

## Προσωπική Ανάπτυξη μέσα από την Αποτυχία

Συγχώρεση, αποκατάσταση και θεραπεία από την αποτυχία



Ομάδα Μελέτης για Νέους στην Πίστη Χριστιανούς



---

---

# Προσωπική Ανάπτυξη μέσα από την Αποτυχία

του David Batty

Εγχειρίδιο Μαθητών

Έκδοση 5



**Προσωπική Ανάπτυξη μέσα από την Αποτυχία**  
**Εγχειρίδιο Μαθητών**  
**5η έκδοση**  
**του David Batty**

**Σημείωση:** Τα εδάφια της Βίβλου όπου αυτά αναφέρονται, είναι από τη νεοελληνική μετάφραση της Παλαιάς και Καινής Διαθήκης, από τα πρωτότυπα κείμενα, της Ελληνικής Βιβλικής Εταιρίας. Περιστασιακά αναφέρονται και εδάφια από τη Μετάφραση του Αρχιμανδρ. Νεόφυτου Βάμβα, καθώς και από το Αρχαίο Ελληνικό Κείμενο (Καινή Διαθήκη).

Copyright © 2016, Teen Challenge USA.

Αυτό το Μάθημα εκδόθηκε αρχικά στην αγγλική γλώσσα με τίτλο: *Growing Through Failure*, 5<sup>th</sup> edition.

Τα Εγχειρίδια Δασκάλου και όλο το διδακτικό υλικό των μαθητών που σχετίζονται με τη Σειρά Μαθημάτων *Ομάδα Μελέτης για Νέους στην Πίστη Χριστιανούς* είναι υλικό δεσμευμένο με πνευματικά δικαιώματα (copyright). Ειδικές συμφωνίες έχουν γίνει προκειμένου για τη μετάφραση του υλικού αυτού στην ελληνική γλώσσα. Το υλικό μπορεί να αναπαραχθεί και να διανεμηθεί για χρήση από το Teen Challenge σε παρόμοια προγράμματα, τοπικές εκκλησίες, σχολεία, και άλλους οργανισμούς και ιδιώτες. Το υλικό αυτό μπορεί επίσης να ληφθεί από την ιστοσελίδα: [www.iTeenChallenge.org](http://www.iTeenChallenge.org) Δεν επιτρέπεται να πωληθεί, μόνον να διατεθεί δωρεάν. Όσοι επιθυμούν να το δημοσιεύσουν και να το πουλήσουν, πρέπει να κατέχουν γραπτή άδεια από το «Global Teen Challenge».

Αυτό το μάθημα είναι μέρος της σειράς *Ομάδα Μελέτης για Νέους στην Πίστη Χριστιανούς*, μαθήματα φτιαγμένα να χρησιμοποιηθούν σε εκκλησίες, σχολεία, Διακονίες φυλακής, Προγράμματα διακονίας Πρόκληση στα Νιάτα, καθώς και σε παρόμοιες διακονίες για καινούργιους πιστούς. Σ' αυτή τη σειρά Μελέτης είναι διαθέσιμα: Εγχειρίδιο Δασκάλου, Εγχειρίδιο Μαθητών, Οδηγός Μελέτης, Διαγώνισμα Αξιολόγησης, και Βεβαίωση ολοκλήρωσης των μαθημάτων. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με αυτές τις σειρές μαθημάτων, επικοινωνήστε με:

Global Teen Challenge  
PO Box 511  
Columbus, GA, 31902 USA  
Email: [gtc@globaltc.org](mailto:gtc@globaltc.org)  
Web: [www.globaltc.org](http://www.globaltc.org)  
[www.iTeenChallenge.org](http://www.iTeenChallenge.org)



# Περιεχόμενα

<b>Κεφάλαιο 1. Οι αιτίες των αποτυχιών μου .....</b>	<b>4</b>
Α. Διαφορετικά είδη αποτυχίας .....	4
Β. Τι κάνει ο Θεός όταν η αποτυχία μου είναι αμαρτία .....	7
Γ. Κατανοώντας τα προβλήματα μου .....	9
Δ. Συνέπειες της αποτυχίας .....	11
<b>Κεφάλαιο 2. Τα πρώτα βήματα για την θεραπεία μετά από την αποτυχία .....</b>	<b>15</b>
Α. Συνήθεις τρόποι ανταπόκρισης στην αποτυχία .....	16
Β. Τι πρέπει να κάνω όταν αποτυγχάνω;.....	18
Γ. Ζητώντας συγχώρεση .....	23
Δ. Κάνοντας αποκατάσταση.....	27
<b>Κεφάλαιο 3. Πώς να αναπτυχθώ μέσα από τις αποτυχίες μου .....</b>	<b>32</b>
Α. Ξεπερνώ το πρόβλημα .....	32
Β. Διατηρώ ένα υγιή τρόπο ζωής .....	40
Γ. Παίρνω μέτρα για την αποφυγή της επανάληψης της αποτυχίας .....	43
<b>Κεφάλαιο 4. Υποτροπή.....</b>	<b>47</b>
Α. Επτά λόγοι για τους οποίους η θεραπεία γρήγορα μετατρέπεται σε υποτροπή.....	48
Β. Τι προκαλεί την υποτροπή;.....	50
Γ. Κατανοώντας την υποτροπή .....	52
Δ. Τι να κάνετε αν η υποτροπή εμφανιστεί.....	54

# Κεφάλαιο 1

## Οι αιτίες των αποτυχιών μου

Πολλοί νέοι στην πίστη Χριστιανοί αμαρτάνουν αμέσως αφού γίνονται Χριστιανοί. Μπορεί να παραβούν μία από τις εντολές του Θεού. Για παράδειγμα, η Κρις θύμωσε με την Σάρων και ξεκίνησε να την βρίζει και να μαλώνει μαζί της. Μερικές ώρες αργότερα άρχισε να νιώθει πολύ λυπημένη σχετικά με το τι συνέβη. Πιο μετά, ήρθε στην φίλη της με αυτήν την ερώτηση: «Τώρα που έσφαλα μπροστά στον Θεό, τι θα γίνει; Πρέπει να γίνω Χριστιανή ξανά από την αρχή; Θα με συγχωρήσει ο Θεός;»

Το να είσαι επιτυχημένος Χριστιανός δεν σημαίνει πως πρέπει να είσαι τέλειος. Όλοι κάνουμε λάθη. Όλοι αποτυγχάνουμε. Ωστόσο, θα πρέπει να μαθαίνουμε από τις αποτυχίες μας. Αυτά (τα λάθη) μπορεί να είναι ευκαιρίες ώστε να έρθουμε πιο κοντά στον Θεό. Ας δούμε μερικούς από τους τομείς στους οποίους οι νέοι στην πίστη Χριστιανοί βιώνουν την αποτυχία.

### A. Διαφορετικά είδη αποτυχίας

Κάθε άτομο βιώνει την αποτυχία σαν ένα φυσιολογικό κομμάτι της ζωής. Μερικές αποτυχίες έχουν μικρή ή καθόλου επίδραση στην ζωή σας και γρήγορα τις ξεχνάτε. Μερικές αποτυχίες ελέγχουν τη ζωή ενός ατόμου. Όσοι έχουν παλέψει με μια εξάρτηση ξέρουν πόσο δύσκολο μπορεί να γίνει το να ξεφύγεις από αυτό τον κύκλο των αποτυχιών. Συχνά μια εξάρτηση εμπλέκει αυτό το άτομο σε ένα σωρό αποτυχιών.

Μερικά λάθη μπορεί να έχουν συγκλονιστικές συνέπειες που μπορεί να σας επηρεάζουν για το υπόλοιπο της ζωής σας, ή ακόμα και να δώσουν τέλος στην ζωή σας. Το άτομο που θα αποτύχει να στρίψει το αυτοκίνητο του σε μια απότομη στροφή και πέσει κάτω στο γκρεμό, μπορεί να μην ζήσει για να μας διηγηθεί τι έγινε.

Ας δούμε τρεις μεγάλες ομάδες στις οποίες χωρίζονται τα είδη της αποτυχίας: (1) αποτυχία που δεν είναι αμαρτία, (2) αποτυχία που είναι αμαρτία, (3) αποτυχία που οδηγεί στην αμαρτία. Παρατηρώντας το μέγεθος που η αποτυχία παίρνει στην ζωή μας, θα πρέπει να αναγνωρίσουμε ότι μπορεί να έχει μια πολύ θετική επίδραση, ή μπορεί να έχει μια πολύ καταστροφική επίδραση σ' αυτήν.

### 1. Η αποτυχία δεν είναι αμαρτία

Επειδή κανένας από εμάς δεν είναι τέλειος, όλοι βιώνουμε την αποτυχία σαν ένα φυσιολογικό κομμάτι της ζωής μας. Πολλές από αυτές τις αποτυχίες είναι φυσιολογικές – όταν τα παιδιά μαθαίνουν για πρώτη φορά να περπατούν, πέφτουν πολλές φορές στην προσπάθειά τους. Αναγνωρίζουμε ότι κάθε αποτυχία είναι ένα φυσιολογικό κομμάτι της ωρίμανσης. Καθώς περνούν τα χρόνια, οι αποτυχίες μπορούν να γίνουν ένα θετικό κομμάτι της ζωής μας γιατί παρέχουν ευκαιρίες για να αναπτυχθούμε.

## **α. Χάνοντας έναν αγώνα**

Σχεδόν σε κάθε αθλητική δραστηριότητα, μία ομάδα κερδίζει και μία χάνει. Η ομάδα που χάνει, απέτυχε να κερδίσει, αν και αυτός ήταν ο σκοπός της. Μπορείς να χάνεις και ακόμη και έτσι να είσαι αρεστός στα μάτια του Θεού.

## **β. Αποτυγχάνοντας σε ένα διαγώνισμα**

Πολλοί από εμάς έχουν περάσει χρόνια σε σπουδές. Μπορεί να ανήκετε σε ένα μικρό και σπάνιο ποσοστό ανθρώπων που δεν έχουν αποτύχει ποτέ σε διαγώνισμα. Αλλά οι περισσότεροι από εμάς κάποια στιγμή αποτύχαμε σε διαγώνισμα. Αυτό το είδος της αποτυχίας δεν είναι αμαρτία. Αν έκανες το καλύτερο που μπορούσες στο διάβασμα σου για ένα διαγώνισμα, και πάλι απέτυχες, αυτό δεν είναι αμαρτία.

## **γ. Αποτυχία στο να πιάσεις ένα στόχο**

Μπορεί να είχες σχεδιάσει να τηλεφωνήσεις στην μητέρα σου πριν το μεσημέρι σήμερα. Αλλά για κάποιον λόγο δεν τα κατάφερες να το κάνεις. Αυτό δεν είναι αμαρτία. Είτε πρόκειται για έναν μικρό, είτε για έναν μεγάλο στόχο, κάποιοι άνθρωποι φοβούνται τόσο πολύ την αποτυχία που αρνούνται να προσπαθήσουν το οτιδήποτε που ενέχει ρίσκο. Αν θέλεις την προσωπική σου ανάπτυξη, θα πρέπει να θέσεις μερικούς στόχους. Αν θέλεις να βελτιώσεις τις δεξιότητες σου σε ένα συγκεκριμένο τομέα ή σε ένα συγκεκριμένο άθλημα, θα πρέπει να 'το δουλέψεις'. Η αίσθηση της ολοκλήρωσης που παίρνεις μετά την επίτευξη των στόχων σου, αξίζει το ρίσκο της αποτυχίας.

## **δ. Λάθη**

Αν φορέσεις διαφορετικού χρώματος κάλτσες, μπορεί να νιώσεις ντροπιασμένος από αυτό το λάθος, αλλά ο Θεός δεν θα σε επιτιμήσει για αυτό. Αν φτιάχνεις ένα κέικ και ξεχάσεις να βάλεις ένα συστατικό, η γεύση που θα έχει μετά το κέικ θα σου δώσει να καταλάβεις τι ξέχασες. Η, έχεις χαιρετήσει ποτέ κάποιον στο δρόμο που νόμιζες ότι ήταν κάποιος γνωστός, και μετά ανακάλυψες ότι δεν ήξερες το άτομο; Όλοι κάνουμε λάθη και νιώθουμε ντροπιασμένοι, αλλά δεν παραβαίνουμε με αυτούς τους τρόπους κάποια από τις εντολές του Θεού.

## **2. Η αποτυχία που είναι αμαρτία**

Μερικές αποτυχίες είναι αμαρτία και πρέπει να τις φροντίσουμε αμέσως. Αν ρωτήσεις τριγύρω, πιθανόν να βρεις κάποιον που θα συγχωρήσει την αποτυχία σου και θα σου πει, «Ω, μην ανησυχείς για αυτό. Αυτό ήταν ένα μικρό λάθος. Ο Θεός δεν ενδιαφέρεται για αυτό.» Ίσως το πρόσωπο αυτό να έχει δίκιο. Αλλά χρειάζεται να μάθεις πώς να χρησιμοποιείς την Βίβλο σαν οδηγό σου στο να σου προσδιορίζει ποια λάθη είναι αμαρτία στα μάτια του Θεού.

## α. Αποτυγχάνοντας στην υπακοή των νόμων του Θεού (και του ανθρώπου)

Αν παραβείς έναν από τους νόμους του Θεού, αυτό είναι αμαρτία. Μία από τις δέκα εντολές λέει, «Δεν θα κλέψεις.» Αν κλέψεις χρήματα από κάποιον, έχεις αποτύχει να υπακούσεις σε αυτόν τον νόμο του Θεού, και έχεις αμαρτήσει. Ο Θεός είδε ότι έσφαλες και περιμένει από εσένα να παραδεχτείς ότι έκανες λάθος και να ζητήσεις συγγνώμη από αυτόν τον οποίο αδίκησες.

Στη Ρωμαίους 13 ξεκαθαρίζει ότι ο Θεός περιμένει από εμάς να ακολουθούμε τους νόμους που έχουν θεσπιστεί από το κράτος. Υπάρχουν σπάνιες περιπτώσεις όπου οι ανθρώπινοι νόμοι παραβιάζουν τους νόμους του Θεού στην Βίβλο. Αλλά, στην συντριπτική τους πλειονότητα, οι νόμοι της πολιτείας μπορούν να εισακουσθούν χωρίς να έρθουν σε αντίθεση με τους νόμους του Θεού. Όταν αποτυγχάνουμε στο να υπακούμε σε αυτούς τους νόμους, αποτυγχάνουμε και στην υπακοή μας στον Θεό.

### Ρωμαίους 13:1-2

**Κάθε άνθρωπος οφείλει να υποτάσσεται στις ανώτερες εξουσίες, γιατί δεν υπάρχουν εξουσίες παρά από το Θεό· κι αυτές οι εξουσίες που υπάρχουν έχουν τεθεί από το Θεό.<sup>2</sup> Έτσι, λοιπόν, όποιος αντιστέκεται στην εξουσία, αντιστέκεται στην τάξη που έβαλε ο Θεός· κι όσοι αντιστέκονται είναι οι ίδιοι υπεύθυνοι για την τιμωρία τους.**

Μερικοί Χριστιανοί είναι δυσαρεστημένοι με κάποιους από τους πολιτειακούς νόμους και έτσι τους αγνοούν. Οδηγούν 5-10 χιλιόμετρα την ώρα πάνω από το όριο ταχύτητας, «επειδή και όλοι οι άλλοι αυτό κάνουν.» Ο Θεός δεν μας επιτρέπει να αποφασίσουμε εμείς ποιοι νόμοι είναι βολικοί και έπειτα να μας επιτρέπει να αγνοούμε αυτούς που δεν μας αρέσουν. Ο Θεός περιμένει από εμάς να τιμούμε τους ανθρώπινους νόμους το ίδιο όπως και τους δικούς Του. Όταν παραβιάζουμε αυτούς τους νόμους, αμαρτάνουμε.

## β. Αν αποτύχεις να κάνεις το σωστό πράγμα

Μερικές φορές με το να μην κάνεις τίποτα, αμαρτάνεις. Στον Ιάκωβο 4:17 λέει ότι αν ξέρεις να κάνεις το σωστό και δεν το κάνεις, τότε αμαρτάνεις. Αυτό το εδάφιο μιλάει ακριβώς για αυτά τα πράγματα που ο Θεός χαρακτηρίζει ως σωστά πράγματα να κάνεις μέσα στην Βίβλο. Αν δεις κάποιον να κατηγορείται άδικα ότι έκλεψε, και γνωρίζεις ποιος πραγματικά το έκανε, αλλά δε λες τίποτα, αμαρτάνεις.

## γ. Κάθε φορά που ενδίδεις σε έναν πειρασμό να αμαρτήσεις

Κάθε φορά που ενδίδεις σε έναν πειρασμό που είναι αμαρτία, αποτυγχάνεις μπροστά στα μάτια του Θεού και αμαρτάνεις. Ο Θεός έχει υποσχεθεί ότι κάθε φορά που μπαίνουμε σε πειρασμό (ή δοκιμασία), θα ανοίξει οδός για να αποφύγουμε τον πειρασμό. Βλέπε 1 Κορινθίους 10:13. Δεν μπορείς να πεις ποτέ στον Θεό, «Αυτός ο πειρασμός ήταν πολύ δύσκολος για εμένα να του αντισταθώ. Έκανα μόνο ότι ήταν συνηθισμένο για κάποιον σε αυτές τις συνθήκες.» Πολλοί πειρασμοί είναι πολύ δύσκολοι ώστε να τους αντισταθούμε με τις δικές μας δυνάμεις. Αλλά ο Θεός έχει υποσχεθεί ξεκάθαρα ότι θα είναι μαζί μας και θα



μας βοηθήσει σε κάθε πειρασμό που αντιμετωπίζουμε. Όταν ξέρεις ότι έχεις ενδώσει σε έναν πειρασμό, μην προσπαθείς να βρεις δικαιολογίες για την συμπεριφορά σου. Παραδέξου την αποτυχία σου στον Θεό, και ζήτα Του να σε βοηθήσει με αυτόν τον πειρασμό στο μέλλον.

### **3. Αποτυχία που οδηγεί στην αμαρτία**

Μερικές φορές η αποτυχία μπορεί να σε βάλει σε μία θέση όπου ο πιο εύκολος τρόπος για να λύσεις το πρόβλημα είναι να αμαρτήσεις. Ο Φίλιπ απέτυχε να ολοκληρώσει την σχολική του εργασία για το σπίτι. Όταν την επόμενη μέρα η δασκάλα του τον ρώτησε για την εργασία, μπήκε σε μεγάλο πειρασμό να της πει ψέματα, να της πει ότι είχε χάσει την εργασία.

Στον Γρηγόρη αρέσει πάρα πολύ να παίζει ποδόσφαιρο, αλλά δεν του αρέσει καθόλου να χάνει. Όταν η ομάδα του αρχίζει να μένει πίσω, θυμώνει εύκολα και προσπαθεί να βρει τρόπους να βγάλει την δυσαρέσκεια του προς τους άλλους παίκτες. Άρα ποια είναι το βαθύτερο πρόβλημα εδώ; Ο Γρηγόρης έχει μια επικίνδυνη συμπεριφορά. Έχει επιλέξει να πιστεύει ότι το να κερδίζεις είναι ο μόνος τρόπος να ευχαριστιέσαι το ποδόσφαιρο. Μέχρι να αλλάξει την στάση του, θα συνεχίσει να φλερτάρει με την αμαρτία κάθε φορά που η ομάδα του αρχίζει να χάνει.

## **B. Τι κάνει ο Θεός όταν η αποτυχία μου είναι αμαρτία**

Ο Θεός θέλει να χρησιμοποιήσει κάθε αποτυχία στην ζωή σου σαν μια ευκαιρία για να βελτιωθείς. Είτε είναι ένα πολύ μικρό πρόβλημα είτε μια τεράστια αποτυχία, ο Θεός ακόμα σε αγαπά, και θα σε βοηθήσει να δεις την αλήθεια Του μέσα σε αυτήν την κατάσταση. Με κάθε αποτυχία μας αντιμετωπίζουμε και μία πρόκληση – έχουμε την πρόθεση να σκεφτούμε προσεκτικά σχετικά με το τι θέλει ο Θεός να κάνουμε τώρα που αποτύχαμε; Είμαστε ανοικτοί στο να δούμε την αποτυχία μέσα από την δική του οπτική γωνία;

Μελετώντας το θέμα του τι κάνει ο Θεός όταν αποτυγχάνω, είναι σημαντικό να σκεφτούμε για το τι είδους αποτυχία συζητάμε. Αν πρόκειται για μια αποτυχία που δεν είναι αμαρτία, τότε η αντίδραση του Θεού θα είναι διαφορετική από την περίπτωση που η αποτυχία είναι αμαρτία. Ας δούμε πως αντιδρά ο Θεός όταν η αποτυχία μας είναι αμαρτία

### **1. Ο Θεός είναι πολύ λυπημένος όταν αμαρτάνουμε**

Πολλοί άνθρωποι πιστεύουν ότι ο Θεός θυμώνει κάθε φορά που αμαρτάνουμε. Αυτό δεν είναι αλήθεια. Ο Θεός είναι πολύ λυπημένος όταν αμαρτάνουμε – όταν δεν υπακούμε στους νόμους Του. Ο Θεός δεν είναι ποτέ χαρούμενος όταν οι άνθρωποι αμαρτάνουν. Καθώς διαβάζεις την Βίβλο θα δεις ότι ο Θεός δεν ευχαριστείται να τιμωρεί τους ανθρώπους κάθε φορά που αμαρτάνουν. Η αλήθεια είναι ότι ο Θεός είναι πολύ υπομονετικός και γεμάτος έλεος. Πολύ σπάνια μας δίνει αυτό που πραγματικά αξίζουμε – θάνατο για κάθε αμαρτία που διαπράττουμε.

## 2. Ο Θεός θα προκαλέσει τύψεις στη συνείδησή σου

Ένα από τα καθήκοντα του Αγ. Πνεύματος είναι να καταμαρτυρεί στους ανθρώπους τις αμαρτίες τους. Βλέπε Ιωάννης 16:8. Όταν νιώθεις ένοχος μέσα σου, μετά που έχεις αμαρτήσει, πρέπει να καταλάβεις ότι ο Θεός θέλει να εξομολογηθείς την αμαρτία σου και να Τον υπακούσεις.

Κάθε φορά που ανταποκρίνεσαι γρήγορα στον έλεγχο του Αγ. Πνεύματος, η σχέση σου με τον Θεό θα γίνεται πιο οικεία. Χρειάζεται να δώσουμε μεγάλη θετική αξία στον έλεγχο του Αγίου Πνεύματος. Μας δείχνει ότι Αυτός νοιάζεται για εμάς, κάθε φορά που Αυτός μας ελέγχει για τις αμαρτωλές αποτυχίες μας.

## 3. Ο Θεός έχει υποσχεθεί ότι θα σε συγχωρήσει

Ο Θεός έχει υποσχεθεί ότι θα σε συγχωρήσει αν ομολογήσεις την αποτυχία σου σε Εκείνον. Βλέπε 1 Ιωάννης 1:9. Η αποτυχία μας πονάει εσωτερικά, αλλά αν ομολογήσουμε την αμαρτία μας, ο Θεός θα μας συγχωρήσει και θα μας δώσει ειρήνη.

## 4. Ο Θεός πειθαρχεί τα παιδιά Του

Στους Εβραίους 12 γίνεται ξεκάθαρο ότι ο Θεός μας αγαπά. Εξαιτίας αυτής της αγάπης, μας πειθαρχεί όταν δεν τον υπακούμε. Ο σκοπός της πειθαρχίας είναι να διορθώσει τις ζωές μας και να μας βοηθήσει να επιστρέψουμε στο σωστό δρόμο. Ο Θεός είναι πολύ υπομονετικός, δεν είναι ένας Θεός γεμάτος θυμό που βγάζει την δυσαρέσκεια Του επάνω σου κάθε φορά που τα βήματά σου βγαίνουν έξω από τον σωστό δρόμο. Πολλές φορές ο Θεός χρησιμοποιεί άτομα που έχουν εξουσία επάνω σου για να σε πειθαρχήσει. Αυτό δεν σημαίνει ότι κάθε φορά που ένας γονιός, ή ένας υπεύθυνος ομάδας πρόκειται να πειθαρχήσουν κάποιον, ότι το κάνουν με τον τρόπο που ο Θεός τους θέλει να το κάνουν. Η πειθαρχία του Θεού πάντα φέρνει ελπίδα αληθινής αλλαγής στην ζωή σου.

## 5. Ο Θεός μας δίνει ένα λόγο να έχουμε ελπίδα για το μέλλον

Αν κοιτάξεις τον τρόπο που ο Θεός χειρίστηκε τον Αδάμ και την Εύα αφότου αμάρτησαν, βλέπεις πόσο ο Θεός τους αγάπησε. Ακόμα κι έτσι υπέφεραν τις συνέπειες των αμαρτιών τους. Αλλά, τους υποσχέθηκε ότι στο μέλλον ένας απόγονός τους (ο Ιησούς Χριστός) θα κατέστρεφε τις δυνάμεις του Σατανά και θα έδινε μία δίοδο σωτηρίας για όλους εμάς. Στο εδάφιο Γένεσις 3:15 βρίσκουμε αυτήν την υπόσχεση. Ολόκληρο το κεφάλαιο περιγράφει τις συνέπειες που ο Αδάμ, η Εύα, και το φίδι εξ αιτίας των αμαρτιών τους.

Η Καινή Διαθήκη είναι γεμάτη με εδάφια που περιγράφουν τον Ιησού Χριστό σαν την Ελπίδα μας. Έχει υποσχεθεί ότι θα έρθει ξανά για να μας πάρει, ώστε να περάσουμε την αιωνιότητα μαζί Του. Αυτή η υπόσχεση δεν είναι μόνο για τέλειους ανθρώπους. Είναι για όλους εμάς που έχουμε αποτύχει. Όχι μόνο έχουμε την ελπίδα ότι θα περάσουμε την αιωνιότητα μαζί Του, αλλά επίσης έχουμε την ελπίδα μιας καλύτερης ζωής εδώ σήμερα. Με την βοήθειά Του μπορούμε να βρούμε ελευθερία από τα δεσμά της αμαρτίας.

