



БРАЖЕНИЕ с БУТЫЛКОЙ

Автор: Дэн Кон



Лютеранский
час вещания
в Казахстане

WWW.LHM.KZ
POST@LHM.KZ
#LHMKZ

г. Алматы 050042, а/я 3
8 (727) 395 12 39
8 (727) 395 12 41
8 (727) 395 12 42

Как вы поняли из названия, это книга о битвах. И в самом деле, речь будет идти о двух битвах. Во-первых, это битва с самим алкоголизмом. Во-вторых, битва за свое восстановление, за возвращение к нормальной жизни, это окончательная победа над бутылкой.

Если вы в настоящее время оказались вовлечены в одну из этих битв, эта брошюра для вас!

Вы никогда не планировали эти сражения, принесенные алкоголем в вашу жизнь. Но вы можете их выиграть, и эта победа – «выздоровление». Цель восстановления двоякая: внутренний мир и мир в отношениях с другими людьми, семьей, друзьями.

Но помните, что редко какая-либо битва может быть выиграна в одиночку. Хотя вы можете одержать победу, но сделать это самому практически невозможно.

Если вы первый раз встречаетесь со стереотипами и шаблонами, связанными с злоупотреблением алкоголя, то некоторые места могут вам показаться резкими и суровыми. Но, прошу вас, не переставайте читать. Ибо на этих страницах вы познакомитесь с источником силы и любви, которые приведут вас к миру, которого вы искренне желаете.

Звучит слишком хорошо, чтобы быть правдой, верно? Пожалуйста, не бросайте эту книгу. Это окончательный ответ для каждого человека, ищущего свет в конце этого алкогольного тоннеля.

С чего начать

Рассмотрим историю Шона. Хотя история каждого алкоголика уникальна, жизненная драма Шона похожа на судьбы многих алкоголиков, возможно, она похожа и на вашу.

Шон был известен как тусовщик. Он любил риск. Но те, кто знал его лучше всех, знали Шона как человека, часто теряющего контроль после выпивки. Большинство его оставшихся друзей были собутыльниками, которые пили так же, как и он. Его бывших друзей очень смущало его поведение, когда он напивался в стельку и полностью терял самоконтроль.

Из-за этого трещал по швам второй брак Шона. Ведь как только он выпьет, то начинает ругаться, нести всякую ерунду и отвратительно, по-свински себя ведет. Из-за этого сбежала его первая жена. И двое его детей боролись с ним, не зная, как справиться с переменчивым настроением отца. В результате они уже боролись со своей любовью к отцу.

Выпивка Шона сильно ударила и по кошельку, что только усугубляло напряженность. На алкоголь всегда были деньги, а вот на оплату коммунальных услуг нет. На семейные нужды, на общий семейный досуг денег он почти не давал.

Начало второму обвинению послужило вождение в нетрезвом виде. Теперь Шон должен был посещать консультации. Хотя он и противился этому, потому что не осознавал свои проблемы с алкоголем, но все же пришел к пониманию, что его употребление алкоголя зашло слишком далеко и несет только потери и убытки. Он был готов к переменам, необходимым для того, чтобы обрести настоящую радость и покой. Шон был готов работать над собой, своими отношениями с людьми и Богом.

Шон никогда не собирался становиться алкоголиком. Никто не собирается. И никто не начинает отношения с алкоголиком. Тем не менее, это распространенная картина у многих семей, в которых есть наркоманы и алкоголики. Вы можете это понять, как такое происходит?

Понимание битвы

Будучи человеком, который работает с алкоголиками более 30 лет (в США такой человек называется консультантом), я видел неконтролируемую, не преднамеренную, но очень реальную боль и страдания, вызванные злоупотреблением алкоголя. Это действительно битва. Эта большая и актуальная проблема не только для стран бывшего Союза, но и для США и Европы. Эта битва становится очень запутанной для всех участников. Среди людей, связанных с проблемами алкоголя, закрепилось название этой проблемы как «безумие».

