел рассерженный.

Недостатки Современных Программ

Мы всегда должны быть сострадательными и мое сердце просто разрывается, когда кто-либо из-за своей гордости остается голодным. Но мы должны научиться тому, чтобы реально помогать людям, а не тому, чтобы стремиться сделать себе приятно. Существует много доступных ресурсов, и нам нет необходимости дублировать их, мы просто должны найти их.

Это также является примером того, насколько важно верить тому, что люди делают, а не тому, что они говорят. В этой книге вы столкнетесь с этим принципом не один раз. Я думаю, что часто надо проявить полное отсутствие любви, чтобы поверить кому-либо на слово. Мир полон людей, которые являются профессиональными манипуляторами, и многие из них страдают наркотической зависимостью. Мы должны верить не словам, а только тому, что делает зависимый по крайней мере по трем причинам:

1. Когда мы верим только тому, что они делают, мы лишаем их власти над нами. Практически невозможно манипулировать тем, кто верит только вашим делам.
2. Мы лишаем их главного источника саморазрушения - способности манипулировать.
3. Для того чтобы помочь людям, которые в действительности нуждаются в нашей помощи, мы должны прекратить изливать наши усилия на тех, кто еще не готов принять нашу помощь.

Я помню, как в один день встретил молодого человека по имени Филип. Когда мы разговаривали, казалось, что он действительно хотел измениться. Он звучал очень искренне. Он употреблял наркотики и жил в большом жилом массиве города. Я сказал ему, чтобы он сходил на собрание общества АА и принес мне оттуда некоторую печатную продукцию, подписанную и датированную председателем собрания. Я назначил ему встречу в моем доме на следующий день на 3 часа дня. Он приехал раньше времени и ждал меня на крыльце. На протяжении последующих двух недель он делал все, о чем я его просил. Он приходил на занятия группы химически зависимых, на собрания в Церкви, посещал некоторые собрания АА и никогда не опаздывал. Наркоманы всегда приходят вовремя, чтобы купить наркотики. Если они не опаздывают на все мероприятия, связанные с выздоровлением, то это является признаком их желания приложить столь же много усилий к выздоровлению, как они прилагали в период своей зависимости. Через пару месяцев Филип был крещен. Он доказал, что он изменился через дела, а не через то, что он говорил.

Бренда и я часто приводили незнакомцев к себе домой и тем самым подвергали опасности как себя самих, так и своих детей. Бывало, что на следующее утро мы обнаруживали, что наши вещи украдены, и все в доме перевернуто кверху дном. Вы можете в подобных случаях «поставить галочку», что поступили так, как поступил бы Христос, или же вы можете прийти к выводу, что есть другие пути быть похожим на Иисуса и помогать людям, сохраняя при этом свою безопасность и чистоту. Сейчас, если мы видим людей в нужде, мы предлагаем им помощь, направляя их в центр детоксикации, в дом гостиничного типа, приют или в очередь за супом. Типичный сценарий может выглядеть следующим образом: я бы направил их в приют при условии, если они согласятся посетить на следующий день собрание АА; я бы взял газету и просмотрел вместе с ними объявления о работе, которую они могли бы по их мнению делать; или же пошел с ними в бюро по трудоустройству. Затем я назначил бы им встречу в Церкви, или пригласил бы на беседу о Библии, назначив точное время встречи. Я попросил бы их принести с собой бумаги с собрания АА и от их социального работника. Если они будут делать все, о чем я их попрошу, тогда я готов продолжать работать с ними. Если нет, то я скажу им, что буду готов работать с ними только тогда, когда они будут делать все, о чем я их попрошу. Они могут показать только своими поступками, могу ли я помочь им или нет.

Давайте теперь обратимся к духовной программе возрождения химически зависимых Церкви Нью-Йорка. Я обсуждаю это в последнюю очередь, так как наш главный фокус направлен на духовное выздоровление. Программа духовного возрождения химически зависимых не предназначена для того, чтобы заменить собой существующие формальные типы лечения тех, кто в них нуждается.

Духовное Возрождение – Программа для Химически Зависимых

Программа духовного возрождения химически зависимых характеризуется таким понятием как «трудная любовь». Каждую неделю группа химически зависимых собирается у кого-нибудь на квартире ровно на полтора часа. Каждый выздоравливающий член группы должен прийти заранее и привести с собой своего наставника. Если он сам или его наставник опоздали, то им не разрешается присутствовать на собрании. Мы не разрешаем людям объяснять причину их опоздания, потому что каждый знает, что значение имеет только то, что они делают. Они опоздали, точка. Это предотвращает всяческие оправдания и манипуляции. Иногда бывает очень трудно не впустить кого-нибудь, особенно если знаешь, что дорожное движение было очень интенсивным или служба в Церкви закончилась поздно. Некоторые могут иметь ощущение, что это не очень милосердно, но мы по опыту знаем, что быть вовремя, без каких-либо оправданий, означает четкое намерение человека выздороветь.

Один брат, который закончил нашу программу для химически зависимых, рассказал нам историю, которая, я верю, очень хорошо иллюстрирует этот момент. Еще до того, как стать христианином, он однажды вечером поехал на машине в Нью-Йорк для того, чтобы купить наркотики. Его машина была совершенно новой. В то время как он проезжал по мосту Георг Вашингтон, машина загорелась. Он вылез из машины и оставил ее горящей на обочине дороги, потому что ему надо было успеть приехать вовремя туда, где его ждали наркотики. Мы ожидаем от людей в наших группах химически зависимых, чтобы они продемонстрировали по крайней мере такое же стремление к тому, чтобы выздороветь.

Так как мы встречаемся только один раз в неделю, представляется очень важным, чтобы наставники учеников, входящих в состав группы, также присутствовали и тоже не опаздывали. Иногда нам приходится слышать отговорки, что наставники учеников очень заняты. С одной стороны я прекрасно понимаю, что такое быть занятым, но, с другой стороны, наши собрания химически зависимых длятся всего 1,5 часа и проводятся один раз в неделю. Для многих в группе это вопрос жизни и смерти, небес или ада. Я убежден, что серьезность ситуации требует, чтобы тот, кто в состоянии посвятить время и энергию, чтобы помочь такому человеку выздороветь, мог регулярно посещать собрания.

В прошлом были ситуации, когда лидеры могли отменить собрание химически зависимых из-за, например, Дня Матери или еще какой-нибудь знаменательной даты. Я думаю, что это делалось потому, что собрания химически зависимых рассматривались как обычное очередное собрание, несмотря на то, что выздоровление является главным приоритетом для зависимого. На протяжении нескольких лет любое другое мероприятие рассматривалось как более важное, и результаты были плачевными. Я говорю парням в наших группах, что если они хотят иметь возможность

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

отмечать будущие даты Дня Матери, то им лучше не пропускать собрания химически зависимых. Это заявление не является какой либо угрозой, но призвано заставить человека просто увидеть реальность ситуации.

Несколько лет назад мы были в группе духовного возрождения химически зависимых, где была молодая мама, которая никак не могла решиться начать лечение в стационаре во время отпуска. Она явно не хотела быть оторванной от детей во время праздника Рождества. Я думаю, что любой из нас, возможно, проявил бы сострадание к ее чувствам. Но сочувствие – это не то, что ей было в действительности необходимо. Одна из женщин нашей группы попросила рассказать ее, как она провела последнее Рождество. Была ли она трезвой? А как было в предыдущее Рождество и Рождество до того? Она расплакалась. Вы видите, как мы можем быть не в контакте с реальностью? Все, что ей надо было увидеть, - это то, что самым лучшим подарком для ее семьи было бы ее собственное выздоровление.

Собрания химически зависимых проходят по следующей схеме: короткое посвящение и молитва, затем следуют хорошие новости, а затем один или два человека читают свои дневники (4). Члены группы должны сделать честные комментарии в духе искреннего соучастия. Мы преследуем следующие цели: (1) помочь этому человеку определить, на самом ли деле он бессилён перед алкоголем или другими наркотиками и (2) помочь ему установить связь между болью и употреблением алкоголя или наркотиков. Это помогает человеку достичь дна, сдаться своему бессилию перед наркотиками и осознать свою нужду в Боге. Цель состоит в том, чтобы выпустить по окончании программы человека, который чувствует себя нормально когда воздерживается от алкоголя или других наркотиков.

От людей, которые начинают посещать собрания группы, требуется, чтобы они сразу же приступили к ведению своего дневника. Кроме заполнения дневника, его чтения и участия в его обсуждении проводятся три лекции по теме наркотиков и духовности. Средняя продолжительность пребывания в группе составляет от трех до четырех месяцев, хотя для некоторых этот срок может быть увеличен.

Группы духовного возрождения химически зависимых по своей схеме больше всего напоминают амбулаторное лечение; но при этом имеются два существенных отличия. Первое, выздоравливающий ученик приходит вместе с одним из лучших его друзей (с наставником). Второе, он в течение недели посещает несколько других духовных собраний, проводимых в Церкви и которые прямо или косвенно помогают его духовному возрождению.

Люди, которые посещают группы химического возрождения, но все-таки сорвались, могут быть направлены на дополнительные собрания общества АА, в центры детоксикации, на амбулаторное и даже стационарное лечение – в зависимости от тяжести рецидива и частоты срывов.

Невероятно высокий процент тех людей, которые завершили нашу программу химически зависимых как часть духовного возрождения в Церкви, остаются трезвыми, верными, и становятся крайне продуктивными членами тела Христа.

8

ДЖОАНН РЭНДАЛЛ

Выздоровление Созависимых

Возрожденная Жизнь – Часть 1

Рядом с каждым человеком, который выздоравливает от зависимости, и рядом с каждым человеком, который все еще злоупотребляет, находятся члены его семьи и друзья, которые очутились в ловушке солидарной зависимости, называемой созависимостью. Каждый зависимый, для того, чтобы продолжать употреблять, нуждается в человеке, который помогал бы ему, оказывал содействие, спасал, заботился о нем и отгородил его от боли и последствий злоупотребления.

Представьте себе мужа, который пытается контролировать поведение и реакцию своей жены – алкоголички. Он лжет окружающим людям, утверждая, что у него дома все великолепно, потому что ему стыдно перед людьми. Стыд лежит в основе каждого его действия. Он не может сказать людям «нет» и поэтому берет на себя больше, чем в его силах. Испытывая состояние хронического беспокойства за свою жену он теряет способность концентрироваться на работе и часто страдает расстройствами, которые не поддаются определению. Испытывая раздражение по поводу неспособности контролировать зависимость жены, он резко ведет себя в разговорах с коллегами на работе и с детьми. Его жизнь выходит из-под контроля. Он истощен физически, пребывает в эмоциональной депрессии и духовно мертв.

Представьте себе жену, которая тащит на себе мужа домой после вечеринок, укладывает его в постель и будит его утром, чтобы он собирался на работу. Она работает в двух местах чтобы его безответственные расходы не были очевидны, она возит его на машине, когда он бывает пьяный; а он кричит на нее и ругается на то, что в доме недостаточно чисто, или

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

на то, что она не сохраняет для него ужин теплым, когда он приходит домой на час позже чем обычно. Ее жизнь подвергается опасности во время его вспышек гнева, и он даже иногда бьет ее. Она живет с ним и ее шокирует то, когда другие советуют ей уйти или добиться решения суда о его принудительной изоляции. Ее жизнь, разрушенная болью отрицания, находится вне ее контроля. Она также эмоционально и духовно мертва.

Семья, в которой живет алкоголик, функционирует как человек, у которого одна нога повреждена. Во время ходьбы поврежденная нога получает поддержку, в то время как здоровая нога берет на себя дополнительный груз, что вызывает болезненный дисбаланс. То, что начинается с поддержки, оканчивается повреждением обеих ног, то есть разрушением как алкоголика, так и помогающих ему. Разрушительная природа зависимости становится преобладающей силой в мышлении и поведении, которые охватывают всю семью. Супружеские отношения становятся той платформой, на которой проявляются пагубные свойства, связанные как с алкоголизмом, так и с созависимостью. Алкоголик зависит от *алкоголя*, а созависимый зависит от *алкоголика*.

Так как супружество среди взрослых, находящихся в состоянии созависимости, является очень распространенным явлением, и может быть просто опустошающим по своим последствиям, мы будем сосредоточивать наше обсуждение проблемы созависимости и выздоровления на примере отношений между супругами. Но вы также увидите, что многие шаги к выздоровлению, обсуждаемые здесь, могут быть полезными и в отношении других членов семьи, попавших в круг созависимости.

Как Определить Наличие Созависимости

Ответьте «да» или «нет» на следующие критически важные вопросы:

1. Пытаетесь ли вы заставить вашего супруга бросить пить с помощью того, что выливаете содержимое бутылок, прячете их или делаете пометки, чтобы определить, сколько он выпил?
2. Прикрываете ли вы его, когда ему звонят люди, а он находится в беспомощности? Говорите ли вы им, что он болен, спит, или его нет дома?
3. Находитесь ли вы в постоянной суете, пытаясь исполнить все его просьбы, вплоть до того, что пренебрегаете своей собственной внешностью и здоровьем?
4. Находитесь ли вы в состоянии постоянной паники по поводу того, как он будет выглядеть, когда он придет домой; и придет ли он вообще домой?
5. Теряете ли вы терпение после того, как ваш супруг выпьет? Кричите ли вы на своих детей или же шлепаете их даже за небольшие проступки?
6. Бываете ли вы сначала необыкновенно счастливы и влюблены в вашего супруга, когда вместе планируете провести великолепный вечер, а потом, когда он не появляется, вы начинаете испытывать ненависть, горечь и хроническую депрессию?
7. Бываете ли вы уверены, что «это» (какой-нибудь болезненный эпизод) никогда больше не случится?
8. Чувствуете ли вы себя святым мучеником из-за того, через что вам пришлось пройти?
9. Бывает ли у вас в голове путаница и вы чувствуете, как будто вы сходите с ума?

Если вы ответили «да» хотя бы на два или три вопроса, то вам надо задуматься над возможностью того, что созависимость является вашей проблемой. Если вы дали положительные ответы на большинство вопросов, то вам надо прямо сейчас обратиться за помощью.

Определение

С библейской точки зрения созависимый человек – это тот, кто с помощью контроля, манипулирования, оказания помощи и спасения ограждает других людей от того, чтобы они испытывали последствия их собственных решений. Мир воспринимает созависимого как человека, который оказался в тисках поведенческой зависимости. Я уверен, что Бог видит созависимость как специфическую группу грехов, связанных воедино, которая преграждает людям путь на небеса. Это намного серьезней, чем поведенческая зависимость. По самой своей сути созависимость представляет собой отсутствие доверия Богу и обнажает сердце, которое не капитулировало перед Ним. Это грех и грех смертельный.

Задумайтесь над этим на минуту: если дать человеку прочувствовать последствия принимаемых им решений, то это может оказаться лучшим способом того, чтобы заставить его обратиться к Богу. Бог позволяет нам испытывать на себе последствия греха как часть системы раннего предупреждения. Последствия предназначены для того, чтобы помочь нам дойти до небес, так как причиняя нам боль, они заставляют нас повернуться назад к Богу.