Ρωμαίους 5:1-11

Κολοσσαείς 1:21-23

Ρωμαίους 7 και 8

Τίτος 1:2

Ρωμαίους 15:13

1 Ιωάννου 3:1-3

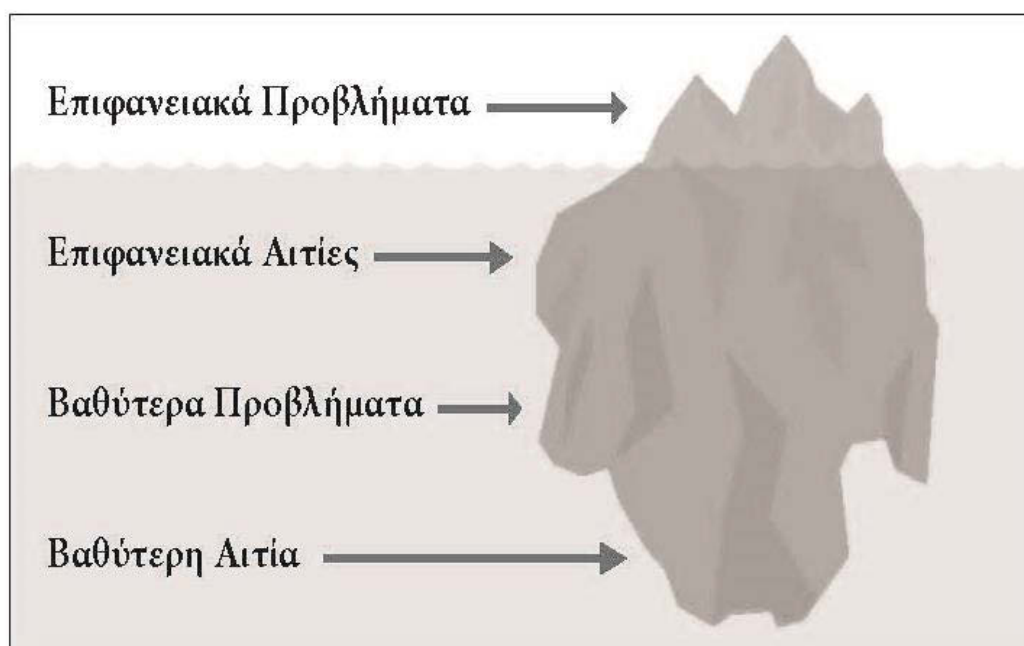
## 6. Ο Θεός είναι έτοιμος να σε βοηθήσει να αυξηθείς

Ο Θεός μπορεί να σε βοηθήσει να ξεπεράσεις τις επίπονες αποτυχίες. Μπορεί να σου δώσει την δύναμη να ξεπεράσεις παλιές αμαρτωλές συνήθειες. Η δύναμή Του είναι μεγαλύτερη από οποιαδήποτε δύναμη του Σατανά. Έχεις κάθε λόγο να ελπίζεις για ένα καλύτερο μέλλον, αν ο Χριστός είναι αρχηγός της ζωής σου.

Ο Θεός μπορεί να πάρει κάθε αποτυχία στη ζωή σου και να την χρησιμοποιήσει για να σε βοηθήσει να μάθεις σημαντικά πράγματα για το υπόλοιπο της ζωής σου. Αυτό δεν σημαίνει ότι ο Θεός ήθελε να αμαρτήσεις. Αλλά ο Θεός μπορεί να πάρει τα λάθη σου, τις κακές επιλογές σου, την επαναστατικότητα σου και όλες τις ανακατωσούρες (μπερδέματα) που έχεις κάνει στην ζωή σου και να τα κάνει κομβικά σημεία – κομβικά σημεία για την αληθινή ζωή που Σου έχει υποσχεθεί. Κάθε αποτυχία είναι μια ευκαιρία – θα στραφείς στον Θεό για να ζητήσεις την βοήθειά Του, ή θα συνεχίσεις να προχωράς στον δικό σου δρόμο, κάνοντας αυτό που νομίζεις ότι είναι το καλύτερο;

## Γ. Κατανοώντας τα προβλήματα μου

Ένα από τα πρώτα σημαντικά βήματα όταν αντιμετωπίζεις τις αποτυχίες σου είναι να βρεις τις αιτίες. Διαφορετικά είδη προβλημάτων κάνουν τους ανθρώπους να αποτυγχάνουν. Όπως το σχεδιάγραμμα παρακάτω φανερώνει, αυτό που συμβαίνει εσωτερικά μέσα σε κάθε άνθρωπο είναι συνήθως μεγαλύτερο σαν πρόβλημα, από αυτό που φαίνεται στην επιφάνεια.



Αυτή η απεικόνιση συνδυάζεται με τον πίνακα στην επόμενη σελίδα. Το μέρος του παγόβουνου που είναι πάνω από το νερό είναι αυτό που όλοι μπορούν να δουν – τα επιφανειακά προβλήματα. Το μέρος του παγόβουνου που είναι κάτω από το νερό αναπαριστά αυτό που συμβαίνει εσωτερικά στον άνθρωπο. Έτσι όπως το μέρος του παγόβουνου κάτω από την επιφάνεια του νερού είναι 9 με 10 φορές μεγαλύτερο από αυτό που είναι πάνω από την επιφάνεια του νερού, έτσι και τα προβλήματα μέσα σε ένα άτομο είναι πολύ μεγαλύτερα από τα επιφανειακά που ο καθένας μπορεί να δει.

Το μέρος του παγόβουνου που είναι ακριβώς κάτω από την επιφάνεια του νερού είναι οι επιφανειακές αιτίες των προβλημάτων μας – οι εσωτερικές μας συμπεριφορές. Αυτές οι νοοτροπίες συνήθως μας βάζουν σε μπελάδες. Οι συμπεριφορές μας αποκαλύπτονται μέσα από τις πράξεις μας και τα λόγια μας.

Μερικές φορές μια αποτυχία σε έναν τομέα της ζωής σου είναι μόνο ένα σύμπτωμα ενός βαθύτερου προβλήματος. Ο παρακάτω πίνακας δίνει μερικά παραδείγματα του πως τα επιφανειακά προβλήματα συχνά προκαλούνται από εσωτερικές συμπεριφορές. Αν θέλεις να ξεφορτωθείς το επιφανειακό πρόβλημα, τότε η συμπεριφορά (επιφανειακή αιτία) θα πρέπει επίσης να αλλάξει. Μερικά επιφανειακά προβλήματα δεν μπορούν να ξεπεραστούν αν πρώτα δεν αντιμετωπιστούν τα βαθύτερα προβλήματα. Αυτός ο πίνακας προσδιορίζει επιφανειακά προβλήματα φτάνοντας μέχρι την βαθύτερη αιτία τους.

## Ο Πίνακας των Προβλημάτων

<p><b>Επιφανειακά Προβλήματα</b></p> <p>Άλλοι άνθρωποι μπορούν να δουν αυτά τα προβλήματα.</p>	<p>(Παραδείγματα)</p> <p>Φιλονικίες Καυγάδες Κατάκριση Ναρκωτικά Κάπνισμα</p>	<p>(Παραδείγματα)</p> <p>Κλέψιμο Ψευδομαρτυρία Εγωκεντρισμός Βλασφημία Αλκοολισμός</p>	<p>(Παραδείγματα)</p> <p>Σεξουαλικά αμαρτήματα Λαγνεία Ομοφυλοφιλία Λεσβιακές σχέσεις Μοιχεία Αιμομιξία</p>
<p><b>Επιφανειακές Αιτίες</b></p> <p>Εσωτερικές Συμπεριφορές</p>	<p>(Παραδείγματα)</p> <p>Επαναστατικότητα Έλλειψη Εμπιστοσύνης Κατωτερότητα (όταν νιώθεις λιγότερο σημαντικός)</p>	<p>(Παραδείγματα)</p> <p>Φόβος Ανησυχία Ανασφάλεια Υπερηφάνεια</p>	<p>(Παραδείγματα)</p> <p>Ματαίωση (ανατροπή) Νευρικότητα Ενοχή Ντροπή (Ονειδος)</p>
<p><b>Βαθύτερα Προβλήματα</b></p> <p>Βασικές συγκρούσεις προσωπικότητας Εβραίου 12:15-17</p>	<p><b>Πικρία</b></p> <p>(Μνησικακία ή έχθρα)</p>	<p><b>Υλιστικό σύστημα αξιών</b></p> <p>(Το να δίνεις αξία σε πράγματα τα οποία μπορεί και να χάσεις)</p>	<p><b>Ανηθικότητα</b></p> <p>(Σεξουαλικά αμαρτήματα)</p>
<p><b>Βαθύτερη Αιτία</b></p> <p>Η ανταπόκρισή μου στο Θεό</p> <p>Ησαΐας 53:6 Ησαΐας 55:7</p>	<p>Το να κάνω τα πράγματα με τον τρόπο μου (όπως θέλω εγώ), αντί να τα κάνω με τον τρόπο του Θεού (όπως θέλει ο Θεός).</p> <p>(Αντιστέκομαι ή απορρίπτω την επιθυμία και την δύναμη που ο Θεός δίνει για να αντιμετωπίσω την ζωή με τον τρόπο που Αυτός θέλει.)</p>		

Ο παραπάνω πίνακας βασίστηκε σε υλικό που λήφθηκε από το εγχειρίδιο του σεμιναρίου: Institute in Basic Life Principles (Ινστιτούτο για τις Βασικές Αξίες στη Ζωή).

## Δ. Συνέπειες της αποτυχίας

Κάθε αποτυχία έχει συγκεκριμένες συνέπειες. Θα ακολουθήσουν θετικές και αρνητικές συνέπειες όταν αποτυγχάνεις. Η αποτυχία σου μπορεί να είναι μια ευκαιρία για ανάπτυξη. Αν η ομάδα σου έχανε έναν αγώνα, οι αδυναμίες της ομάδας σου θα αποκαλύπτονταν, και το 'πάθημα θα γινόταν μάθημα' στο πως θα παίζατε καλύτερα την επόμενη φορά.

Μια νεαρή μητέρα που ήταν ναρκομανής για αρκετά χρόνια, κατέληξε στη φυλακή μετά από την σύλληψή της. Ενώ ήταν στη φυλακή τελικά μπόρεσε να συνειδητοποιήσει την ζημία που ο τρόπος ζωής της προκαλούσε και στην δική της ζωή και στον παιδιών της. Πήρε μια απόφαση να αλλάξει, και όταν βγήκε από τη φυλακή πήγε σε ένα κέντρο 'Πρόκληση στα Νιάτα' και έμαθε πως να αντιμετωπίσει την εξάρτησή της με την βοήθεια του Θεού.

Οι συνέπειες της αποτυχίας δεν είναι το ίδιο πράγμα με την τιμωρία για κάθε πράξη ανυπακοής. Αν αποτύχεις να στρίψεις σωστά το αμάξι σου σε μια στροφή, θα βγεις έξω από τον δρόμο. Αυτή είναι η φυσική συνέπεια της αποτυχίας σου. Η τιμωρία έρχεται όταν η αστυνομία σου βάζει πρόστιμο €200 για απρόσεκτη οδήγηση. Αλλά η τιμωρία είναι επίσης μία από τις συνέπειες της αποτυχίας σου. Το πρόστιμο των €200 δεν είναι γιατί βγήκες εκτός του δρόμου, το πρόστιμο είναι για την απρόσεκτη οδήγηση. Οι νόμοι της πολιτείας το ξεκαθαρίζουν ότι η απρόσεκτη οδήγηση τιμωρείται με πρόστιμο. Έτσι, ο οδηγός έχει πράγματι αποτύχει με δύο τρόπους. Απέτυχε να οδηγήσει καταλλήλως το αυτοκίνητο. Την ίδια στιγμή απέτυχε να υπακούσει στους νόμους της πολιτείας.

Προφανώς οι συνέπειες για διαφορετικά είδη αποτυχίας θα ποικίλουν. Όπως είδαμε νωρίτερα σε αυτό το κεφάλαιο, υπάρχουν κάποιες αποτυχίες που δεν είναι αμαρτία και κάποιες που είναι. Μερικές αποτυχίες θα έχουν λίγες ή καθόλου συνέπειες. Άλλες θα καταλήξουν ακόμα και σε θάνατο ενός (ανθρώπου) ή ακόμα και εκατοντάδων. Αν ένας πιλότος αεροπλάνου αποτύχει να το προσγειώσει κατάλληλα, εκατοντάδες ανθρώπων μπορεί να πεθάνουν. Ας εξετάσουμε μερικές από τις συνέπειες που προκαλούνται από αποτυχίες.

### 1. Η αμαρτία οδηγεί στο θάνατο

Όπως έχουμε ήδη πει, κάθε αποτυχία δεν είναι αμαρτία. Όμως όταν κάποιος αθετεί τους νόμους του Θεού, αυτή η αποτυχία θα καταλήξει σε θάνατο. Ο Θεός το ξεκαθαρίζει αυτό στους Ρωμαίους 6:23, όπου λέει, «Γιατί ο μισθός που δίνει η αμαρτία είναι ο θάνατος, ενώ το δώρο που χαρίζει ο Θεός είναι η αιώνια ζωή, την οποία έφερε ο Ιησούς Χριστός, ο Κύριός μας». Αυτό το εδάφιο ξεκαθαρίζει ότι ο θάνατος είναι συνέπεια της αμαρτίας. Αλλά ο Θεός έδωσε το μέσο για την αποφυγή αυτής της συνέπειας με το να δεχθούμε το δώρο της σωτηρίας που ο Ιησούς Χριστός προσφέρει. Εκείνος που αρνείται να δεχθεί το δώρο που ο Ιησούς Χριστός προσφέρει θα περάσει την αιωνιότητα στην κόλαση – αιώνιος θάνατος.

## 2. Ενοχή

Όταν ένα άτομο αποτυγχάνει, συχνά ακολουθούν ενοχές. Αυτό ακριβώς συμβαίνει όταν η αποτυχία είναι αμαρτία. Το Άγιο Πνεύμα θα μαρτυρεί μέσα σου όταν αμαρτάνεις, και η μαρτυρία Του θα συμφωνεί πάντα με τις αλήθειες της Βίβλου. Αν δεν έχεις τα αυτιά σου ανοικτά, μπορεί να μην Τον ακούσεις καν. Μην υποθέσεις ότι είναι εντάξει να συνεχίσεις να κάνεις αυτή τη δραστηριότητα μόνο και μόνο επειδή δεν νιώθεις ενοχές.

Ο Θεός θα σου μιλήσει μέσα στη συνείδηση σου, αλλά μερικοί άνθρωποι μπερδεύουν τις δικές τους ιδέες με την φωνή του Θεού. Έχουν μια ‘υπερευαίσθητη συνείδηση’ και νιώθουν μεγάλη ενοχή για τις πιο μικρές αποτυχίες. Αν ένα πουλί πετάξει μπροστά από το αυτοκίνητό τους και σκοτωθεί, νιώθουν ένοχοι εξαιτίας αυτού του ατυχήματος. Αυτή η ενοχή δεν είναι από τον Θεό.

## 3. Μία αίσθηση κενού

Πολλές αποτυχίες αποτελούν την προσπάθειά μας να βρούμε την ευτυχία ή μια εύκολη λύση σε ένα δύσκολο πρόβλημα. Αντί να κάνουμε τα πράγματα με τον τρόπο του Θεού, έχουμε επιλέξει τον εύκολο τρόπο. Όταν επιλέγουμε να αγνοούμε τον τρόπο του Θεού, και πηγαίνουμε με το δικό μας τρόπο, δεν θα βρούμε την ικανοποίηση που προέρχεται μόνο από το Θεό. Αυτή η αόριστη αίσθηση του κενού μπορεί να οδηγήσει σε αισθήματα απελπισίας και απόγνωσης.

## 4. Πειθαρχία

Μια από τις επίπονες συνέπειες της αποτυχίας είναι η πειθαρχία ή η τιμωρία. Για τα μικρά παιδιά αυτό μπορεί να σημαίνει μια ξυλιά στα οπίσθια επειδή απέτυχαν να υπακούσουν την Μαμά ή τον Μπαμπά (πειθαρχία). Αυτοί που παραβαίνουν τους νόμους της πολιτείας μπορεί να συλληφθούν και να μπουν στη φυλακή (τιμωρία).

Όπως προαναφέραμε, ο Θεός επίσης μας πειθαρχεί όταν αποτυγχάνουμε. Μας πειθαρχεί γιατί μας αγαπάει. (Βλέπε Εβραίους 12:5-11.) Ο βασιλιάς Δαβίδ αμάρτησε μπροστά στο Θεό και αργότερα παραδέχτηκε ότι είχε αμαρτήσει. Ο Θεός τον συγχώρησε, αλλά επίσης τον τιμώρησε για την αμαρτία του. Διάβασε το 2 Σαμουήλ 12 για να δεις τις συνέπειες από τις αμαρτίες του Δαβίδ, όπως επίσης και την τιμωρία για αυτές τις αμαρτίες.

## 5. Κακές συνήθειες

Όταν συνεχίζεις να αποτυγχάνεις τον ίδιο τομέα από καιρό σε καιρό, μπορείς πολύ εύκολα να αναπτύξεις μια κακή συνήθεια. Μετά γίνεται πολύ εύκολο να την δικαιολογήσεις σαν μέρος της προσωπικότητάς σου. «Θυμώνω όπως ο πατέρας μου. Μάλλον το 'χουμε οικογενειακό μας». Οι δικαιολογίες δε θα μετατρέψουν την κακή συνήθεια σε καλή. Όσο περισσότερο ενδίδεις σε αυτήν την κακή συνήθεια τόσο πιο δύσκολο γίνεται να αλλάξεις.

## 6. Εξαρτήσεις

Οι κακές συνήθειες μπορεί να γίνουν τόσο σημαντικές στη ζωή ενός ατόμου, ώστε μετατρέπονται σε εξάρτηση. Σε αυτό το σημείο το άτομο είναι εξαρτώμενο από αυτή τη δραστηριότητα – ναρκωτικά, κάπνισμα, αλκοόλ, τζόγος, ή εξάρτηση από το φαγητό, για να ονομάσουμε μερικά. Νιώθουν υποχρεωμένοι να εκπληρώνουν την ανάγκη τους για αυτήν την εξάρτηση. Για την ακρίβεια, η εξάρτηση έχει τον έλεγχο της ζωής τους.

Θα θυσιάσουν τα πάντα στην προσπάθεια τους να ικανοποιήσουν την ανάγκη τους. Αλλά όσο περισσότερο προσπαθούν να βρουν ικανοποίηση, τόσο λιγότερο την αισθάνονται. Παγιδεύονται σε έναν ιστό από αποτυχίες, πολύ μεγάλες για αυτούς, ώστε να μπορέσουν να τις ξεφύγουν. Κάθε αποτυχία δεν οδηγεί σε εξαρτητική συμπεριφορά, αλλά πολλοί νέοι άνθρωποι σήμερα βιώνουν τη δύναμη των εξαρτήσεων, που έμοιαζε αβλαβής όταν πρωτοξεκινούσαν.

## 7. Αναμνήσεις και πληγές του παρελθόντος

Οι αναμνήσεις από προηγούμενες αποτυχίες μπορούν να γίνουν τεράστιο πρόβλημα. Αν αυτές οι αναμνήσεις συνεχίσουν να στοιχειώνουν το νου σου, μπορούν να σε εμποδίσουν στην προσπάθειά σου να αλλάξεις τον τρόπο ζωής σου. «Προσπάθησα και απέτυχα τόσες πολλές φορές προηγουμένως, έτσι γιατί να προσπαθήσω ξανά; Είναι πολύ επίπονο να πάρεις το ρίσκο της αποτυχίας ξανά.» Το πώς χειρίζεσαι τις αναμνήσεις προηγούμενων αποτυχιών θα έχει δραματική επίδραση στην υπόλοιπη ζωή σου. Ο Θεός μπορεί να σε βοηθήσει να βρεις απελευθέρωση και θεραπεία από αυτές τις πληγές και τις αναμνήσεις. Μερικές φορές αυτή η θεραπεία έρχεται γρήγορα, άλλες φορές χρειάζεται η προσεγμένη βοήθεια ενός χριστιανού συμβούλου.

## 8. Θυμός

Πολλές από τις συνέπειες που μόλις αναφέραμε θα έρθουν στη ζωή σου σαν αποτέλεσμα της αποτυχίας — και δεν έχεις τη δύναμη να σταματήσεις καμία από αυτές τις συνέπειες. Άλλα ο θυμός είναι μία συνέπεια την οποία έχεις τη δύναμη της επιλογής. Πολλοί άνθρωποι θυμώνουν όταν αποτυγχάνουν. Αυτή η ανταπόκριση στο θυμό έχει υπάρξει τόσο μεγάλο κομμάτι του παρελθόντος τους, που δεν το βλέπουν σαν επιλογή — βλέπουν το θυμό τους σαν φυσιολογική ανταπόκριση στην αποτυχία.

Ο θυμός μπορεί να κατευθυνθεί προς τον ίδιο τον εαυτό σου επειδή νιώθεις πως είσαι αποτυχημένος. Ή ο θυμός σου μπορεί να κατευθυνθεί προς άλλους ανθρώπους που υπήρξαν μέρος μιας κατάστασης που οδήγησε στην αποτυχία.

Ο Θεός θέλει να δεις ότι οι επιλογές σου μπορούν να έχουν μια δυναμική επίδραση στις συνέπειες μιας αποτυχίας. Αν επιλέξεις να απαντήσεις με θυμό, αυτό συχνά μπορεί να κάνει την κατάσταση χειρότερη — σαν να ρίχνεις βενζίνη πάνω στη φωτιά.

## 9. Κατεστραμμένες σχέσεις

Το διαζύγιο είναι συνηθισμένο φαινόμενο στις περισσότερες κοινωνίες. Πολλοί λίγοι άνθρωποι παντρεύτηκαν με στόχο να πάρουν διαζύγιο σε μερικά χρόνια — παρ' όλα αυτά, αυτό συμβαίνει συνέχεια. Υπάρχουν πολλά διαφορετικά προβλήματα και αποτυχίες που οδηγούν στη λύση του γάμου.

Οι φιλίες μπορούν επίσης να καταστραφούν από την αποτυχία κάποιου. Μερικές φορές το μόνο που χρειάζεται είναι ένας καυγάς, ή μια αθετημένη υπόσχεση.

## 10. Περισσότερες αποτυχίες

Ίσως βλέπεις τον εαυτό σου στη μέση ενός προβλήματος — και η μία αποτυχία οδηγεί σε άλλη. Στην προσπάθειά σου να φτιάξεις ένα πρόβλημα, δημιουργείς ένα ακόμη μεγαλύτερο. Σαν τον μαθητή που αποτυγχάνει να ολοκληρώσει μια εργασία για το σχολείο στην ώρα της, και μετά λέει ψέματα ώστε να καλύψει την αποτυχία του που δεν την έκανε στην ώρα της.

Μερικές φορές οι Χριστιανοί μπορεί να βρεθούν σε μια κατάσταση αμαρτίας και να πουν, «Ποιο το νόημα, απέτυχα μία φορά, οπότε μπορώ να το ξανακάνω λίγο ακόμα.» Ο νεαρός άντρας που αμάρτησε με το να κοιτά πορνογραφικό υλικό λέει, «Λοιπόν, ίσως το κάνω αυτό λίγο ακόμα, και μετά θα ζητήσω από το Θεό να με συγχωρήσει.» Έτσι για τις επόμενες δύο εβδομάδες συνεχίζει σε αυτό το μοτίβο πριν σταματήσει.

Ο πραγματικός κίνδυνος σε αυτόν τον τρόπο σκέψης είναι ότι δεν αντιμετωπίζει την αλήθεια κατάματα, ότι δηλαδή, η αμαρτία προκαλεί περισσότερη ζημία, και όσο περισσότερο διατηρείς μια καταστροφική συμπεριφορά, τόσο περισσότερη ζημία προκαλείς στη ζωή σου

Στο επόμενο κεφάλαιο θα δούμε τα βήματα που μπορούμε να κάνουμε για να ξεκινήσουμε την θεραπεία από την αμαρτία. Έτσι όπως επιλέγουμε να αμαρτάνουμε, έτσι μπορούμε να επιλέξουμε να κάνουμε θεραπεία. Θα χρειαστούμε συχνά την βοήθεια του Θεού για να πάρουμε το μάθημα που Εκείνος θέλει να πάρουμε από κάθε αποτυχία. Μπορεί να χρειαστούμε και την βοήθεια και άλλων ανθρώπων κατά την διαδικασία.



## Κεφάλαιο 2

# Τα πρώτα βήματα για την θεραπεία μετά από την αποτυχία

Στους πιο πολλούς ανθρώπους δεν αρέσουν οι αποτυχίες. Θέλουμε να είμαστε επιτυχημένοι. Θέλουμε να είμαστε υπερήφανοι για τον εαυτό μας. Αλλά κανείς δεν είναι τέλειος. Άρα δεν είναι απαραίτητο να έχεις ένταση μέσα σου κάθε φορά που αποτυγχάνεις. Ο Θεός ευχαριστιέται αν κάνεις το καλύτερο που μπορούσες να κάνεις. Σε αγαπάει ακόμη κι αν δεν κάνεις το καλύτερο που μπορούσες. Επίσης σε αγαπάει τόσο πολύ ώστε δεν θα επιτρέψει να μείνεις ίδιος όπως είσαι σήμερα.

Αφού όλοι έχουμε αποτυχίες στην καθημερινότητά μας, θα πρέπει να ψάξουμε για τρόπους ανάπτυξης μέσα από τις αποτυχίες. Ας ρίξουμε μια πιο προσεκτική ματιά στο πως μπορούμε να αυξηθούμε σαν αποτέλεσμα των αποτυχιών μας.

**Θεραπεία:** Τα βήματα που κάνει κάποιος για να επανέλθει μετά από μια αποτυχία. Η θεραπεία επίσης περιλαμβάνει την διδασκαλία των επόμενων βημάτων που πρέπει να κάνεις, ώστε να μην διαπράξεις την ίδια αποτυχία ξανά.

Για όλο το υπόλοιπο αυτού του μαθήματος θα μελετήσουμε μια σειρά από βήματα που μπορείς να κάνεις για να αντιμετωπίσεις την αποτυχία. Δύο λέξεις που θα χρησιμοποιούμε συχνά είναι θεραπεία και υποτροπή. Όταν αναφερόμαστε στον όρο θεραπεία, αναφερόμαστε στα βήματα που πρέπει κανείς να κάνει προς την θεραπεία της αποτυχίας του

Η θεραπεία διαφοροποιείται κάθε φορά και εξαρτάται από το είδος της αποτυχίας που έχεις βιώσει. Αν δεν μπορείς να κρατήσεις ένα βιβλίο που κουβαλάς, και σου πέσει στο πάτωμα, η θεραπεία βρίσκεται απλά στο να μαζέψεις το βιβλίο που σου 'πεσε και να συνεχίσεις τον δρόμο σου.

Όμως αν η αποτυχία σου αφορούσε την παραβίαση ενός από τους νόμους του Θεού, τότε η θεραπεία είναι ένα πολύ πιο σοβαρό θέμα. Αν ένα άτομο κλέψει ένα αυτοκίνητο, και κατά την προσπάθειά του πέσει και πάνω σε τρία άλλα αυτοκίνητα, τραυματίζοντας αρκετούς ανθρώπους — οι συνέπειες αυτής της αποτυχίας είναι πολύ πιο σοβαρές. Το να αποκαταστήσεις αυτήν την αποτυχία αφορά πολύ περισσότερα βήματα από ότι το ρίξιμο ενός βιβλίου. Στην ουσία, αν απλά αυτό το άτομο απομακρυνόταν από τον τόπο του ατυχήματος, θα έπραττε ένα ακόμα έγκλημα — αυτό της εγκατάλειψης του τόπου του ατυχήματος.