Действительно, второй шаг успешной 12-ступенчатой программы Анонимных Алкоголиков (АА): «Убедитесь, что есть сила, которая выше нашего понимания, могущая вернуть вам здравый рассудок». Вы, вероятно, слышали определение безумия как «повторения одного и того же, но при этом ожидать каждый раз другой результат». Это удачное описание неразумной, иррациональной модели повторного употребления алкоголя, особенно когда на лицо явное разрушение всего, что дорого, всего того, что наполняет жизнь смыслом. Пока мы рассуждаем о терминах и понятиях, считается что алкоголик это тот, «который своим пьянством сам себе создает проблемы во всех сторонах жизни: любовных, семейных, дружеских и других отношениях».

Специалисты используют критерии по определению алкоголизма. А именно: что у тебя за ситуация? Какие серьезные причины мешают тебе ограничивать употребление алкоголя?

При внимательном рассмотрении вы поймете, что эти критерии не играют важной роли. На первом месте стоят ощущения, которые испытывают при употреблении алкоголя.

Дело не в том, сколько вы пьете; дело даже не в том, как часто вы пьете и бываете пьяным. Все это может быть потенциальным ключиком к большим проблемам, но этого еще не достаточно, чтобы считаться алкоголиком.

Даже выбор алкогольного напитка не имеет четкой связи с зависимостью. Пиво считается наиболее распространенным напитком. Тем не менее, на самом деле, количество чистого алкоголя в обычной банке пива равно к бокалу вина или рюмки водки.

И мы не можем упускать из виду один из самых очевидных и сложных симптомов битвы с бутылкой: потеря самоконтроля. Сначала теряется контроль над тем, какой напиток пить. Результат - последующая потеря контроля над своим телом, своими отношениями, своими финансами, возникают проблемы с законом.

Итак, узнаете ли вы себя? Есть ли у вас похожие проблемы? И если да, хотите ли рассмотреть путь, ведущий к последней надежде на избавление?

Алкоголь и Надежда

Алкоголь и Надежда ... кажется, они противоречат друг другу. Но, благодаря опыту работы со многими зависимыми на протяжении многих лет, я узнал, что одним из самых важных элементов победы в войне с бутылкой, является духовная сторона в выздоровлении. Человеческие решения ограничены. Бог - это решение! А Бог - это высший источник надежды!

Давайте вернемся на минуту к Шону и его истории. Как только Шон понял, что пришло время сделать определенный выбор, который приведет к изменениям к лучшему, он начал с того, что поступил в лечебное учреждение. После завершения программы он присоединился к обществу Анонимных алкоголиков (АА).

Вместе они долго и внимательно изучали программу из 12 шагов:

- 1. Признал, что мы бессильны перед алкоголем, что наша жизнь стала неуправляемой.*
- 2. Пришел к убеждению, что сила, превосходящая нас самих, может вернуть нам рассудок.*
- 3. Принял решение отдать волю и жизнь на попечение Бога, как он Его понимал.*
- 4. Провел тщательный моральный разбор самого себя.*
- 5. Признался Богу, себе и другим в истинной природе своих грехов.*
- 6. Был полностью подготовлен к тому, чтобы Бог устранил все эти недостатки характера.*
- 7. Смирению попросил Его устранить свои недостатки.*
- 8. Составил список всех людей, которым причинил вред, и стал готов заглаживать свою вину перед ними всеми.*
- 9. По возможности прямо возмещал ущерб таким людям.*
- 10. Продолжал делать самоанализ и признавать свои ошибки.*
- 11. Стремился через молитву и медитацию улучшить сознательный контакт с Богом, как он Его понимал, молясь только о понимании Его воли для нас и о силе, чтобы исполнить ее.*
- 12. Получив духовное пробуждение в результате этих шагов, он попытался донести это послание до алкоголиков и применять эти принципы во всех делах.*

Шон отметил частые упоминания о Боге, в частности, шаг 11, в котором упоминался «сознательный контакт с Богом, как он Его понимал». Но как именно следует понимать “Бога”?