Представьте себе ребенка, который, решив порисоваться, встал на сиденье своего велосипеда, но затем потерял равновесие и упал. Он бежит домой, к маме, чтобы она утешила его и сняла боль. Ребенок усвоил очень важный урок о том, что страдание является следствием глупого поведения. Мама помогает своему сыну, напоминая ему о правилах безопасности. Память о самой боли дает ему основание и побуждает его к тому, чтобы внимательно отнестись к совету. Таким же образом Бог ожидает от нас, чтобы мы обращались к нему за утешением и помощью.

Итак, что же делает созависимый? Созависимый изолирует человека от последствий его греха, подобно тому, как мать бежала бы рядом с велосипедом, не давая ему упасть, в то время как ее сын делал бы свои опасные трюки. В результате, возникает или немного, или совсем не возникает боль, которая могла бы явиться следствием этих трюков. Вы видите связь? Зависимый не чувствует боли и, таким образом, не видит необходимости искать Бога или прекратить потреблять

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.
алкоголь или наркотики. Созависимый фактически препятствует осуществлению плана Бога, делая прямо противоположное тому, что должен делать любой ученик!

Хорошей новостью здесь является надежда. Мы можем изменить свое поведение, наносящее вред. Мы сохраняем контроль над тем, что выбираем. Мы можем решить довериться верховной власти Бога, предвидению Бога и выбору Бога в том, как иметь дело с зависимым. Мы просто не должны стоять на Его пути, отойти в сторону. Мы должны дать возможность Богу быть Богом. В отрывке из книги Иеремия 29:11-14 говорится:

Ибо только Я знаю намерения, какие имею о вас, говорит Господь, намерения во благо, а не на зло, чтобы дать вам будущность и надежду. И воззовете ко Мне, и пойдете и помолитесь Мне, и Я услышу вас; и взыщете Меня и найдете, если взыщете Меня всем сердцем вашим. И буду Я найден вами, говорит Господь, и возвращу вас из плена и соберу вас из всех народов и из всех мест, куда Я изгнал вас, говорит Господь, и возвращу вас в то место, откуда переселил вас.

Я сама живое доказательство того, что Бог все еще возвращает нас из плена. Я уже больше не прикована к греху, у которого была в плену. Дорога к выздоровлению от созависимости является трудной. Она требует времени и терпения. Это требует преданности Слову Бога и ежедневных молитв. Это предполагает взятие на себя обязательства не позволять себе фокусироваться на недостатках вашего мужа, но фокусироваться вместо этого на своих собственных. И это требует принятия обязательства перед Богом не позволять себе временами быть в безверии, потому что Бог обещал нам сделать больше, чем мы можем спросить или даже представить себе!

Хочешь Ли Быть Здоров?

После сего был праздник Иудейский, и пришел Иисус в Иерусалим. Есть же в Иерусалиме у Овечьих ворот купальня, называемая по-еврейски Вифезда, при которой было пять крытых ходов. В них лежало великое множество больных, слепых, хромых, иссохших, ожидающих движения воды, ибо Ангел Господень по временам сходил в купальню и возмущал воду, и кто первым входил в нее по возмущению воды, тот выздоравливал, какою бы ни был одержим болезнью. Тут был человек, находившийся в болезни тридцать восемь лет. Иисус, увидев его лежащего и узнав, что он лежит уже долгое время, говорит ему: хочешь ли быть здоров?

Больной отвечал Ему: так, Господи; но не имею человека, который опустил бы меня в купальню, когда возмутится вода; когда же я прихожу, другой уже сходит прежде меня.

Иисус говорит ему: встань, возьми постель твою и ходи. И он тотчас выздоровел, и взял постель свою и пошел. (Иоанн 5:1-9а).

Я точно могу сравнить себя с этим человеком около бассейна. Когда я по настоящему узнала Иисуса, мне было тридцать два года. Годами я была слепа по отношению к правде. Я хромала в духовном смысле. Все мои отношения с людьми приносили мне боль, и я была парализована страхом. У меня даже отговорки были такие же, как у этого человека: всегда и во всем был виноват кто-нибудь другой! Вы видите связь? Иисус спрашивает тебя тот же самый вопрос, который Он спросил паралитика, тот же вопрос Он спросил и меня: «Хочешь ли ты быть здоров?» Он понимает твою боль, но Он не хочет видеть в тебе недостаток веры. Он знает, что ты пытался, но ты никогда не пытался сделать так, как Он говорит, - используя Его силу! Для того чтобы следовать Его путем, ты должен признать, что ты бессилен, а Он обладает всей силой. Его путь требует, чтобы ты взял на себя ответственность за свое собственное выздоровление: взял свою (не чью либо еще) постель и пошел. Ты готов? Не чувствуешь ли ты себя больным и усталым от того, что ты «больной и усталый»? Давай пойдем по дороге к выздоровлению, которую показывает нам Иисус!

Бессилие

В Луке 14:33 Иисус требует от нас то, чтобы мы отрешились от всего, что имеем, и последовали за Ним. Одним из самых трудных решений для людей является решение сдать и передать Богу контроль над своей жизнью. Это требует достаточно хорошего знания Бога для того, чтобы доверять Ему во всем.

Когда мы говорим «Бог все контролирует; Он всемогущий», это означает, что мы признаем, что мы не такие. На самом деле, мы ничего не контролируем. Мы говорим, что вся сила у Бога, поэтому мы бессильны. В случае с химической зависимостью первым шагом в выздоровлении от созависимости должно быть развитие в себе глубокого чувства нашего собственного бессилия в стремлении решать все что угодно без Бога.

Бессилие Созависимости

Очень важно видеть тщетность наших мыслей о том, что мы можем контролировать жизни других людей. Прислушайтесь к выражению бессилия в следующих отчетах.

Я не могу перестать думать о том, что он может сделать в следующий раз, когда напьется. Я не должна сердить его. В доме должно быть безупречно чисто, ужин должен быть прекрасным, а я не должна задерживаться. Так много всего, о чем я должна беспокоиться. Я не вижу того, как я должна отпустить это от себя и позволить Богу иметь с этим дело!

Ибо мы знаем, что закон духовен, а я плотян, продан греху (Римлянам 7:14).

На прошлой неделе мой муж пришел домой и избил меня прямо на глазах детей. Вчера он «отключился» в ванной комнате с иглой, торчащей в его руке. Мой сын нашел его лежащим в его собственной блевотине. Мне посоветовали подать заявление о его принудительной изоляции для того, чтобы защитить себя и детей, но когда я пошла оформлять заявление, я вдруг почувствовала себя очень жестокой. Если я буду делать что-нибудь за его спиной, то это только еще больше рассердит его. Я знаю, что мне надо уйти, но кто тогда позаботится о нем?

Ибо не понимаю, что делаю; потому что не то делаю, что хочу, а что ненавижу, то делаю (Римлянам 7:15).

Моя жена уже несколько месяцев довольно сильно пьет. Я разговаривал с ней, говорил, чтобы она не пила так много, но она одаривает меня ее очаровательным взглядом и заверяет, что это никогда больше не случится и что я раздуваю из мухи слона. Я чувствую, что мне надо обратиться за консультацией по этому поводу, но я не хочу расстраивать ее или ставить ее в неудобное положение. Каждый раз, когда я решаю заговорить об этом, я трушу.

Ибо знаю, что не живет во мне, то есть в плоти моей, доброе; потому что желание добра есть во мне, но чтобы сделать оное, того не нахожу (Римлянам 7:18).

Одним из ключевых факторов в определении нашего бессилия является определение греха, лежащего в его основе. Если бы мы действительно контролировали ситуацию, то мы смогли бы беспристрастно увидеть эти грехи в нашей жизни и просто решить не совершать их. Когда мы бессильны, то это не так просто.

Грехи Созависимости

...а потому уже не я делаю то, но живущий во мне грех (Римлянам 7:17).

Следующие грехи часто ассоциируются с теми, кто оказывает содействие наркоманам. Эти грехи часто взаимосвязаны и проявляются циклами.

Зависть – завидуете ли вы тем, у кого мужа или жены являются христианами?

Горечь – жалуете ли вы себя и репетируете ли про себя диалог со своими обидчиками, когда вас обидели?

Гнев – когда в последний раз вы потеряли контроль над своим раздражением?

Высокомерие – вы верите, что зависимый виноват в том, что вам больно?

Трусость – вам страшно предпринимать шаги на пути к выздоровлению?

Идолопоклонство – поглощены ли вы целиком мыслями о зависимом?

Негодование – вызывает ли у вас возмущение тот факт, что вы тоже виноваты?

Злоба – планируете ли вы различные ловушки для зависимого, чтобы доказать, что вы правы в своем отношении к его злоупотреблению?

Ложь – вы говорите неправду для того, чтобы скрыть свой стыд?

Неверие – верите ли вы на самом деле, что Бог хочет помочь вам и вашему близкому человеку?

От Бессилия к Обретению Силы

В списке грехов и в примерах, приведенных выше, можно услышать бессилие: вы страстно желаете того, что хорошо, но вы не в силах остановить себя и отказаться от пагубной привычки к греху. Но, все же, надежда есть. Как и во всем другом, у Иисуса есть ответы.

Мы видим, как Иисус борется в Гефсиманском саду, побеждает искушение сбежать и сдается воле Бога. Подражая Иисусу, мы тоже можем преодолеть нашу натуру созависимости. Мы тоже можем сопротивляться грехам созависимости. Внимательно посмотрите на Его шаги, которые описываются в Евангелие от Матфея в 26:36-46:

1. Он открыт и честен со своими друзьями о том, как Он себя чувствует (ст. 38).
Иисус потрясен.
Иисус угнетен до такой степени, что готов умереть
2. Он унижил себя во всем (эмоционально, физически и духовно) перед Богом (ст. 39а).
3. Он взывает к Богу с просьбой изменить ситуацию, если только на это есть Его воля (ст. 39б).
4. Он взывает к Богу с просьбой об укреплении, чтобы выдержать и не отступить от предназначения, которое дал Ему Бог (ст. 42).
5. Он опять молится о том же (ст. 44).
6. Иисус встает полный решимости (полностью преданный своему предназначению) исполнить волю Бога во что бы то ни стало (ст.46).

Действия Иисуса	Действия на Пути к Выздоровлению
<p style="text-align: center;">Открыт и скромен √ Молитва Молитва Молитва √ Поднимается, чтобы исполнить волю Бога</p>	<p style="text-align: center;">Признание Бессилия √ Капитуляция √ Укрепление Святым Духом</p>

Павел восклицает в Послании к Римлянам: «Бедный я человек! Кто избавит меня от сего тела смерти? Благодарю Бога моего Иисусом Христом, господом нашим!» (7:24-25а). Так кто же наш Спаситель? Иисус. Кто пришел для того, чтобы помочь нам преодолеть наши самые глубокие, самые темные моменты отчаяния? Иисус. Кто умер, чтобы смыть весь этот ужасный грех? Это Иисус. Он – наша живая надежда. Он показал нам путь. Мы должны последовать за ним.

Надеюсь, что вы уже видите, что проблема в вашей жизни связана не с тем, что ваш муж или жена употребляет алкоголь или наркотики, а с тем грехом, который живет в вас. Признание греха с нашей стороны – это всегда первый шаг, который мы должны сделать как ученики. Посмотрите внимательно и вы увидите, что грех в вашей жизни вышел из-под контроля, точно так же, как грех алкоголика. Вы оба находитесь в поезде без машиниста, и если Бог не вмешается, то поезд неизбежно потерпит крушение!

В дневнике, который я вела когда еще не была учеником, я написала эти строки однажды ночью, которая для меня была моим «Гефсиманским садом»:

Я никогда не думала, что сатана может быть настолько сильным и обольстительным, чтобы увести меня от того, что было для меня правильным. Я чувствую так, как будто часть меня умерла, и это ощущение уничтожило мое чувство уважения к себе и чувство собственного достоинства. Я в ужасе от того, что не в состоянии уйти от всего этого. Я молю Тебя, Бог Мой, не оставь меня здесь. Мне нужна вся Твоя сила, чтобы подняться из этой глубокой черной пропасти, в которую я упала. Неси меня до тех пор, пока я не смогу стоять на ногах. Держи меня за руку, пока я не смогу держаться в равновесии. Никогда не оставляй меня без понимания того, Кто Ты есть и кто я для Тебя и что я делаю здесь на земле. Бог, очисти меня и восстанови мою целостность.

Вы слышите в этих словах бессилие? Я лежала на полу и плакала когда писала эти строки. Я была открыта в своем отчаянии. Я была усмирена глубиной моего греха. Я была тем, о ком говорится в отрывке Римлянам 7:14! И хотя я не осознавала этого, но я делала то же, что делал Иисус в Гефсиманском саду. Через три месяца после этого я встретила учеников, которые помогли мне стать христианкой. Бог услышал мои молитвы, протянул руку и опять сделал меня личностью.

Великолепная новость состоит в том, что Иисус хочет преодолеть для тебя твою слабость. В Исаия 42:16 говорится:

и поведу слепых дорогою, которой они не знают,
 неизвестными путями буду вести их;
 мрак сделаю светом пред ними,
 и кривые пути – прямыми;
 вот что Я сделаю для них
 и не оставлю их (Исаия 42:16).

«Я Скажу Тебе Правду»

До сих пор самым важным шагом в преодолении отрицания является задача отделить правду Бога от лжи, которую мы говорим себе и которую потоком изливают на нас. Мы только что узнали правду о нашем бессилии и рабстве греху. Теперь вы видите правду о злоупотреблении вашего мужа или жены алкоголем или наркотиками? Для меня было очень трудно принять это. Воспитываясь в сегодняшнем обществе, когда употребление спиртных напитков является обычным явлением, мы становимся слепыми в нашем понимании правильного употребления напитков; но признание правды уничтожает наше отрицание и таким образом, разрушает власть сатаны над нашей эмоциональной зависимостью. Рассмотрите нормальное и алкогольное поведение, показанное на рисунке 3.

<u>Поведение Нормального Человека</u>	<u>Поведение Алкоголика</u>
<ul style="list-style-type: none"> - Иногда выпивает во время еды. - Никогда, за редким исключением, не напивается допьяна. - Не испытывает отрицательных последствий. - Имеет стабильную работу. 	<ul style="list-style-type: none"> - Выпивает для того, чтобы получить эффект, расслабиться, убежать от реальности жизни. - Почти всегда напивается или бывает навеселе. - Последствия могут быть следующими: рвота, похмелье, задержание за вождение автомобиля в нетрезвом состоянии, разрыв отношений, агрессивное поведение, потеря работы, получение ран, провалы в памяти. - 95% всех алкоголиков или наркоманов сохраняют работу.