Όταν χρησιμοποιούμε τον όρο θεραπεία, σε αυτή τη σειρά μαθημάτων, συμπεριλαμβάνουμε και όλα τα απαραίτητα βήματα που κάποιος πρέπει να κάνει για να αντιμετωπίσει τις συνέπειες μιας αποτυχίας. Αυτό μπορεί να σημαίνει τις πνευματικές συνέπειες — όπου η εξομολόγηση της αμαρτίας είναι ένα πρώτο βήμα. Ή μπορεί να περιλαμβάνει την θεραπεία μιας σχέσης με ένα άλλο πρόσωπο που πληγώθηκε από την αποτυχία.

Η θεραπεία δεν έχει να κάνει απλά με την ζημία που προκλήθηκε από την αποτυχία — έχει επίσης να κάνει με την αλλαγή στον τρόπο ζωής ώστε να μην κάνεις το ίδιο λάθος ξανά την επόμενη εβδομάδα. Μια αποτυχία στην ζωή σου μπορεί να υποδεικνύει την ανάγκη για μια ριζική αλλαγή στη ζωή σου. Μπορεί να απαιτεί περισσότερα απ' όσα μπορείς να κάνεις από μόνος σου — μπορεί να χρειαστείς τη βοήθεια άλλων ανθρώπων για να κάνεις αυτές τις αλλαγές. Και σε πολλές περιπτώσεις, θα χρειαστείς τη βοήθεια του Θεού για να κάνεις τις αναγκαίες αλλαγές στη ζωή σου.

Θεραπεία σε μερικές περιπτώσεις δεν είναι μόνο το να πας πίσω στο σημείο που βρισκόσουν πριν αποτύχεις. Συμπεριλαμβάνει την ανάπτυξη σου σε ένα εντελώς διαφορετικό τομέα. Αυτό το είδος ριζικής θεραπείας έχει να κάνει με τη δύναμη του Θεού που μεταμορφώνει και κάνει τον άνθρωπο ένα πιστό ακόλουθο του Ιησού. Αυτού του είδους η ριζική αλλαγή δεν χρειάζεται αν σου πέσει ένα βιβλίο που κρατάς. Αλλά μπορεί να είναι το μοναδικό είδος θεραπείας που θα σε βοηθήσει πραγματικά αν η αποτυχία σου περιέχει την αμαρτία.

Όταν μιλάμε για θεραπεία δεν μιλάμε απλά για την επανόρθωση από κάτι που σπάσαμε, αλλά και για την επανάκτηση της σωστής σχέσης μας με τον Ιησού.

Το άλλο θέμα που θα μελετήσουμε είναι η υποτροπή, και με αυτό εννοούμε τις μελλοντικές πιθανές αποτυχίες. Η διαδικασία της θεραπείας είναι μερικές φορές ανώμαλη, με πολλά σκαμπανεβάσματα. Στο Κεφάλαιο 4 θα ρίξουμε μια πιο στενή ματιά στο τι προκαλεί κάποιον να αποτύχει ξανά έπειτα από την θεραπεία περασμένων αποτυχιών.

## A. Συνήθεις τρόποι ανταπόκρισης στην αποτυχία

Υπάρχουν πολλοί τρόποι να ανταποκριθεί κανείς στην αποτυχία. Καθώς διαβάζεις την παρακάτω λίστα, προσπάθησε να σκεφτείς μία ή δύο περιπτώσεις που εσύ ή άλλοι άνθρωποι υιοθέτησατε αυτές τις μεθόδους για να αντιμετωπίσετε την αποτυχία.

### 1. Απαλλάξου μόνο από το επιφανειακό πρόβλημα

«Θα σταματήσω να σε λέω 'ηλίθιο'» λέει ο Γιάννης. Αυτό είναι σίγουρα ένα βήμα προς τη σωστή κατεύθυνση. Αλλά αν ο Γιάννης συνεχίζει να κρατά μια στάση έλλειψης σεβασμού απέναντι στο άλλο άτομο, θα βρει άλλους τρόπους να επικοινωνεί την έλλειψη σεβασμού του. Αν ο Γιάννης νιώθει ότι η στάση του προς το άλλο άτομο είναι εντάξει, τότε έχει αποτύχει στο να καταλάβει το πως βλέπει ο Θεός τον σεβασμό μας για τους άλλους.

Το να αντιμετωπίζεις μόνο τα επιφανειακά προβλήματα δεν θα φέρει μόνιμη αλλαγή. Πρέπει να πας βαθύτερα αν θέλεις να γευθείς την επιτυχία.

### 2. Καταπίεσε το

Αυτή η μέθοδος του να αντιμετωπίζεις κανείς τις αποτυχίες του είναι παρόμοια με το να ξεφορτωθείς ένα παγόβουνο (ή ένα παγάκι) βυθίζοντας το μέσα στο νερό. Το πρόβλημα είναι ακόμα εκεί, και απαιτεί πολλή ενέργεια για να συνεχίσεις να το συγκρατείς. Αργά ή γρήγορα, η πίεση θα κορυφωθεί σε σημείο που το ίδιο πρόβλημα ή κάποιο άλλο που σχετίζεται με αυτό θα ξαναβγει στην επιφάνεια. Ίσως θα ήταν καλύτερα να πούμε ότι το πρόβλημα θα εκραγεί ξανά.

### **3. Μην κρύψεις τίποτα**

Μερικοί άνθρωποι αντιμετωπίζουν τις αποτυχίες τους με το να μιλάνε συνεχώς για αυτές. Υπάρχει συγκεκριμένος χρόνος και χώρος για να αντιμετωπίζει καθένας τα προβλήματά του, αλλά το κάθε πρόβλημα δε θα' πρεπε να συζητιέται δημόσια. Το άτομο που μπλέκει πάντα σε καυγάδες λέει, «Λοιπόν, έτσι νιώθω μέσα μου. Γιατί θα' πρεπε να κρύψω τα συναισθήματά μου;»

### **4. Τρέξε μακριά από το πρόβλημα**

Μερικοί άνθρωποι φοβούνται να αντιμετωπίσουν τα προβλήματά τους. Αφήνουν αυτό το φόβο να ελέγχει τις ζωές τους. Δε θα καθίσουν να αντιμετωπίσουν τις συνέπειες των αποτυχιών τους, αλλά θα τρέχουν συνεχώς μακριά από αυτό. Πολλοί νέοι στην πίστη Χριστιανοί χρησιμοποιούσαν αυτή τη μέθοδο χειρισμού της αποτυχίας προτού γίνουν Χριστιανοί.

### **5. Αγνόησε το πρόβλημα**

Είχες ποτέ κάποιο πρόβλημα, που είχες επιλέξει να το αγνοείς, ελπίζοντας πως θα έφευγε μακριά από μόνο του; Αυτή η προσέγγιση συνήθως δε λειτουργεί. Μπορείς να παρομοιάσεις αυτή την περίπτωση με τον καπετάνιο ενός πλοίου που βλέπει ένα τεράστιο παγόβουνο μπροστά, αλλά αποφασίζει ότι είναι πολύ δύσκολη δουλειά να αλλάξει πορεία. Αν ήσουν επιβάτης σε αυτό το πλοίο θα είχες εξοργιστεί με την βλακεία του καπετάνιου να πιστέψει ότι με το να αγνοήσει το παγόβουνο θα φύγει από μόνο του. Το άτομο που αγνοεί τις αποτυχίες του, συνήθως αποτυγχάνει και πάλι στους ίδιους τομείς.

### **6. Βρίσκω τρόπο να δικαιολογήσω το πρόβλημα**

Μερικές φορές είναι βολικό να βρίσκουμε δικαιολογίες για τα προβλήματα μας και να επιλέγουμε να αποποιηθούμε την ευθύνη για αυτά. Το άτομο που επιλέγει αυτήν την προσέγγιση για να χειριστεί τις αποτυχίες του, συνήθως κάνει καλή δουλειά με το να λογικοποιεί τα λάθη του. Έχει πάντα μια καλή δικαιολογία όσον αφορά το γιατί δεν μπόρεσε να μην κάνει λάθος. «Λοιπόν, κανείς δεν είναι τέλειος,» είναι μια ακόμα κοινή του απάντηση.

Αν αυτό το άτομο παγιδευτεί σε μια εξάρτηση, ίσως θα ήταν επιτακτικό για την οικογένεια και τους αγαπημένους του να επιχειρήσουν μια παρέμβαση για να ωθήσουν αυτό το άτομο προς την αλλαγή.

### **7. Χειρίσου την αποτυχία με τον τρόπο που θέλει ο Θεός**

Η Βίβλος είναι γεμάτη με πρακτικές συμβουλές και πολλά παραδείγματα του ποιος είναι ο σωστός τρόπος να χειριστείς τις αποτυχίες. Στο υπόλοιπο αυτής της σειράς μαθημάτων θα μελετήσουμε στο πως πρέπει να ανταποκρινόμαστε στην αποτυχία. Θα εξετάσουμε επίσης το πως ο Θεός μπορεί να μας βοηθήσει να αναπτυχθούμε μέσα από εμπειρίες αποτυχίας.

Αρκετά συχνά η μέθοδος του Θεού για να χειριστεί τα προβλήματά μας είναι να ξεκινήσει από τις παρυφές του 'παγόβουνου', αντιμετωπίζοντας τις βαθύτερες αιτίες. Καθώς θεμελιώνουμε τη σχέση μας με το Θεό και ξεκινούμε να ζούμε με το δικό Του τρόπο, τα προβλήματά μας θα ξεκινήσουν να μικραίνουν και σύντομα να εξαφανίζονται. Όταν αποκόψεις το κάτω μέρος του παγόβουνου, τότε και το πάνω μέρος αρχίζει να βυθίζεται επίσης.

## **B. Τι πρέπει να κάνω όταν αποτυγχάνω;**

Οι χειρισμοί που θα ακολουθήσουν μετά την αποτυχία, θα έχουν δραματική επίδραση στο αν η αποτυχία θα γίνει μια θετική ή μια αρνητική εμπειρία στη ζωή μας. Ο τρόπος που θα ανταποκριθείς θα σε φέρει πιο κοντά στην ανάπτυξη και ωρίμανση ή θα σε πάει πιο βαθιά σε περισσότερα προβλήματα.

Όταν καθορίζεται το ποια θα είναι η συμπεριφορά μας μετά την αποτυχία, είναι χρήσιμο να σκεφτούμε πρώτα το είδος της αποτυχίας για την οποία μιλάμε. Στο κεφάλαιο ένα, χωρίσαμε τις αποτυχίες σε τρεις μεγάλες κατηγορίες: (1) αποτυχία που δεν είναι αμαρτία, (2) αποτυχία που είναι αμαρτία, (3) αποτυχία που οδηγεί στην αμαρτία.

Καθώς εξετάζουμε στο πως θα χειριστούμε την αποτυχία, αυτό το κεφάλαιο θα εστιάσει σε αυτές τις αποτυχίες που έχουν αρνητικές συνέπειες — ειδικά αυτές που είναι και αμαρτία. Μερικά από τα παρακάτω αφορούν την κάθε αποτυχία, άλλα εφαρμόζονται μόνο στις περιπτώσεις που η αποτυχία είναι και αμαρτία.

### **Τι πρέπει να κάνω όταν αποτυγχάνω;**

1. Να παραδεχτώ ότι έκανα λάθος
2. Να ζητήσω από το Θεό να με συγχωρήσει
3. Πρέπει να συγχωρήσω τον εαυτό μου
4. Πρέπει να πάρω την απόφαση να σταματήσω να αμαρτάνω
5. Να ζητήσω συγχώρεση από αυτούς που έχω προσβάλει
6. Να βρω την αιτία της αποτυχίας
7. Να κοιτάξω να απεμπλακώ από την αποτυχία με τον τρόπο που θέλει ο Θεός
8. Να αφήνω τους άλλους να μου λένε το πως βλέπουν τα προβλήματά μου
9. Να συνεχίσω να αναπτύσσομαι

## 1. Να παραδεχτώ ότι έκανα λάθος

Είναι πολύ δύσκολο να πεις, «Έκανα λάθος» και ο Σατανάς θα κάνει το παν για να σε εμποδίσει να κάνεις κάτι τέτοιο. Δεν θα πρέπει να εκλογικεύεις το πρόβλημα και να βρίσκεις δικαιολογίες για αυτό. Στην 1 Κορινθίους 10:13, ο Θεός λέει ότι μας έχει δώσει τη δύναμη που χρειαζόμαστε για να αντιστεκόμαστε και να αποφεύγουμε τους πειρασμούς. Όταν αμαρτάνεις, δεν μπορείς να κατηγορήσεις κανένα εκτός από τον εαυτό σου.

Όταν παραδεχτείς στον εαυτό σου ότι απέτυχες, δε σημαίνει ότι είσαι εντελώς αποτυχημένος. Θα πρέπει να βλέπεις την αποτυχία στη σωστή της διάσταση. Μην την κάνεις μικρότερη απ' ό,τι είναι στα μάτια του Θεού. Αλλά και μην ονομάζεις ένα μικρό λάθος σαν τεράστια καταστροφή. Δε θα χαραμιστεί η υπόλοιπη ζωή σου αν κάψεις το τoστ στο πρωινό.

Αν έχεις χάσει έναν αγώνα, πες στους αντίπαλους παίκτες, «Χάσαμε, αλλά ακόμη κι έτσι, το ευχαριστήθηκα που έπαιξα μαζί σας.»

Ξεκαθάρισε το αν η αποτυχία ήταν και αμαρτία. Αν ήταν αμαρτία, τότε χρειάζεται να το εξομολογηθείς στο Θεό. Γρήγορα πες στον εαυτό σου, «Απέτυχα, αλλά θέλω να ζήσω με την ειρήνη του Θεού στην καρδιά μου.»

## 2. Να ζητήσω από το Θεό να με συγχωρήσει

Πρέπει να πας πέρα από την παραδοχή του φταιξίματος. Πες στο Θεό ότι τον παράκουσες και ζήτα Του να σε συγχωρήσει. Όχι μόνο με λόγια — πρέπει να εννοείς πραγματικά αυτό που λες.

### Ιάκωβος 4:8-10

**Πλησιάστε το Θεό, και θα σας πλησιάσει κι εκείνος. Καθαρίστε τα χέρια σας οι αμαρτωλοί, κι εξαγνίστε τις καρδιές σας οι δίγνωνοι. <sup>9</sup> Θρηνήστε και πενήθηστε και κλάψτε. Ας γίνει το γέλιο σας πένθος και η χαρά σας θλίψη. <sup>10</sup> Ταπεινωθείτε μπροστά στον Κύριο, κι Εκείνος θα σας ανεβάσει ψηλά.**

Μόλις συνειδητοποιήσεις ότι έχεις αμαρτήσει μπροστά στα μάτια του Θεού, θα πρέπει να έρθεις σε Αυτόν και να εξομολογηθείς την αμαρτία σου. Δεν χρειάζεται να περιμένεις για μια ώρα, για μια μέρα, ή μέχρι την επόμενη Κυριακή για να εξομολογηθείς την αμαρτία σου σε Αυτόν. Ο Θεός έχει υποσχεθεί να σε συγχωρήσει αν με ειλικρίνεια του ζητήσεις να σε συγχωρήσει.

## 3. Πρέπει να συγχωρήσω τον εαυτό μου

Σταμάτα να κατακρίνεις τον εαυτό σου. Είναι πολύ εύκολο να καταδιάζουμε τον εαυτό μας. «Είμαι τόσο αποτυχημένος.» «Πώς μπόρεσα να είμαι τόσο χαζός;» Όλες αυτές οι επιθέσεις προς τον εαυτό σου δεν θα λύσουν το πρόβλημα. Αυτές οι επιθέσεις μπορεί να μην προέρχονται μόνο από εσένα, αλλά και από άλλους. Ο Σατανάς επίσης μπορεί να φέρει σκέψεις κατάκρισης στο μυαλό σου για να σε αποθαρρύνει και να σε περιορίσει από το να μετατρέψεις την αποτυχία σε ευκαιρία για ανάπτυξη.

Δες την αποτυχία από την οπτική γωνία του Θεού. Παραδέξου ότι απέτυχες — μην το αγνοείς. Επέτρεψε στον εαυτό σου να μην είναι τέλειος. Αντί να κατασαδιάζεις τον εαυτό σου, επικεντρώσου στο πως θέλει ο Θεός να χειριστείς αυτήν την αποτυχία.

Προσπάθησε να δεις την αποτυχία σου με ακρίβεια. Μην μεγαλοποιείς την επίδρασή της στη ζωή σου. Αλλά από την άλλη, μην αγνοείς την επίδρασή της. Το να συγχωρήσεις τον εαυτό σου σημαίνει πως συνεχίζεις να ωριμάζεις. Δεν παραιτείσαι. Την ζωή σου πρέπει να την ζεις στο 100%.

Αν ο Θεός σε έχει συγχωρήσει, τότε θα πρέπει να συγχωρήσεις τον εαυτό σου. Χρειάζεται να δεις τον εαυτό σου με τον τρόπο που σε βλέπει ο Θεός — ένα άτομο με ελπίδα, ένα άτομο με δυνατότητες.

## 4. Πρέπει να πάρω την απόφαση να σταματήσω να αμαρτάνω

Όταν εξομολογείσαι την αμαρτία σου στο Θεό, είναι σημαντικό να αλλάξεις την συμπεριφορά σου απέναντι στο πρόβλημα. Πρέπει να πάρεις την απόφαση να σταματήσεις να κάνεις αυτό που είναι αμαρτία.

### 2 Χρονικών 7:14

**Και (αν) ο λαός αυτός, που φέρει το όνομά μου, προσευχηθούν με ταπείνωση και με αναζητήσουν και επιστρέψουν από τον κακό τους δρόμο, τότε εγώ θα τους ακούσω από τους ουρανό και θα συγχωρήσω την αμαρτία τους και θα κάνω ευτυχισμένη τη χώρα τους.**

Μερικοί άνθρωποι συνεχίζουν να παρακούν το Θεό κάνοντας το ίδιο πράγμα ξανά και ξανά. Ούτε που προσπαθούν να σταματήσουν να αμαρτάνουν. Αυτό δείχνει ότι δεν καταλαβαίνουν την πραγματική μετάνοια. Η μετάνοια έχει να κάνει με την εξομολόγηση της αμαρτίας, και την απόφαση να γυρίσεις την πλάτη σου σε αυτή την αμαρτία. Παίρνεις την απόφαση να ξεκινήσεις να κάνεις αυτό που θέλει ο Θεός.

Αυτό σημαίνει ότι δεν θα αποτύχεις ξανά σε αυτόν τον τομέα στη ζωή σου; Όχι. Στην ουσία, μην πεις στο Θεό «Υπόσχομαι να μη το ξανακάνω ποτέ.» Έτσι ετοιμάζεις τον εαυτό σου για αποτυχία, και την επόμενη φορά ο Σατανάς θα σε κάνει να γκρεμιστείς με κάθε είδους ενοχής και κατάκρισης. Αντί να εστιάσεις στην αποτυχία, σκέψου τι μπορεί να κάνεις σωστά. Σκέψου την υπακοή στο Θεό και επέλεξε να κάνεις αυτό που είναι σωστό. Όσο λιγότερο σκέφτεσαι τις αμαρτίες, τόσο λιγότερο θα ενδίδεις σε αυτές.

Ανάπτυξη μέσα από την αποτυχία σημαίνει ότι αναλαμβάνεις την υπευθυνότητα να πειθαρχείς τον εαυτό σου εφ' όρου ζωής.

### Φιλιπησίους 4:8-9

**Τέλος, αδερφοί μου, ό,τι είναι αληθινό, σεμνό, δίκαιο, καθαρό, αξιαγάπητο, καλόφημο, ό,τι έχει σχέση με την αρετή και είναι άξιο επαίνου, αυτά να έχετε στο μυαλό σας. <sup>9</sup> Αυτά που μάθατε, παραλάβετε κι ακούσατε από μένα, αυτά που είδατε σ' εμένα, αυτά να κάνετε κι εσείς. Και ο Θεός που δίνει την ειρήνη θα είναι μαζί σας.**

## 5. Να ζητήσω συγχώρεση από αυτούς που έχω προσβάλει

Μερικές φορές οι αποτυχίες σου είχαν να κάνουν με ανθρώπους και οι πράξεις σου τους προσέβαλαν. Χρειάζεται να προσευχηθείς και να ζητήσεις από το Θεό να σε βοηθήσει να ξεκαθαρίσεις αν θα πρέπει να μιλήσεις με αυτά τα άτομα για την κατάσταση. Αν είναι ξεκάθαρο ότι έχουν προσβληθεί, τότε είναι ίσως το σωστό πράγμα να παραδεχτείς ότι έκανες λάθος και να ζητήσεις συγχώρεση.

Όμως, αν αυτά τα άτομα δε γνωρίζουν την αμαρτία σου, τότε δε χρειάζεται να μιλήσεις σε αυτούς για αυτήν. Για παράδειγμα, αν ένας άντρας έχει σκέψεις λαγνείας για μια γυναίκα, δε θα ήταν σωστό να πάει και να εξομολογηθεί σε αυτή τη γυναίκα και να ζητήσει συγχώρεση. Στην προσπάθειά του να ξεπεράσει το πρόβλημα, ο άντρας αυτός μπορεί να ζητήσει συμβουλευτική βασισμένη στο λόγο του Θεού από ένα φίλο ή μέντορα, και μαζί να καθορίσουν τα βήματα προς την αντιμετώπιση του προβλήματος.

Ένα άλλο κομμάτι της συγχώρεσης είναι να αποκαθιστάς ότι έχεις κλέψει ή καταστρέψει. Θα ρίξουμε μια πιο προσεκτική ματιά σε αυτό το θέμα της συγχώρεσης και αποκατάστασης αργότερα σε αυτό το κεφάλαιο.

## 6. Να βρω την αιτία της αποτυχίας

Ρώτα τον εαυτό σου, «Γιατί απέτυχα;» Μπορεί να μην καταλαβαίνεις ακριβώς γιατί απέτυχες. Προσευχήσου και ζήτη από τον Θεό να σε βοηθήσει να καταλάβεις την αιτία. Πολλές φορές προσπαθούμε να ζήσουμε τη Χριστιανική ζωή με τη δύναμή μας, αντί να εξαρτούμαστε από τη δύναμη που θέλει να μας δώσει ο Θεός. Είναι εύκολο να πέσεις στο αυθαίρετο συμπέρασμα, «Τώρα που είμαι Χριστιανός, θα είμαι πετυχημένος.» Ο Θεός όμως, έχει ανοίξει για εμάς δρόμο να ξεπερνούμε τις αποτυχίες μας με το δικό Του τρόπο.

### Φιλιπησίους 4:13

**Όλα τα μπορώ χάρη στο Χριστό που με δυναμώνει.**

Δεν έχεις τη δύναμη να κάνεις όλα όσα θέλεις, μόνο αυτά που ο Θεός επιτρέπει να κάνεις. Υπάρχουν φορές που ο Θεός επιτρέπει την αποτυχία, επειδή θέλει να μάθεις ότι δεν μπορείς να προχωρήσεις στη ζωή με τη δύναμή σου. Μέχρι να μάθεις να τον εμπιστεύεσαι, θα συνεχίζεις να αποτυγχάνεις.

Μερικές φορές αποτυγχάνουμε επειδή επιτρέπουμε στις ανθρώπινες επιθυμίες να πάρουν τον έλεγχο και αυτό συχνά οδηγεί στην αμαρτία. Βλέπε Ιάκωβος 1:13-15. Μερικές φορές αμαρτάνουμε επειδή δεν θέλουμε να κάνουμε πραγματικά αυτό που μας λέει ο Θεός να κάνουμε. Αντίθετα κάνουμε αυτό που νομίζουμε ότι είναι καλύτερο.

Όταν εντοπίσεις την αιτία της αποτυχίας σου, κάνε κάτι για αυτό! Ζήτη από το Θεό να σε βοηθήσει να βρεις τη λύση στο πρόβλημα, έτσι ώστε να μη συνεχίσεις να αποτυγχάνεις.

## 7. Να κοιτάξω να απεμπλακώ από την αποτυχία με τον τρόπο που θέλει ο Θεός

Καμία αποτυχία δεν είναι πολύ περίπλοκη για το Θεό. Εκείνος μπορεί να σε βοηθήσει να βγεις από την αποτυχία. Μπορεί να μην είναι εύκολο. Αλλά η μέθοδός Του θα λειτουργήσει. Η Βίβλος είναι γεμάτη από πρακτικές συμβουλές και παραδείγματα ανθρώπων που βγήκαν από την αποτυχία μέσω της επέμβασης του Θεού. Δεν μπορείς να πας πίσω και να σβήσεις τα λάθη σου. Συνέχισε να προχωράς. Θυμήσου, Αυτός δε θα σου γυρίσει ποτέ την πλάτη.

Μερικές φορές οι Χριστιανοί δίνουν υπερβολική πνευματική έμφαση στις αποτυχίες τους. Θεωρούν ότι κάθε αποτυχία έγινε επειδή «Μάλλον θα πήρα το βλέμμα μου μακριά από τον Ιησού.» Εάν μείνεις σε ένα διαγώνισμα στο σχολείο, η πραγματική αιτία της αποτυχίας σου είναι πως δεν διάβασες αρκετά, ή διάβασες λάθος ύλη. Το να προσεύχεσαι πιο δυνατά δεν αντικαθιστά την περισσότερη μελέτη για το διαγώνισμα στο σχολείο. Υπάρχει η στιγμή της προσευχής αλλά υπάρχει και η στιγμή να παύσεις την προσευχή και να αρχίσεις τη δουλειά. Κάποιες αποτυχίες είναι αποτέλεσμα τεμπελιάς, όχι «επίθεσης του Σατανά.»

## 8. Να αφήνω τους άλλους να μου λένε το πως βλέπουν τα προβλήματά μου

Μερικοί από μας δεν έχουν κανένα πρόβλημα να καταγράψουμε τις αποτυχίες μας. Μερικές φορές όμως, οι άλλοι μπορούν να δουν τα προβλήματα μας καλύτερα από μας. Αυτά μπορείς να τα αποκαλέσεις τα «τυφλά σημεία» σου. Αποφάσισε να ακούσεις προσεκτικά όταν ένας φίλος ή συγγενής σε πλησιάζει και σου λέει, «Έχεις πρόβλημα με ...» Εάν η αντίδραση σου είναι μια καυστική κριτική ή τους λες να μην ανακατεύονται στη ζωή σου, μόνο κακό στον εαυτό σου κάνεις.