Шон отправился в путешествие на поиски. Многие из богов, с которыми он сталкивался, требовали усилий с его стороны - шаги, которым он должен был следовать, правила, которые он должен соблюдать. И за каждым углом он терпел поражение, ибо он постоянно совершал ошибки; иными словами, «шел вниз». В конце концов, все, что привело его к повторному употреблению алкоголя, никуда не делось. И он был далек от избавления.

Где был тот истинный Бог, который мог исполнить обетования, на которого действительно можно было рассчитывать на как единственный источник силы и надежды? Кто поможет ему преодолеть проблемы, которые еще будут, и те, которые еще есть?

Затем он встретился с другими, тоже борющимися за выздоровление, которые рассказали ему о Троице - христианском Боге, Который назван троеединым, потому что Он - единый Бог в трех лицах: Отец, Сын и Святой Дух.

Шон увидел в этом что-то удивительное, уж очень Он отличался от всех остальных. Ему больше не нужно было зависеть только от своих слабых дел; вместо этого он мог положиться на то, что Бог уже сделал для него. Это уже не полностью зависело от него — появился Тот, кто любит, поддерживает и прощает все его ошибки. полностью зависело от него — появился

Тот, Кто любит, поддерживает и прощает все его ошибки..

Возможность выиграть бой.

В Библии есть притча, которая дает как понимание, так и надежду на то, что Бог уже сделал для нас, что, в свою очередь, дает ключ к выздоровлению, которое связано с длительной надеждой.

Иисус, Сын Божий, поделился этой историей, и ее можно найти в книге Луки (Луки 15:11-24). Она включает в себя «блудного» (своенравного) сына, который ушел из дома и стал участвовать в образе жизни «ешь-пей-и-веселись». Вот краткое изложение истории:

Младший сын потребовал от отца наследство. Отец отдал этому сыну ему причитающиеся деньги, а он «промотал его богатство в бурной и необузданной жизни» (см. стих 13). Другими словами, была свобода без ответственного контроля. Деньги скоро кончились, и сын впал в отчаяние. В состоянии беспомощности и безнадежности он решил вернуться домой.

Как рассказывает Иисус, «когда он пришел в себя», этот своенравный сын осознал свою потребность исповедаться в грехах отцу (стихи 17-19). Его ожидания были низки, а отчаяние - велико. Он думал, что отец, по крайней мере, позволит ему быть «одним из его наемников».

Но внезапно приходит сюрприз. Когда этот потерянный сын вернулся домой, отец был там, чтобы приветствовать его. Он праздновал день рождения своего сына - его возвращение. Как повествует история, отец так сказал о своем сыне: «Он пропал и нашелся» (стих 24).

Эта история, рассказанная Иисусом, дает представление о Боге-Отце, который беспредельно рад любому, кто ушел от Него. Что касается выздоровления, то Бог говорит каждому блудному, своенравному алкоголику: «Добро пожаловать домой!»

Он говорит вам то же самое в даре покаяния. Как бы вы ни старались, вы никогда не найдете путь, чтобы выздороветь самостоятельно, потому что наш мир наполнен сокрушением, называемым грехом. Грехи - это мысли, действия и слова, которые отделяют нас от того, кем Бог создал нас быть. По собственному выбору мы часто уходим от Бога жизни. А Он хочет, чтобы мы жили в гармонии с собой, с другими людьми и с Богом.

То, что мы говорим, думаем и делаем, постоянно отдаляет нас от Божьей воли в нашей жизни. Но Бог любит нас и хочет, чтобы эти отношения были восстановлены.

У Него есть план вернуть нас в отношения с Ним не с помощью наших скудных и ограниченных дел, но через любящую жертву Его собственного Сына, Иисуса Христа. Иисус, истинный Человек и истинный Бог, был послан с небес, чтобы принять весь гнев Божий за нашу греховность и принять наказание, которое предназначалось для нас. Он умер мучительной смертью на кресте, чтобы наши грехи могли быть прощены.