<p>- Может воздержаться в любое время.</p> <p>- Привычка выпивать не меняется к худшему.</p>	<p>- Бросает пить много раз, но всегда возвращается к пьянству, даже после продолжительных периодов воздержания.</p> <p>- Привычка выпивать прогрессирует. Увеличенные объемы потребления приводят к большему количеству последствий. Последствия прогрессируют медленно, но стабильно и приводят к умственному, физическому, эмоциональному и духовному разрушению.</p>
--	--

Рисунок 3

Большинство из нас годами отрицают правду, потому что правда приносит с собой боль. Мы не хотим иметь дело с тем фактом, что тот, кого мы любим, является алкоголиком или наркоманом. Мы не хотим видеть, что должны принимать меры для того, чтобы защитить себя и наших детей от последующего насилия. Мы не хотим признать, что наши жизни совсем не контролируются нами. Вместо этого мы изобретаем в наших умах жизнь, которая не существует. Разве мы не должны нести вину за то, что находимся на опасной тропинке, так же, как и те, кто употребляет? Мы ищем свободу во лжи. В Римлянам 1:25 говорится:

Они заменили истину Божию ложью, и поклонялись, и служили твари вместо Творца, Который благословен во веки, аминь.

Мы не только лжем, но и поклоняемся, и служим алкоголику, делая отчаянные попытки получить взамен внимание и любовь. Это идолопоклонство и оно бесплодно.

Иисус говорит, что свобода может быть обретена только в истине (Иоанна 8:31-32). Изучение этих отрывков открыло мне глаза и резало мое сердце. Я отчаянно хотела стать свободной – свободной от лжи, свободной от того, чтобы скрывать свою настоящую натуру, свободной от постоянной тревоги, которая душила меня. Майк Лезервуд упрекнул меня за это, когда сказал: «Джоанн, ты лжешь, и вся твоя жизнь – ложь.» Я была в рабстве у мечты о жизни, которую я придумала в моей голове. Моя настоящая жизнь была наполнена болью и обманом. Я лгала по любому поводу, даже в тех случаях, когда это не имело значения. Я или умаляла мой грех, или же преувеличивала мою роль в качестве жертвы за грех кого-нибудь другого. Я опускала факты или умалчивала, но результат всегда был один и тот же – обман. Ничего из того, что я говорила, не было правдой. И все же я не уникальна. Это классический пример того, как думают и ведут себя как зависимые, так и созависимые.

Учиться Тому, Чтобы Говорить Правду

Для того чтобы говорить правду, спросите себя следующие вопросы:

1. Как вы себя чувствуете по отношению к зависимости у вашего близкого человека? (Выберите из следующего: досада, печаль, радость, страх, замешательство).
2. Говорите ли вы себе: «Я не должен чувствовать себя подобным образом, и я не чувствую себя так»?
3. Как часто вы говорите: «У меня все в порядке». «Нет, мне не нужна помощь.» Эти ваши высказывания - правда или ложь?
4. Что вы сегодня сказали из того, что является обманом? Вернитесь и скажите полную правду.
5. Чувствуете ли вы себя более комфортно, когда говорите ложь, нежели когда говорите правду?

Примите для себя сегодня решение говорить правду в отношении того, как вы действительно себя чувствуете, что в действительности происходит в вашей голове, в вашем сердце и за вашей парадной дверью. Учитесь ненавидеть ложь, посмотрев на то, как вы в первый раз обманули сначала себя, а затем и других. Обман оскорбляет Бога и помогает другим в их отрицании. Это правда, которая должна освободить вас. Великая вещь, когда мы делимся своими чувствами с другими, заключается в том, что осознаешь, что они есть у всех нас. Некоторые из них положительные. Некоторые – отрицательные. Но какими бы они ни оказались, очень важно, чтобы мы сначала приняли их, а затем могли бы начать преобразовывать негативные, нездоровые чувства в противоположные с помощью слова Бога. Свобода, которая приходит, когда говоришь правду, заключается в том, что теперь вы можете сказать: «Я хочу, чтобы ты знал меня.»

Эмоциональные Провалы

Иисус сделал невероятно сильную вещь, когда сказал правду: Он преодолел силу сатаны. Сатана очень цепко держит в своих руках наши жизни, когда мы живем с алкоголиком или наркоманом. Он стоит перед нами и выкрикивает свою ложь нам прямо в лицо: «Ты никогда и ничего не делаешь правильно», или «Ты такая глупая», или «Ты такая неудачная жена». Когда сатана атакует подобным образом, то созависимый впадает в такое состояние, которое я называю «эмоциональные провалы». Мы больше не можем видеть все ясно. Правда теряется в потоке негативных чувств. Мы верим лжи, которую слышим от сатаны, и в наших мыслях Бог становится маленьким и бессильным. Мы начинаем верить, что Бог не способен спасти нас. Мы становимся парализованными.

В Числах 14:1-4 мы видим, как Израильский народ входит в состояние эмоционального провала.

И подняло все общество вопль, и плакал народ во всю ту ночь; и роптали на Моисея и Аарона все сыны Израилевы, и все общество сказало им: о, если бы мы умерли в земле Египетской, или умерли бы в пустыне сей! И для чего Господь ведет нас в землю сию, чтобы мы пали от меча? жены наши и дети наши достанутся в добычу врагам; не лучше ли нам возвратиться в Египет? И сказали друг другу: поставим себе начальника и возвратимся в Египет (Числа 14:1-4).

Практическая Библия указывает, что реализовывались самые большие страхи людей. Они перестали видеть перспективы и забыли, кто на самом деле был Бог. Понимаете, их «бог» был маленьким. Они забыли, что настоящий Бог сильный. Он всегда сильный, всегда верный, всегда могущественный и всегда неизменный. Они забыли, что Бог контролировал ситуацию, в которой они находились. Они верили только внешним признакам, но не имели веру как таковую. Они эмоционально «провалились». Их глупые сердца омрачились (Римлянам 1:21), и они не могли видеть правду через сгущающееся облако эмоций. Они потеряли свою веру и теперь были слепы перед правдой.

Люди роптали, громко плакали, поднимали свои голоса и втянули всю толпу в свой эмоциональный кошмар. Посмотрите на количество негативной энергии, которую они готовы были выплеснуть, когда роптали и жаловались до такой степени, что готовы были выбрать себе новых лидеров и вернуться в Египет! Правда заключалась в том, что они не хотели больше испытывать боль. Они хотели «выйти из игры». Как часто вы «возвращаетесь в Египет» в периоды ваших эмоциональных провалов вместо того, чтобы оставаться верным и использовать подобную энергию для того, чтобы двигаться вперед? Не похожи ли вы на Израильтян в большей степени, чем вы готовы признать?

Следование следующим шагам может помочь вам избежать эмоциональных и духовных провалов:

1. Выпишите ваши чувства по поводу ситуации, в которой находитесь.
2. Удерживайте эти эмоции. *Остановитесь*. Не выпускайте их наружу, просто отложите их на некоторое время.
3. Разружьте ложь с помощью Слова и обещаний Бога. Ищите истинную правду, которая спрятана за ложью. За выражениями «Ты всегда» и «Ты никогда» почти всегда следует ложь. Выражение «Обычно» имеет более реальное значение. Помните, что если вы не делаете что-то правильно, совсем не означает, что вы ужасная жена, или ужасный муж, или ужасный родитель.
4. Изучайте жизнь человека из Библии, который преодолел подобную ситуацию (например, сильное преследование) или у которого характер похож на ваш. Исследуйте его или ее веру, молитвы и убеждения.
5. Прочитайте и перечитайте еще раз отрывок Исаия 41:9-13, вставьте в текст свое имя, читайте до тех пор, пока не поверите глубоко в своем сердце, что Бог очень сильно ценит вас!

Слово обладает огромной силой! Я не знаю ничего подобного, что могло бы так изменить мое ожидание будущего от лжи к правде. Используйте его как компас на пути из темноты на свет всегда, когда бы вы ни обнаруживали себя в буре эмоционального провала.

9

ДЖОАНН РЭНДАЛЛ

Выздоровление Созависимых

Возрожденная Жизнь – Часть 2

Так же, как и в случае с наркотиками и алкоголем, ключ к выздоровлению от созависимости со всей очевидностью находится в вашем признании состояния бессилия и в необходимости говорить только правду. Дневник созависимого поможет вам раскрыть правду о проявлениях вашего греха и степени отрицания вами проблемы. Он поможет вам понять что в действительности происходит в ваших отношениях с зависимым, и поможет вытащить на поверхность те чувства, которые вы подавляли в себе на протяжении длительного времени.

Дневник Созависимого

Формат

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

Запишите в дневник каждый случай употребления алкоголя или наркотиков, который вы наблюдали или который отрицательно подействовал на вас, от самого первого до последнего. По каждому случаю опишите следующее: (1) какой алкогольный напиток или наркотик и в каком количестве употреблял зависимый; (2) что в результате случилось; (3) что вы сделали; (4) какие чувства вы испытывали по поводу своих действий. (Чувства, обычно, относятся к одной из следующих пяти категорий: сумасшествие, печаль, радость, боязнь, неловкость).

Заполнение дневника является самым трудным шагом в процессе выздоровления. Он заставляет нас выйти из тьмы на свет. Он обличает все то, что мы с большим усердием подавляем. Он заставляет нас осознать, что мы не были открыты в наших чувствах по любому поводу на протяжении очень длительного периода времени.

Противостоять Страху

Многие люди на этой стадии заполнения дневника могут задержаться или застыть в страхе, но ободрение можно почерпнуть из Писаний. Задумайтесь над отрывком 1 Иоанна 4:18:

В любви нет страха, но совершенная любовь изгоняет страх, потому что в страхе есть мучение. Боящийся несовершен в любви.

Бог, Кто Сам есть совершенная любовь, изгоняет наш страх. Дайте страху уйти и держитесь веры в Иисуса, и чувства и события всплывут в вашей памяти в большом количестве. Прилепитесь к Иисусу и Он поможет вам двигаться вперед и расти.

Чтение Дневника

Дневник можно читать перед группой созависимых, следуя тем шагам, которые описываются в этой книге, или же перед сильными, зрелыми христианами – лидерами (не менее, чем перед двоими), которые могут дать духовные комментарии по вопросам, которые раскрываются далее. Перед тем, как приступить к чтению дневника, сделайте вступительное слово перед группой и скажите, что обычно бывает нелегко открываться перед людьми подобным образом. Настройте группу на чуткое восприятие. Не разрешайте делать письменные заметки. Любой, кто хочет участвовать в комментариях, должен делать это от первого лица. Например,

«Я могу очень четко представить себе, насколько рассерженной ты была, когда твой муж пришел такой пьяный и агрессивный. Но что я сама поняла, так это то, что, когда мой муж бывает в таком состоянии, моя раздраженная реакция на его состояние только подливает масло в огонь и он становится еще более агрессивным. Иисус никогда не позволял себе реагировать на что-либо отрицательно. Мне помогает то, что я обдумываю свои действия еще до того, как он приходит домой.»

Слушатели в группе должны обращать внимание на следующие моменты в выступлении:

- Как прогрессирует алкоголизм/зависимость у близкого человека
- Какие могут быть стандартные реакции на определенные типы ситуаций
- Перекладывание вины
- Манипуляции и контроль со стороны созависимого
- Осознает ли человек чувства, которые испытывает
- Менталитет жертвы
- Спасение зависимого от последствий употребления
- Капитуляция – признание того, что он или она бессильны сами изменить зависимого
- Принятие правды в отношении его или ее супружества
- Принятие на себя ответственности за разрушенные отношения
- Стремление и желание положиться на помощь Иисуса

Основной целью является помочь тому, кто читает свой дневник, понять взаимосвязь между болью, которую он испытывает, и его попытками контролировать алкоголика и манипулировать им. Автор дневника должен увидеть свой грех, возникающий в стремлении спасти алкоголика от последствий, что препятствует тому, чтобы зависимый достиг своего дна и обратился за помощью.

Вы должны увидеть человека, которого обличают его грехи, являющиеся следствием созависимости, человека, который жаждет покаяться, так как понимает, что делает больно и Богу и зависимому человеку, когда смягчает последствия до такой степени, что зависимый не стремится к выздоровлению или обращению к Богу. Вы должны увидеть сердце блудного сына в момент его возвращения к своему отцу (Луки 15:17-21).

Если автор дневника не стремится проникнуться своими чувствами, не стремится понять источник своей боли, не соблюдает формат дневника, то вы должны попросить его переписать дневник и прочитать его снова на следующем собрании. Это принципиально важно, потому что человек не может выздороветь на своих собственных условиях. Он должен подчиниться процессу выздоровления. Когда он будет писать и читать свой дневник, он начнет понимать, что его условия не работают. Используйте дневник для того, чтобы открыть ему глаза на ошибочность его образа мышления и используйте Писания для того, чтобы исправить это мышление.

Иметь Дело с Чувством Стыда

Люди очень часто после прочтения своего дневника бывают поражены очень сильными чувствами. Чувство того, что они всю жизнь защищали больного, сейчас вышло наружу! Маска слетела, и человек начинает чувствовать себя ранимым. Теперь они ясно видят ту ложь, которую постоянно изобретали и репетировали день за днем. Они видят разрушения в своем супружестве и других взаимоотношениях. Чувство вины, которое должно бы появиться, полностью поглощено чувством стыда. Люди часто путают чувство вины и чувство стыда, так что давайте потратим немного времени, чтобы разобраться с ними.

Вина – это чувство, которое появляется, когда мы делаем ошибки, переступаем за определенные рамки, нарушаем закон или грешим. Духовной реакцией на чувство вины является принятие необходимых корректирующих действий для того, чтобы вернуться в нормальное состояние (например, покаяться). Стыд – это чувство полного бесчестия, чувство самоосуждения или осуждения другими. Все эти чувства могут истощать вас. Типичной реакцией на чувство стыда является ощущение того, что *ты сам* являешься ошибкой, а не то, что ты совершил ошибку. Вина не обязательно должна быть негативным чувством. Ее цель – помочь нам почувствовать грань между правильным и неправильным. Вина является для нас тем тревожным сигналом, который призывает нас вернуться на путь праведности. Стыд, с другой стороны, – это осуждение всего вашего существа. Псалом 24:1-3 объясняет, что стыд уготован тем, кто отказывается следовать Богу. Те, кто любят Бога и следуют за ним, никогда не будут постыжены:

К Тебе, Господи, возношу душу мою.
Боже мой! На Тебя уповаю, да не постыжусь вовек,
да не восторжествуют надо мной враги мои,
да не постыдятся и все надеющиеся на Тебя:
да постыдятся беззаконные втуне.

Одну из самых эффективных стратегий в борьбе с властью сатаны над моим чувством стыда я нашла в том, чтобы точно записать на бумаге то, как я себя чувствую. Мы должны быть честными с собой и с Богом. Составив список, мы можем атаковать одну ложь за другой с помощью Слова Бога и заменять их правдой. Стыд возникает при отсутствии здорового понимания того, кем вы являетесь для Бога, и с какой целью Бог создал вас. Изучение Писаний и духовных принципов, приводимых ниже, обновит ваше мышление и сильно вдохновит вас.(1)

Я - новое творение (2Коринфянам 5:17).
Я – дитя Бога и принадлежу Ему (Иоанна 1:12; 1Петра 2:9).
Я – подарок Бога Иисусу Христу (Иоанна 17:9, 12, 24).
Бог очень сильно меня любит (Римлянам 8:35-39).
Я призван Богом по Его воле (Иоанна 6:44).
Бог проявляет Себя на мое благо и я призван согласно Его изволению (Римлянам 8:28).
Он предопределил, чтобы я стал подобен Его Сыну (Римлянам 8:29).
Переосмыслив мое отношение к миру, я могу понять и принять волю Бога (Римлянам 12:2).
Я был избран еще до сотворения мира, чтобы стать святым и непорочным (Ефессянам 1:4).
Иисус молится за меня (Иоанна 17:9; Евреям 7:25)
Я очищен, освящен и оправдан именем Иисуса Христа (1Коринфянам 6:11).
Я сонаследник с Христом (Римлянам 8:17).
Я освобожден от греха и стал рабом праведности (Римлянам 6:18).
Божественная сила дала мне все необходимое для того, чтобы жить и служить Богу (2Петра 1:3).
Бог так возлюбил этот мир, что пожертвовал Своим единственным Сыном для того, чтобы я уверовал в Него и обрел вечную жизнь (Иоанна 3:16).