Στο Λουκά 18:18-30 μας λέει για ένα πλούσιο άρχοντα που ήρθε στον Ιησού για να ζητήσει βοήθεια. Ήθελε να ξέρει στα σίγουρα αν θα πάει στον Ουρανό όταν θα πεθάνει. Ο Ιησούς τον ρώτησε αν ήταν υπάκουος στους νόμους του Θεού. Εκείνος απάντησε «Ναι.» Ο Ιησούς μετά του είπε ποιο ήταν το πρόβλημα του. Το 'τυφλό σημείο' του ήταν τα λεφτά του. Ο Ιησούς του είπε να πουλήσει ότι είχε, και να το δώσει στους φτωχούς, και μετά να πάει και να τον ακολουθήσει. Ο πλούσιος έφυγε με λυπημένη καρδιά — αλλά τώρα ήξερε το πρόβλημά του.

Αν επιτρέψεις σε άλλους να σε διορθώσουν, να είσαι έτοιμος για το αναπάντεχο. Αν δεν πεθάνουν από σοκ, θα ζήσουν για να σε σέβονται και μπορεί να αναπτύξουν ακόμη και μια στενή φιλία μαζί σου. Μην αφήσεις την περηφάνια σου να σε περιορίσει από το τι έχουν να σου πουν οι άλλοι. Μπορεί να κάνουν λάθος, αλλά μπορεί ο Θεός να χρησιμοποιεί αυτό το άτομο για να σου υποδείξει την αλήθεια. Κανένας δεν πέθανε επειδή άκουσε την αλήθεια. Αν αυτό που σου λένε είναι αλήθεια, ο Θεός συνήθως το επιβεβαιώνει αυτό στην καρδιά σου. Θα μπορούσες ίσως να ρωτήσεις και κάποιον άλλο φίλο αν βλέπει το ίδιο πρόβλημα στη ζωή σου.

Πολλοί άνθρωποι δεν καταφέρνουν να σου πουν ποια είναι τα προβλήματα στη ζωή σου με το πιο τέλειο τρόπο. «Παρακαλώ κάντε το με πραότητα», λες στον εαυτό σου. Αν περιμένεις για την τέλεια βοήθεια να εμφανιστεί, πιθανόν να πεθάνεις στην αναμονή. Αν θέλεις πραγματικά να είσαι επιτυχημένος θα ρωτήσεις τους άλλους να σου πουν για τα προβλήματα που βλέπουν στη ζωή σου. Μην εκπλαγείς αν σε δοκιμάσουν πρώτα. Μπορεί να σου μιλήσουν αρχικά για μια μικρή αδυναμία στη ζωή σου, μόνο και μόνο για να δουν πως



θα αντιδράσεις. Αν δεχτείς την διόρθωση με ανοικτό μυαλό και δε θυμώσεις, τότε θα σου πουν παραπάνω.

Το να παραδεχτείς ότι έχεις τυφλά σημεία απαιτεί πολύ κουράγιο. Ζήτα από το Θεό να σε βοηθήσει να ακούς το τι σου λέει διαμέσου της κριτικής των άλλων.

## 9. Να συνεχίσω να αναπτύσσομαι

Ο καλύτερος τρόπος να νικήσεις την αποτυχία είναι να συνεχίσεις να αναπτύσσεσαι. Αν μαθαίνεις από τα λάθη σου, είσαι σε μια πορεία για να γίνεις ένα επιτυχημένο άτομο. Μην αφήνεις τον διάβολο να σε αποθαρρύνει. Θυμήσου την υπόσχεση στους Φιλιππησίους 1:6—ο Θεός θα σου δώσει τη δύναμη να αντιμετωπίσεις κάθε πρόβλημα στη ζωή σου.

## Γ. Ζητώντας συγχώρεση

Ας ρίξουμε μια πιο στενή ματιά σε δυο θέματα που παίζουν βασικό ρόλο στην ανταπόκρισή μας στην αποτυχία-την συγχώρεση και την αποκατάσταση.

Ένα από τα πιο δύσκολα πράγματα στη ζωή είναι ίσως το να πας σε κάποιον/α και να ζητήσεις συγγνώμη έπειτα από δικό σου λάθος. Είναι σημαντικό βήμα για θεραπεία μετά από την αποτυχία είναι να ζητήσεις συγχώρεση από κάποιον που έχει προσβάλει.

Ο Σατανάς θα κάνει ότι ‘περνά από το χέρι του’ για να σε αποτρέψει από το να αποκαταστήσεις τη σχέση σου με το άτομο που έχει προσβληθεί. Θα προσπαθήσει να σε κάνει να πιστέψεις πως το άλλο άτομο έχει το πρόβλημα. Θα επικαλεστεί την περηφάνια σου, «Αν παραδεχτείς σε αυτό το άτομο ότι έκανες λάθος θα σε απογοητεύσει και θα σε κάνει να μοιάζεις χαζός.»

Αν θέλεις να αποκαταστήσεις την αποτυχία σου, τότε ένα βήμα είναι να ζητήσεις συγχώρεση από αυτούς που έχουν επηρεαστεί από την αποτυχία. Ο Θεός θα σου δώσει τη δύναμη και τη σοφία για να το κάνεις, αλλά δε θα το κάνει Αυτός για σένα. Μη ζητάς από το Θεό να κάνει ένα θαύμα ώστε να μη χρειαστεί να εξομολογηθείς το λάθος σου και να ζητήσεις συγχώρεση.

### 1. Πριν ζητήσω συγχώρεση

Έχεις δει ποτέ μια μαμά, να συμβουλεύει το παιδί της να πει, «Συγγνώμη,» αφού είχε κάνει κάτι κακό σε κάποιο άλλο παιδί; Ίσως το παιδί μурμουρίσει τα λόγια, δείχνοντας ξεκάθαρα ότι δεν έβγαιναν από την καρδιά του. Ο Θεός δε ζητά από εμάς να πούμε συγκεκριμένα λόγια, χωρίς να εννοούμε αυτό που λέμε.

Χρειάζεται να κάνεις δύο πράγματα πριν εξομολογηθείς αυτό που έκανες λάθος και ζητήσεις συγχώρεση.

## **α. Να παραδεχτώ στον εαυτό μου και στο Θεό ότι έκανα λάθος**

Πρέπει να πιστέψεις πως έκανες λάθος. Αν δεν είσαι σίγουρος πως έχεις κάνει λάθος, υπέθεσε προς το παρόν πως έχεις κάνει λάθος. Πες στο Θεό τι έκανες. Μη προσπαθείς να δικαιολογηθείς. Αν δεν πιστεύεις πως έκανες λάθος, τότε ίσως να είσαι σωστός. Αλλά αν το άλλο άτομο έχει προσβληθεί από αυτό που έκανες, χρειάζεται να επιδιώξεις την ανάκτηση της σχέσης σας. Αυτό είναι πολύ πιο σημαντικό από το να αποδείξεις ότι είχες δίκιο. Εν τέλει, αν ήσουν σωστός, ο Θεός το ξέρει. Αλλά, αν ήσουν λάθος, περιμένει από εσένα να το παραδεχτείς μπροστά του.

Ο βασιλιάς Δαβίδ αμάρτησε μπροστά στο Θεό και μετά προσπάθησε να καλύψει τις πράξεις του. Φάνηκε ότι το σχέδιο του θα πετύχαινε, μέχρι που μερικούς μήνες αργότερα, ο προφήτης Νάθαν αποκάλυψε την αμαρτία του. Η απάντηση του Δαβίδ ήταν άμεση, «Αμάρτησα στον Κύριο!». Κι ο Νάθαν του απάντησε, «Ο Κύριος συγχώρησε την αμαρτία σου, δε θα πεθάνεις.» (2 Σαμουήλ 12:13)

## **β. Να γνωρίζω ακριβώς τι έκανα λάθος**

Ίσως να έχεις δει κάποιον να ζητά συγγνώμη για κάτι που διαστρεβλώνει το πραγματικό πρόβλημα «Λυπάμαι που προσβλήθηκες επειδή ήμουν ειλικρινής,» λέει η Μαρία. Αλλά να ξέρεις ότι το πραγματικό πρόβλημα είναι ότι η Μαρία άσκησε δημόσια αυστηρή κριτική στο πρόσωπο αυτό

Πριν πας σε κάποιο άτομο να ζητήσεις συγχώρεση, να είσαι σίγουρος ότι συμφωνείς με το Θεό για το τι έκανες λάθος. Αυτό δε σημαίνει ότι θα περιγράψεις το λάθος με κάθε λεπτομέρεια. Αλλά πρέπει να καταλάβεις ότι η δική σου έλλειψη σεβασμού, η κριτική σου, το οργισμένο ξέσπασμά σου, η ζήλεια σου, ή η υπερηφάνεια σου ήταν στη βάση της αποτυχίας σου. Να είσαι ειλικρινής σχετικά με τον εαυτό σου.

## **γ. Να σχεδιάσω πως θα μιλήσω σε αυτό το άτομο**

Η ιστορία του 'άσωτου υιού' στο Λουκά 15:11-32 είναι ένα καλό παράδειγμα της διαδικασίας της συγχώρεσης. Πρώτα ο υιός αναγνωρίζει την αμαρτία του, και μετά την εξομολογείται στο Θεό. Μετά αποφασίζει να επιστρέψει σπίτι. Προσεκτικά σχεδιάζει τι θα πει στον πατέρα του, εξομολογούμενος την αποτυχία και αμαρτία του. Μετά σηκώθηκε και πήγε σπίτι. Τα πρώτα λόγια στον πατέρα του ήταν η εξομολόγησή του.

Ίσως θα μπορούσες να πάρεις λίγο χρόνο και να γράψεις αυτά που θα πεις. Ή ίσως να το συζητήσεις με ένα φίλο ή μέντορα για να σιγουρευτείς ότι τα σχέδιά σου είναι στοχευμένα.

Ακόμη πιο σημαντικό είναι να βρεις χρόνο και να προσευχηθείς για αυτό και να ζητήσεις τη βοήθεια του Θεού. Αυτό δε σημαίνει ότι πρέπει να προσεύχεσαι για δύο εβδομάδες. Πολλές φορές όσο πιο γρήγορα ζητάμε βοήθεια, τόσο πιο γρήγορα ξεκινά η θεραπεία.

## 2. Λάθος τρόποι να ζητήσεις συγχώρεση

Υπάρχουν αρκετοί τρόποι να ζητήσεις συγγνώμη που υποδεικνύουν πως δεν παραδέχεσαι ειλικρινά πως είχες λάθος. Μπορούμε με έξυπνο τρόπο να παρουσιάσουμε ότι ένα μέρος ευθύνης/φταιξίματος είναι του άλλου προσώπου.

### α. «Αν έκανα λάθος, συγχώρεσέ με...»

Το άτομο που χρησιμοποιεί αυτήν την προσέγγιση ουσιαστικά λέει, «Δε νομίζω ότι έκανα λάθος, αλλά αν εσύ νομίζεις ότι έκανα, τότε συγχώρεσέ με.» Άλλη μία εκδοχή αυτού του ισχυρισμού είναι, «Αν πιστεύεις ότι προσβλήθηκες από αυτό που έκανα, τότε συγχώρεσέ με.» Αν πρόκειται να αποκαταστήσεις τη σχέση σου με κάποιο άλλο άτομο, μη χρησιμοποιείς τη λέξη ‘Αν.’

### β. «Έκανα λάθος, αλλά και εσύ έκανες λάθος...»

Μη δικαιολογείς τα λάθη σου με το να λες ότι και το άλλο άτομο έκανε λάθος επίσης. Η ευθύνη σου είναι να φροντίσεις για αυτό που έκανες εσύ λάθος. Άφησε το Θεό να διευθετήσει το θέμα του φταιξίματος με το άλλο άτομο. Εκείνος έχει αρκετή εμπειρία να βάζει τα πράγματα στη θέση τους.

### γ. «Τώρα που έχω ζητήσει συγγνώμη, πρέπει να με συγχωρήσεις»

Μόνο και μόνο επειδή έχεις ζητήσει συγγνώμη, αυτό δεν αναγκάζει τους άλλους να ανταποκριθούν με τον τρόπο που θέλεις να ανταποκριθούν. Μπορεί να ξεκινήσεις μια συζήτηση με εξωπραγματικές προσδοκίες.

Πριν ξεκινήσεις, μπορεί να έχεις στο μυαλό σου το πως θα εξελιχθεί η κουβέντα — ότι εσύ θα ζητήσεις συγχώρεση, και αυτοί θα σου χαμογελάσουν και θα πουν, «Είσαι συγχωρημένος.»

Αλλά μετά, όταν όντως κάνεις αυτήν την κουβέντα, η απάντησή τους μπορεί να είναι εντελώς διαφορετική. Δε σε συγχωρούν, και ίσως να σου αντιγυρίσουν με περισσότερο θυμό. Αν δεν είσαι προσεκτικός, η απρόσμενη απάντησή τους μπορεί να σου δημιουργήσει νέο και μεγαλύτερο πρόβλημα. Μη φύγεις με θυμό λέγοντας, «Απλά δεν τους άρεσε ο τρόπος που ζήτησα συγγνώμη.» Δεν έχεις δικαίωμα να απαιτείς από κάποιον να σε συγχωρήσει, απλά και μόνο επειδή τους το ζήτησες.

Η συγχώρηση έχει δύο πλευρές — και αφορά τουλάχιστον δύο διαφορετικούς ανθρώπους. Το να παραδεχτείς το λάθος και να ζητήσεις συγχώρηση είναι ένα βήμα. Αλλά, η απάντηση που θα λάβεις δεν είναι στο χέρι σου. Το μόνο που μπορείς να κάνεις είναι το δικό σου μέρος. Ακόμη κι αν το έχεις κάνει με ειλικρίνεια, δεν μπορείς να απαιτείς να σε συγχωρήσουν. Μπορεί να χρειαστεί να κάνεις κι άλλα πρόσθετα βήματα αποκατάστασης πριν αυτό το άτομο σε συγχωρήσει.

## δ. «Τώρα που έχω εξομολογηθεί το λάθος, ας το ξεχάσουμε»

Το να παραδεχτείς την αποτυχία σου δε σημαίνει ότι τώρα όλα είναι εντάξει, και μπορούμε να συνεχίσουμε σαν να μη συνέβη τίποτα. Το να παραδεχτείς την αποτυχία σου δε σημαίνει επίσης ότι τώρα πρέπει να σε εμπιστευτούν. Ακόμη κι αν σε συγχωρήσουν, δε σημαίνει ότι θα σε εμπιστευτούν.

«Τώρα απλά ξέχνα την προηγούμενη αποτυχία μου», μπορεί να είναι μια προσπάθεια σου να αγνοήσεις την ανάγκη σου για περισσότερη αλλαγή. Το συμβάν για το οποίο εξομολογήθηκες μπορεί να είναι μόνο η κορυφή του παγόβουνου.

Μπορεί να χρειαστεί να κάνεις μερικές ουσιαστικές αλλαγές στη ζωή σου και στη σχέση σου με αυτό το άτομο — τα οποία θα σημάνουν ίσως σκληρή δουλειά από την μεριά σου. Το να ζητάς συγχώρηση δεν είναι ένα μαγικό ραβδί που σου επιτρέπει να τα σβήνεις όλα.

Το να αντιμετωπίζεις τις αποτυχίες σου σημαίνει ότι τις βλέπεις με τον τρόπο που θέλει ο Θεός, και ανταποκρίνεσαι ανάλογα με το σχέδιο Του.

## 3. Ο σωστός τρόπος να ζητάς συγχώρηση

Αν θες πραγματικά να βρεις έχεις ειρήνη με το Θεό και αυτούς που επηρεάστηκαν από την αποτυχία σου, τότε με θάρρος να πεις στο άτομο: «Έκανα λάθος σε (πες τι έκανες λάθος). Θα με συγχωρήσεις;»

Όταν αρχίζεις την εξομολόγησή σου με τις λέξεις 'έκανα λάθος' ξεκαθαρίζεις ότι το παραδέχεσαι. Όταν λες στο άλλο άτομο τι έκανες λάθος, δε χρειάζεται να μπεις σε λεπτομέρειες. Να είσαι απλός και σύντομος. Για παράδειγμα, «Έκανα λάθος που δεν σε σεβάστηκα με τον τρόπο που σου μίλησα χθες τ' απόγευμα στη δουλειά.» Άλλο παράδειγμα είναι, «Έκανα λάθος που ήμουν πικραμένος μαζί σου. Θα με συγχωρέσεις σε παρακαλώ;»

Αφού έχεις δηλώσεις τι έκανες λάθος, ζήτα από το άτομο να σε συγχωρήσει. Όταν κάνεις αυτήν την ερώτηση, δίνεις την ευκαιρία στον άλλον να ανταποκριθεί. Αυτό είναι πολύ σημαντικό. Κάνε την ερώτηση ξεκάθαρη και απλή.

Σιγουρέψου ότι θα πάρεις απάντηση από το άλλο άτομο. Αν αυτός/ή πει, «Ξέχασέ το,» ζήτησε ξανά από το άτομο να σε συγχωρήσει. Πες του/της, ότι ο Κύριος μαρτυρά μέσα σου ότι αυτό που έκανες ήταν λάθος και ότι είναι σημαντικό για σένα να πάρεις μια απάντηση. Αν συνεχίζουν να σου αρνούνται τη συγχώρηση, τότε προσπάθησε με ευγενικό τρόπο να ρωτήσεις το λόγο που δε σε συγχωρούν. Μην πιέσεις το θέμα, αλλά αν το άτομο θέλει να εξηγήσει το λόγο, άκουσε προσεκτικά χωρίς να προσπαθείς να δικαιολογήσεις τον εαυτό σου.

Αν το άλλο άτομο σε συγχωρέσει, τότε θα νιώσεις την ειρήνη του Θεού μέσα σου. Η χαρά που θα πάρεις στην καρδιά σου αξίζει τον πόνο της εξομολόγησης της αποτυχίας, καθώς και της αναζήτησης συγχώρησης.

### Παροιμίες 17:9

**Όποιος φιλία αποζητά, τα λάθη τα σκεπάζει. Όταν τα ξαναφέρνει στην κουβέντα, η φιλία σπάει.**

Ένα άλλο πράγμα που θα δυναμώσει την σχέση σου με το πρόσωπο που έχει επηρεαστεί αρνητικά από την αποτυχία σου, είναι να ζητήσεις από το ίδιο το πρόσωπο να σε βοηθήσει να ξεπεράσεις αυτό το πρόβλημα που έχεις. Ζήτα από το πρόσωπο να κάνει τις προτάσεις του στο πως θα ξεφορτωθείς το πρόβλημα. Αν αυτός/ή προσφέρει κάποια βοήθεια, τότε άκουσε προσεκτικά, και μην προσπαθείς να δικαιολογήσεις τον εαυτό σου ή ν' αφήσεις την περηφάνια να εισχωρήσει ξανά στη ζωή σου.

## Δ. Κάνοντας αποκατάσταση

Ποια ευθύνη έχει ο Χριστιανός στο να κάνει αποκατάσταση για τις προηγούμενες αποτυχίες του; Τι θα γίνει με όλες τις αμαρτίες που διέπραξε πριν γίνει Χριστιανός; «Ο Θεός συγχωρά και ξεχνά» θα πεις. Αυτό είναι αλήθεια, αλλά οι άνθρωποι δεν ξεχνούν τις αποτυχίες σου.

Όταν μιλάμε για το θέμα της αποκατάστασης, πρέπει να είμαστε προσεκτικοί, ώστε να έχουμε στο μυαλό μας τις προτεραιότητες που βάζει ο Θεός. Πολλά από τα διδάγματα του Θεού δεν είναι εύκολα, και στην ουσία, είναι αδύνατο για σένα να υπακούσεις χωρίς την βοήθειά Του. Το να αποκαταστήσεις τη σχέση σου με ένα άλλο πρόσωπο δε θα πετύχει, εκτός αν ο Θεός δώσει την επιθυμία σε αυτό το άλλο πρόσωπο για να σε συγχωρήσει.

Η πιο σημαντική αποκατάσταση που μπορείς να κάνεις είναι αυτή μαζί με το Θεό. Αυτό σημαίνει να εξομολογηθείς τις αμαρτίες σου και να ζητήσεις συγχώρεση. Αν δεν αποκαταστήσεις την σχέση σου με τον Θεό, τότε οτιδήποτε άλλο κάνεις δεν θα έχει αξία.

Το δεύτερο πιο σημαντικό είδος αποκατάστασης που μπορείς να κάνεις είναι να αποκαταστήσεις τη σχέση σου με άλλα μέλη της οικογένειας. Αν οι προηγούμενες αποτυχίες σου διέλυσαν την επικοινωνία και την εμπιστοσύνη, τότε κάνε βήματα για να αποκαταστήσεις αυτές τις σχέσεις. Πρόσεχε, μην προσδοκάς άμεση αλλαγή σε κάθε άτομο. Θυμήσου, αν πέρασες αρκετούς μήνες ή χρόνια καταστρέφοντας την σχέση σου με αυτό το μέλος της οικογένειά σου, μπορεί να πάρει αρκετό χρόνο για να εμφανιστεί η θεραπεία.

Σε πολλές περιπτώσεις ο Θεός θα σε καθοδηγήσει να κάνεις υλική αποκατάσταση για κάτι που έκλεψες ή κατέστρεψες. Οι νόμοι της Παλαιάς Διαθήκης που αφορούν την αποκατάσταση το ξεκαθαρίζουν, ότι ο Θεός πιστεύει πως αυτό είναι ένα σημαντικό κομμάτι της επίλυσης μιας αποτυχίας ή αμαρτίας. Μερικοί άνθρωποι σηκώνουν τα χέρια ψηλά σε ένδειξη απόγνωσης και μόνο στη σκέψη να κάνουν αποπληρωμή για όλα τα παλιά τους αμαρτήματα. Αν νιώθεις έτσι, τότε βρες χρόνο να διαβάσεις Φιλιππησίους 4:13 και Ρωμαίους 8:28. Σήμερα μπορεί να μην έχεις τα μέσα για να κάνεις οικονομική αποκατάσταση. Αλλά μπορείς να προσευχηθείς για να δεις τι θέλει ο Θεός να κάνεις σήμερα. Έπειτα αναζήτησε χριστιανική συμβουλευτική για να δεις με τι τρόπους θα κάνεις αυτό που ο Θεός σου ζήτησε να κάνεις.

### 1. Το βιβλικό μοντέλο αποκατάστασης

Οι νόμοι της Παλαιάς Διαθήκης, που ο Θεός έδωσε στους Ισραηλίτες, ξεκάθαρα δήλωναν τις αποζημιώσεις που κάποιος έπρεπε να κάνει για τις ζημιές που είχε προκαλέσει. Υπάρχουν επίσης αρκετές βιβλικές αρχές που δίνονται στην Καινή Διαθήκη που βρίσκουν εφαρμογή σήμερα.

Ματθαίος 5:23-24, Λουκάς 19:-10, Γαλάτας 6:1-2.

Αν θέλεις πραγματικά το καλύτερο του Θεού για την ζωή σου, τότε ξεκίνα μια μελέτη του τι λέει ο Θεός για τον τομέα της ζωής σου που σε ενδιαφέρει. Ο Θεός θα σου δώσει τη σοφία και τη νύηση σχετικά με το πως να Τον υπηρετήσεις σωστά μέσα από όλες αυτές τις δύσκολες καταστάσεις της ζωής σου.

### **Επέστρεψέ το**, του Brian Swails

Καθώς περίμενα με νευρική ανησυχία τον δικαστή να ανακοινώσει την ποινή μου, σχεδιάζα την διαφυγή μου από την αίθουσα του δικαστηρίου. Σκεφτόμουν, «Αν πει 5 χρόνια φυλακή, θ' αρχίσω να τρέχω. Αν με πυροβολήσουν, ελπίζω να είναι θανατηφόρο το χτύπημα.»

Την προηγούμενη νύχτα είχα προσευχηθεί, «Θεέ μου, αν με βοηθήσεις να μείνω έξω από τη φυλακή, θα σε υπηρετήσω με όλη μου την καρδιά.»

«Brian Swails, καταδικάζεσαι σε 5 χρόνια φυλάκιση στο αναμορφωτήριο,» ο δικαστής είπε. Πριν μπορέσω να αντιδράσω, πρόσθεσε: «Η ποινή φυλάκισης αναστέλλεται.»

Ο κοινωνικός λειτουργός που όρισε το δικαστήριο ήταν Χριστιανός και με βοήθησε να μπω στο πρόγραμμα 'Πρόκληση στα Νιάτα' στο Colfax της Iowa. Στη ρεσεψιόν υποδοχής για το πρόγραμμα την πρώτη ημέρα, παρέδωσα τα τσιγάρα μου με απροθυμία, σκεπτόμενος, πώς θα κόψω τα 4 πακέτα την ημέρα; απλά δεν θα μπορέσω να το κάνω αυτό.

Τις επόμενες εβδομάδες πάλεψα με τον εθισμό μου στο τσιγάρο. Είχα αποφασίσει να κρατήσω την υπόσχεσή μου στο Θεό, γιατί έμεινα εκεί. Επίσης ήξερα ότι τα 5 χρόνια στη φυλακή με περιμένανε αν έφευγα από το πρόγραμμα της Πρόκλησης στα Νιάτα.

Είχα βρεθεί στην εκκλησία, μόνο μερικές φορές στη ζωή μου. Τώρα προσευχόμουν καθημερινά, «Θεέ μου σε παρακαλώ, φανερώσου στη ζωή μου.»

Μια μέρα καθώς προσευχόμουν ένιωσα ειρήνη μέσα μου — το καλύτερο συναίσθημα που είχα ποτέ. Αργότερα, καθώς διάβαζα τη Βίβλο μου, τα εδάφια λες και ξεπετάγονταν από τις σελίδες. «*Ουαου, Θεέ μου αυτό είναι για μένα,*» σκεφτόμουν.

Μετά από 5 μήνες μέσα στο πρόγραμμα, μελετούσα για μια εργασία με θέμα τον 'ψεύτικο Χριστιανισμό'. Ένιωσα τότε υπόλογος μπροστά στο Θεό για ένα κακούργημα που είχα κάνει — είχα κλέψει \$150 από ένα ATM. Είχα διαπράξει αυτή τη ληστεία αρκετά χρόνια πριν, και τώρα ο Θεός μου έλεγε να κάνω αποκατάσταση. Ήμουν φοβισμένος, αλλά ο Θεός μου έλεγε, «Brian, εμπιστεύσου Με.»

Ολοκλήρωσα το 'Πρόκληση στα Νιάτα' και πήγα σε ένα πρόγραμμα επανένταξης στην Omaha της Nebraska. Εκεί είπα στο νέο υπεύθυνο της ομάδας μου για τα χρήματα. Βρήκα μια δουλειά και κάθε εβδομάδα έβαζα στην άκρη χρήματα για να ξεπληρώσω τα κλεμμένα.

Τηλεφώνησα στη γραμματέα του προέδρου της τράπεζας στο Des Moines, ζήτησα ένα ραντεβού και της είπα ότι ήθελα να επιστρέψω τα χρήματα που είχα κλέψει. Η γραμματέας είπε ότι αν πήγαινα εκεί με τα χρήματα, ο πρόεδρος θα έπρεπε να αναφέρει το περιστατικό στην αστυνομία αφού επρόκειτο για κακούργημα.