Мы с тобой снова возвращаемся в любящие объятия Отца. С точки зрения вашего восстановления, вы можете представить силу, которая вам нужна для прощения, которое является вашим из-за того, что Иисус уже сделал для вас! Это и есть истинная сила. Это полная картина ожиданий и надежд, включенных в шаги 2 и 3 программы.

В 12-ступенчатую программу история блудного сына прекрасно вписывается и сюда. Он отказался от своей расточительной жизни и обратился к Надежде. Он находился в кризисном состоянии, привязанный к сделанному выбору, и был готов отдать свою жизнь отцу.

Сила, которая могла бы вернуть его жизнь к здравому смыслу, находилось выше его понимания и исходила из вне. В шагах с 4 по 7 мы находим путь к исповеди и примирению с Богом. Представьте себе блудного сына, который выполнил эти пункты. Он произвел тщательную и бесстрашную моральную инвентаризацию самого себя.

Он признался Богу, самому себе и другим людям в истинной природе того, что он сделал неправильно. Он был готов к тому, что Бог устранил все эти «недостатки характера».

Он смиренно попросил его устранить все свои недостатки.

Шаги 8 и 9 описывают, что делал сын, приближаясь к отцу:

Он признал (составил список) тех, кому причинил вред, и стал готов загладить свою вину перед ними всеми.

Он делал прямые извинения этим людям, когда это было возможно.

Эта притча Иисуса - набросок зависимости и выздоровления! Сначала было падение, аморальный образ жизни, затем появление надежды, когда жизнь поворачивается вспять. А в центре находится ключ к успешному выздоровлению.

Признайте, что есть проблема.

Верьте, что Надежда находится в Боге.

Исповедуй свои грехи Богу и людям.

Четвертый и пятый этапы составляют значительную часть оставшейся части здорового восстановления.

Посвятите свою жизнь примирению и построению отношений с Богом, другими и самим собой.

Распространяйте любовь и надежду на других, нуждающихся в руководстве и надежде.

Победа

Восстановление - это сложная работа. Но она может быть и радостной работой. Есть многое, что необходимо восстановить, когда вы решите вступить в битву с бутылкой. Это битва за спасение сердца, разума, а самое главное - души. Эту битву можно выиграть лишь благодаря вмешательству любви - любви Бога, который желает вернуть каждого грешника к праведной жизни. Библия дает поддержку. Бог-воин встает на защиту своих верных.

Есть еще одна история в Библии, которая может быть вам знакома, а может и нет. Речь идет о маленьком мальчике по имени Давид, который выиграл битву против великана по имени Голиаф.

Поразмышляйте над словами юного Давида о его борьбе с гигантским Голиафом:

«...ибо это война Господня» (1 Царств 17:47б).

Думайте о «битве против выпивки» как о Голиафе-гиганте, а затем сделайте крик победоносного Давида своим собственным: «... ибо это война Господня». Бог силен и доступен, чтобы помочь вам победить, и достичь победы независимо от масштаба вашего сражения.

В еще одном месте Библии Давид, уже став взрослым, - царь Давид - пишет о нашем победоносном Боге в одном из своих Псалмов: «кто сей Царь славы? Господь силен и крепок, Господь силен в брани». Очень важно понимать, что восстановление - это не только комфорт. Речь идет об убеждении. Речь идет о самопожертвовании, о посвящении Спасителю, который пожертвовал Собой на кресте, чтобы создать путь примирения. Его зовут Иисус Христос, и частью Его миссии было примирение каждого грешника с Богом. Он любит тебя и хочет тебя приблизить к Себе.