Капитуляция

Ведение дневника и чтение записей вслух помогает вам сдаться. Капитуляция происходит тогда, когда мы осознаем, что единственное, что мы можем сами контролировать, – это решение двигаться к Богу (капитулировать), или удаляться от него (восстание). Это происходит тогда, когда мы готовы довериться путям Бога, а не своим собственным (Притчи 3:5-6). Это происходит тогда, когда мы осознаем, что контролировать других людей – это не наша роль, и мы с миром в сердце принимаем это условие. Капитуляция происходит тогда, когда Бог ускромняет нас, и мы становимся глубоко благодарными за то, что Он дал нам вечную жизнь. Только с позиций преимуществ, которые дает капитуляция, мы начинаем видеть невероятную милость и мощь Бога в любых ситуациях. Невероятная милость становится просто таковой – невероятной.

Один из самых невероятных примеров капитуляции, который я когда-либо видела, происходил во время операции «Буря в Пустыне». Иракские солдаты стояли на коленях со связанными за спиной руками и целовали ботинки американских солдат. Они умоляли, чтобы им сохранили жизни. Именно тогда я осознала, что мы должны чувствовать себя именно так перед крестом Иисуса – полностью смиренными, без права торговаться, отчаянно нуждаясь в милости.

Капитуляция – это готовность открыто признать болезненную правду о том, кто мы есть и кем мы стали без Бога, и полностью доверить Иисусу контроль над нашими жизнями. Мы должны абсолютно доверять Богу (Псалом 138:16), но мы так долго выжидаем. Мы как циркачи, свисающие с трапеции над бассейном, до краев наполненным болью. Мы уверены, что полностью контролируем свои жизни, но правда заключается в том, что мы висим там, потому что страх

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

держит нас, мы приходим в ужас от мысли отцепиться, так как боимся умереть в боли. И все же, единственный, реальный путь получить освобождение заключается в том, чтобы отпустить трапедию, довериться Иисусу, и проплыть через бассейн, наполненный болью. Притчи 3:5-6 говорят нам:

Надейся на Господа всем сердцем твоим,
и не полагайся на разум твой.
Во всех путях твоих познавай Его,
и Он направит стези твои.

Поскольку мы смертные, наше мышление, по определению, может быть подвержено ошибкам. Слово Бога основано на абсолютной правде и на Самом Боге, доверие к которому также должно быть абсолютным. Очевидно, что мы должны отказаться от нашего мышления и довериться мудрости Бога.

Капитуляция требует, чтобы мы признали лидерство Иисуса. В Псалме 22 говорится: «Он водит меня к водам тихим» (ст. 2), «направляет меня на стези правды ради имени Своего» (ст. 3). Вы видите, что инициатива вести за собой находится у пастуха Иисуса, а не у нас? Если вы капитулировали, то вы можете быть ведомы Им. Бог обещал нам, что Он будет вести нас лучшими путями. В послании Филиппийцам 1:6 говорится: «будучи уверен в том, что начавший в вас доброе дело будет совершать его даже до дня Иисуса Христа.»

Вы Капитулировали?

Спросите себя эти вопросы и подумайте, на самом ли деле вы капитулировали. Если с вами случается что-то плохое:

1. Находите ли вы, что не можете заставить себя любить человека, действия которого явились причиной плохой для вас ситуации?
2. Можете ли вы простить таких людей?
3. Доверяете ли вы плану Бога в отношении вас в таких ситуациях?
4. Можете ли вы замечать внутри себя приступы неверия и возмущения в момент наступления несчастья?
5. Ставите ли вы требования вашего самого близкого человека выше повелений Бога?

Только не пугайтесь этого вызывающего урока о дисциплине, потому что в Евреях 12:11 говорится: «но после наученным через него доставляет мирный плод праведности». Вы не можете стать похожими на Христа если злое в вашем сердце не будет разоблачено. В таких случаях, как ведение дневника, Бог не просто показывает нам какой-то конкретный грех, но проникает в нас гораздо глубже. Он хочет добраться до самого корня причины: нашей греховной натуры, ясно проявляющейся в противопоставлении нашей воли Его воле. Мир научил нас полагаться только на себя и быть независимыми. Это уловки сатаны. Бог показывает нам, что настоящий наш идол – это мы сами, а также то, насколько духовно безграмотными и беспомощными мы являемся без Него. Начните приводить все в порядок и признайте Бога, а не вашего самого близкого человека или себя самого, вашим единственным Господом.

Когда Иисус является нашим истинным Господом, то не существует каких-либо условий капитуляции, нет места компромиссам, не оговариваются условия сделок, не устанавливаются какие-либо пределы. Бог устанавливает для нас ясный план: (1) молись со смирением и проси прощение за попытки брать контроль на себя; (2) признайся в идолопоклонстве и готовности отвечать за это; и, наконец, (3) каждую минуту, каждый час и день за днем проводи в покаянии и молитве оставаться в капитуляции.

Если вы действительно не можете до конца капитулировать, я рекомендую вам прочитать книгу «Доверять Богу», написанную Джерри Бриджес, (2) которая дает потрясающее описание сущности и характера Бога и убеждение, почему Ему надо доверять, даже в трудных ситуациях. Прочтите также книгу «Победа в Капитуляции» Гордона Фергюсона, (3) который шаг за шагом влияет на ваше сердце, делая его полностью подчиненным Богу.

Спасение/Оказание Помощи

Прочтите Притчу о блудном сыне в Евангелие от Луки 15:11-24. Обратите внимание на то, какую любовь испытывал отец к своему сыну. Это была любовь, с которой отец «дал уйти» сыну. Думаете, отец не знал, что сын, уйдя в мир, промотает все деньги? Я уверена, что знал. Но он отдал деньги сыну и позволил ему уйти. Было ли ему больно отпускать сына? Уверяю вас, что да. Но он был готов испытать боль, зная, что последствия могут изменить жизнь сына! Он не контролировал своего сына и не манипулировал им, он также не пошел со своим сыном, чтобы разделить с ним его поражение. Стал он искать сына, когда наступил сильный голод? Нет! Все, что он делает, это наблюдает и ждет, когда сын вернется домой скромным, сломленным и измененным.

Посмотрите на то, что стоило сыну прийти в себя (стих 17). Он был на грани голодной смерти и уже потерял все, что у него было. Он только заметил, что был в нужде во время голода, но еще думал, что может жить по-своему. Может быть он подумал: «Ладно, посмотрим, дай-ка я наймусь кормить свиней» (стих 15 и далее). (Для соблюдающих закон евреев, которым Иисус рассказывал эту притчу, не могло быть ничего унижительней, чем ухаживать за свиньями.) Только крайний голод поставил его на колени, и только тогда он понял, как отчаянно он нуждался в своем отце. Ключевым моментом в том, что он пришел в себя, явилось то, что «никто не давал ему» (ст. 16). Никто не спас его. Никто не помог ему продолжать идти по его неразумному пути. Он был тем человеком, который испытывал последствия своего решения.

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

Именно эти обстоятельства, по мере того, как они становились все хуже, в конечном итоге привели его назад домой скромным, сломленным и сдавшимся человеком.

Какие последствия были достаточно суровыми, чтобы повлиять на потерянного сына настолько, чтобы он одумался? Какие аналогичные последствия понадобились бы вашему самому близкому человеку? Чтобы отпустить, надо подсчитать, во что это может обойтись. Готовы ли вы доверить Богу настолько, чтобы допустить наступление болезненных последствий?

Бесконечные Циклы

Существуют два круга беспомощности: один для созависимого и один для алкоголика. Созависимый вращается в круге «Спасение/помощь», а алкоголик функционирует в круге «Цикл зависимого». Оба круга взаимодействуют, двигаясь вниз по спирали. Они выглядят так:

Здесь надо нарисовать два круга, изображенных в книге на Странице 128.



Зависимый чувствует себя так, что жизнь – это бремя (*боль*), и у него есть оправдание для того, чтобы выпить (*облегчение*). Он приходит домой в три часа утра и на следующий день не может встать, чтобы пойти на работу (*угрызения*). Вы помогаете ему пробудиться, даете ему кофе, чтобы он протрезвел, и приводите его в порядок для работы. Вы звоните его начальнику и придумываете причины, по которым он опоздает на работу. Вы говорите детям: «Папочка чувствует себя не очень хорошо, и поэтому не сможет пойти с вами на собрание Бой Скаутов (*спасатель*)».

Вы только что спасли его от негативных последствий его выпивки. Но он, обидевшись на ваши замечания и ваши попытки контролировать его, начинает кричать на вас и решает вообще не идти на работу (*стресс*). Так как он не последовал тому развитию событий, которые вы планировали, вы чувствуете, что вас принесли в жертву (*жертва*) и вы отвечаете тем, что обвиняете его в злоупотреблении алкоголем (*преследователь*). После этого он считает себя вправе опять выпить, так как ему сделали больно. Он уходит и напивается (*боль*). Сначала он чувствует себя лучше. Он испытывает облегчение от боли, продолжая лечить свои чувства выпивками. Но когда он становится трезвым, он чувствует угрызения совести из-за того, что приносит боль семье или себе самому, и обещает, что это больше никогда не случится. Иногда это называют стадией «сердца и цветы». Но так как стрессы каждодневной жизни продолжают, он убеждается, что не справляется. Боль усиливается, и он опять выпивает. Вы продолжаете спасать и чувствовать себя жертвой. Циклы продолжают совершаться, синхронно двигаясь вниз по спирали злоупотребления.

Хотя и создается впечатление, что вмешательство происходит с целью помочь зависимому, но на самом деле люди помогают для того, чтобы удовлетворить свои собственные нужды. Эл Дж. Муни, доктор медицины, пишет в *Книге Выздоровления*:

Оказание помощи – это попытка восстановить стабильность в отношениях, противостоять возрастающему чувству отчужденности, любыми путями возобновить отношения с зависимым, создавая противодействие наркотикам, которые тянут зависимого в противоположном направлении. Но помощь не только не приносит успеха в сохранении супружества, но способствует прогрессированию зависимости и ухудшает шансы на выздоровление.

Единственный путь к выздоровлению – *прекратить спасать!* Зависимый не будет чувствовать поддержки, которая необходима ему, чтобы продолжать употреблять и не испытывать тяжелых последствий. Это даст ему выбор: расчистить руины в своей жизни, обратившись к Богу, или же погибнуть под ними. Это теория трудной любви, которая спасла как моего мужа, так и меня от несчастья. Она поможет защитить вашу психику и поможет вашему мужу или вашей жене почувствовать последствия от злоупотребления алкоголем. Послушайте внимательно то, что я вам скажу: каждый раз, когда ваш близкий человек выпивает или использует наркотики, вы пытаетесь затушевать это. Если он «отключается» ночью, вы придумываете оправдания. Вы лжете своим детям, но они знают правду. Вы говорите: «Все нормально», но на самом деле это совсем не так. Если вы живете с человеком, который употребляет запрещенные наркотики, а у вас нет денег для того, чтобы есть или платить за квартиру – разве это нормально? Если ваш муж или ваша жена хронический алкоголик – как это может быть нормально? «Все нормально» – это ложь. Более того, то, что вы реально делаете, – это помогаете ему или ей убивать себя. Это совсем не библейская любовь. Послушайте совета Бога в книге Иезекииля 3:18-19:

Когда Я скажу беззаконнику: «смертью умрешь!», а ты не будешь вразумлять его и говорить, чтобы остеречь беззаконника от беззаконного пути его, чтобы он жив был, то беззаконник тот умрет в беззаконии своем, и Я взыщу кровь его от рук твоих. Но если ты вразумлял беззаконника, а он не

обратился от беззакония своего и от беззаконного пути своего, то он умрет в беззаконии своем, а ты спас душу твою.

Помните поезд без машиниста? Он потерпит крушение. Все зависимые, если будут продолжать употреблять, умрут в пьяном виде, умрут от передозировки, умрут от болезней, связанных с алкоголизмом, или покончат жизнь самоубийством. У вас есть выбор, предупредите зависимого и сойдите с неуправляемого поезда или же умрите вместе с ним.

Отнять подушку

Для того, чтобы спасти его жизнь и свою, крайне важно перестать спасать зависимого от последствий его зависимости. Подражайте отцу в Притче о блудном сыне. Только боль заставляет человека перестать отрицать. Отнимите у него подушку и дайте ему упасть. Если он потеряет работу, то испытает боль. Если кто-то ему звонит, дайте ему трубку, независимо от того, в каком состоянии он находится: пьяный, трезвый или отсыпается. Он должен повернуться лицом к своей жизни. Если он тратит все деньги, откройте свой персональный счет в банке со своей собственной чековой книжкой. Используйте эти деньги на питание и на половину расходов по квартире. Если он потратит все свои деньги и не сможет оплатить свою долю, спросите, куда он их девал. Он должен почувствовать ответственность. Говорите ему правду о его злоупотреблении алкоголем или наркотиками. Побуждайте его обратиться за помощью так же, как вы обратились за ней. Скажите ему, что любите его, но не хотите иметь ничего общего с его пьянством или наркоманией. Если над вами издеваются, то, прежде всего, обратитесь к самому лучшему и самому духовному консультанту, которого только можете найти. Затем прочитайте книгу *Друзья и Влюбленные*, в которой ее авторы Сэм и Джери Лейнг советуют вам следовать следующим принципам:

1. Не поступайте своими обязательствами перед Богом, Его Церковью, законом, или своей совестью.
2. Сделайте все возможное, чтобы самой честно и твердо иметь дело с мужем.
3. Если вы находитесь в ситуации, представляющей для вас физическую угрозу, то выйдите из нее.
4. Если вы находитесь в ситуации, разрушающей вашу личность, то попытайтесь изменить ее или устранились из такой ситуации (Разъезд должен быть только крайней мерой и с мыслью о том, что он будет временным).
5. Сохраняйте уважительное отношение к своему мужу, даже тогда, когда вы должны проявить твердость по отношению к его неправильным действиям. (5)

То, о чем я пишу здесь, есть библейская любовь. Бог допускает, что мы падаем в яму. Он не опорожняет бутылки, не манипулирует нашим поведением, не убирает искушения. Бог дает нам выбор, и Он разрешает нам выбирать наш собственный путь. Мы должны делать то же самое по отношению к нашим самым близким людям.