Ο φόβος ότι θα με συλλάβουν και θα με οδηγήσουν στη φυλακή εμφανίστηκε και πάλι. Σκεφτόμουν να στείλω τα χρήματα ανώνυμα με το ταχυδρομείο, αλλά ήθελα να κοιτάξω τον πρόεδρο στα μάτια και να του δώσω τα χρήματα.

Ο υπεύθυνος από το πρόγραμμα ήρθε μαζί μου στην τράπεζα. Ομολόγησα την πράξη μου στον πρόεδρο και του έδωσα τα χρήματα. Του είπα ότι είχα γίνει Χριστιανός και ότι

ήθελα τώρα να κάνω αποκατάσταση. «Ζητώ συγγνώμη για ότι έκανα,» είπα, «και ζητώ να με συγχωρέσετε.»

Για τα επόμενα 45 λεπτά ο πρόεδρος έκανε ερωτήσεις για το 'Πρόκληση στα Νιάτα' και για το τι με έκανε να θέλω να ξεπληρώσω τα χρήματα.

Καθώς έφευγα από την τράπεζα, ήταν σαν κάποιος να είχε σηκώσει 400 κιλά βάρος από πάνω μου. Ακόμη και όταν ο πρόεδρος έκανε αναφορά, καμία κατηγορία δε μου απαγγέλθηκε.

Κατανοώ ότι χρειάζεται να παίρνω τις βιβλικές αρχές που έμαθα στο 'Πρόκληση στα Νιάτα' και να τις εφαρμόζω κάθε μέρα. Όταν είμαι στη δουλειά, το προσωπικό δεν μπορεί να με δει, αλλά ο Θεός μπορεί.

Καθώς κοιτώ πίσω στα πράγματα που έχει κάνει ο Θεός τα τελευταία 2 χρόνια, μία σκέψη μου ρχεται στο μυαλό — δεν θα μπορούσα να είμαι πιο ευτυχής.

## 2. Βήματα στην Αποκατάσταση

### α. Κάνε μια δέσμευση με τον Θεό

Αν πιστεύεις ότι ο Θεός θέλει να αποκαταστήσει μια προηγούμενη αποτυχία, τότε ξεκίνα να το σχεδιάζεις. Σημείωσε τι θα πεις στο πρόσωπο. . Μετά προσευχήσου και ζήτα από τον Θεό να φέρει αυτό το πρόσωπο στο δρόμο σου, ώστε να έχεις την ευκαιρία να το συζητήσεις με αυτόν/ήν. Να είσαι έτοιμος να κάνεις το μέρος σου. Ο Θεός θα κάνει το δικό Του μέρος.

### β. Αποκατάστησε την σχέση σου με το άτομο που πρόσβαλες

Ο πρώτος στόχος σου στην αποκατάσταση είναι η σχέση με το άτομο που πρόσβαλες. Το αποτέλεσμα μπορεί να είναι το ξεκίνημα μιας νέας φιλίας. Όμως, και το αντίθετο μπορεί να είναι αλήθεια - μπορεί ποτέ να μην αναπτύξεις στενή σχέση με αυτό το άτομο. Ανάλογα με το ποιο είναι αυτό το άτομο, μπορεί απλά να θέλεις να ζητήσεις συγχώρεση, να κάνεις αποκατάσταση, και να προχωρήσεις στη ζωή σου.

### γ. Κάνε υλική αποκατάσταση για αυτό που έκλεψες ή κατέστρεψες

Όταν ζητάς συγχώρεση, πρόσφερε ξεκάθαρα αποζημίωση για αυτό που έκλεψες ή κατέστρεψες. Συζήτα τα σχέδιά σου με αυτό το άτομο. Ο Θεός έχει υποσχεθεί να προμηθεύσει όλες σου τις ανάγκες και αυτά τα χρέη εμπεριέχονται σε αυτές τις ανάγκες. Μπορεί να περάσουν αρκετοί μήνες πριν να μπορέσεις να αποζημιώσεις για αυτά που χρωστάς. Αν στο παρόν έχεις δουλειά, θα έπρεπε να μπορούσες να πληρώσεις κάτι σε σταθερή βάση, ακόμη κι αν ήταν \$5.00 τη βδομάδα. Αν είσαι πιστός με τα λίγα που έχεις, ο Θεός θα σε ευλογήσει και θα συνεχίσει να προμηθεύει για τις ανάγκες σου.

### 3. Τα αποτελέσματα της αποκατάστασης

Όταν επιλέγουμε να υπακούσουμε στο Θεό, το βλέπει και μας ανταμείβει. Το κίνητρό μας για την υπακοή προς το Θεό είναι να του δείξουμε την αγάπη μας. Ο κύριος λόγος που θα' πρεπε να κάνουμε αποκατάσταση είναι για να του δείξουμε ότι τον αγαπάμε. Το ν' αγαπάς το Θεό είναι το πιο σημαντικό πράγμα που μπορείς να κάνεις στη ζωή σου.

#### α. Εσωτερική γαλήνη

Ο διάβολος θα κάνει οτιδήποτε περνά από το χέρι του για να σε εξαπατήσει ώστε να πιστέψεις ότι δε χρειάζεται να κάνεις αποκατάσταση. Φοβικές σκέψεις μπορεί να πλημμυρίσουν το μυαλό σου. Αλλά αν όντως κάνεις το βήμα και προσφέρεις να δώσεις πίσω αυτό που πήρες η κατέστρεψες, ο Θεός θα σε ευλογήσει με την δική Του εσωτερική γαλήνη. Η δική Του γαλήνη αξίζει περισσότερο από ένα εκατομμύριο ευρώ. Η ενοχή και ο φόβος θα εξαφανιστούν όταν κάνουμε αυτό που θέλει ο Θεός.

Όταν κάνεις αποκατάσταση για τις παλιές σου αμαρτίες, κοιτώντας πίσω, θ' ανακαλύψεις μια νέα ελευθερία γιατί θα ξέρεις ότι έχουν επιλυθεί. Δε θα χρειάζεται να νιώθεις ένοχος – ο Θεός σε έχει συγχωρήσει. Οι άλλοι άνθρωποι που εμπλέκονται στις αποτυχίες ξέρουν ήδη το πως νιώθεις και το σκεπτικό σου, γιατί έχεις πάει ήδη σε αυτούς και έχεις προσπαθήσει να απολογηθείς.

Μην εκπλήσσεσαι αν ο Σατανάς προσπαθεί να ξαναφέρει στην επιφάνεια αυτές τις αμαρτίες και να σε κατηγορήσει ή να σε κατακρίνει. Η Βίβλος αποκαλεί τον Σατανά 'πατέρα του ψεύδους' και 'κατήγορο του ποιμνίου.' Μπορείς να πεις στο Σατανά, «Ναι, απέτυχα, αλλά ο Θεός με συγχώρησε.» Μετά εστίασε τις σκέψεις σου στο Θεό, και ευχαρίστησέ τον για την ειρήνη που σου δίνει. Ευχαρίστησέ Τον επίσης για τα διδάγματα που σου έχει βοηθήσει να πάρεις μέσα από τις αποτυχίες σου.

#### β. Μπορεί να έρθουν κι άλλα βάσανα

Σε μερικές περιπτώσεις, μετά την παραδοχή της αμαρτίας, και την προσφορά της αποκατάστασης, μπορεί να περάσετε και από άλλες δύσκολες εμπειρίες. Αυτό συνέβη στον Χοσέ, ο οποίος κατέληξε να περάσει 2 χρόνια στη φυλακή, επειδή του απαγγέλθηκαν κατηγορίες μετά την παραδοχή της ενοχής του. Ο Χοσέ συνέχισε να υπηρετεί τον Ιησού Χριστό μέσα στη φυλακή.

#### γ. Μπορεί να πείσει τους ανθρώπους ότι είσαι Χριστιανός

Η χριστιανική ζωή στα λόγια είναι εύκολη. Αλλά όταν αυτά που λες, τα υποστηρίζεις και επενδύοντας τα χρήματά σου, οι άνθρωποι σου ρίχνουν μια πιο στενή ματιά. Καταλαβαίνουν ότι είσαι διαφορετικός. Αυτό μπορεί να σου δώσει μερικές εξαιρετικές ευκαιρίες να μοιραστείς με άλλους τι έχει κάνει ο Ιησούς στην ζωή σου. Μπορείς να το κάνεις αυτό και με τα λόγια σου και με τις πράξεις σου.



## δ. Μπορεί να λάβεις συγχώρεση

Πολλοί νέοι Χριστιανοί έχουν βιώσει τη χαρά της συγχώρεσης όταν παραδέχτηκαν το λάθος τους. Σε μια περίπτωση κάποιος είπε, «Βλέπω ότι έχεις αλλάξει πραγματικά. Δε χρειάζεται να μου ξεπληρώσεις αυτά που μου έκλεψες.» Σε άλλη περίπτωση, ο Ντομινίκ πήγε πίσω στο μαγαζί που είχε ληστέψει μερικούς μήνες νωρίτερα πριν γίνει Χριστιανός. Ομολόγησε αυτό που είχε κάνει και προσφέρθηκε να αποζημιώσει. Είπε στον ιδιοκτήτη για την αλλαγή που είχε κάνει ο Ιησούς Χριστός στη ζωή του. Πριν να τελειώσει η κουβέντα τους, ο ιδιοκτήτης του πρόσφερε μια δουλειά εκεί.

Δεν ξέρεις τι θα γίνει μετά που θα ζητήσεις συγγνώμη. Αλλά ξέρεις ότι ο Θεός θα είναι μαζί σου σε κάθε βήμα.

## Κεφάλαιο 3

# Πώς να αναπτυχθώ μέσα από τις αποτυχίες μου

Η αποτυχία είναι ένα συνηθισμένο κομμάτι στην ζωή κάθε ανθρώπου. Το πως ανταποκρινόμαστε σε αυτήν θα καθορίσει το αν θα αποτελέσει ένα θετικό κομμάτι του παρελθόντος μας, ή μια καταστροφική δύναμη, που θα μας τραβήξει πιο κάτω, σε περισσότερα προβλήματα και αποτυχίες.

Ο Θεός θέλει να χρησιμοποιήσει το κάθε πρόβλημα και αποτυχία στην ζωή σου για να σε βοηθήσει να αναπτυχθείς και να γίνεις ο άνθρωπος που εκείνος επιθυμεί να γίνεις. Αυτός υποσχέθηκε πως θα σε βοηθήσει. Αλλά το ερώτημα είναι — θέλεις να αντιμετωπίσεις τις αποτυχίες στη ζωή σου; Θέλεις να αναπτυχθείς;

Η ανάπτυξη μέσα από την αποτυχία είναι μια διαδικασία — μια ‘δια βίου’ διαδικασία. Μπορεί να έχεις την εμπειρία μια ζωής γεμάτης από χαρά, ελευθερία, και αξία. Ο Θεός έχει ένα μέλλον γεμάτο με ελπίδα για εσένα. Τα βήματα προς ανάπτυξη μπορεί να είναι επίπονα σε ορισμένες στιγμές, αλλά με την βοήθεια του Θεού μπορείς να βιώσεις πραγματική ανάπτυξη — πραγματική θεραπεία.

Σε αυτό το κεφάλαιο θα χωρίσουμε την διαδικασία της ανάπτυξης σε τρία μεγάλα στάδια. Πρώτον, χρειάζεται να ξεπεράσεις το πρόβλημα ή την αποτυχία στην ζωή σου. Δεύτερον, χρειάζεται να μάθεις πως να έχεις έναν υγιή τρόπο ζωής — μεταμορφωνόμενος σε αυτό που ο Θεός επιθυμεί από εσένα να είσαι. . Τρίτον, τι βήματα χρειάζεται να κάνεις ώστε να προλάβεις τυχόν επανάληψη της αποτυχίας

### Η διαδικασία της ανάπτυξης μέσα από την αποτυχία

1. Ξεπέρασε το πρόβλημα η την αποτυχία στην ζωή σου
2. Μάθε πως να έχεις έναν υγιή τρόπο ζωής
3. Κάνε βήματα για την πρόληψη της αποτυχίας

### A. Ξεπερνάω το πρόβλημα

Αν πρόκειται να αναπτυχθείς μέσα από την αποτυχία, τότε πρέπει να αντιμετωπίσεις κατάματα την αποτυχία. Το να την αγνοείς δε θα σε κάνει πιο δυνατό, όπως και το να αγνοείς ότι έχεις καρκίνο δεν θα τον κάνει να φύγει από μόνος του.

Στο κεφάλαιο δύο είδαμε μερικά πρώτα βήματα που μπορούμε να κάνουμε για να χειριστούμε την αποτυχία. Τώρα θέλουμε να κατανοήσουμε με μια πιο προσεκτική ματιά την όλη διαδικασία της ανάπτυξης. Θα εξερευνήσουμε πως μπορούμε να πάρουμε μια αποτυχία και να βιώσουμε πραγματική ανάπτυξη ως αποτέλεσμα της αντίδρασής μας.

## 1. Ποια είναι η στάση (νοοτροπία) μου απέναντι στην αποτυχία;

Όταν οι άνθρωποι λένε, «Η νοοτροπία είναι το παν,» αυτό είναι ίσως υπερβολή. Αλλά αυτό που σκέφτεσαι για την αποτυχία θα έχει δραματική επίδραση στο πως ανταποκρίνεσαι στην αποτυχία. Βρες ένα λεπτό και ρώτα τον εαυτό σου, «Ποια είναι η στάση μου απέναντι στην αποτυχία και ιδίως απέναντι στο πρόβλημα που προκάλεσε την αποτυχία στην ζωή μου;»

Φοβάσαι την αποτυχία; Νιώθεις ντροπή εξαιτίας της; Μήπως σε κάνει να έχεις θυμό απέναντι στον εαυτό σου, ή τους άλλους; Μήπως η αποτυχία σε κάνει να έχεις πληθώρα ενοχών στην ζωή σου;

Όταν ο David Wilkerson πρωτοπήγε στη Νέα Υόρκη το 1958, ένιωσε ότι ο Θεός τον ήθελε να μιλήσει σε επτά έφηβους που δικάζονταν για το φόνο του Michael Farmer. Όταν επιχείρησε να πάρει άδεια από τον δικαστή, κατέληξε να τον πετάξουν έξω από το δικαστήριο. Τα M.M.E. του τράβηξαν μερικές φωτογραφίες και του πήραν μερικά σχόλια. Την επόμενη μέρα η φωτογραφία του ήταν στην εφημερίδα και το άρθρο περιέγραφε το πως διέκοψε την δίκη.

Έφυγε από τη Νέα Υόρκη νιώθοντας αποτυχημένος. Θα μπορούσε να είχε επιστρέψει σπίτι, και να είχε υποσχεθεί στον εαυτό του, «Δε θα ξαναπάω ποτέ πίσω στη Νέα Υόρκη.» Είχε ντροπιαστεί; Ναι. Τον παρεξήγησαν οι φίλοι του; Ναι.

Αλλά αντί να απαρνηθεί την αποτυχία του, συνέχισε να προσεύχεται, αναζητώντας την οδηγία του Θεού για την ζωή του. Ο Θεός τον χρησιμοποίησε τους επόμενους μήνες για να ξεκινήσει την διακονία 'Πρόκληση στα Νιάτα' στη Νέα Υόρκη, η οποία έγινε το πλαίσιο για πολλούς νέους, άντρες και γυναίκες, να βιώσουν την βοήθεια και την θεραπεία του Θεού στις ζωές τους. Η διακονία αυτή έγινε διεθνής, και κυριολεκτικά, δεκάδες χιλιάδες ανθρώπων υποστηρίζονται κάθε χρόνο.

Ο Θεός μπορεί να πάρει τις ντροπιαστικές αποτυχίες στην ζωή σου και να τις χρησιμοποιήσει για την ανάπτυξή σου. Αλλά το κλειδί είναι το εξής: Ποιά είναι η στάση σου απέναντι στην αποτυχία; Μερικοί λένε, «Ντρέπομαι τόσο πολύ για τις αποτυχίες μου.»

Στο Εβραίους 12 περιγράφει τη στάση που είχε ο Ιησούς την ώρα που σταυρωνόταν. Αυτό που φαινόταν σαν τεράστια αποτυχία στα μάτια πολλών, ήταν μέρος ενός σχεδίου του Θεού για να φέρει σωτηρία και ελπίδα σε όλο τον κόσμο.

### Εβραίους 12:2

**Ας έχουμε τα μάτια μας προσηλωμένα στον Ιησού, που μας έδωσε την πίστη, την οποία και τελειοποιεί. Αυτός, αντί για τη χαρά που θα μπορούσε να έχει, υπέμεινε το σταυρικό θάνατο περιφρονώντας την ατίμωση, και κάθισε στα δεξιά του θρόνου του Θεού.**

Ο Ιησούς δεν επέτρεψε στη ντροπή να κυριαρχήσει πάνω στη θέλησή Του να αντιμετωπίσει τα προβλήματά που είχε. Αρκετά συχνά ενστερνιζόμαστε τη ντροπή, και νοερά είμαστε σύμφωνοι με το μήνυμα που η ντροπή μεταφέρει. Απεναντίας, αυτό που χρειάζεται να κάνουμε είναι να εστιάσουμε στον Ιησού και στα σχέδια που έχει για την ζωή μας.

Θα πρέπει να υιοθετήσεις τη νοοτροπία που να λέει «Θέλω ν' αναπτυχθώ.» Χρειάζεται να αναπτύξεις μια θετική στάση απέναντι στην αποτυχία — όχι ότι ήθελες να αποτύχεις, ή να βρίσκεις δικαιολογίες για τις αποτυχίες σου. Η στάση σου απέναντι στην αποτυχία πρέπει να είναι ίδια με εκείνη του Θεού.

Όταν φτάνεις στο σημείο να περιφρονείς την αποτυχία, και να μη βρίσκεις το χρόνο να αναλογιστείς τα σημαντικά διδάγματα από τις επίπονες εμπειρίες, τότε στερείς τον εαυτό σου από τις δυνατότητες που σου δίνει ο Θεός.

## 2. Λανθασμένες πεποιθήσεις και η αλήθεια

Συχνά, λανθασμένες πεποιθήσεις συνδέονται με τις αποτυχίες. Μια νεαρή κυρία είπε, «Επειδή δεν έπαιρνα την αγάπη και την προσοχή που χρειαζόμουν από το σπίτι, άρχισα να ψάχνω για αγάπη. Αργότερα κατάλαβα ότι έψαχνα για αγάπη στα λάθος μέρη.»

Έτσι, αφού υιοθετούμε λανθασμένες πεποιθήσεις και συμπεριφερόμαστε ανάλογα, μετά βρίσκουμε τους εαυτούς μας παγιδευμένους σε προβλήματα. Μια νεαρή έφηβη έγραψε ένα γράμμα στο 'Πρόκληση στα Νιάτα' αφού είχαν επισκεφθεί το σχολείο της. Στο γράμμα της επαινούσε το νεαρό άντρα που είχε βρει ελευθερία από τα ναρκωτικά.

Και συνέχισε, «Αλλά τα ναρκωτικά με βοηθούν. Αν δεν ήταν αυτά, δε θα μπορούσα να συνεχίσω τη ζωή μου.» Οι λανθασμένες πεποιθήσεις της την οδηγούσαν σε περισσότερα προβλήματα, σε περισσότερες αποτυχίες, σε περισσότερη καταστροφή.

Σε κάθε αποτυχία που αντιμετωπίζεις στην ζωή σου, ρώτα τον εαυτό σου, «Μήπως είχα λανθασμένες πεποιθήσεις σε αυτόν τον τομέα της ζωής μου;» Μπορεί να μην είναι εύκολο να βρεις την απάντηση. Αλλά το πραγματικό κλειδί είναι να κατανοήσεις την αλήθεια του Θεού και πως συνδέεται με το πρόβλημα σου.

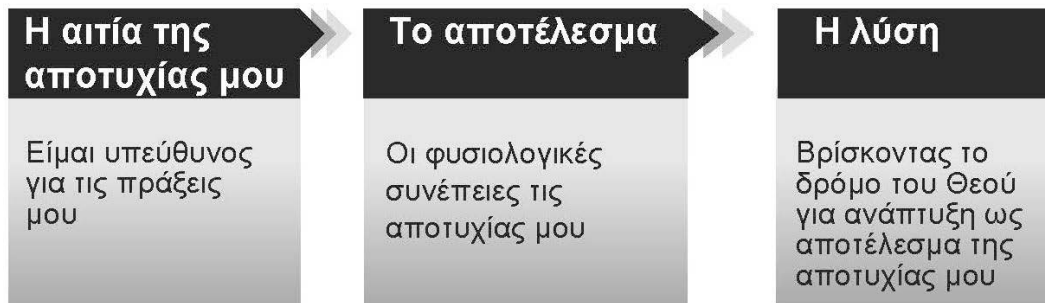
Η αλήθεια του Θεού είναι ο θεμέλιος λίθος πάνω στον οποίο μπορείς ν' αναπτυχθείς μέσα από τις αποτυχίες σου. Θα πρέπει να βρεις την αλήθεια του Θεού που σχετίζεται με κάθε αποτυχία σου και να ξεκινήσεις να εφαρμόζεις την αλήθεια Του στις αντιδράσεις σου.

Το να ζεις με λάθος πεποιθήσεις είναι σα να χτίζεις σπίτι στην άμμο. Μόλις έρθει μια άλλη καταιγίδα, θα πιαστείς σε μια ακόμη αποτυχία.

## 3. Ανακάλυψε τις αιτίες, τ' αποτελέσματα, και τις λύσεις για κάθε αποτυχία

Μπορεί να χρειάζονται πολλά βήματα για την ανάπτυξή σου αν είναι αναπτυχθείς μέσα από την αποτυχία. Ο πίνακας παρακάτω δείχνει τα μεγαλύτερα μέρη της κάθε αποτυχίας. Υπάρχουν σημαντικά διδάγματα που μπορείς να πάρεις για να αποφύγεις την αποτυχία, μελετώντας και τους τρεις τομείς — αιτία, αποτέλεσμα, λύση.

## Κατανοώντας την αποτυχία μου



Αν δεν καταλάβεις πραγματικά τι προκάλεσε την αποτυχία, τότε το να μελετήσεις απλά τις λύσεις δε θα διορθώσει τίποτα. Το να μελετήσεις απλά την αιτία της αποτυχίας, αλλά ν' αγνοήσεις τις λύσεις του Θεού σε βάζει σε κίνδυνο για περισσότερη αποτυχία στο μέλλον.

### α. Πως θέλει ο Θεός να ανταποκριθώ σε αυτή την αποτυχία;

Χρειάζεται να προσεγγίζεις την κάθε αποτυχία υψώνοντας τα χέρια σου στον Θεό και λέγοντάς Του, «Θεέ, χρειάζομαι την βοήθειά σου. Θέλω ν' αναπτυχθώ έτσι ώστε να μάθω από την αποτυχία μου. Βοήθησέ με να δω το πως οι δικές σου αλήθειες μπορούν να μου δώσουν οδηγία για τα βήματα που πρέπει να ακολουθήσω σε αυτόν τον τομέα της ζωής μου ώστε ν' αναπτυχθώ.»

Πάρε χρόνο να διαβάσεις κάποιες ιστορίες ανθρώπων της Βίβλου και το πως αντιμετώπισαν την αποτυχία. Πώς μέσα από τις αποτυχίες τους βοηθήθηκαν να αναπτυχθούν; Και τελικά διδάχθηκαν μέσα από τις αποτυχίες τους;

Αλλά, η βασική αλήθεια που θα πρέπει να θεμελιωθεί μέσα σου είναι ότι πρέπει να πάρεις ευθύνη για τις αποτυχίες σου. Το να κατηγορείς τους άλλους δε θα σε βοηθήσει να προχωρήσεις. Οι άλλοι μπορεί να συνέβαλαν σε κάποια προβλήματα στην ζωή σου, αλλά πρέπει να αποφασίσεις να βρεις τον τρόπο του Θεού για να αναπτυχθείς. Αν οι άλλοι αλλάζουν, αυτό δε σημαίνει ότι εσύ έχεις αναπτυχθεί προσωπικά. Χρειάζεται να είσαι αποφασισμένος να ανταποκριθείς με τον τρόπο του Θεού, ανεξάρτητα από το τι κάνουν οι άλλοι.

## **β. Αντιμετωπίζοντας τις συνέπειες της αποτυχίας μου**

Πολλές φορές οι συνέπειες της αποτυχίας περιλαμβάνουν πόνο και διαλυμένες σχέσεις. Το ν' αναγνωρίζεις τις αιτίες της αποτυχίας σου είναι σημαντικό μέρος της προσωπικής σου ανάπτυξης. Αλλά πρέπει επίσης να παρατηρήσεις το πως η αποτυχία σου επηρέασε άλλους.

Μερικές φορές είμαστε τόσο απασχολημένοι με την δική μας αποτυχία που δεν βρίσκουμε χρόνο να δούμε το πως η αποτυχία μας επηρέασε άλλους ανθρώπους. Η σχέση της 'μίας νύχτας' του Δαβίδ με την Βηρσαβεέ πρόσφερε διασκέδαση για μερικές ώρες. Αλλά ο Δαβίδ μάλλον δε σκέφτηκε τις συνέπειες που η αμαρτία του θα γεννούσε. Η Βηρσαβεέ έμεινε έγκυος. Ο Δαβίδ προσπάθησε να καλύψει την αμαρτία του, με το να φέρει πίσω τον σύζυγό της, τον Ουρία, από τον πόλεμο. Όταν αυτό δε λειτούργησε, έκανε συνωμοσία ώστε να δολοφονηθεί ο Ουρίας. Η καταστροφή συνεχίστηκε, επηρεάζοντας πολλούς αθώους ανθρώπους. Αλλά το πιο σοβαρό απ' όλα, η αμαρτία του Δαβίδ κατέστρεψε την σχέση του με τον Θεό. Μπορείς να διαβάσεις ολόκληρη την ιστορία στο Β' Σαμουήλ, κεφ. 11-12.

Τελικά ο Δαβίδ ομολόγησε την αμαρτία του, αλλά αυτό δεν έκανε τις συνέπειες της αμαρτίας του να εξαφανιστούν με μαγικό τρόπο. Έπρεπε να ζήσει με τις συνέπειες για όλο το υπόλοιπο της ζωής του.

Μερικές από τις αποτυχίες σου μπορεί να κατέστρεψαν την σχέση σου με κάποιο μέλος της οικογένειάς σου, ή με ένα φίλο. Μπορεί να πάρει καιρό και να χρειαστεί συγκεκριμένη δουλειά που πρέπει να γίνει για να αποκαταστήσεις την σχέση αυτή.