Если бы мне пришлось выбрать цитату из Священного Писания, чтобы обобщить восстановление с христианской точки зрения, это была бы такая: «Итак умоляю вас, братия, милосердием Божиим, представьте тела ваши в жертву живую, святую, благоугодную Богу, для разумного служения вашего, и не сообразуйтесь с веком сим, но преобразуйтесь обновлением ума вашего, чтобы вам познавать, что есть воля Божия, благая, угодная и совершенная» (Римлянам 12: 1-2).

За годы своего опыта я убедился в том, что восстановление лучше всего работает с библейским подходом. То есть смысл в том, чтобы обратиться ко Христу. Он понимает, что такое жертва. Он знает о полной приверженности тому, что почетно, свято и необходимо. Он пошел на крест и умер за все грехи, включая те, которые вы, возможно, совершили пока пили.

Восстановление - это отношения.

Речь идет о вертикальных отношениях между Богом и вами, тем, кто находится в восстановлении (шаги 2, 3, 5, 6 и 11). И речь идет о горизонтальных отношениях, тех, которые бывают между вами и другими людьми, которые пострадали от вашего злоупотребления алкоголем эмоционально, духовно и физически (шаги 8 и 9).

Наконец, речь идет о ваших отношениях с другими людьми, которые нуждаются в восстановлении (шаг 12).

Бог и эти люди принимают активное участие в вашем выздоровлении. Они являются, чтобы предложить прощение и поддержку. Бог приходит с безусловной любовью и благодатью, чтобы противостоять вашей вине и стыду. Вы не получите отказ и осуждения, которого вы опасались. Там нет указательных пальцев; вместо этого вы находите протянутые руки Иисуса на кресте, руки благодати, любви и прощения. Вас приветствуют словами Самого Иисуса: «Придите ко Мне все труждающиеся и обремененные, и Я успокою вас» (Матфея 11:28).

Со всех сторон

Восстановление происходит на многих фронтах: ваше новое понимание себя и целостность отношений с другими людьми должны быть восстановлены, юридические и финансовые проблемы должны быть преодолены, и восстановлен физический ущерб организму, который тоже нуждается во внимании.

Но для того, чтобы достичь успеха во всех направлениях, нужно начать с самого начала. Создание или обновление отношений с Богом - это самая ранняя стадия. Это время исповеди. Это время, чтобы выйти из обмана в твердую истину - надежный план Бога для тех, кто следует Его примеру.

То, что вы не можете сделать в одиночку, передается Богу, высшему источнику надежды, силы и ободрения.

Тремя основными столпами выздоровления являются трезвость, честность и смирение, причем последние два являются сильными по своей духовной природе. Истина бесценна. Радость и Надежда находятся в этих словах Иисуса: «... истина сделает вас свободными» (Иоанна 8: 32b) и «Я есмь путь и истина и жизнь. Никто не приходит к Отцу, как только через Меня» (Иоанна 14: 6).

Последний Шаг

Восстановление дело непростое. Но чем больше вы познаете и превозносите Иисуса как источник надежды и примирения, тем больше надежды на выздоровление.

Эти стихи из Библии дают надежду: «Притом знаем, что любящим Бога, призванным по Его изволению, все содействует ко благу» (Римлянам 8:28).

Да, у вас есть призвание от Бога: призыв на святую жизнь. Это ваш ответ на Божью любовь и благодать. Есть один последний шаг, который является частью вашего ответа; это часть отдачи - «завершения круга любви» выздоровления (Бог к зависимому/зависимый к себе и другим, а теперь зависимый к другим нуждающимся, так что они также смогут испытать любовь Бога), как заключено в шаге 12: «Получив духовное пробуждение в результате этих шагов, он попытался донести это послание до алкоголиков, и применять эти принципы во всех делах».

Шон получил этот духовный опыт, и через силу Иисуса он одержал победу в своих битвах. Он был готов донести это послание до тех, кто боролся.

Если вы боретесь, знайте, что ваша битва с бутылкой может быть выиграна.

Ваши битвы в восстановлении победные.

Бог готов помочь вам достичь победы. Иисус открыл дверь надежды, примирения, целостности. «Эта битва Господня!».