В конце Бог приготовит великое торжество. Он заколет откормленного теленка. Он будет исполнен сострадания и радости по поводу возвращения ваших любимых. Он назовет вас «хорошим и верным слугой», потому что вы поступали так, как Он поступал, и подражали Его сердцу и помогли его «потерянному сыну» вернуться, позволив ему сначала уйти!

Разработка Плана

Если вы преисполнились решимости перестать спасать своего самого близкого человека от последствий его пьянства или потребления наркотиков, то вам необходим план - план как действовать в следующий раз, когда ваш муж придет домой пьяный или навеселе; план, как не следовать тому порочному циклу спасения; план, чтобы видеть перед собой только правду, чтобы отрицание не вводило вас в заблуждение, чтобы не создавалась иллюзия, что это в последний раз. Иметь подготовленный план равнозначно тому, чтобы иметь план действий на случай пожара. Пожарные тренировки проходят так, что потом, во время пожара, вам не надо будет думать. Вам надо будет просто действовать. Вся мыслительная работа была проделана в спокойной обстановке, до пожара, поэтому вы можете довериться своим действиям в момент кризиса и быть уверенным в своих решениях.

План, по существу, является неформальным вмешательством. Вы вмешиваетесь в процесс нарастающей зависимости для того, чтобы вызвать боль последствий до такой степени, когда зависимый будет готов «достичь дна» и выздороветь.

Воздержание для Созависимого?

Первым шагом должно явиться ваше решение, решение созависимого, по поводу того, не хотите ли вы сами воздержаться от всех алкогольных напитков и наркотиков, меняющих настроение (включая сигареты). Это на сегодняшний день лучшая поддержка, которую вы можете оказать. Это личный выбор, но я думаю, что трудно противостоять злоупотреблению алкоголем и наркотиками, когда вы сами выпиваете и курите в присутствии зависимого. Павел знал это, когда обращался к Церкви в Коринфе.

Берегитесь однако же, чтобы эта свобода ваша не послужила соблазном для немощных.

А согрешая таким образом против братьев и уязвляя немощную совесть их, вы согрешаете против Христа. И потому, если пища соблазняет брата моего, не буду есть мяса вовек, чтобы не соблазнить брата моего. (1 Коринфянам 8:9, 12-13).

Приемлемые Последствия

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

Следующее, что вы должны сделать, это разработать план последствий, которые должны произойти, когда ваш муж придет в следующий раз пьяный или навеселе. Планируйте заранее. Как говорилось ранее, *обязательно посоветуйтесь!* Решите, что вы хотите сделать. Вы попросите его уйти, или сами уйдете, когда он опять придет домой пьяный? К каким друзьям вы можете уйти? Как долго вы будете отсутствовать и на каких условиях вы согласитесь вернуться? Продумайте, что вы будете делать, если вы пойдете куда-нибудь со своим мужем, и он выпьет. Вы возьмете такси, чтобы вернуться домой, или заранее договоритесь с кем-нибудь, чтобы вас подвезли? Подсчитайте, во что обойдутся эти последствия для вас самих. Готовы ли вы сами смело встретить последствия? Помните - для того, чтобы спасти нас, Иисус должен был пойти на крест. Каждый, кто следует за Иисусом, должен заплатить цену помогая другим спастись!

Систематизируйте свои записи и обсудите планируемые последствия со своим близким человеком, выбрав такое время, когда он находится в трезвом состоянии, чтобы он знал, какими будут эти последствия и был готов пытаться соблюсти условия и самому искать помощь. В большинстве случаев лучшим временем для разговора будет тогда, когда он испытывает похмелье или болеет после пьянки. В таком состоянии алкоголики обычно чувствуют угрызения совести по поводу пьянства и испытывают наибольшую потребность бросить привычку пить. Опять же, ищите духовного совета. Этот момент очень важен, так как в других ситуациях, например, когда он склонен к насилию, может оказаться необходимым получить, без его ведома, постановление суда о его задержании и дать возможность полиции поговорить с ним. В других случаях вы можете заранее спланировать обратиться в убежище для женщин, подвергаемых насилию. Обычно в телефонных справочниках публикуются номера таких заведений, звонить по которым можно бесплатно. Такие убежища могут оказаться необходимыми, если ваш муж, будучи очень буйным, может знать, к кому вы можете уйти. В других ситуациях, если он не подвержен буйному поведению, вы можете обсудить с ним план, предлагаемый ниже.

Осуществление Плана

После составления плана и заблаговременных приготовлений (составление списка друзей, готовых пустить вас на некоторое время, выделение денег на такси, подготовка плана формального вмешательства, консультации у специалиста) вы готовы к действиям. Как и в любом другом деле, перед тем как противостоять зависимому, молитесь! Я заучила эти стихи из книги Иеремии для того, чтобы успокоить свои страхи в отношении того, чтобы не сказать что-нибудь не так.

А я сказал: о, Господи Боже! Я не умею говорить, ибо я еще молод.

Но Господь сказал мне: не говори: «я молод»; ибо ко всем, к кому пошлю тебя, пойдешь, и все, что повелю тебе, скажешь. Не бойся их; ибо Я с тобою, чтобы избавлять тебя, сказал Господь.

И простер Господь руку Свою, и коснулся уст моих, и сказал мне Господь: вот, Я вложил слова Мои в уста твои.

А ты препояшь чресла твои, и встань, и скажи им все, что Я повелю тебе; не малодушествуй пред ними, чтобы Я не поразил тебя в глазах их.

Они будут ратовать против тебя, но не превозмогут тебя; ибо Я с тобою, говорит Господь, чтобы избавлять тебя.

(Иеремия 1:6-9, 17, 19).

Обсуждение должно включать следующие элементы:

- * Поделитесь своими чувствами о том, что не можете больше так жить.
- Расскажите о том, как сами получаете помощь.
- Скажите о том, как сильно вы хотите, чтобы он получал помощь.
- Обсудите, что вы будете делать в случае его пьянства/наркомании, например:
 - если ты выпьешь дома, то дети и я уйдем,
 - если ты придешь домой пьяный или навеселе, то дети и я уйдем,
 - если мы пойдем куда-нибудь вместе и ты напьешься, то я уеду домой на такси.
- Скажите о своей любви к нему или к ней, о вашем желании видеть семью как одно целое, о вашем желании видеть его таким, каким он может быть.
- Расскажите, каким вы его представляете, кем он может стать с помощью Бога.
- Скажите ему о своем желании видеть его утешенным и прощенным Богом, как были вы прощены.
 - Дайте ему шанс покаяться, но будьте готовы пройти через все, предусмотренное планом, если он не готов еще покаяться. Помните, что покаяние должно быть подтверждено делами, а не словами. Покаяние – это не о благих намерениях. Покаяние – это реальные изменения. Истинное покаяние всегда подтверждается нашими поступками. Деяния 26:20).

Если вы обнаруживаете, что не сможете пройти до конца, то это значит, что вы не настолько исполнены решимости, насколько был исполнен Иисус в Гефсиманском саду, а также что вы не подчинились силе Бога, с которой ситуация должна быть решена. Вернитесь в этой книге на несколько страниц назад к отрывку, в котором говорится о капитуляции, проанализируйте его и убедитесь, что Бог обладает достаточной силой, чтобы делать невероятные чудеса, если у вас имеется достаточно веры, чтобы увидеть это. Знайте также, что Бог уже определил результаты выполнения плана. Притчи 21:1 напоминают, что «сердце царя – в руке Господа», но не в вашей руке!

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

Я часто видела женщин, которые предпринимали действия, основанные на интеллектуальном согласии с полученным ими советом. Когда они пытаются воплотить план, основанный на убеждениях других людей, - *это не работает*. Их план не срабатывает из-за отсутствия у них самих достаточной веры и неспособности полностью последовать всему комплексу действий. В такой ситуации лучше выдержать паузу и предусмотреть действия, ведущие к настоящей капитуляции, чем с трудом двигаться к совершению тех действий, которые вы в глубине своего сердца не готовы выполнить до конца. Отрицательные последствия такой попытки могут разрушить вашу самую лучшую возможность эффективного вмешательства.

План, приведенный выше, - это план, который я сама применила в своей жизни, и он дал мне очень хорошие результаты. Помните, что одна ситуация отличается от другой. Молитесь с жаром, чтобы Бог дал вам свою мудрость для того, чтобы вы последовали тем путем, который он видит наиболее верным в вашей конкретной ситуации. Прислушайтесь к совету Павла в Послании к Филиппийцам 1:9-11, когда он говорит

И молюсь о том, чтобы любовь ваша еще более и более возрастала в познании и всяком чувстве, чтобы познавая лучшее, вы были чисты и непреткновенны в день Христов, исполнены плодов праведности Иисусом Христом, в славу и похвалу Божию (Филиппийцам 1:9-11).

Вспомните великих героев Библии, таких как Иосиф и Давид. Их заключали в тюрьму, предавали, о них забывали, обращались с ними несправедливо, но они никогда не шли на компромисс в ущерб их отношениям с Богом, они никогда не сомневались в присутствии Его руки во всем, что происходило, даже тогда, когда уходило годы на то, чтобы их положение улучшалось. Эти истории упомянуты для того, чтобы ободрить вас и показать, насколько надежным является наш Бог. Они научили нас тому, что преданность и праведность, несмотря на обстоятельства, начинаются с нас самих.

Возможные Результаты

В ожидании неизбежных последствий, зависимый может изменить свое поведение. Он может даже на время прекратить употреблять. Но если он не присоединится к группе выздоравливающих и не начнет серьезно изучать Библию и применять ее, то это будет просто словесным выражением сожаления. Вы должны быть готовы к тому, что он будет злиться и негодовать, даже тогда, когда он может не выпивать. Общество Анонимных Алкоголиков называет такое состояние «сухое пьянство» или «белые костяшки». Это совсем не выздоровление! Вы можете наблюдать за тем, как зависимый переключается на другие средства, употребляет таблетки, становится трудоголиком, курит сигареты, переедает или погружается в порнографию, - все это может происходить потому, что не было работы над истинными грехами зависимости. Вы можете с уверенностью ожидать, что алкоголик будет все больше манипулировать и упорно трудиться над тем, чтобы подорвать вашу решимость следовать до конца вашему плану.

Молитесь каждый день, с жаром и верой. Молитесь вместе с теми, кто находятся в такой же, как и вы, ситуации. Плачьте вместе, обращаясь к Богу. Молитесь, чтобы Бог разъединил его с его зависимостью. Молитесь за способность любить его даже таким. Молитесь за то, чтобы ваша семья была достаточно сильной, чтобы выдержать, и верной, каким бы ни был план Бога. Будьте тверды в следовании плану. Вы являетесь для него и ваших детей единственной надеждой на то, чтобы разрушить порочный круг зависимости. В книге Исаия 54:13-14 говорится:

И все сыновья твои будут научены Господом,
и великий мир будет у сыновей твоих.
Ты утвердишься правдою, будешь далека от угнетения,
ибо тебе бояться нечего,
и от ужаса, ибо он не приблизится к тебе.

Я обсудила со своим мужем план, похожий на тот, который описан здесь, и он согласился с ним. На протяжении девяти месяцев он не приходил домой пьяный и дома также не пил. Он также согласился ходить на собрания АА, но не делал это регулярно. Затем, в один день, случился скандал. Я решила ввести свой план в действие. Я взяла детей, взяла чемодан, который упаковала еще девять месяцев до этого (причем в этот момент все вещи не соответствовали сезону!), и ушла. Моим убеждением было то, что любовь всегда защищает (1 Коринфянам 13:7), и я чувствовала необходимость защитить себя и своих детей от любого возможного насилия. Ту ночь мы провели у друзей (по моему плану). На следующее утро, когда я проснулась, я думала о том, как я могла бы жить одна, без мужа, без своего дома, без автомобиля, и как дети чувствовали бы себя без своего отца. Затем я подумала о Боге, и одна мысль принесла мне утешение. У меня был мой Бог, и мой Бог защитил меня от вреда. Я все еще была учеником, и буду оставаться им, независимо от того, где я буду жить или в каких обстоятельствах. Я впервые реально ощутила радость того, что имела сокровища на небесах. Никто, каким бы он ни был плохим, не сможет отнять у меня моего Бога.

Мы с мужем жили раздельно на протяжении следующих четырех недель. Это время было очень болезненным для нас обоих. Мы были женаты десять лет и до женитьбы мы дружили на протяжении восьми лет. Было очень больно наблюдать, как наш брак распадается. Но в период раздельной жизни он имел возможность разобраться со своим алкоголизмом. Ему надо было разобраться во многом. Во-первых, он понял, что не может выздороветь, пока живет с нами. Мне тоже надо было разобраться во многом. Я осознала, что не оказывала ему помощь в выздоровлении, и пока мы жили отдельно, я молилась и изучала Писания. Он посещал в этот период по три собрания АА в день и съездил в Нью-Йорк, чтобы

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.
встретиться с Майком Лезервуд. Майк вдохновлял его изучать Библию, и он изучал ее. Он также прошел программу Химической Зависимости. К тому времени, как были написаны эти строки, он вел трезвую жизнь на протяжении пяти лет!

Вновь Заложить Фундамент на Иисусе

Бог преобразовал мои отношения с моим мужем. Мы, как пара, начали разрушать друг друга, а закончили миром и стали лучшими друзьями. Притча 16:7 говорит: «Когда Господу угодны пути человека, Он и врагов его примиряет с ним.» Я знаю, что Бог имеет великие планы для каждого из нас (Иеремия 29:11). Но для того, чтобы совершить эти планы Бог должен преподать нам потрясающие уроки о том, чтобы покончить со старыми идолами, избавиться от злых, критических взглядов и построить новые убеждения, основанные на прощении и милости.

Уничтожить Старых Идолов

Находясь в процессе выздоровления, видеть, как работают благословенные супружеские отношения – это большой шаг в установлении нового стандарта в ваших собственных отношениях с близким человеком и в конечном итоге достижении продолжительного мира. В этом отношении книга Сэма и Джери Лейнг *Друзья и Влюбленные* является обязательной для чтения. Они объясняют, как Бог ведет семью, в которой главой является муж, а жена поддерживает его. Ожидания того, что наш муж или наша жена должны удовлетворять все наши нужды, должны быть уничтожены. Никто не в состоянии это сделать! Мы должны дать им больше самостоятельности работать над своим выздоровлением без нашего постоянного вмешательства. В это время они нуждаются в нашей поддержке и любви. Им также нужны отношения с другими людьми, которые сыграли бы важную роль в их выздоровлении. Мы должны дать волю своим нуждам и пытаться исполнить как можно больше из них через наши отношения с Богом и отношения с другими учениками. Великая цель состоит в том, как учит Павел в послании к Филиппийцам 4:11-13, чтобы быть удовлетворенным и быть в мире с собой и окружающими обстоятельствами. Алкоголик должен стараться спокойно относиться к тому, что не выпивает. Созависимый должен стремиться к тому, чтобы быть в мире со своими отношениями с Богом, а также милостью, которую Бог проявил к нему. Как, например, Павел, в ответ на свои молитвы избавиться от жала во плоти, услышал от Бога: «Довольно для тебя благодати Моей, ибо сила Моя совершается в немощи» (2 Коринфянам 12:9).