Θα μπορούσες να ζητήσεις από αυτούς που επηρεάστηκαν από την αποτυχία σου να σου δώσουν ειλικρινή σχόλια για αυτήν. Ζήτησέ τους να σε βοηθήσουν να δεις τις συνέπειες της αποτυχίας σου από την δική τους οπτική γωνία. Όπως ο Δαβίδ, μπορεί ν' ανακαλύψεις ότι η αποτυχία σου σε τύφλωσε από το να δεις την αλήθεια του Θεού μέσα σε αυτήν την κατάσταση, ιδίως αναφορικά με το πως επηρέασε τους άλλους. Έτσι όπως χρειάζεσαι την αλήθεια του Θεού για ν' αντιμετωπίσεις τις αιτίες της αποτυχίας σου, κατά τον ίδιο τρόπο χρειάζεσαι την αλήθεια του Θεού για ν' αντιμετωπίσεις τις συνέπειες της αποτυχίας σου.

## **γ. Ποια βήματα χρειάζονται για να υλοποιηθεί η λύση του Θεού σε αυτό το πρόβλημα;**

Οι περισσότεροι από εμάς επιθυμούμε γρήγορες και ανώδυνες λύσεις. Προτιμούμε την εκδοχή του μαγικού ραβδιού, ότι δηλαδή με ένα κούνημα του ραβδιού, τα προβλήματά μας θα εξαφανιστούν και θα βρεθούμε αυτομάτως στο μονοπάτι της επιτυχίας και της ωριμότητας.

Η σκληρή αλήθεια είναι ότι πολλές από τις αποτυχίες μας απαιτούν πολλά βήματα για την αλλαγή. Ο πόνος συχνά μας υποκινεί για να αλλάξουμε. Αλλά πόσο αφιερωμένος είσαι στην πειθαρχία της αλλαγής — την πειθαρχία να κάνεις όλες τις απαραίτητες αλλαγές για να προχωρήσεις σε αυτόν τον συγκεκριμένο τομέα της ζωής σου;

Πόσο απελπισμένα θέλεις την ανάπτυξη; Είσαι διατεθειμένος ν' αφιερώσεις εβδομάδες, αν όχι μήνες, σε αυτήν την διαδικασία της αλλαγής;

## 1. Εστίασε το βλέμμα σου στον Ιησού

Η πρώτη προτεραιότητα σου όσον αφορά τα προβλήματα είναι «να έχεις τα μάτια σου προσηλωμένα στον Ιησού». Βλέπε Εβραίους 12:1-2. Αν βασιστείς στην δική σου σοφία, πιθανόν να προδιαθέτεις τον εαυτό σου για περισσότερες αποτυχίες.

Ο Θεός θα σε βοηθήσει αν του το ζητήσεις. Αλλά ακόμα κι έτσι εσύ πρέπει να βάλεις σε εφαρμογή τα βήματα της αλλαγής στη ζωή σου. Δεν αρκεί απλά να προσεύχεσαι, «Θεέ, χρειάζομαι την βοήθειά σου. Σε παρακαλώ λύσε αυτό το πρόβλημα στην ζωή μου.»

Πρέπει να ρωτάμε το Θεό, «Ποια είναι τα βήματα προς την αλλαγή που πρέπει να κάνω;» Μην περιμένεις να ακουστεί ξαφνικά μια φωνή από τον ουρανό, ή να εμφανιστεί ένας άγγελος και να σε αλλάξει. Απεναντίας, εμβάθυνε στον λόγο του Θεού, τη Βίβλο, και ψάξε για εδάφια που να σχετίζονται με το πρόβλημά σου.

## 2. Κάνε βήματα πίστης

Αφού κατανοήσεις τι θέλει ο Θεός από εσένα να κάνεις, χρειάζεσαι και κάτι παραπάνω. Χρειάζεσαι τη δύναμη του Θεού για να σε βοηθήσει. Ο Θεός έχει υποσχεθεί ότι θα σου δώσει πίστη. Η πίστη είναι η δύναμη του Θεού που μπορείς να χρησιμοποιήσεις για να κάνεις αυτό που Εκείνος θέλει να κάνεις.

Πρέπει να χρησιμοποιήσεις τη δύναμή Του για να κάνεις το κάθε βήμα ανάπτυξης που απαιτείται στη ζωή σου. Δε θα κάνει τα βήματα Αυτός για εσένα — εσύ πρέπει να τα κάνεις. Έτσι όπως δεν μπορείς να κάνεις τα βήματα για ένα μικρό παιδί. Το παιδί μπορεί να πέσει κάτω πολλές φορές μέχρι να μάθει πως να περπατά. Κατά τον ίδιο τρόπο ο Θεός θέλει από εσένα να μάθεις να περπατάς το μονοπάτι που έχει χαράξει για σένα.

Και αυτή η ανάπτυξη είναι μια διαδικασία. Ο Θεός ψάχνει για συνέπεια. Χρειάζεται να έχεις επιμονή. Το θέμα δεν είναι να κάνεις ένα επιτυχές βήμα, και μετά πίσω στα ίδια, σαν να μη συμβαίνει τίποτα.

Σε μερικές περιπτώσεις μπορεί να πάρει πολύ καιρό για να ξεπεράσεις επιτυχώς φάσεις στη ζωή σου όπου είχες επαναλαμβανόμενες αποτυχίες. Ακόμη και αν θέλεις να αλλάξεις, μπορεί να δεις τον εαυτό σου να αποτυγχάνει και πάλι στον ίδιο τομέα. Το παρακάτω σχεδιάγραμμα δείχνει τη διαδικασία που κάποιοι μπορεί να περάσουν στην προσπάθειά τους να βρουν αληθινή νίκη σε κάποιο τομέα της ζωής τους όπου έχουν αποτύχει.



### 3. Ανάπτυξε ένα σχέδιο θεραπείας

Μερικές από τις αποτυχίες στην ζωή σου μπορεί να απαιτούν μεγάλη αλλαγή. Για αυτούς που έχουν ένα ιστορικό εξάρτησης, θα χρειαστεί περισσότερη δουλειά ώστε να δουν πραγματική ανάπτυξη – πραγματική θεραπεία. Ανάπτυξε ένα σχέδιο θεραπείας, και γράψε μια λίστα με όλα τα πρακτικά βήματα που χρειάζεται να κάνεις, και έπειτα δώσε καθημερινή προσοχή σε αυτά τα βήματα. Οι στόχοι σου χρειάζονται προσοχή, “Ποιο είναι το καλύτερο του Θεού για εμένα;” Μην συμβιβαστείς με κάτι λιγότερο από αυτό που είναι το καλύτερο του Θεού.

Αυτό το σχέδιο θεραπείας θα μπορούσε να ονομαστεί το σχέδιο της μεταμόρφωσής σου. Ο Θεός θέλει να σε αλλάξει ολοκληρωτικά από μέσα προς τα έξω. Θέλει να αλλάξει την καρδιά σου. Θέλει να ανανεώσεις το νου σου. Θέλει να δεσμευτείς στο να Τον ακολουθήσεις. Θέλει να βιώσεις την ειρήνη που προέρχεται από το να έχεις μια υγιή σχέση μαζί Του. Με το να έχεις ένα σχέδιο θεραπείας εννοούμε ότι πραγματικά κατανοείς και αισθάνεσαι τι σημαίνει να ζεις νικηφόρα κάθε μέρα με την βοήθεια του Θεού.

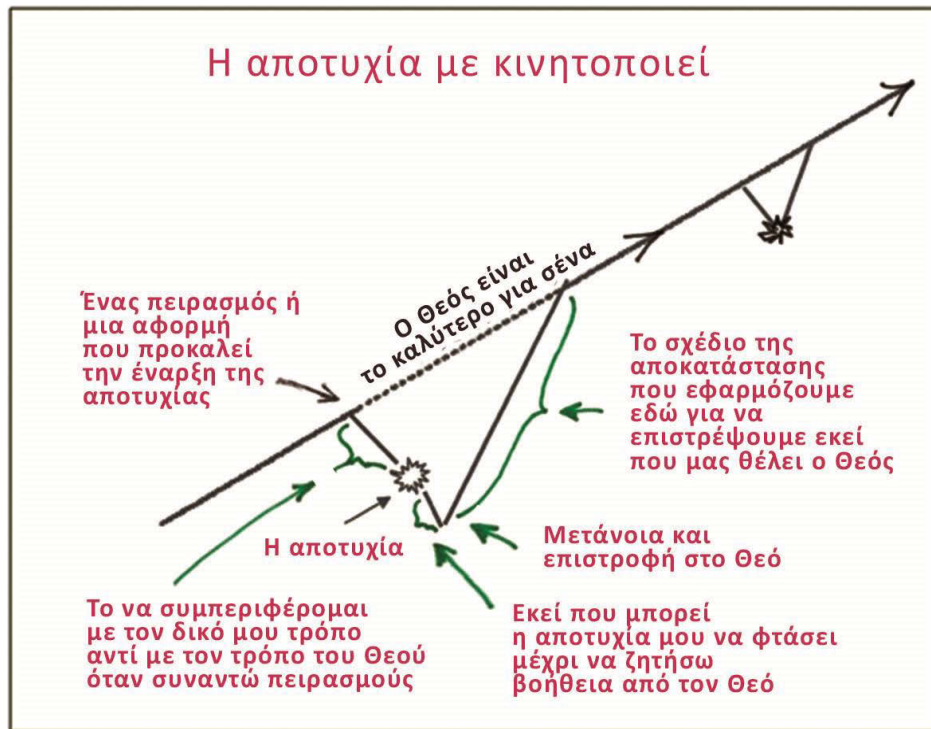
#### Ρωμαίους 12:2

**Μην προσαρμόζεστε στη νοοτροπία αυτού του κόσμου, αλλά να μεταμορφώνεστε συνεχώς προς το καλό, αποκτώντας το νέο φρόνημα του πιστού. Έτσι θα μπορείτε να διακρίνετε ποιο είναι το θέλημα του Θεού, το καλό και αρεστό στο Θεό και τέλειο.**



## 4. Η αποτυχία με κινητοποιεί

Η αποτυχία αλλάζει τη ζωή σου. Μιλάμε για τα μεγάλα πράγματα εδώ. Το να φοράς τις λάθος κάλτσες σήμερα δεν πρόκειται να σου καταστρέψει τη ζωή. Όμως μερικές από τις αποτυχίες σου σε επηρεάζουν με σημαντικό τρόπο. Δεν μπορείς να πας πίσω στο χρόνο και να σβήσεις την αποτυχία, ή την επίδρασή της στη ζωή σου, ή στη ζωή των άλλων που επηρεάστηκαν από αυτή.



Κάθε αποτυχία έχει κλειδώσει χρονικά. Δεν μπορείς να αλλάξεις το παρελθόν, αλλά μπορείς να αλλάξεις τον τρόπο με τον οποίο θα ανταποκριθείς στο μέλλον. Μπορείς να ανασυρθείς από την αποτυχία σου, να δεις σε ποιο σημείο βρίσκεσαι, και να αποφασίσεις να επιστρέψεις στο σημείο που ο Θεός σε θέλει.

Η ιστορία της αμαρτίας του Δαβίδ και της Βηθσεδά παρέχει ένα ξεκάθαρο παράδειγμα του πως αυτή η αποτυχία τον επηρέασε. Ο Δαβίδ δεν μπορούσε να πάει πίσω στο χρόνο, και να φέρει πίσω τον Ουρία (τον σύζυγο της Βηθσεδά) στη ζωή. Αλλά ο Δαβίδ ομολόγησε την αμαρτία του, και προσπάθησε να κάνει τα σωστά πράγματα, σαν αποτέλεσμα του τι ήθελε ο Θεός να κάνει μετά. Δεν συνέχισε στο μονοπάτι της αμαρτίας.

Η αμαρτία του Αδάμ και της Εύας επίσης άλλαξε την πορεία τους στη ζωή. Στην ουσία, η αμαρτία τους επηρέασε όλο τον κόσμο. Κατέληξαν έξω από τον κήπο. Το σχέδιο του Θεού για να ξεφύγουν από την αποτυχία τους δεν περιλάμβανε την ευκαιρία να επιστρέψουν στον κήπο της Εδέμ.

Μερικές φορές οι συνέπειες της αποτυχίας σου μπορεί να έχουν μόνιμο χαρακτήρα. Δε θα μπορέσεις ποτέ να βάλεις τα πράγματα στην θέση τους όπως ήταν πριν. Αλλά ο Θεός έχει πάντα ένα σχέδιο για εσένα, για να επιστρέψεις σε μια σωστή σχέση μαζί Του, και μετά να προχωρήσεις στη ζωή σου, και να κάνεις το θέλημά Του.

## B. Διατηρώ ένα υγιή τρόπο ζωής

Το να αναπτυχθούμε μέσα από την αποτυχία δε σημαίνει μόνο το να πάρουμε ένα μάθημα μέσα από την αποτυχία ώστε να μην κολλήσουμε σε αυτό το σημείο αποτυχίας. Δε σημαίνει μόνο το να διορθώσουμε αυτό που είναι κατεστραμμένο στις ζωές μας.

Και όταν λέμε, «να έχεις έναν υγιή τρόπο ζωής,» εννοούμε κάτι παραπάνω από την φυσική υγεία — το φαγητό που τρως, την άσκηση που κάνεις. Μιλάμε για τη θεϊκή αντίληψη μιας υγιούς ζωής — φυσική υγεία, ψυχική υγεία, συναισθηματική υγεία, πνευματική υγεία, υγιείς σχέσεις, και άλλα πολλά.

Ο Θεός θέλει να ζήσεις τη ζωή στο έπακρο — είχε πάντα ένα σχέδιο για τη ζωή σου, ένα σχέδιο γεμάτο με ελπίδα, γεμάτο με μεγάλο δυναμικό. Το να αναπτυχθείς μέσα από την αποτυχία σημαίνει να αναπτυχθείς πάνω και πέρα από την αποτυχία — να αναπτυχθείς μέσα στη νέα ζωή που ο Θεός έχει για εσένα. Να τι έχει να πει ο Ιησούς για αυτή την εξελικτική διαδικασία:

### Ματθαίος 5:48

**Να γίνετε, λοιπόν, κι εσείς τέλειοι, όπως τέλειος είναι και ο Πατέρας σας ο ουράνιος.**

Ακολουθεί μια εξήγηση που δίνει ο Eugene Peterson για το τι εννοεί ο Ιησούς. «Με μια λέξη, αυτό που λέω είναι, Ωριμάστε. Είσατε υπήκοοι της βασιλείας. Τώρα ζήστε ανάλογα. Βιώστε την Θεό-δοσμένη ταυτότητά σας. Ζήστε γενναιόδωρα και με χάρη προς άλλους, κατά τον τρόπο που ο Θεός συμπεριφέρεται προς εσάς.»

Η επιτυχημένη ζωή δεν έχει σχέση με το να αναπτύξεις μια ανεξάρτητη ζωή από μόνος σου — στο να πετύχεις βασισμένος στις δικές σου προσπάθειες. Η πραγματική επιτυχία έχει να κάνει με το να ανακαλύψεις τι σημαίνει να ζεις σε σχέση με τον Ιησού. Με το να ανακαλύπτεις και να ζεις τη ζωή που Εκείνος θέλει να ζεις — με το να γίνεσαι αυτό που Εκείνος σε δημιούργησε να είσαι.

## 1. Χρειάζεται να ανακαλύψω το σχέδιο του Θεού για τη ζωή μου

Ανεξάρτητα από το πόσο μεγάλες ήταν οι αποτυχίες του παρελθόντος σου, ο Θεός έχει ένα σχέδιο για το μέλλον σου — ένα καλό σχέδιο. Θα πρέπει να δώσεις προτεραιότητα στο ν' ανακαλύψεις το σχέδιο του Θεού για την ζωή σου και να το ζεις μέρα με τη μέρα.

### Ιερεμίας 29:11

**Ξέρω πολύ καλά τα σχέδια που έχω κάνει για σας. Θέλω την ευημερία σας και όχι την καταστροφή σας· θέλω να σας χαρίσω το μέλλον που εσείς ελπίζετε.**

### Εφεσίους 2:10

**Είμαστε δημιούργημα του Θεού, ο οποίος δια του Ιησού Χριστού μάς έκανε καινούριους ανθρώπους, για να μπορούμε να κάνουμε καλά έργα, που τα προετοίμασε ο Θεός, για να είναι μ' αυτά γεμάτη η ζωή μας.**

Αυτό δεν έχει να κάνει μόνο με το να ανακαλύψεις την επαγγελματική καριέρα που ο Θεός έχει για εσένα — έχει επίσης να κάνει με τα μικρά καθημερινά πράγματα. Έχει να

κάνει με το να βλέπεις το Θεό μέσα στην καθημερινή σου ρουτίνα και να αρχίσεις να καταλαβαίνεις τι Τον ευχαριστεί. Του αρέσει να Του μιλάς, να εκφράζεις την ευχαριστία σου σε Εκείνον.

Το να ανακαλύπτεις το σχέδιο του Θεού για τη ζωή σου σημαίνει να βάζεις μπροστά στα πόδια Του, όλα τα όνειρα και τα σχέδιά σου και να λες, «Θεέ μου, είμαι έτοιμος να κάνω ό,τι με θέλεις εσύ να κάνω με τη ζωή μου.» Το πιο καλό μέλλον για τη ζωή σου είναι να ακολουθήσεις το σχέδιο του Θεού για τη ζωή σου.

## 2. Ανέπτυξε τις αρχές πειθαρχίας που απαιτούνται για να ζεις για τον Ιησού

Θα πρέπει να δεσμευτείς να κάνεις παραπάνω από το να βγεις απλά από την κρίση που σου προκάλεσε η αποτυχία σου. Θα πρέπει να δεσμευτείς να εφαρμόσεις τη νέα ζωή που ο Θεός έχει για εσένα.

Αυτή η νέα ζωή που ο Ιησούς σε καλεί να ζήσεις απαιτεί πειθαρχία — καθημερινή πειθαρχία — και για μερικούς αυτό θα είναι ακόμη μεγαλύτερη πρόκληση από το να βγουν από τα προβλήματα που οι αποτυχίες δημιούργησαν.

Ο Ιησούς το ξεκαθάρισε αυτό όταν μίλησε για το τι σημαίνει να είσαι μαθητής Του — σημαίνει να ακολουθείς Αυτόν. Η λέξη ‘μαθητής’ βγαίνει από την λέξη ‘μαθητεία.’ Ο Θεός περιμένει από εμάς να κάνουμε μια επιλογή — αν πρόκειται να είσαι μαθητής Του και θέλεις να Τον ακολουθήσεις, θα πρέπει να κάνεις μια βαθιά δέσμευση. Αυτό είναι σοβαρό, και όχι κάτι που θα μπορούσες να το αντιμετωπίσεις επιπόλαια.

Το να ακολουθείς τον Ιησού πρέπει να γίνει πρώτο στις προτεραιότητές σου.

### Λουκάς 14:25-27

<sup>25</sup>Μαζί με τον Ιησού βάδιζε πολύς λαός, κι εκείνος στράφηκε και τους είπε:  
<sup>26</sup>«Αν κάποιος έρχεται κοντά μου και δεν απαρνιέται τον πατέρα του και τη μάνα του, τη γυναίκα του και τα παιδιά του, τους αδερφούς και τις αδερφές του, ακόμη και την ίδια του τη ζωή, δεν μπορεί να είναι μαθητής μου. <sup>27</sup>Όποιος δεν σηκώνει το σταυρό του και δε με ακολουθεί, δεν μπορεί να είναι μαθητής μου.»

Το ιστορικό της οικογένειάς σου μπορεί να είναι ένας από αυτούς τους τομείς που χρειάζονται προσεκτική αξιολόγηση. Η άποψη κάποιου για έναν ‘φυσιολογικό’ τρόπο ζωής συχνά επηρεάζεται από τον τρόπο που έχει μεγαλώσει. Πολλοί έχουν μεγαλώσει σε πολύ δυσλειτουργικές οικογένειες. Δεν έχουν πραγματική άποψη του πως μοιάζει να είναι ‘ένας φυσιολογικός και υγιής τρόπος ζωής από την οπτική γωνία του Θεού.’

Μπορεί να υπάρχουν πολλές στάσεις και συμπεριφορές που να είναι μέρος του ιστορικού της οικογένειάς σου, οι οποίες χρειάζεται να απορριφθούν καθώς προχωράς με τον Ιησού. Το να υιοθετείς αυτή τη νέα ζωή που ο Ιησούς έχει για εσένα μπορεί να είναι κάτι εντελώς διαφορετικό από τον τρόπο που έχεις μεγαλώσει.

Το να ακολουθήσεις τον Ιησού σημαίνει ότι πρέπει να αλλάξεις τις στάσεις και τις συμπεριφορές σου. Αυτό δε συμβαίνει με μια απλή προσευχή. Χρειάζεται καθημερινή προσπάθεια στο να βάλεις τις διδαχές του Θεού στη ζωή σου — και Αυτός είναι έτοιμος να σου δώσει την δική Του δύναμη για να το κάνεις.

Στις Εφεσίους 4:1-3 και Εφεσίους 4:17-32 εξηγεί με λεπτομέρεια πως είναι αυτή η καθημερινή διαδικασία. Θα πρέπει να ‘πετάξουμε’ από επάνω μας ή να ξεφορτωθούμε τον παλιό αμαρτωλό τρόπο ζωής. Αυτό είναι μέρος της μαθητείας αυτής της νέας ζωής με τον Ιησού.

### Εβραίους 12:1

**Έχοντας, λοιπόν, γύρω μας μια τόσο μεγάλη στρατιά μαρτύρων, ας τινάξουμε από πάνω μας κάθε φορτίο, και την αμαρτία που εύκολα μας εμπλέκει, κι ας τρέχουμε με υπομονή το αγώνισμα του δύσκολου δρόμου, που έχουμε μπροστά μας.**

Όχι μόνο είσαι υπεύθυνος να ‘τινάξεις’ από πάνω σου αυτά τα εμπόδια της ζωής σου, αλλά είσαι επίσης υπεύθυνος να ‘ντυθείς’ ή να προσθέσεις στη ζωή σου τα καλά εκείνα χαρακτηριστικά και συμπεριφορές που είναι σημάδι ενός καλού μαθητή του Ιησού. Τα εδάφια στην Εφεσίους 4 δίνουν ακριβή παραδείγματα των χαρακτηριστικών εκείνων που χρειάζεται να αναπτύξεις στη ζωή σου.

Πολλές φορές οι Χριστιανοί είναι πολλοί εντυπωσιασμένοι από τις αρετές και τα ταλέντα που μερικοί άνθρωποι έχουν. Αλλά η βίβλος το ξεκαθαρίζει ότι ο Θεός είναι αυτός που δίνει αυτές τις αρετές στους ανθρώπους. Έτσι αν είναι να εντυπωσιαστείς από τις αρετές κάποιου, εντυπωσιάσου με τον Θεό, με Αυτόν που τις έδωσε.

Αυτό που θα πρέπει να μας εντυπωσιάζει είναι τι αρετές που θα δώσουμε πίσω στο Θεό — δηλαδή το χαρακτήρα μας. Καθώς καθημερινά ζητάς να ζήσεις την πρόκληση του να είσαι ένας μαθητής του Ιησού — αυτό δεν είναι απλά μια λίστα από ‘πρέπει’ και ‘δεν πρέπει’ — είναι το ν’ αναπτύξεις μια προσωπική σχέση με τον Ιησού. Εστίασε στο ν’ αναπτύξεις θεάρεστα χαρακτηριστικά προσωπικότητας, και θα βιώσεις την πλούσια, γεμάτη ζωή που ο Θεός έχει για εσένα.

## 3. Ανέπτυξε όρια για έναν υγιή τρόπο ζωής

Ο υγιής τρόπος ζωής σημαίνει να έχεις υγιή όρια στην ζωή σου. Υπάρχουν πολλά καλά βιβλία πάνω σε αυτό το θέμα σήμερα. Ένα από τα καλύτερα είναι το *‘Boundaries: When to Say YES, When to Say NO To Take Control of Your Life,’* από τους Dr. Henry Cloud και Dr. John Townsend. Εξηγούν ότι τα όρια είναι κάτι παραπάνω από μια λίστα από κανόνες — είναι οδηγίες που είσαι δεσμευμένος να ακολουθήσεις σαν έναν τρόπο να προστατεύσεις τον εαυτό σου από εξωτερικούς ζημιογόνους παράγοντες, όπως επίσης να κρατήσεις τον εαυτό σου σε ένα ασφαλές μέρος.

Τα όρια δεν είναι φυλακή που θα σου κλέψει την ελευθερία. Το αντίθετο μάλιστα. Τα όρια σε προφυλάσσουν ώστε να ζήσεις τη ζωή που ο Θεός θα ήθελε να ζήσεις. Μερικοί άνθρωποι λένε, «Θέλω να είμαι ελεύθερος. Η ελευθερία σημαίνει καθόλου περιορισμούς.» Αλλά αυτό το άτομο δείχνει πόσο λίγα ξέρει για την αληθινή ελευθερία.

Χρειάζεται πειθαρχία για να αναπτύξεις όρια, και μετά να ζεις με αυτά σε καθημερινή βάση. Βοηθούν στο να σε κρατούν εστιασμένο σε αυτό που είναι πραγματικά σημαντικό στην ζωή σου. Αυτά τα όρια αφορούν όλους τους τομείς της ζωής σου — την οικογένεια, τους φίλους, τον σύζυγο, τα παιδιά, την εργασία, το Θεό, και τον εαυτό σου.

Ο Χοσέ Μαρτίνεζ αποφοίτησε από το ‘Πρόκληση στα Νιάτα’, αφήνοντας πίσω του την ζωή της ουσιοεξάρτησης. Καθώς προσευχόταν, και ζητούσε από το Θεό να τον καθοδηγήσει

σχετικά με το τι πρέπει να κάνει με την ζωή του, μας περιγράφει ότι ο Θεός του μίλησε και του είπε να μην πάει πίσω στην παλιά του γειτονιά. Ο Χοσέ συνέχισε λέγοντας πως πέρασαν 10 χρόνια πριν ο Θεός του δώσει την άδεια να πάει πίσω στην γειτονιά του.

Μερικοί μπορεί να πουν, «τι πήγαινε στραβά με τον Χοσέ;» Φαίνεται σα να ήταν αρκετά αδύναμος! Το σημαντικό αυτής της ιστορίας ήταν ότι ο Χοσέ διηγόταν την ιστορία 20 χρόνια μετά — τώρα ήταν ποιμένας και ιεραπόστολος, και σύζυγος και πατέρας μιας θεοσεβούμενης οικογένειας. Τα όρια σε βοηθούν ν' αναπτυχθείς και να γίνεις όλα αυτά που ο Θεός προορίζει για εσένα να γίνεις.

Πολλές από τις αποτυχίες του παρελθόντος μπορούν να προληφθούν στο μέλλον αν αναπτύξεις όρια βασισμένα στην αλήθεια του Θεού και ζεις μέσα σε αυτά κάθε μέρα.