Одним из самых поучительных уроков для меня был тот, когда я узнала, что сделать моего мужа счастливым – это не моя обязанность. Быть счастливым или не быть им – это его собственный выбор. Мои действия должны быть направлены на то, чтобы помочь ему стать счастливым, но в конечном итоге он решает сам, быть ли ему печальным, сердитым или замкнутым. Я не должна брать на себя ответственность пытаться изменить его. Какое же я испытала облегчение! Мои постоянные попытки изменить настроение моего мужа были похожи на то, чтобы пытаться закатить валун на гору Эверест! Этого не произошло, несмотря на мои самые отчаянные попытки.

Близкие нам люди не должны быть больше для нас богами, поглощать все наши мысли, быть целью нашей жизни, или же показателем того, насколько сильно нас любят. В конце концов, это Бог, кто любит нас, и кто дал нам цель в жизни. И на этом мы должны строить наше самоуважение, нашу любовь к себе самим и нашу любовь к другим. Хорошие поступки или грехи не меняют уровень любви Бога к нам. Он любит нас, потому что Он создал нас!

Прощение

Так что же представляет собой прощение? Как именно вы превращаете крайнюю горечь, гнев и ненависть в безусловную любовь? Для меня это было похоже на то, чтобы пытаться сдвинуть гору. Но следование простым четырем шагам было равнозначно разрушению стен, которые я твердо воздвигла вокруг своего сердца.

Шаг 1: Прощение означает «извинить, не утаивая чувства обиды». Извинить часто означает необходимость вернуться назад и посмотреть на то, как много было у тебя того, что Бог должен был простить тебе. Итак, действуйте, выпишите все это. Перечислите все в списке. Если у вас есть затруднения с перечислением, прочитайте отрывки Галатам 5:19-21; 2 Тимофею 3:1-5; и Марка 7:20-23, в которых вы сможете найти то, что относится к вам. Обратите внимание на то, что сказал Иисус о прощении в Евангелие от Матфея 6:14-15:

Ибо если вы будете прощать людям согрешения их, то простит и вам Отец ваш Небесный, а если не будете прощать людям согрешения их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших.

Высока цена того, когда вы не прощаете своих обидчиков. Когда вас обидели, посмотрите в свой список грехов, который является свидетельством того, сколько боли вы причинили Богу. Вы не так уж сильно отличаетесь от алкоголика (Матфея 7:3). Любой грех – это грех против Бога и во многих случаях, когда вы проанализируете их, вы будете часто находить, что виноваты в таком же количестве греха.

Шаг 2: Прочитайте отрывок из Евангелия от Луки 6:32-38 и попытайтесь определить, насколько ваши горечь и злость по отношению к вашему близкому человеку ухудшают и подавляют ваши личные отношения с Богом. Бог одинаково смотрит на грехи любого человека. Может быть, вы слышали выражение: «Земля у подножия креста является ровной». Любовь от Бога означает, что мы должны быть отдающими и тогда, когда ничего не получаем взамен. Это то, что составляет «безусловную» любовь. Мы, ученики, делимся своей любовью потому, что это радует Бога.

Шаг 3: Молитесь сильно, чтобы Бог изменил ваше сердце, как об этом говорится в Псалме 50. Напишите письмо о прощении вашему близкому человеку или поговорите с ним о вашей роли в разрушении отношений между вами.

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

Обращайтесь с ним с таким уровнем прощения, какой вы никогда не проявляли раньше. Вы можете быть для него той единственной Библией, какую он может читать, вы можете являться для него тем единственным Иисусом, которого он когда-либо видел. Будьте истинным посланником Иисуса в своем доме.

Шаг 4: После того, как вы простили свою вторую половину, вы должны забыть об этом, как это делает Бог. В послании Евреям 8:12 Он говорит «потому что Я буду милостив к неправдам их, и грехов их и беззаконий их не вспомню более.» Бог подтверждает, что то, что было сделано против него, было зло, но Его прощение является окончательным. Никаких вариантов с выражением типа: «А помнишь, когда...». Иисус смотрел на зло в других людях и сказал: Они не знают, что делают» (Лука 23:34). Точно также мы должны видеть, что алкоголик искренне не понимает, что он делает или что уже сделал вам. Изменение в вашем сердце дает возможность Богу работать через вас и предложить вашему супругу или вашей супруге прощение и милость, в которых они нуждаются.

Преодолеть Критическое Отношение

Еще одним ключом к вашему выздоровлению является отказ от критических оценок. Моя подруга Дебби Райт преподала мне прекрасный урок на тему «подмести свою собственную сторону улицы.» Перестаньте видеть листья в водосточных желобах на стороне улицы, принадлежащей другому человеку. Я должна держать фокус на моей собственной праведности, так как здесь тоже предстоит сделать много работы!

В Евангелии от Иоанна 8:1-11 вы можете прочитать о том, как Иисус разговаривает с теми, кто обвинял женщину, взятую в прелюбодеянии. Он заставил их посмотреть на самих себя. Почему? Потому что Иисус верит в прощение, а не побивание камнями. Спросите себя: Обращаюсь ли я к своему супругу или супруге с милостью, говорю ли правду с любовью, или же я бросаю в него камни? Бросание камней убивает отношения. Милость ведет к покаянию и обновленной жизни. Иисус не хочет, чтобы люди были прокляты. Он хочет, чтобы каждый ощущал на себе огромную силу Его милости. И именно ощущение милости мотивирует нас на непрестанные изменения. Итак, когда вы находите себя в критичном настроении, сфокусируйтесь на позитивных свойствах человека (Филиппийцам 4:8). Флоренс Шэчингер учила меня составить список лучших качеств моего мужа, запомнить их и говорить ему каждый день, по крайней мере о двух из них, чтобы укрепить его. Женщины, помните, что в Притчах 31:12 говорится, что «она воздаст ему добром, а не злом, во все дни жизни своей».

Чистые Побуждения

Вам надо вновь заложить фундамент на Иисусе, даже если ваш супруг или супруга не становится на путь выздоровления и не реагирует на ваши собственные изменения. Ваше покаяние в грехе созависимости должно быть мотивировано вашей любовью к Христу, а не только планами заставить вашего близкого человека пройти программу детоксикации или стать Христианином. Выздоровление от созависимости не гарантирует того, что ваш близкий человек станет Христианином. Решение вашего ближайшего человека последовать Богу, или выздороветь, должно быть его собственным. Библия говорит, что они могли бы «житием жен своих без слова приобретаемы были, когда увидят ваше чистое, богобоязненное житие» (1 Петра 3:1-2). Здесь не говорится, что они *будут* приобретаемы. Помните, что в конце жизни вы будете стоять перед Богом одна, без своего мужа. Иисус был тем, кто по своему собственному желанию положил свою жизнь за вас и вы должны также добровольно положить свою жизнь за своего близкого человека.

Помните, что выздоровление должно происходить каждый день, день за днем. Это произойдет. Вам станет лучше. И помните, что Бог всегда с вами, чтобы довести вас до победы!

Возрожденная Жизнь

Иисус сказал ей: Я емь воскресение и жизнь; верующий в Меня, если и умрет, оживет. И всякий, живущий и верующий в Меня, не умрет вовек. (Иоанн 11:25-26).

Когда вы преодолеете бессилие вместе с Иисусом, когда вы скажете всю правду, когда вы заполните и прочтаете свой дневник и отдадите контроль над своей жизнью Богу, когда вы воплотите свой план, перестанете спасать и восстановите свое основание на Иисусе – тогда вы получите возрожденную жизнь. Это будет жизнь, которая будет сильно отличаться от той, которую вы ведете сейчас. Люди будут видеть вашу радость и будут недоумевать: «неужели это Иисус, как она утверждает, так изменил ее?». И вы сможете рассказать им о своей вере в чудеса выздоровления, которые Иисус совершил для вас!

Моей молитвой за вас являются следующие слова Петра:

О сем радуйтесь, поскорбев теперь немного, если нужно, от различных искушений, дабы испытанная вера ваша оказалась драгоценнее гибнущего, хотя и огнем испытываемого золота, к похвале и чести и славе в явлении Иисуса Христа, Которого, не видев, любите, и Которого доселе не видя, но веруя в Него, радуетесь радостью неизреченною и преславною, достигая наконец верою вашу спасения душ (1 Петра 1:6-9).

Бренда Лезервуд

Мой Муж Бросил Пить

Так Почему Же Я Так Несчастлива?

Пару лет тому назад у меня был разговор с красивой молодой женщиной, муж которой недавно закончил нашу духовную программу химического возрождения. С ним было все прекрасно! Он был счастлив, плодотворен, уважаем в своем кругу, очень успешен на своей новой работе, и был терпеливым, любящим мужем и отцом. Она же испытывала депрессию, раздражение и перестала ходить в Церковь. Когда ее муж был в состоянии зависимости и в ранней стадии выздоровления, она имела цель и силу стремиться к ней. Она была исполнена решимости бороться за душу своего мужа и играла очень важную роль в процессе его выздоровления. Теперь же, как она объяснила мне, она чувствовала, что не нужна больше. Ее муж начал делать многое из того, что раньше являлось частью ее обязанностей, включая их семейный бюджет и вопросы воспитания и ученичества их сына, которые она исполняла раньше вместо него.

По мере того, как я ее слушала, я осознавала, что она делала все так, как считала правильным, а теперь чувствовала себя в растерянности, так как не знала, как быть благочестивой женой духовно здорового человека. Все это было для нее новым. Она всегда была женой человека, который обманывал, манипулировал и находился в духовной борьбе. Как молодую христианку ее учили тому, как быть хорошей женой такого мужа. Теперь же, когда Бог ответил на ее молитвы и дал ей такого мужа, о котором она мечтала, она оказалась абсолютно не готовой, разочарованной и обезнадленной.

Реальность Выздоровления

Что ей было необходимо, – это чтобы ее учили из Писаний как иметь великолепные супружеские отношения с мужем, который тоже ученик. Мы разговаривали о том, чтобы она могла принять на себя новую роль, чтобы она позволила мужу стать лидером в их доме. Мы говорили о том, какое влияние это окажет на ее повседневную жизнь. Мы говорили и о том, что надо определить те обязанности, которые только она может исполнять. Я наблюдала, как жизнь возвращается к ней, и как с того дня она превращалась в сильную женщину и невероятно счастливую жену и мать. Я узнала в тот день, насколько важно не только помочь избавиться от старых понятий грехов, но также и научить тому, что Библия говорит о формировании новых стандартов благочестия, в данном случае тех, которые приводят к счастливому браку.

Для тех из нас, кого Бог благословил мужьями, которые выздоравливают, первоначальной реакцией на выздоровление является чувство облегчения, невероятной радости и высоких надежд на невероятное и полноценное будущее. К несчастью, сатана уходит только на короткое время, но затем возвращается с новым планом разрушения нашей радости и надежд. Было бы глупо думать, что только потому, что наши муж, жена, родитель, ребенок или друг перестал злоупотреблять, мы в состоянии бесстрашно противостоять любым атакам, которые сатана может предпринять против нас.

Когда мы с Майком жили в Луисвилле, штат Кентукки, я посещала серию уроков для «Озабоченных Людей» в Центре Проблем Злоупотребления Алкоголем и Наркотиками имени Джефферсона. Наиболее тревожным открытием для меня было то, что большинство браков распадаются *после* того, как алкоголик или наркоман выздоравливает. Я помню, как у меня были печальные мысли о том, что жена или муж могут пройти через годы боли, в течение которых вторая половина злоупотребляет, а затем, в период выздоровления он или она позволяют браку распасться. Как многие из нас, кто лично не испытал на себе проблему зависимости, или кто еще не до конца представляет себе, что она непосредственно касается нас, я была очень самодовольна и кичилась своей праведностью. Я думала так просто потому, что «они» не были учениками, они не знали, как иметь дело с жизнью. Но когда это случилось в моей собственной жизни, я поняла, как я была не права. Я со всей очевидностью убедилась, насколько изобретательным может быть сатана и как опасно не быть подготовленным к его атакам. Я надеюсь, что мой опыт, о котором я рассказываю сейчас, поможет многим из вас испытывать радость от того, что живете с человеком, который находится на пути к выздоровлению.

Мы с Майком поженились в 1973 году. Я до этого жила в семье трезвенников и предполагала, что такого образа жизни придерживались все, кто принадлежал к «традиционной церкви». Тем не менее, после нашей свадьбы Майк сказал мне, что он иногда выпивает бокал вина и что в этом нет ничего плохого. Я удивилась, но не встревожилась и даже иногда выпивала с ним бокал вина. Я помню как в 1978 году я впервые увидела своего мужа в пьяном виде. Он пришел домой поздно, его речь была бессвязной. Он едва держался на ногах и хихикал над собой как школьница. Я была в ужасе. Позже он мне сказал, что принял слишком много лекарства от простуды, которое ему прописали, и я была счастлива поверить ему. Он заверил меня, что это никогда больше не повторится, и это не повторялось – какое то время.

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

По мере того, как шло время, появлялись явные знаки того, что что-то было не в порядке. Появлялись провалы во времени, которые он не помнил или не мог объяснить. Бывали времена, когда он ложился спать через пару часов после того, как ложилась я, и от него пахло алкоголем. Были времена, когда он сильно болел, и его рвало. И еще были бутылки. Я начала находить пустые бутылки в багажнике нашего автомобиля, в мусорном баке и в подвальном помещении нашего дома. Когда бы я ни спрашивала его об этих вещах, я была рада верить любому объяснению, которое давал Майк, каким бы шатким оно ни было. Я представить себе не могла, какой была бы моя жизнь, если бы мой муж имел серьезную проблему с алкоголем, поэтому я просто отказывалась видеть то, что было прямо перед моими глазами.

В 1985 году мы переехали в Нью-Йорк и дела невероятно улучшились на несколько месяцев. Но, как и в любом случае, когда обещания даются на словах без покаяния, проблемы вскоре появились опять. Моим наставником в вопросах супружества была Лиза Джонсон и я научилась говорить правду о том, что я видела и о своих страхах. Как только правда всплыла наружу, мой муж скромно и искренне покаялся и был крещен как ученик. Бог дал мне такого мужа, о каком я мечтала, и каким представляла себе Майка.

Хотя многие проблемы, связанные с пьянством, и исчезли с выздоровлением Майка, но существовали другие вещи в нашей жизни, которые должны были измениться до того, как истинное лечение могло произойти в нашем супружестве. На протяжении пятнадцати лет нашей супружеской жизни я во многом приспособилась к его зависимости, то есть я взяла на себя многое из того, что он не мог делать из-за своей слабости. Я взяла на себя роль лидера в доме. Хотя пьянство Майка было тем, что мы никогда не обсуждали, оно присутствовало реально и влияло на нас.

Однажды я слышала историю, в которой говорилось о том, что жить с алкоголиком все равно, что жить в одной комнате со слоном. В этой истории говорится о семье, которая не признавала его существование, но он то присутствовал. Они научились обходить его, не обращать внимания на производимый им беспорядок, переставляли мебель таким образом, чтобы можно было смотреть телевизор и т.д. По мере того, как время шло, дети росли и начинали осознавать, что не в каждой семье в гостиной живет слон. Они недоумевали, почему они должны были мириться с такими неудобствами все эти годы. Одни дети начали обвинять родителей в том, что они не решали проблему, а другие дети продолжали не замечать слона. В той или иной степени каждый член семьи был затронут и каждый приспособивал свою жизнь к присутствию слона.

Для того чтобы создать в доме здоровую атмосферу и помочь Майку выздороветь, я должна была отказаться от многих греховных привычек, которые появлялись у меня на протяжении многих лет приспособленчества к его выпивкам. Джоан Рэндал проделала большую работу по определению грехов, сопровождающих созависимость. Когда вы находитесь прямо в центре событий, то заметить и осознавать эти грехи очень трудно. Грехи зависимого являются очевидными и поэтому самый близкий к нему человек может казаться очень благородным и хорошим. Очень важно, чтобы муж или жена зависимого имели возможность увидеть свои грехи и покаяться для того, чтобы Бог мог укрепить их тоже и чтобы они могли принять участие в процессе лечения, которое должно привести к выздоровлению зависимого и счастливой обстановке в доме.

Я помню, что когда Майк бросил пить, меня охватило переполняющее чувство вины. Я часто говорила об этом с Лизой на временах учений, но у меня никогда не было ясного понимания, почему я чувствовала себя такой виноватой. Я помню, что Лиза спрашивала, не было ли что-нибудь такое, о чем я не говорила ей, думая, наверное, что в моей жизни был какой-нибудь тайный грех. Точно, такой грех был, но он был тайным и для меня самой. Мои приспособивания к нашему образу жизни были абсолютно греховными, но я думала, что они были необходимы.

Например, из-за того, что у мужа была проблема с выпивкой, я часто расстраивалась, когда он давал обещания и не держал их. Я не имела дело с такими ситуациями как верующий человек. Вместо этого я научилась не быть зависимой от него ни в чем. Я стала очень независимой и отдаленной. Если я не нуждалась в нем, значит, он не мог сделать мне больно. Это то, что я называю греховным приспособлением к греховной ситуации. Таких приспособлений в моей жизни было много и мне надо было покаяться во всех них. Проблема заключалась в том, что я их не видела. В результате, я не каялась, и мой грех продолжал разрушать наше семейное счастье, даже тогда, когда Майк уже не пил. Оглядываясь назад, я с еще большей благодарностью оцениваю решимость Майка выздороветь, потому что знаю, что не сделала этот путь для него легким.

Арсенал Оружия Сатаны Против Созависимых

Причиной того, что многие браки распадаются уже после того, как зависимый ранее муж или жена прекращают пить или злоупотреблять, является то, что супруга или супруг не могут увидеть свой грех и покаяться. Я благодарю Бога за то, что в моей жизни были люди, которые помогли мне в те трудные времена. Хотя тогда они ничего не знали о «созависимости», но они знали, что такое грех, и помогали мне покаяться каждый раз, когда мой грех показывал свое ужасное лицо.

Ниже я привожу только некоторые из грехов, которые сатана использовал в моей жизни, особенно в начальном периоде выздоровления Майка. Будьте готовы к тому, что сатана может использовать их в вашей жизни. Пожалуйста, помните, что я обращаюсь к супругу или супруге выздоравливающего алкоголика или наркомана.

Страх

Страх – относится к одному из самых эффективных видов оружия имеющегося у сатаны. Человек, который годами жил с алкоголиком или наркоманом, испытывает много боли и страданий. Мысль о том, чтобы опять доверить человеку

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

ваши переживания, финансы, ваших детей и вашу жизнь, может оказаться ужасающей. Я никогда не боялась, что Майк причинит мне физическую боль, но боль эмоциональная была просто разрушающей. Созависимые люди рискуют очень многим, когда решают опять доверять выздоравливающему человеку. Они, по существу, опять возвращают своему близкому человеку власть причинять им боль. Всякие сомнения и чувство недоверия переполняют их мысли. «Могу ли я теперь на самом деле доверять тебе?» «Если я верну тебе ту роль, которую ты должен играть в нашей семье, не подведешь ли ты меня опять?» «Что я буду делать, если ты полностью запутаешь наши финансы? Я боюсь выпустить контроль даже над самым маленьким, из того, что я контролирую сейчас»

Библия – это наш меч, единственное оружие, которое у нас есть, чтобы разрушать планы сатаны. Единственные решения по поводу наших страхов находятся в Слове. 1 Петра 3:1-6, 13-14; 1 Иоанна 4:18 и 1 Коринфянам 10:13 являются великолепными отрывками для борьбы со страхом. Мы должны научиться обращаться к Слову за тем, чтобы получить силу для победы над страхом, который сатана навязывает нам.

Гордость

Гордость может быть даже намного более мощным оружием сатаны, чем страх. В своей гордости мы защищаем себя любой ценой. Мы воздвигаем стены, чтобы защитить наши сердца, наше эго и нашу самоуверенность. «Я хочу сохранить за собой контроль над нашими финансами, над детьми, над нашим расписанием. Ты мне не нужен. Я справлялась со всем этим одна все эти годы и с нами все в порядке. Просто позаботься о себе. Проблема – это ты сам.»

Чувство обиды, родственной гордости грех, говорит: «*Кто ты такой, чтобы вот так входить и пытаться взять контроль в свои руки после того, как ты причинял нам только боль все эти годы?*»

Мы оправдываем себя на фоне зависимости наших близких людей и в нашей гордости мы ставим себя выше закона Бога, который ясно говорит: «Подчиняйтесь друг другу в знак почитания Христа» (Ефессянам 5:21 – современный перевод). Жены, как бы ни сложилась для вас ситуация, Библия говорит вам то же самое, что и другим: «Жены, повинуйтесь своим мужьям, как Господу, потому что муж есть глава жены, как и Христос глава Церкви...» (Ефессянам 5:22-23). Если ваш муж или ваша жена искренне покаются и начинают выздоравливать, будет только правильным помочь ему или ей вернуться к той роли, которая предназначена для него или нее Богом. Это единственное условие для того, чтобы семья функционировала правильно и была счастлива. Все остальное будет неудачной попыткой духовного приспособления.

Горечь

Горечь – это еще одно излюбленное оружие сатаны. Горечь говорит: «Ты можешь сейчас быть на своем белом коне, но я помню, кем ты был, и я никогда не забуду, что ты мне сделал. Как ты смеешь пытаться поставить меня на место! Я не была тем человеком, который растрчивал деньги на наркотики и алкоголь!» Горечь исходит из сердца, которое не способно прощать. Никакое сердце не может быть счастливым, если оно горькое и не способно прощать.

Библия ясно учит о необходимости и важности прощения. В Евангелии от Матфея 6:15 Иисус говорит о том, что если мы не прощаем тех, кто грешит против нас, то Бог не простит нам наши грехи. В 1 коринфянам 13:5 говорится, что любовь «не мыслит зла». Что бы ни случилось, что бы мы ни решили делать, мы не должны позволять горечи пускать корни, но должны делать все что можем, чтобы помочь друг другу покаяться с духом прощения (Евреям 12:15).

Обман

Оружие сатаны, которое труднее всего распознать, – это грех нелюбви к правде. Конечно, правда не всегда бывает приятной, но Иисус всегда говорил нам правду. сатана – отец лжи. Мы должны любить правду потому, что это язык Бога, а весь обман – это родной язык дьявола (Иоанн 8:44). Проблема созависимости заключается в том, что она построена на лжи. Мы до того сильно ненавидим правду, что создаем фальшивый мир, в котором никто не причиняет нам боль. Мы с жадностью верим лжи тех, кого мы любим, кто злоупотребляет алкоголем или другими наркотиками. Мы верим им, потому что это легко и это утешает. С правдой тяжело иметь дело и это требует мужества и веры. Когда мы помогаем выздоравливающему человеку, мы должны быть честными с ним по поводу того, что видим, чего боимся и что знаем. Если мы думаем, что он опять пьет или использует наркотики, мы должны принять решение покончить со всей фальшью и говорить правду с любовью друг к другу (Ефессянам 4:15,25; Колоссянам 3:9)

Существует много других грехов, которые можно было бы перечислить здесь, но указанные выше – наиболее распространены в жизни близких родственников зависимого. Научиться распознавать грехи может показаться легким делом, но это трудно для тех, кто фокусируется в своей жизни на грехах других людей и чувствует себя оправданным в своих собственных грехах. Определить грех как грех – это первый шаг в покаянии, что очень важно не только в восстановлении сломанной жизни, но и в спасении наших собственных душ.

Конечно, созависимость относится не только к отношениям между мужем и женой. Существуют семьи, которые разобщены из-за сынов и дочерей, семьи в которых дети до смерти запуганы своими родителями, а также множество других ужасных ситуаций среди родственников, складывающихся под влиянием химической зависимости и созависимости. Здесь эти ситуации показаны на примере отношений между мужем и женой, потому что они являются наиболее характерными и потому, что я сама испытала их. Мы надеемся, что принципы и сценарии, описанные здесь, могут оказаться полезными, в какой бы ситуации вам ни пришлось их применить.(1)

Возможные Рецидивы

Что делать, если мой муж сорвется? Несмотря на то, что Майк не выпивает уже почти десять лет, я никогда не забываю, что это очень реальная возможность. Сатана мощно присутствовал в жизни моего мужа на протяжении двадцати лет. Он не сдался просто так.

Для некоторых рецидив является частью процесса выздоровления. Не каждый, кто в конечном итоге выздоравливает, может сразу остановиться и никогда больше не выпивать. Конечно, это то, на что мы надеемся и за что молимся, но это не всегда работает так. Некоторые люди выпивают, чтобы быть навеселе, или даже напиваются уже после того, как покаются. Означает ли это, что они не покаются? Подумайте об этом, как следует! В чем вы покаетесь, когда вы стали христианином? Во лжи, приступах ярости, ревности? Не впадали ли вы в эти грехи опять, уже после того, как стали христианином? Если да, означает ли это, что вы не покаетесь? Конечно, нет! Покаяние означает изменение, но не означает совершенство. Для человека, выздоравливающего от наркотической или алкогольной зависимости, покаяние означает то же самое.

Одна из причин, по которой у нас есть группы духовного возрождения химически зависимых, но нет групп избавления от таких грехов, как жадность, ненависть и других, заключается в том, что зависимость может представлять угрозу для жизни в то время как другие грехи такой угрозы не представляют. Я видела многих людей, которые срывались, но все равно шли по пути выздоровления. Но я видела также и других, которые срывались, и умирали в центрах детоксикации. Один наш друг упал с моста и получил серьезное повреждение мозга. Майк уже рассказывал о друге, который был убит в период рецидива. Мы знаем несколько человек, которые под влиянием наркотиков и алкоголя пытались покончить жизнь самоубийством. Рецидив является опасным явлением, но оно не означает, что человек, которого вы любите, легкомысленно относится к выздоровлению и в конечном итоге не выздоравливает.

И все же, как узнать, что человек имеет серьезные намерения? Как уже много раз говорилось в этой книге, верьте его делам, но не тому, что он говорит. Когда Майк покался, ему сказали прочитать свой дневник сначала перед своей группой учеников, а затем перед всеми работающими на Церковь. Он сделал это. Ему сказали взять своего наставника и меня и показать нам все места в доме, где он прятал алкоголь. Он сделал это. Ему сказали, что он не может оставаться один, без присмотра, в течение шести месяцев. Он должен был быть с кем-нибудь из взрослых людей каждую минуту. Он не мог взять машину и съездить на ней в магазин. Он не мог один оставаться с детьми, если меня не было дома. Мы должны были выходить из дома вместе. Что бы он ни делал, он должен был приспособливаться к моему расписанию. Если мне надо было посещать занятия по Библии, или пойти на консультацию, я должна была оставлять его у кого-нибудь дома, или же он должен был сопровождать меня. Он должен был ложиться спать тогда, когда я говорила ему. Он делал это все и никогда не жаловался. Он был готов делать все что угодно для того, чтобы выздороветь. Он принимал любой совет и следовал ему в точности. Его отношение всегда было таким: «Я не заслуживаю доверия. Я должен вновь заслужить твоё доверие и уважение.» И он сделал это.

Что все это означает? А что, если мой муж, или отец, или жена, или сын делает все, что ему или ей говорят, но при этом жалуется или считает это несправедливым? А что, если я вижу, как он совсем немного меняет данный ему совет? А что, если он опаздывает? Люди дают предупреждающие знаки перед тем, как собираются выпить. Наличие этих моментов является признаками того, что они не имеют достаточной мотивации к выздоровлению. Они могут просто сходить с ума, если не могут выпить или использовать наркотики. Они не капитулировали перед тем фактором, что не могут предсказать результат, если они выпьют или употребят только одну дозу. Может быть, они и сдались, но опять соскальзывают назад в отрицание и то состояние, которое в обществе АА характеризуется как «мысли с душком.»

Можно до некоторой степени ожидать состояние раздражения и депрессии. Отказаться от любимого наркотика все равно, что потерять лучшего друга, и иногда им надо пройти через состояние скорбной печали. Шаги на пути к принятию решения включают отрицание, торговлю, раздражение и депрессию, но с ними надо говорить об этих чувствах на занятиях группы химического возрождения или с участием наставников.(2) Вы не можете испытывать к ним жалость или поддаться их чувству жалости к самим себе. Помните, что вернуть назад свои жизни они могут только одним путем – бросить пить или употреблять наркотики. Добивайтесь благодарности. Это ключ. Они должны быть настолько благодарны Богу за то, что живы, и людям, которые тратят на них свои усилия, что не должны поддаваться чувству жалости к себе или мысли, что это трудно. Отношение Майка было: «Я буду делать все, что необходимо. Я пойду настолько далеко, насколько это требуется для того, чтобы вылечиться.» Только такое отношение ведет к выздоровлению. Все остальные пути ведут к рецидиву.

Недавно я разговаривала с одной молодой женщиной, которая осуществила по отношению к своему мужу процедуру формального вмешательства почти шесть месяцев тому назад. Он начал лечиться. Дела шли относительно неплохо, но были некоторые вещи по поводу которых она не чувствовала себя хорошо. Например, он все еще посещал бары и общался со своими собутыльниками, несмотря на то, что ему советовали не делать это. Он чувствовал, что может справиться с этим. Он перестал ходить на закрепляющие консультации, проводившиеся после основного курса лечения, он посетил только два собрания общества АА за пять месяцев, прошедших после лечения. Его отношение не было наполнено чувством благодарности, и он много жаловался на то, что от него слишком много ожидают. Она понимала, что все это были признаки возможного рецидива.