## Γ. Παίρνω μέτρα για την αποφυγή της επανάληψης της αποτυχίας

Πραγματική ανάπτυξη σημαίνει να αντιμετωπίσεις τις αποτυχίες και τα προβλήματα στη ζωή σου. Πραγματική ανάπτυξη σημαίνει να υιοθετήσεις και να ζήσεις την υγιή ζωή που ο Θεός έχει για εσένα. Μερικοί νέοι στην πίστη Χριστιανοί λένε, «Τώρα που έχω τον Ιησού στη ζωή μου, θα τον υπηρετήσω για όλο το υπόλοιπο της ζωής μου. Δεν θα πάω ποτέ πίσω, στον παλιό τρόπο ζωής μου για να επαναλάβω τις αποτυχίες του παρελθόντος μου.»

Αυτό μπορεί να ακουστεί πνευματικό, αλλά είναι ξεκάθαρο ότι δεν είναι σημάδι ωριμότητας. Το άτομο που λέει ότι δεν θα αποτύχει ξανά δεν ζει μέσα στην πραγματικότητα. Το άτομο που έχει καθαρή αντίληψη της πραγματικότητας λέει, «Είναι σίγουρο ότι θα συνεχίσω να αποτυγχάνω, εκτός αν με βοηθήσει ο Θεός. Αν προσπαθήσω να ζήσω τη ζωή μου με την δική μου δύναμη, είμαι σίγουρος ότι θα τα 'θαλασσωσω'.»

Αν θέλεις να έχεις νίκη στο μέλλον θα πρέπει να αναγνωρίσεις τις αδυναμίες σου και επίσης να αναγνωρίσεις ότι ζεις σε ένα κόσμο που είναι σε πόλεμο — σε πνευματικό πόλεμο. Ο Σατανάς βρίσκεται εκεί έξω για να σε καταστρέψει. Δεν πολεμάει τίμια. Είναι ψεύτης. Θα προσπαθήσει να σε εξαπατήσει και να σε κάνει να απομακρυνθείς από το καλύτερο που έχει ο Θεός για εσένα.

Αλλά εκτός από τις πνευματικές επιθέσεις που έρχονται από τον Σατανά, αντιμετωπίζουμε και προβλήματα που είναι ένα φυσιολογικό μέρος της ζωής. Κάθε πρόβλημα είναι και μια νέα ευκαιρία να αποτύχουμε — ή μπορούμε να εφαρμόσουμε την αλήθεια του Θεού σε κάθε πρόβλημά μας και να συνεχίσουμε να αναπτυσσόμαστε. Η ζωή είναι κάτι παραπάνω από προβλήματα, αλλά ένας από τους πιο βοηθητικούς τρόπους να προετοιμαστείς για ένα επιτυχημένο μέλλον είναι να είσαι ειλικρινής σχετικά με την ανάγκη σου για βοήθεια από το Θεό, ώστε να αντιμετωπίσεις αυτά που σε περιμένουν.

## 1. Δημιούργησε ένα πρόγραμμα πρόληψης της υποτροπής

«Όσο αγαπώ τον Ιησού, θα είμαι καλά,» είπε ένας νεαρός. Το να αγαπάς τον Ιησού είναι σπουδαίο, αλλά οι περισσότεροι από εμάς χρειάζονται επιπλέον ειδικά σχέδια που θα μας προστατέψουν από μελλοντικές αποτυχίες. Ολόκληρος ο σκοπός του να συντάξεις ένα σχέδιο πρόληψης της υποτροπής είναι στο να βοηθήσεις να πραγματοποιηθεί ενημέρωση για τους κινδύνους που μπορεί να ελλοχεύουν.

### Υποτροπή

Γυρνώντας πίσω σε παλιές συνήθειες που οδηγούν σε αποτυχία.

Στα χρόνια πριν το 2001, ο Δήμαρχος της Νέας Υόρκης, Rudy Giuliani, ξόδεψε αρκετό χρόνο και χρήματα στο να εκπαιδεύσει τους εργαζόμενους στο κέντρο της πόλης για πιθανές μελλοντικές καταστροφές. Μερικοί άνθρωποι άσκησαν την κριτική τους, ότι αυτό ήταν σπατάλη χρόνου και χρήματος — μέχρι την 11η Σεπτεμβρίου, 2001. Όταν οι τρομοκράτες έκαναν επίθεση στην πόλη της Νέας Υόρκης, το σχέδιο έκτακτης ανάγκης εκτελέστηκε, και πολλές ζωές σώθηκαν ως αποτέλεσμα αυτού.

Χρειάζεται να χρησιμοποιήσουμε την αλήθεια του Θεού ώστε να αναγνωρίσουμε τα προβλήματα που πιθανόν να υπάρξουν στο μέλλον. Χρειάζεται να μελετήσουμε και να προετοιμαστούμε με διάφορους τρόπους ώστε να αποτρέψουμε αυτά τα προβλήματα από το να μας υπερβούν. Χρειάζεται να σχεδιάσουμε το πως θα ανταποκριθούμε όταν αυτές οι δοκιμασίες θα έρθουν.

Αυτό δεν είναι κάτι που απλά πρέπει να σκεφτείς. Θα πρέπει να καταγράψεις το πρόγραμμα πρόληψης της υποτροπής σου. Αυτό το πρόγραμμα θα είναι κάτι στο οποίο θα επανέρχεται σε τακτά χρονικά διαστήματα — ακόμα και σε καθημερινή βάση.

Ένας νεαρός είχε αποτύχει στον τομέα της σεξουαλικής αμαρτίας. Σαν μέρος του προγράμματος του για την πρόληψη της υποτροπής, είχε δημιουργήσει μια λίστα από 30 λόγους με το γιατί δεν θα ήθελε ποτέ να επιστρέψει σε εκείνη την αμαρτωλή συμπεριφορά. Κάθε πρωί μόλις σηκωνόταν, διάβαζε αυτήν την λίστα δυνατά στον εαυτό του.

Αυτό δεν ήταν η μοναδική λύση για αυτόν τον νεαρό — ήταν μόνο ένα μέρος του δικού του προγράμματος πρόληψης της υποτροπής.

Μια ακόμη δραστηριότητα που μπορεί να βοηθήσει στην πρόληψη της υποτροπής είναι να σκεφτείτε προσεκτικά τις συνέπειες της αποτυχίας. Ίσως αν ο Βασιλιάς Δαβίδ είχε πάρει λίγο χρόνο να σκεφτεί τις συνέπειες της αμαρτίας του τη νύχτα που είδε την Βηρσαβέε, θα συνειδητοποιούσε ότι τα λίγα λεπτά της απόλαυσης δεν άξιζαν της απίστευτη τραγωδία που θα ακολουθούσε αν επέλεγε να αμαρτήσει.

Το πρόγραμμα πρόληψης της υποτροπής θα πρέπει να περιλαμβάνει μια λίστα από συμπτώματα ή σημάδια ότι θα έχεις μπελάδες αν δεν αλλάξεις. Μερικοί κοιτούν τους αλκοολικούς και λένε, «Υποτροπίασε σήμερα, επειδή ξεκίνησε να πίνει ξανά.» Αλλά η υποτροπή δεν ξεκίνησε σήμερα — προηγήθηκαν πολλά βήματα μέχρι να φτάσει σε αυτό το

πρώτο ποτό — μια έρευνα μας δείχνει ότι υπάρχουν 37 βήματα που συνήθως προηγούνται πριν την υποτροπή. Διάβασε τις σελίδες 54-66 στο βιβλίο, Συμβουλευτική για την πρόληψη της υποτροπής από τους Terence T. Gorski & Merlene Miller (Herald House—Independence Press).

Ένα πρόγραμμα πρόληψης της υποτροπής χρειάζεται να αναγνωρίζει τα αδύναμα σημεία στη ζωή σου και να βάζει σε εφαρμογή συγκεκριμένα βήματα ώστε να σε προστατεύει από την αποτυχία, και να σε κρατάει στο δρόμο της θεραπείας — το δρόμο που ο Θεός θέλει να ακολουθήσεις.

## 2. Αναγνώρισε τα πιθανά εναύσματα

Ένα από τα βασικά βήματα για την αποφυγή μελλοντικής αποτυχίας είναι το να αναγνωρίσεις τα εναύσματα που οδήγησαν σε αποτυχίες σου στο παρελθόν. Θα μπορούσε να είναι οτιδήποτε — θα μπορούσε να είναι ένα πρόσωπο. Και μόνο το να είσαι κοντά σε αυτό το πρόσωπο σε βάζει σε ευάλωτη θέση. Θα μπορούσε να είναι ένα μέρος — ιδίως κάποιο που να ήταν μέρος της ζωής σου στο παρελθόν όπου οι αμαρτίες και η αποτυχία σου λάμβαναν μέρος. Το έναυσμα μπορεί να είναι μια μυρωδιά, μια σκέψη, μια εικόνα, ένα τραγούδι, μια στρεσογόνα εμπειρία, μια επιταγή για πληρωμή, ένα συναίσθημα — θυμός, ή αποθάρρυνση. Περίπου τα πάντα μπορεί να γίνουν ένα έναυσμα στη ζωή σου.

Χρειάζεται να αναγνωρίσεις τα πιθανά εναύσματα — και να τις γράψεις στο χαρτί. Μετά ξεκίνα να ψάχνεις για τον τρόπο που ο Θεός θέλει να ανταποκριθείς σε αυτό το έναυσμα. Μπορεί να είναι το να φύγεις μακριά, όπως ο Ιωσήφ έκανε στην Παλαιά Διαθήκη. Μπορεί να είναι το να μείνεις και να το αντιμετωπίσεις με την αλήθεια του Θεού, όπως έκανε ο Ιησούς στον Ματθαίο 4 όταν ο Σατανάς τον δέλεασε για να αμαρτήσει.

Αυτά τα εναύσματα μπορεί να ξεκινήσουν να χάνουν την δύναμή τους πάνω σου, καθώς δεσμεύεσαι να ανταποκριθείς σε αυτές ακολουθώντας τον τρόπο του Θεού.

## 3. Ανέπτυξε σχέσεις υπευθυνότητας

Αν θέλεις να αποφύγεις την αποτυχία στο μέλλον, θα πρέπει να έχεις σχέσεις μέσα στις οποίες να είσαι υπόλογος. Να έχεις ένα ή δύο άτομα στα οποία να έχεις δώσει την άδεια να είναι τελείως ειλικρινή μαζί σου σχετικά με το τι βλέπουν στη ζωή σου. Μπορείς να τους εξηγήσεις σε ποιους τομείς της ζωής σου θα ήθελες να είσαι υπόλογος.

Θα πρέπει να συναντιέσαι με αυτό το άτομο σε σταθερή βάση όπου θα σου κάνει πολύ συγκεκριμένες ερωτήσεις και θα περιμένει από εσένα πολύ συγκεκριμένες απαντήσεις.

Αυτού του είδους η σχέση θα πετύχει μόνο αν έχεις δεσμευτεί να είσαι ειλικρινής μαζί τους. Μπορείς πολύ εύκολα να κρύψεις την αλήθεια από αυτούς. Μα ποιον ζημιώνεις; Τον εαυτό σου !

Το να έχεις μια σχέση υπευθυνότητας με ένα έμπιστο άτομο είναι σημαντικό για εσένα γιατί θα σε βοηθήσει να αναπτύσσεσαι. Αυτό δεν είναι κάτι που θα διαρκέσει μόνο μερικές εβδομάδες μετά την αποτυχία σου. Οι σχέσεις υπευθυνότητας είναι κλειδί στην ζωή οποιουδήποτε θέλει να συνεχίσει να αυξάνεται.

Η αποτυχία δεν είναι μόνο πρόβλημα για τους νέους στη πίστη Χριστιανούς. Πολλοί ηγέτες που για αρκετά χρόνια υπηρετούσαν το Θεό μας έχουν δώσει τραγικά παραδείγματα του πως η αποτυχία μπορεί να επηρεάσει ανθρώπους σε κάθε ηλικία. Ένα κοινό χαρακτηριστικό για πολλούς από αυτούς τους ηγέτες που απέτυχαν είναι ότι δεν είχαν σχέσεις υπευθυνότητας στην ζωή τους.

## Συμπέρασμα

Ο Θεός έχει μεγάλα σχέδια για εσένα στο μέλλον, και η ανάπτυξη μέσα από την αποτυχία είναι μέρος μιας πρόκλησης που όλοι αντιμετωπίζουμε. Η ισορροπημένη ανάπτυξη σε όλους τους τομείς της ζωής σου είναι το κλειδί για μια επιτυχημένη χριστιανική ζωή.

Αν ένα άτομο ξοδεύει όλο του το χρόνο αναπτύσσοντας μόνο το σωματικό του εαυτό, και δεν κάνει τίποτα για να αναπτυχθεί ψυχολογικά ή πνευματικά, οδηγείται σε μελάδες. Θα πρέπει να υπάρχει μια ισορροπία μεταξύ του πνευματικού και του φυσικού κόσμου. Να μάθουμε να κρατάμε και τα δύο αυτά υπ' όψιν μας όταν αντιμετωπίζουμε διάφορες καταστάσεις.

Η ζωή του Ιησού Χριστού είναι ένα τέλειο παράδειγμα μιας ισορροπημένης ζωής. Ισορροπημένη ανάπτυξη είναι το κλειδί για μια επιτυχημένη χριστιανική ζωή. Το Αγ. Πνεύμα μπορεί να σε βοηθήσει να αναπτυχθείς μέσα από κάθε πρόβλημα και αποτυχία ώστε να γίνεις ένας επιτυχημένος Χριστιανός. Δεν μπορείς να το κάνεις παρά μόνο με την βοήθειά Του.



# Κεφάλαιο 4

## Υποτροπή

Ο Κρις επέστρεψε στην χρήση ναρκωτικών τη μέρα που ολοκλήρωσε ένα πρόγραμμα απεξάρτησης σε ξενώνα. Άρα, πότε ξεκίνησε η υποτροπή του;

Ένας νεαρός πατέρας, ο Τζο, υποτροπίασε έξι χρόνια μετά που ολοκλήρωσε το πρόγραμμα απεξάρτησης. Μερικές βδομάδες μετά την υποτροπή του, μπήκε στο 'Πρόκληση στα Νιάτα' για μια περίοδο θεραπείας. Ο Τζο δήλωσε ότι όλα αυτά τα έξι χρόνια που ήταν 'καθαρός', ένιωθε δυσφορία. Μόνο όταν ήταν 'φτιαγμένος' ένιωθε φυσιολογικά. Άρα, είναι η ριζοσπαστική θεραπεία τόσο καλή όσο λένε ότι είναι;

### Υποτροπή

Γυρνώντας πίσω σε παλιές συνήθειες που οδηγούν σε αποτυχία.

Η Νταϊάν προήλθε από μια μεγάλη οικογένεια, και οι περισσότεροι από τους αδερφούς της και τις αδερφές της ήταν εξαρτημένοι από τα ναρκωτικά. Τελικά μπήκε σε ένα πρόγραμμα αποτοξίνωσης και σταμάτησε τα ναρκωτικά, και μετά μπήκε σε ένα πρόγραμμα 30 ημερών. Αφού ολοκλήρωσε το πρόγραμμα συνέχισε να ακολουθεί την καθημερινή ρουτίνα του να απέχει από τα ναρκωτικά, να τρώει σωστά, να ξεκουράζεται, και να ζει υγιεινά. Αλλά ακόμα και έτσι, ένιωθε ένα συναίσθημα κενού μέσα της.

Όταν μίλησε με τον σύμβουλό της για αυτό το συναίσθημα κενού, εκείνος της είπε, «Ω, απλά πρέπει να μάθεις πως να ζεις με αυτό.» Ευτυχώς μια φίλη της Νταϊάν της είπε το πως ο Ιησούς θα μπορούσε να γεμίσει αυτό το κενό, και η Νταϊάν πήρε την απόφαση να δώσει τη ζωή της στον Ιησού. Σύντομα το κενό γέμισε με πραγματική χαρά και πραγματική ειρήνη. Είκοσι χρόνια μετά η Νταϊάν απέχει ακόμα από τα ναρκωτικά, και αγαπάει ακόμα τον Ιησού πάρα πολύ.

Οπότε τι έκανε την διαφορά μεταξύ αυτών των δύο ανθρώπων; Γιατί η υποτροπή επηρεάζει τους ανθρώπους με διαφορετικό τρόπο; Τι προκαλεί την υποτροπή; Πως μπορεί να αποφευχθεί; Ποια είναι τα πρώιμα σημεία της υποτροπής; Τι να κάνετε αν η υποτροπή εμφανιστεί;

Αυτές είναι μερικές από τις ερωτήσεις που θα εξετάσουμε σε αυτό το κεφάλαιο. Είναι σημαντικό να θυμάσαι ότι ο Θεός είναι μεγαλύτερος από κάθε εξάρτηση ή από κάθε πρόβλημα που θέλει να αποκτήσει τον έλεγχο στη ζωή μας. Αυτός έχει τις λύσεις σε όλα τα προβλήματα που θα αντιμετωπίσουμε στη ζωή. Εν μέσω όλων αυτών των προβλημάτων, αυτός ακόμη κρατά την υπόσχεση ότι δε θα μας αφήσει και δε θα μας εγκαταλείψει.

Παίρνουμε μια καθαρή εικόνα για την έγνοια που είχε ο Ιησούς σχετικά με το θέμα όταν διαβάζουμε τι είπε σε έναν άνθρωπο που μόλις είχε θεραπεύσει:

### Ιωάννης 5:14

**Αργότερα ο Ιησούς τον βρήκε στο ναό και του είπε: «Βλέπεις, έχεις γίνει καλά· από 'δω και πέρα μην αμαρτάνεις, για να μην πάθεις τίποτα χειρότερο.»**

Αν ο Ιησούς σε έχει βοηθήσει να ξεπεράσεις προηγούμενες αποτυχίες, μη σκορπάς όλα όσα έχει κάνει, και μη γυρίζεις στον αμαρτωλό τρόπο ζωής του παρελθόντος. Ο Ιησούς μίλησε πάλι για το ίδιο θέμα, αυτή τη φορά για ένα άνθρωπο που απελευθερώθηκε από ένα δαιμόνιο, αλλά έπειτα αυτό το άτομο δεν επέτρεψε στο Θεό να έρθει και να γεμίσει τη ζωή του.

### Ματθαίος 12:43-45

<sup>43</sup> «Όταν το δαιμονικό πνεύμα βγει από τον άνθρωπο, περνάει από ξερούς τόπους, ψάχνοντας να βρει κάπου να ξεκουραστεί, μα δε βρίσκει. <sup>44</sup> Τότε λέει, 'Θα γυρίσω ξανά στην κατοικία μου, εκεί απ' όπου έφυγα.' Έρχεται και τη βρίσκει αδειανή, σκουπισμένη και στολισμένη. <sup>45</sup> Τότε πηγαίνει και παίρνει μαζί του άλλα εφτά πνεύματα, πιο πονηρά και από το ίδιο, και μπαίνουν και κατοικούν εκεί. Και γίνεται η τελευταία κατάσταση του ανθρώπου εκείνου χειρότερη από την προηγούμενη. Έτσι θα γίνει και μ' αυτήν εδώ την πονηρή γενιά.»

Θα πρέπει να είμαστε πολύ προσεκτικοί ώστε να ασπαστούμε όλη την βοήθεια που ο Ιησούς μας προσφέρει. Εκείνος είναι έτοιμος να βοηθήσει, ακόμα και όταν σκοντάφτουμε. Εκείνος είναι έτοιμος να βοηθήσει, ακόμα και όταν σκοντάφτουμε.

## A. Επτά λόγοι για τους οποίους η θεραπεία γρήγορα μετατρέπεται σε υποτροπή

### 1. Μαγική σκέψη

Είναι τόσο εύκολο να πιστέψεις ότι όλα τα προβλήματα σου έχουν τακτοποιηθεί αν δεν είσαι σε πόνο σήμερα. Η μαγική σκέψη είναι μεγάλο πρόβλημα για πολλούς. Αν κάποιος ξεπεράσει την άμεση κρίση που η αποτυχία ή ο εθισμός δημιούργησε, τότε το βλέπει αυτό σαν σημάδι ότι όλα είναι καλά. «Είμαι καλά. Μπορώ να το χειριστώ αυτό από μόνος μου. Έχω ελευθερωθεί.» Όμως δεν έχουν κάνει πραγματικά βήματα για να αντιμετωπίσουν τις αιτίες των προηγούμενων αποτυχιών τους.

### 2. Αποχή από το περιβάλλον ή πραγματική αλλαγή

Ο εθισμένος που μπαίνει σε ένα πρόγραμμα θεραπείας μπορεί να σπάσει τον κύκλο της σωματικής εξάρτησης στην ζωή του. Πλέον μη δυνάμενος να πάρει τα ναρκωτικά, μπαίνει σε ένα πρόγραμμα αποτοξίνωσης και καθαρίζει το σώμα του από αυτά.

Αλλά το να περάσει έτσι απλά από ένα πρόγραμμα αποτοξίνωσης δεν είναι η τελική λύση για έναν πρώην εξαρτημένο — είναι μόνο ένα από τα πρώτα βήματα για την θεραπεία.

Η πραγματική αλλαγή είναι πολύ πιο βαθειά διαδικασία από το απλά να μην πάρεις ναρκωτικά σήμερα.

Για μερικούς ανθρώπους, η συμμετοχή τους σε ένα πρόγραμμα θεραπείας σημαίνει αποχή από το περιβάλλον-δε χρησιμοποιούν ναρκωτικά απλά επειδή δεν έχουν πρόσβαση σε αυτά. Αλλά μόλις αποχωρήσουν από το πρόγραμμα θεραπείας, βρίσκονται πίσω στο στάδιο της χρήσης μέσα σε λίγες ώρες, μέρες ή εβδομάδες. Η πραγματική αλλαγή είναι πολλά περισσότερα από την αποχή από το περιβάλλον.

### 3. Παλιοί φίλοι

Ένα από τα σύντομα μονοπάτια προς την υποτροπή είναι η επανασύνδεση με παλιούς φίλους μόλις κάποιος ολοκληρώσει το πρόγραμμα θεραπείας. Η πραγματική θεραπεία έχει να κάνει με δύσκολες αποφάσεις, και μια από αυτές είναι το πως θα συσχετιστείς με παλιούς φίλους μετά την θεραπεία. Χρειάζεται πραγματική αφοσίωση για να επιλέξεις να διακόψεις αυτές τις παλιές φιλίες και να αναζητήσεις νέες με την έγκριση του Θεού.

### 4. Παλιές μέθοδοι επίλυσης των προβλημάτων

Τα προβλήματα θα συνεχίσουν να αποτελούν ένα μεγάλο μέρος της ζωής σου — και όταν θα βρίσκεσαι σε ένα πρόγραμμα θεραπείας και όταν θα αποχωρίσεις από αυτό. Ένας από τους βασικούς λόγους που οι άνθρωποι παγιδεύονται στα προβλήματα και τις εξαρτήσεις είναι οι στρατηγικές που έχουν χρησιμοποιήσει για να διαχειριστούν αυτά τα προβλήματα. Αν συνεχίσεις να χρησιμοποιείς παλιούς τρόπους διαχείρισης θα καταλήξεις πιθανώς σε υποτροπή.

Αν οι αποτυχίες του παρελθόντος σου προκάλεσαν μεγάλο άγχος, έμαθες πως να χειρίζεσαι πραγματικά αυτό το άγχος με νέους τρόπους; — με τον τρόπο που ο Θεός θα ήθελε να το χειρίζεσαι; Ένας νεαρός Χριστιανός είχε ολοκληρώσει με επιτυχία το πρόγραμμα 'Πρόκληση στα Νιάτα', και οδηγούσε πίσω στο σπίτι του από μια άλλη πολιτεία όπου είχε πάει για να δώσει συνέντευξη για μια δουλειά. Το αυτοκίνητό του έπαθε βλάβη, και εξ αιτίας του άγχους που βίωσε εκείνη τη στιγμή επέστρεψε στην παλιά μέθοδο χειρισμού των πραγμάτων, ήπια και μέθυσε.

Ένα από τα πιο σημαντικά βήματα προς την θεραπεία είναι να μάθει κάποιος νέους τρόπους να ανταποκρίνεται στα προβλήματα. Για να γίνει αυτό, χρειάζεται την βοήθεια του Θεού.

#### Παροιμίες 3:5-6

<sup>5</sup>Στον Κύριο να εμπιστεύεσαι με όλη σου την καρδιά  
και στη δική σου σύνεση να μη στηρίζεσαι;

<sup>6</sup>Ό,τι και αν κάνεις αυτόν να σκέφτεσαι,  
και θα εξομαλύνει αυτός τους δρόμους σου.

## 5. Αποτυχία στο να χρησιμοποιούμε τη δύναμη του Θεού

Η υποτροπή εμφανίζεται όταν προσπαθείς να ζήσεις με τη δική σου δύναμη. Αν πρόκειται να ζήσεις στην θεραπεία, θα πρέπει να αναγνωρίσεις τις δικές σου αδυναμίες και να μάθεις πώς να στηρίζεσαι στη δύναμη του Θεού κάθε μέρα. Αυτό θα πάρει περισσότερο από μερικές πληροφορίες στον εγκέφαλο.

## 6. Ανεπίλυτα προβλήματα

Η υποτροπή μπορεί εύκολα να εμφανιστεί αν υπάρχουν προβλήματα που δεν έχουν επιλυθεί στο παρελθόν. Μπορεί να έχεις κάνει καλή δουλειά με το να τα κρύβεις ενώ ήσουν σε ένα πρόγραμμα θεραπείας, αλλά αν δεν τα αντιμετωπίσεις, αυτό και μόνο θα επιταχύνει την υποτροπή στο μέλλον.

## 7. Διαχωρισμός στην ζωή

Τα μυστικά είναι ένα βασικό κομμάτι της υποτροπής. Αν δεν παραδώσεις ολόκληρη την ζωή σου στο Χριστό, τότε είσαι στο μονοπάτι της υποτροπής. Μπορεί να είσαι πολύ ανοιχτός στο να αφήνεις το Θεό να σε βοηθά σε συγκεκριμένους τομείς της ζωής σου, αλλά ακόμα να κρατάς μερικούς τομείς για εσένα. Είναι πολύ εύκολο να στήσεις διαφορετικούς τομείς στο μυαλό σου — αυτός ο τομέας είναι ανοικτός προς τον Θεό, και ο άλλος είναι ο δικός μου μικρός ιδιωτικός τομέας.

Μελετήσαμε επτά διαφορετικές αιτίες για τις οποίες οι άνθρωποι υποτροπιάζουν γρήγορα, και επιστρέφουν στον παλιό τρόπο ζωής τους ζώντας με την αποτυχία. Πάντως, δεν εμφανίζονται όλες οι υποτροπές μέσα σε μία ή δύο μέρες. Μερικοί άνθρωποι σταδιακά επιτρέπουν μικρά πράγματα στην ζωή τους που ξεκινούν να τους δηλητηριάζουν. Μετά από μερικούς μήνες ή χρόνια, απομακρύνονται από το πάθος που κάποτε είχαν για τον Ιησού. Ας ρίξουμε μια πιο στενή ματιά στην υποτροπή και τι την προκαλεί.