Она позвонила мне несколько дней назад и сказала, что нашла в доме наркотики. Когда она потребовала от него объяснений, он сказал, что хранит наркотики «своего друга». Но она не поверила ему. Он привел много причин своего поведения, но она не приняла ни одну из них. Она знала, что продолжающее употребление им наркотиков создавало угрозу их браку, так что она не поддавалась соблазну «посмотреть в другую сторону» или же поверить его отговоркам. Она прислушивалась только к тому, что он делал, но не к тому, что он говорил. Это была единственная надежда на выздоровление ее мужа. Она сказала мне: «Я думаю, что боязнь потерять меня будет для него тем самым дном и я

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

намерена сделать все в моих силах, чтобы помочь ему достичь это дно. Я все еще думаю, что он сможет сделать много для Царства Бога и я не сдамся.» Это настоящая любовь, трудная любовь. Это трудная любовь для нее и трудная любовь для него. Это любовь, которая дает веру и надежду. Это смелая любовь. Это любовь Бога.

Когда те, кого мы любим, начинают выздоравливать, мы не можем на это время перестать заботиться о нашем собственном духовном росте. В то время, когда мы и ангелы на небесах радуемся, мы должны также помнить, что Лев никогда не спит. Он все еще бродит вокруг, ища, кого бы пожрать (1 Петра 5:8). Как Майк Толовер сказал в своей книге *Лев никогда не спит*,

Лев идет... Его нельзя купить, дать ему взятку, торговаться с ним или отпугнуть. Никто из людей не может бегать быстрее, чем он. Он изучает каждую слабость. И он атакует с яростью и намерением убить.(3)

Это плохая новость, но хорошая новость состоит в том, что мы можем подготовиться к его приходу. Мы являемся участниками духовной битвы до конца наших жизней, но с нашим Богом мы всегда можем победить. Мы никогда не столкнемся с искушением, с которым Бог не дал бы нам направления и силы справиться (1 Коринфянам 10:13). Вместе мы можем отразить атаки химической зависимости в жизни тех, кого мы любим. (4)

11

МАЙК ЛЕЗЕРВУД

Как Начать Группу Химического Возрождения

Разрешите мне начать с хороших новостей. Дело в том, что вы можете иметь эффективную службу химического возрождения, не потратив при этом ни копейки. В течение одиннадцати лет Бренда и я вели службу химического возрождения, поднимали лидеров и положили начало двадцати пяти новым группам этой службы. Одновременно мы или вели большой регион в Церкви, или работали полное время в «Надежде по всему миру». Это должно быть хорошей новостью для лидеров и администраторов Церкви.

Выбор Лидеров

Наиболее важным условием того, чтобы группа начала существовать, является правильный подбор лидеров. Как и любая другая служба, программа химического возрождения будет настолько хороша, насколько хороши люди, которые будут вести ее. Я рекомендовал бы вам подобрать одну пару, которая вела бы группу, и еще одну пару, которая помогала бы им. Поскольку вам надо будет разделить людей на группу мужчин и группу женщин, очень важно иметь хороших лидеров как для тех, так и для других.

Не обязательно, чтобы выбранный вами человек сам принадлежал к числу выздоравливающих от наркотиков или алкоголя. Хотя это и могло бы помочь, но не является жизненно важным качеством. Ниже приводится короткий список того, на что надо обратить внимание при выборе лидеров:

1. Кандидаты должны быть сильными духовно.
2. Они должны обладать уверенностью ведущего евангелиста и лидера групп женщин. Было бы неплохо, если бы они находились в одной группе учеников вместе с основными лидерами.
3. Лидеры группы химического возрождения должны быть восприимчивыми и хорошо разбираться в людях.
4. Они должны быть успешными в благовествовании.
5. Они должны иметь страстное желание быть частью программы и иметь видение относительно нее. Недостаточно просто хотеть делать что-то.

Если вы лидер и читаете этот список, у вас, возможно, появятся мысли, что люди с такой квалификацией, будь они в вашем распоряжении, могли бы вести значительную часть Церкви в вашем регионе. Но это просто моя точка зрения. Бренда и я работали полное время на церковь когда Стив и Лиза Джонсон предложили нам начать программу химического возрождения. Вы можете начать группу вместе с людьми, которые уже работают полное время на Церковь, но при условии, что они принимают идею всем своим сердцем. На самом деле вам, может быть, лучше подождать с началом деятельности службы духовного возрождения химически зависимых, если вы не уверены, что вам удалось подобрать людей, которые могли бы сделать эту программу просто великолепной. Я знаю, что Стив и Лиза поверили в то,

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

что их усилия в Нью-Йорке стоили того. В том случае, если вы чувствуете, что вас на все не хватает, моим советом вам будет подобрать работающую на Церковь пару, которая могла бы заботиться о программе, а также учить другую пару, которая была бы хорошим «подспорьем» в лидерстве. Пара, работающая полное время, должна периодически посещать собрания группы.

Наличие великолепной пары помощников необходимо по крайней мере по двум причинам. Во-первых, поскольку многие люди в группах еще будут в какой-то степени испытывать отрицание, нам необходимы люди, которые могли бы пробиться через их системы защиты. Во-вторых, мы можем очень легко потерять нашу объективность или оказаться в плену у наших собственных страхов, сентиментальности или предубеждений. Например, я всегда нуждаюсь в чей-нибудь помощи, когда в группе есть «взрослые» люди. Я южанин, и то воспитание, которое я получил, делает для меня трудным быть настолько честным и открытым, насколько это требуется. Люди, которые сбивают вас с толку, могут быть совершенно разными, но фактом остается то, что все мы можем в какой-то мере потерять ориентиры и нуждаемся в паре других глаз и ушей, способных оценивать ситуацию объективно.

Одной из моих целей в начале существования программы являлось то, чтобы вдохновлять и поднимать других лидеров. Я знал, что с ростом Церкви будет расти и число тех, кто нуждается в программе химического возрождения. Почти каждую неделю я тратил время на то, чтобы привить людям видение, что они могут вести другие группы. Сегодня многие из тех, кто сейчас ведет группы, являлись частью тех первых групп. Очень вдохновляющим является видеть этих людей, которые раньше считали бесполезным занятием иметь мечту и пытаться превратить ее в реальность. Та тренировка была полезной и в том смысле, что помогла подготовить много людей для других лидерских ролей в Царстве.

Члены Группы

Поскольку вы будете пытаться достичь нескольких задач в вашей первой группе, вы должны планировать, что в нее будут входить самые разные люди. Например, если в вашей Церкви несколько сотен членов, то уже имеются дюжины людей, для которых посещение группы дало бы положительные результаты. Это означает также, что вам надо приступить к тренировкам людей, которые смогли бы начать вести группы в нескольких секторах и как можно скорее. При отборе людей в группы выздоровления вам, скорее всего, следует обратить внимание на самых мотивированных. Чтобы определить таковых, вам может понадобиться провести персональные собеседования с теми, кого вам будут рекомендовать лидеры секторов.

Я предлагаю начать две группы: одну для мужчин и другую для женщин. Выберите из двух других секторов двоих людей, которых вы будете тренировать. После проведения персональных собеседований выберите четверых самых мотивированных людей, которые очень нуждаются в том, чтобы быть в группе, и сделайте так, чтобы они приходили на собрания группы вместе со своими наставниками. Таким образом, в вашей группе уже будет десять человек, плюс вы и ваш помощник, что в итоге составляет двенадцать человек. Помните, что ваша первая группа должна быть очень качественной. Ничто не сможет придать группе столько уверенности, сколько победа!

Схема Проведения Собрания Группы

Ваша группа должна встречаться в чистой, аккуратной, светлой обстановке (это означает, что квартиры некоторых холостых братьев должны быть исключены!). Собрание длится девяносто минут. Мы должны начинать в точно определенное время и не превышать время окончания собрания. Ниже предлагается схема проведения собрания:

1. Начните с краткого, духовного, динамичного вступления (десять минут).
2. Посвятите некоторое время обмену хорошими новостями. Обмен хорошими новостями очень важен в процессе выздоровления. Это означает, что мы пользуемся благословением Бога (десять минут).
3. Остальное время должно быть использовано для чтения дневников или решения проблем с рецидивами. Если в группе есть новые члены, то они должны немедленно приступить к ведению своих дневников.(1). Я иногда практикую обсуждение какой-нибудь темы, связанной с выздоровлением; например, бессилие, спокойствие, готовность идти на любые жертвы ради выздоровления, капитуляция, рецидивы.

Динамика Занятий в Группе

Определенное время необходимо выделять для обмена мнениями. Люди в группе должны быть бескомпромиссными и прямыми, но каждый должен делать свои комментарии с чувством искреннего соучастия. Людей надо учить говорить истину с любовью (Ефесеянам 4:15) и делать свои комментарии от первого лица, чтобы не звучать «назидательно». Например, комментарий по поводу чьего-нибудь дневника мог бы выглядеть примерно так:

«Джон, ты сказал, что испытываешь бессилие перед кокаином, но все же веришь, что можешь употреблять алкоголь. Я хочу, чтобы ты знал, что твое заявление вызывает у меня страх за тебя, и я хочу, чтобы ты знал, что я в прошлом думал также, но когда я употреблял алкоголь, то всегда и неизбежно возвращался к своему наркотику.»

Когда люди приходят на собрание первый раз, мы просим их просто слушать. Комментарии, которыми делятся участники группы, призваны помочь человеку установить связь между болью и использованием наркотиков. Именно боль делает человека скромным и побуждает его обратиться за помощью. Сопrotивление тому, чтобы честно признать связь между болью и наркотиками, а также стремление оправдаться, дать логическое обоснование, объяснить, приукрасить, переложить вину на кого-то или что-то за его или ее употребление наркотиков – все это признаки отсутствия мотивации к выздоровлению. Помните, что вы можете помочь только тем людям, которые уже испытывают боль и усталость от того,

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

что им больно и что они устают. Оценивать мотивацию по фактическим делам людей – это единственный путь к тому, чтобы помочь людям, которые действительно хотят измениться.

По этой причине мы постоянно напоминаем как выздоравливающему человеку, так и его или ее наставнику, что очень важно приходить на собрания группы химически зависимых точно вовремя, так как это является показателем стремления к тому, чтобы поправиться. Напоминания делаются не в резкой, но твердой недвусмысленной форме, что на самом деле помогает алкоголику осознать, что ему придется отвечать за свои действия.

Помните, что группы химически зависимых – это программа духовного возрождения, организуемая в Церкви. Она не призвана подменить собой официальные программы лечения тех, кто в этом нуждается. Лидеры наших групп, в своем большинстве, не являются дипломированными специалистами в вопросах злоупотребления химическими веществами. Они являются теми членами Церкви, которых учили помогать людям выздороветь духовно от разрушительных последствий злоупотребления наркотиками. Делайте это духовно и делайте это просто.

Время от времени нам приходится просить кого-нибудь покинуть группу, потому что у человека отсутствует мотивация. Мы всегда расстаемся с такими людьми «по контракту». Это простое, четкое устное соглашение о том, на каких условиях этот человек может вернуться в группу. Этот контракт должен быть выполнен полностью прежде чем человек может вернуться.

Иногда люди сами решают, что им не нужно быть в группе химически зависимых. В таких случаях необходимо встретиться с лидером сектора и обсудить с ним ситуацию. Это также одна из причин, по которой каждый член группы должен посещать ее занятия вместе с наставником.

Бывают случаи, когда люди употребляют наркотики или алкоголь, несмотря на то, что они посещают занятия группы химически зависимых. Это может означать, что им недостаточно одного занятия в неделю для того, чтобы их фокус мог быть направлен на выздоровление. В таких случаях мы обычно делаем так, чтобы человек стал посещать одно или два собрания АА в неделю в сопровождении более зрелого Христианина или его наставника. Если человек опять «поскользнулся» и принял наркотики или алкоголь, но при этом проявил решимость покаяться и вести трезвый образ жизни, то он опять направляется на дополнительные собрания общества АА; может быть направлен в центр детоксикации на несколько дней, или даже на стационарное лечение на период от двадцати восьми до тридцати дней в зависимости от частоты и степени срывов. (2) Проявление униженности и желания пойти на любые условия являются индикатором того, насколько вы можете помочь этому человеку.

Если продолжительные запои повторяются и при этом человек начинает спорить и сопротивляться, то в таких случаях Библия не дает нам выбора и предусматривает, чтобы мы расстались с таким человеком в надежде, что он сможет достичь своего дна и вернуться назад к Богу (1 Коринфянам 5:9-11). Но это решение должно быть принято совместно с лидерами более высокого уровня.

Завершение Программы Духовного Возрождения Химически Зависимых.

После того, как человек научился успешно вести свой дневник, принимать участие в обсуждении дневников других членов группы, а также посетил три собрания с лекциями на темы духовного возрождения, то он становится кандидатом на выпуск. Лидер группы встречается со своим ассистентом и наставником кандидата и обсуждает с ними, насколько кандидат в дополнение к тому, что выполняет требования программы химического возрождения, чувствует себя уверенно в духовном смысле. Если его духовное состояние хорошее, то он рекомендуется для выпуска.

Неофициальная процедура выпуска проходит в группе. Каждый имеет возможность сказать что-нибудь выпускнику, затем он делится с ними. Официальные выпускные церемонии проводятся ежеквартально. Все участники группы химической зависимости и лидеры собираются вместе для праздничной церемонии. Приглашаются также члены семьи и друзья. Для некоторых выпускников это событие может знаменовать собой самое первое в жизни дело, которое они полностью довели до конца и поэтому оно для них является чем-то очень особенным. Сначала у нас бывают великолепные развлечения, а затем выпускники становятся перед группой и делятся своими чувствами. Это бывает невероятно трогательно видеть, как работает сила Бога, когда жизни меняются практически на ваших глазах.

Накануне Нового Года мы устраиваем специальную вечеринку в честь тех, кто провел трезвую жизнь на протяжении от года и более. Это не только внушительное событие, но и возможность войти в следующий год в трезвом состоянии. Какое невероятное благословение видеть так много людей, которые раньше находились в рабстве у алкоголя или других наркотиков, но затем испытали на себе силу и прощение Бога, видеть их оковы разбитыми, видеть их жизни и их души буквально возрожденными!

***That is all!** Здесь текст книги заканчивается. Далее идут приложения: Источники, Примечания, Библиография.*

*Роберт Сатаев
23 декабря 2001г.*

Содержание книги по нумерации страниц, имеющейся в данном компьютерном варианте:

Содержание

Стр.

Копирование и печать материалов только с письменного разрешения правообладателя. Дополнительная информация на www.mcoc.ru.

Эпиграф	3
Предисловие	4
Вступление	5
Глава 1 Определение Химической Зависимости	8
Глава 2 Обращение Зависимого	24
Глава 3 Зависимый и Ученичество	33
Глава 4 Ученики и Алкоголь	38
Глава 5 Не Изображайте Бога	46
Глава 6 Вмешательство	51
Глава 7 Правильно Определить Лечение	56
Глава 8 Выздоровление Созависимых, Часть 1	66
Глава 9 Выздоровление Созависимых, Часть 2	76
Глава 10 Мой Муж Бросил Пить	92
Глава 11 Как Начать Группу Химического Возрождения	100

Примечание: Некоторые термины специфического характера требуют уточнения. Например, как правильно назвать саму программу? Если формулировать полностью, то может получиться очень громоздко, что-то вроде «Программа духовного возрождения и избавления от химической зависимости». Неудобно пользоваться по тексту и применять сокращения. Стандарт должен быть сохранен по всему тексту книги.