## B. Τι προκαλεί την υποτροπή;

Αν πρόκειται να ξεπεράσεις την υποτροπή, ή να την προλάβεις, θα πρέπει να καταλάβεις τι προκαλεί την υποτροπή στη ζωή σου. Δεν υπάρχει μία και μοναδική αιτία για την υποτροπή. Μπορεί να ξαναμπει στην ζωή ενός ατόμου δια μέσου πολλών διαφορετικών πυλών.

### 1. Δεν μπορείς να υποτροπιάσεις αν δεν έχεις βιώσει πρώτα θεραπεία

Η περίπτωση του νεαρού που επέστρεψε στη χρήση τη μέρα που βγήκε από το πρόγραμμα θέτει ένα πραγματικό ερώτημα — βίωσε ποτέ αληθινή θεραπεία; Ένα 'στεγνό μεθύσι' είναι μια συνήθης περιγραφή που χρησιμοποιείται στον τομέα της εξάρτησης από το αλκοόλ. Σημαίνει ότι το άτομο δεν πίνει αλκοόλ σήμερα, αλλά μέσα του ακόμα σκέφτεται

σαν αλκοολικός. Η αντίληψή του για τον κόσμο περνάει ακόμα μέσα από τη νοοτροπία του αλκοολικού.

Ο Έντι είναι ένας ακόμη νεαρός που δεν έχει περάσει από πρόγραμμα απεξάρτησης. Μέσα στα προηγούμενα τρία χρόνια έχει χρησιμοποιήσει ναρκωτικά, αλλά όχι καθημερινά. «Μπορώ να σταματήσω ότι ώρα θέλω» λέει. Και το κάνει — συνήθως για ένα μήνα κάθε φορά. Αλλά μετά κάτι γίνεται και σκοντάφτει και βρίσκει τον εαυτό του να ξαναχρησιμοποιεί.

Ο Έντι δεν βλέπει τον εαυτό του σαν κάποιο εθισμένο, επειδή συγκρίνει τον εαυτό του με αυτούς που χρησιμοποιούν ναρκωτικά κάθε μέρα. Αλλά, στην πραγματικότητα ο Έντι δεν υποτροπιάζει κάθε 30 μέρες, επειδή δεν έχει ποτέ κάνει θεραπεία στην πραγματικότητα. Ο Έντι πιστεύει στον Θεό, και πηγαίνει στην εκκλησία. Ο Έντι είναι αυτό που πολλοί αποκαλούν ‘λειτουργικός χρήστης’. Ο εθισμός του είναι πραγματικός — ακόμη κι αν ο Έντι δεν πιστεύει πως είναι εξαρτημένος. Και μπορεί ακόμη να είναι λειτουργικός μέσα στην κοινωνία — και μπορεί ακόμη και να βρει μια δουλειά — βρήκε τρεις νέες δουλειές μέσα στους προηγούμενους 12 μήνες.

Η οικογένεια του Έντι δε χρειάζεται να εστιάσει πάνω στην υποτροπή του — χρειάζεται να τον μεταφέρουν σε ένα περιβάλλον όπου θα μπορέσει να πάρει όλη την βοήθεια που εκείνος χρειάζεται ώστε να αντιμετωπίσει τον εθισμό στην ζωή του.

Μια άλλη φοιτήτρια έφυγε αφού βρέθηκε στο ‘Πρόκληση στα Νιάτα’ για δύο μέρες. «Υποτροπίασε», είπε ένας από τους άλλους φοιτητές. Αλλά το να περάσεις δύο μέρες στο ‘Πρόκληση στα Νιάτα’ δε σημαίνει και ότι έχεις ολοκληρώσει την διαδικασία της θεραπείας.

## 2. Αποτυχία στο να αντιμετωπίσεις προβλήματα του παρελθόντος

Υπάρχουν πολλά άτομα που περνούν από ένα πρόγραμμα θεραπείας και κάνουν πραγματική πρόοδο στην προσωπική τους ανάπτυξη. Βρίσκονται πραγματικά στο μονοπάτι της θεραπείας. Αλλά καθώς επιστρέφουν μέσα στην κοινωνία και αντιμετωπίζουν τα ίδια παλιά, ή νέα, προβλήματα, βρίσκουν τους εαυτούς τους παγιδευμένους στην αποτυχία ξανά, και σε μερικές περιπτώσεις παγιδευμένους ξανά στην χρήση ναρκωτικών ουσιών.

Απέτυχαν στο να αναπτύξουν αποτελεσματικούς τρόπους επίλυσης προβλημάτων, και έτσι οπισθοχώρησαν σε παλιούς τρόπους χειρισμού αυτών, και τελικά απορροφήθηκαν στο παλιό μοτίβο συμπεριφοράς τους. Σύντομα γιατρεύουν τον πόνο τους με το ίδιο φάρμακο — τα ναρκωτικά παίρνουν τον πόνο και δίνουν ηρεμία. Αλλά είναι λάθος λύση και η προσωρινή ανακούφιση που τα ναρκωτικά έφεραν, σύντομα θα δημιουργήσει πολύ περισσότερα προβλήματα.

Αυτό σημαίνει ότι ο χρόνος που πέρασαν στο πρόγραμμα θεραπείας σπαταλήθηκε άσκοπα; Χρειάζεται να περάσουν ξανά από ολόκληρο το πρόγραμμα; Ίσως όχι. Αυτό που ίσως χρειάζεται να κάνουν είναι να βρουν βοήθεια πάνω σε αυτά τα προβλήματα που συνεχίζουν να τους κάνουν να αποτυγχάνουν. Μπορεί να είναι συγκεκριμένοι τομείς της ζωής τους όπου χρειάζεται να αναπτυχθούν ώστε να είναι επιτυχείς έτσι όπως ο Θεός τους θέλει να είναι. Όμως, για άλλους, αυτές οι αποτυχίες είναι το σύμπτωμα του ότι ποτέ δεν είχαν αφιερώσει τη ζωή τους στον Ιησού και δεν του είχαν επιτρέψει να γίνει Αρχηγός στη ζωή τους. Μέχρι να παραδοθούν στον Ιησού, είναι πολύ πιθανό να συνεχίσουν σε αυτό το μονοπάτι των όλο και περισσότερων αποτυχιών.

### 3. Άλλες εξαρτήσεις και προβλήματα που ασκούν έλεγχο στη ζωή κάποιου

Μερικοί έχουν κάνει πραγματική πρόοδο με το να διαχειριστούν ένα συγκεκριμένο εθισμό στη ζωή τους. Παρ' όλα αυτά, έχουν αγνοήσει άλλα σοβαρά προβλήματα στην ζωή τους. Αν αυτά τα άλλα προβλήματα δεν αναγνωριστούν, πολύ σύντομα θα επηρεάσουν αυτόν που έχει ολοκληρώσει ένα πρόγραμμα θεραπείας. Μπορούν να γίνουν πύλη που θα πάει το άτομο πίσω στα δεσμά όπου σύντομα θα γίνει εύκολο να πάρει ναρκωτικά ξανά.

Άρα ποιο είναι το μέλλον για αυτούς που έχουν παγιδευτεί σε μια εξάρτηση; Υπάρχει ελπίδα ότι θα μπορέσουν ποτέ να είναι πραγματικά ελεύθεροι; Οι υποσχέσεις του Θεού είναι συγκεκριμένες. Αυτός πάντα θα δώσει μια διέξοδο όταν εμείς μπαίνουμε σε πειρασμό. Η δύναμή του είναι περισσότερο από αρκετή για να αντιμετωπίσουμε με αυτήν κάθε πρόκληση σε αυτήν τη ζωή.

Η πιο βαθιά αιτία του γιατί οι άνθρωποι υποτροπιάζουν είναι το ότι δεν ζουν έχοντας μια σωστή σχέση με τον Ιησού. Όλοι μας έχουμε ατέλειες. Αλλά αν είσαι ειλικρινής στο να μένεις εστιασμένος στον Ιησού, Αυτός θα σε βοηθήσει.

Η υποτροπή μπορεί να προληφθεί. Η θεραπεία μπορεί να είναι ουσιαστική και μόνιμη. Ας ριζούμε μια πιο στενή ματιά στην υποτροπή και την θεραπεία.

## Γ. Κατανοώντας την υποτροπή

«Δεν καταλαβαίνω τι έγινε», λέει ο Έντι. «Πήγα να επισκεφτώ αυτόν τον τύπο, και πριν να φύγω, ήπιαμε ναρκωτικά μαζί.» Όταν ακούς τον Έντι να μιλάει, είναι σαν ένα μυστήριο το γιατί δεν καταλαβαίνει. Όταν κάποιος σαν τον Έντι δίνει τέτοιου είδους εξήγηση, μπορείς να είσαι σίγουρος πως δεν καταλαβαίνει τι είναι υποτροπή, ούτε τι είναι η θεραπεία.

### 1. Ποιο είναι το μονοπάτι προς την εξάρτηση;

Το μονοπάτι που οδηγεί στην εξάρτηση είναι γεμάτο αυταπάτες. Το άτομο που ζει μέσα σε αυτό ζει με λανθασμένες πεποιθήσεις. Αυτοί που έχουν παγιδευτεί στις εξαρτήσεις δεν χειρίζονται τα προβλήματά τους με τον τρόπο που ο Θεός θα ήθελε να το κάνουν.

Αυτοί που έχουν παγιδευτεί στις εξαρτήσεις έχουν επιλέξει ν' αναζητούν κάποιο μέσο που θα τους φέρει χαρά ή ικανοποίηση — αλλά είναι ένα λάθος μονοπάτι — δε θα τους οδηγήσει σε πραγματική χαρά. Είναι ένα φθηνό υποκατάστατο.

Ο Jeffrey VanVonderan περιέγραψε τις εξαρτήσεις με αυτόν τον τρόπο: “Χημική εξάρτηση [εθισμός] είναι η κατάσταση που απορρέει από την διαδικασία του να κλίνεις όλο και πιο πολύ στην χρήση χημικών για να καλύψεις τις ανάγκες της ζωής σου.” (Good News for the Chemically Dependent, Jeffrey VanVonderan, Thomas Nelson Publishers, σελίδα 19)

Μπορείτε να αντικαταστήσετε τις υπογραμμισμένες λέξεις με οποιοδήποτε άλλο εθισμό και θα έχετε το ίδιο αποτέλεσμα: τζόγος, κάπνισμα, λαγνεία, επιρροή, φαγητό, σεξ, εργασία, σχέσεις, κτλ.

Όσο περισσότερο κάποιος αναζητά να ικανοποιήσει τις ανάγκες του στη ζωή με κάποιο από αυτά τα πράγματα, τόσο θα παγιδευτεί μέσα στην εξάρτησή του από αυτά. Κανένα από

αυτά δεν μπορεί να ικανοποιήσει τις ανάγκες της ζωής. Μόνο ο Ιησούς μπορεί να το κάνει αυτό.

Έτσι ο μόνος τρόπος για να αλλάξεις την παραπάνω δήλωση είναι: η εξάρτηση από το Θεό είναι η κατάσταση που απορρέει από τη διαδικασία του να στρέφεται όλο και περισσότερο σ' Εκείνον για να ικανοποιήσεις τις ανάγκες της ζωής.

Ο Θεός είναι ο μόνος που μπορεί να το κάνει αυτό να λειτουργήσει. Σε δημιούργησε με μία ανάγκη για να τον επιζητάς. Μόνο αυτός είναι η τέλεια απάντηση για όλες τις ανάγκες της ζωής σου. Όταν επιχειρείς να καλύψεις αυτή την ανάγκη με κάτι άλλο απλά δημιουργούνται περισσότερα προβλήματα που ποτέ δεν φέρνουν ικανοποίηση που να διαρκεί. Αλλά ο Ιησούς θα φέρει πραγματική ικανοποίηση στη ζωή σου.

## 2. Τι είναι η θεραπεία;

Το κεφάλαιο τρία σε αυτή τη σειρά μαθημάτων ανέλυσε αυτό το θέμα με λεπτομέρεια. Η θεραπεία ασχολείται με πολλά περισσότερα από το να σταματήσει κανείς την εθιστική συμπεριφορά. Η θεραπεία έχει να κάνει με το να ζεις την ζωή που ο Ιησούς έχει σχεδιάσει για εσένα. Ο Ιησούς θέλει να αλλάξει εντελώς τη ζωή μας — με το να αντικαταστήσει εντελώς τον πνευματικό θάνατο με την πνευματική ζωή. Αλλά ο Ιησούς θέλει επίσης να αλλάξει τον τρόπο ζωής μας και να Τον ακολουθούμε στην ζωή. Η θεραπεία είναι να εγκαταλείψουμε παλιές νοοτροπίες και στερεότυπα συμπεριφοράς. Επίσης είναι να 'ντυθούμε' τις νέες νοοτροπίες και στερεότυπα συμπεριφοράς που χαρακτηρίζουν τη ζωή ενός Χριστιανού.

Η θεραπεία δεν είναι ένα γεγονός-είναι μια διαδικασία. Στον Ματθαίο 16:24, ο Ιησούς είπε, αν θέλεις να είσαι μαθητής μου, έλα, ακολούθησέ με. Δεν είναι μία δραματική εμπειρία — είναι ένα κάλεσμα για να Τον ακολουθήσεις για το υπόλοιπο της ζωής σου.

Για κάποιον που έχει απελευθερωθεί από την εξάρτησή του με τη δύναμη του Θεού, θα πρέπει επίσης να αντιμετωπίσει το γεγονός ότι είναι ακόμη ευάλωτος στον πειρασμό. Θα πρέπει να είναι επιμελής στο να κρατά το Θεό πρώτο σε κάθε τομέα της ζωής του.

## 3. Τι είναι η υποτροπή;

Όπως ήδη έχουμε αναφέρει ωρρίτερα, δε γίνεται να υποτροπιώσεις εκτός αν προηγουμένως έχεις βιώσει την θεραπεία.

Παρακάτω παρουσιάζεται ένας ορισμός της υποτροπής που αναπτύχθηκε από δύο ανθρώπους που εργάζονται στον τομέα της θεραπείας ατόμων εξαρτημένων από το αλκοόλ. Αυτός ο ορισμός ταιριάζει με κάθε εξάρτηση.

“Η υποτροπή δεν ξεκινά με το πρώτο ποτό. Η υποτροπή ξεκινά όταν το άτομο επανακινεί μηχανισμούς άρνησης, απομόνωσης, υψηλού στρες, και αλλοιωμένης κριτικής σκέψης.” Πηγή *Συμβουλευτική για την πρόληψη της υποτροπής (Counseling for Relapse Prevention)* από τους Terence T. Gorski & Merlene Miller (Herald House—Independence Press).

Υποτροπή δεν είναι ένα αναπάντεχο ολίσθημα — είναι μια διαδικασία, μια σειρά από αποφάσεις που σε οδηγούν στο τελικό βήμα — της επιστροφής στην οποιαδήποτε εξάρτηση.

Πολλά από τα πρώτα σημάδια προς την υποτροπή, συχνά περνούν απαρατήρητα στη ζωή του αποκαθιστάμενου πρώην χρήστη. Αν δεν μάθει να αναγνωρίζει αυτά τα πρώτα σημάδια προς την υποτροπή, πολύ πιθανόν να επιστρέψει πίσω στη χρήση.

Αλλά για τον Χριστιανό, υπάρχει και μια ακόμη διάσταση όσον αφορά την υποτροπή. Μπορεί κάποιος να μείνει ‘καθαρός’, αλλά να γυρίσει την πλάτη του στο να υπηρετεί τον Ιησού. Η υποτροπή, σε αυτήν την περίπτωση, δεν είναι φυσική, δεν έχει σχέση με τα ναρκωτικά, αλλά πνευματική.

Το λυπηρό είναι ότι μερικοί πρώην εξαρτημένοι βρήκαν την ελευθερία τους από τα ναρκωτικά με τη βοήθεια του Θεού, και μετά αποφάσισαν ότι ήθελαν να ζήσουν τη δική τους ζωή. Γύρισαν την πλάτη τους στο Θεό. Έτσι, είναι ‘καθαροί’, λειτουργικοί μέσα στην κοινωνία, αλλά δυστυχώς βαδίζουν προς την κόλαση — όχι και τόσο καλή λύση μακροπρόθεσμα. Ο Ιησούς είπε μερικά πολύ ‘νηφάλια’ λόγια για ανθρώπους σαν και αυτούς.

### **Ματθαίος 16:26**

**Τι θα ωφεληθεί ο άνθρωπος, αν κερδίσει ολόκληρο τον κόσμο αλλά χάσει τη ζωή του;**

Ένα από τα πρώτα σημάδια της υποτροπής είναι η επανεκκίνηση παλιών μηχανισμών άρνησης που ήταν μέρος του παλιού τρόπου ζωής. Αυτή η άρνηση καθιστά δύσκολο για αυτό το άτομο να αναγνωρίσει και τα άλλα βήματα που κάνει μέσα στο μονοπάτι της υποτροπής.

Κάποιος μπορεί να αναρωτηθεί, «Τι πρέπει να κάνει κάποιος για να υποτροπιάσει;» Πρακτικά τίποτα. Η αποτυχία του να κάνεις καθημερινά βήματα με τον Ιησού κάνει ένα άτομο ακόμη πιο ευάλωτο στην πιθανότητα της υποτροπής.

## **Δ. Τι να κάνετε αν η υποτροπή εμφανιστεί**

Αν δεις τον εαυτό σου σε φάση υποτροπής, υπάρχουν μερικά μέτρα που πρέπει να πάρεις αμέσως.

### **1. Σταμάτα αμέσως**

Όσο περισσότερο συνεχίζεις να υποτροπιάζεις, τόσο μεγαλύτερη η ζημιά που προκαλείται στη ζωή σου. Φαντάσου την υποτροπή σαν φωτιά στο σπίτι σου. Όσο πιο σύντομα την καταστέλλεις, τόσο πιο σύντομα σταματάς την ζημιά που προκαλεί.

Η υποτροπή πάντα προκαλεί ζημιά. Η αυταπάτη που συνοδεύει την υποτροπή είναι ότι αυτή η ‘μία φορά’ δε θα κοστίσει τίποτα.

Ένας νεαρός διηγόταν το πόσο δύσκολο ήταν για αυτόν να πολεμήσει τον πειρασμό να ‘ξανακυλήσει’, αλλά τελικά ενέδωσε. Μόλις υποτροπιάσε είπε στον εαυτό του, «Λοιπόν, μπορώ να το κάνω αυτό για μία-δύο εβδομάδες και μετά να είμαι πάλι ‘καθαρός’. Μετά θα μετανοήσω και θα επιστρέψω στο δρόμο του Θεού.»

Αυτή είναι μια πολύ επικίνδυνη στρατηγική όταν έχεις να κάνεις με την υποτροπή. Όσο πιο σύντομα σταματήσεις την εθιστική συμπεριφορά, τόσο πιο σύντομα θα επιστρέψεις στο δρόμο της θεραπείας. Το να περιμένεις 2 εβδομάδες για να μπει σε διαδικασία



θεραπείας είναι σα να αφήνεις το σπίτι σου να καίγεται για δύο εβδομάδες πριν να καλέσεις την πυροσβεστική.

### **Ρωμαίους 6:16**

**Δεν ξέρετε πως σ' όποιον δείχνετε δουλική υπακοή, σ' αυτόν και ανήκετε ολοκληρωτικά; Έτσι, ή ανήκετε στην αμαρτία, και τότε σας περιμένει ο αιώνιος θάνατος ή υπακούτε στο Θεό, και σας προσμένει η σωτηρία μαζί Του.**

Όσο συμμετέχεις σε αυτή την εθιστική συμπεριφορά, είσαι δούλος σε αυτήν. Αλλά αν επιλέξεις να γίνεις «δούλος υπακοής» — σαν ένας μαθητής του Ιησού, αυτό οδηγεί στη σωτηρία.

## **2. Ζήτα βοήθεια**

Η υποτροπή είναι σημάδι ύπαρξης σοβαρών προβλημάτων. Ένα από τα σημάδια της υποτροπής είναι η ελαχιστοποίηση της σοβαρότητας της κατάστασης. Θα πρέπει να μπει σε κάποιο πρόγραμμα θεραπείας για να σπάσεις τον εθισμό.

Μόλις σταματήσεις την εθιστική συμπεριφορά θα πρέπει να ρίξεις μια πιο στενή ματιά σε αυτά τα πρώτα σημάδια της υποτροπής. Πολλές φορές, το άτομο που έχει υποτροπιάσει δεν τα καταφέρνει καλά με αυτά τα πρώτα σημάδια της υποτροπής. Υπάρχουν ομάδες υποστήριξης και σύμβουλοι που μπορούν να βοηθήσουν με αυτή την διαδικασία.

Κάθε ένα από τα συμπτώματα υποτροπής στη ζωή σου θα πρέπει να γίνει πινακίδα προειδοποίησης στο μέλλον. Όταν βλέπεις κάποιο γνώριμο σύμπτωμα, θα πρέπει να το ομολογήσεις στον εαυτό σου — είναι σημάδι ότι μπαίνεις ξανά στο δρόμο της υποτροπής.

Καθώς αναγνωρίζεις τα συμπτώματα της υποτροπής, χρειάζεται να εντοπίσεις συγκεκριμένες στρατηγικές θεραπείας και να τις χρησιμοποιήσεις στον τομέα της ζωής σου που θίγεται. Αν ξέρεις ότι έχεις πρόβλημα άρνησης — τότε ενεργοποίησε μια καθημερινή στρατηγική που να εστιάζει στο να ακούει τις αλήθειες του Θεού. Ζήτα από το άτομο στο οποίο είσαι υπόλογος να σου μιλήσει αν για οποιαδήποτε στιγμή σε δει να γλιστράς σε παλιές συμπεριφορές άρνησης.

## **3. Επανασχέδιασε τη στρατηγική της αποκατάστασής σου**

Η υποτροπή είναι συναγερμός που σημαίνει ότι χρειάζεσαι βοήθεια. Δεν είναι εύκολο να δραπετεύσεις και να πεις, «Δε θα το ξανακάνω αυτό! Πίστεψέ με!» Αυτά τα λόγια έχουν μικρή δύναμη στο να σε προστατέψουν από μελλοντική υποτροπή.

Πρέπει να κοιτάξεις πιο προσεκτικά στα προβλήματα που προκάλεσαν την αποτυχία. Ποια ήταν τα εναύσματα που σε επηρέασαν; Καθώς αναγνωρίζεις αυτά τα θέματα, μπορείς να ξεκινήσεις να αναπτύξεις μια πιο συγκεκριμένη στρατηγική, εφαρμόζοντας συγκεκριμένες βιβλικές αρχές σε κάθε έναν από αυτούς τους τομείς που υπάρχει ανάγκη στη ζωή σου.

Για αυτούς που έχουν υποτροπιάσει αφού έχουν ολοκληρώσει το 'Πρόκληση στα Νιάτα', δεν τους παίρνει και πολύ να αναγνωρίσουν μια λίστα από πολύ βασικά βήματα θεραπείας που είχαν εγκαταλείψει — καθημερινή μελέτη της Βίβλου και προσευχή, συμμετοχή σε μια

εκκλησία, συμμετοχή σε μια ομάδα υποστήριξης, βρίσκοντας κάποιον υπεύθυνο με τον οποίο θα συναντιέσαι τακτικά, και άλλα πολλά.

#### 4. Ξεκίνα τη σκληρή δουλειά της θεραπείας

Η θεραπεία είναι σκληρή δουλειά και ο Θεός είναι έτοιμος να βοηθήσει. Αλλά δε θα περάσει ένα μαγικό ραβδί από πάνω σου για να κάνει όλα σου τα προβλήματα να εξαφανιστούν σε μια στιγμή. Θέλουμε τη γρήγορη λύση, αλλά θα πρέπει να κοιτάμε για την πραγματική λύση που θα οδηγήσει σε πραγματική ανάπτυξη.

##### Γαλάτες 5:24-25

**<sup>24</sup>24Αλλωστε όσοι είναι του Χριστού έχουν σταυρώσει τον αμαρτωλό εαυτό τους μαζί με τα πάθη και τις επιθυμίες του. <sup>25</sup>25Αφού, λοιπόν, ζούμε με τη δύναμη του Πνεύματος, πρέπει να ακολουθούμε το Πνεύμα.**

Πρέπει να κάνεις μια επιλογή — αν ο Ιησούς είναι Κύριος στη ζωή σου, τότε πρέπει να κάνεις αυτό που λέει το εδάφιο — να σταυρώσεις — να θανατώσεις την αμαρτωλή φύση μαζί με τα πάθη και τις επιθυμίες της.

Ο Παύλος το περιγράφει αυτό σαν μια διαμάχη — μια καθημερινή διαμάχη. Μπορεί να χρειάζεται να καρφώνεις αυτή την παλιά φύση στο Σταυρό κάθε μέρα. Γιατί κάθε μέρα μπορεί να κατρακυλήσει από το Σταυρό. Θα πρέπει να εστιάζεις τα μάτια σου στον Ιησού, και να πεις, «Ιησού, θέλω εσένα και μόνο εσένα να είσαι ο Αρχηγός στη ζωή μου.» Αυτό είναι το μονοπάτι προς την επιτυχία, το μονοπάτι προς την ελευθερία, το μονοπάτι προς την πραγματική ανάπτυξη. Θα πρέπει να συμβαδίζεις με το Άγιο Πνεύμα. Αυτό είναι το μονοπάτι προς την πραγματική μεταμόρφωση.

#### 5. Θεμελίωσε μια σχέση υπευθυνότητας

Χρειάζεσαι τη βοήθεια κάποιων άλλων που είναι σε φάση προσωπικής σταθερότητας. Χρειάζεσαι κάποιον που θα σε κρατήσει υπόλογο και θα σε ρωτήσει δύσκολες ερωτήσεις. Αυτό το άτομο πρέπει να είναι κάποιος που εμπιστεύεσαι. Τα μυστικά θα σε καταστρέψουν στο μέλλον, όπως σε κατέστρεψαν και στο παρελθόν. Αν δεν μπορείς να είσαι ειλικρινής με αυτό το άτομο, τότε είσαι ήδη στο δρόμο της υποτροπής και πάλι.

#### 6. Να συνεχίσω να αναπτύσσομαι

Άσχετα από το πόσες φορές πέφτεις, συνέχισε να σηκώνεσαι. Συνέχισε να πηγαίνεις στο Θεό και να ζητάς τη βοήθειά Του. Η ανάπτυξη είναι το μονοπάτι προς την ωριμότητα και την ολοκλήρωση. Ο Θεός θα χρησιμοποιήσει τις αποτυχίες σου για να σε διδάξει μαθήματα που πρέπει να πάρεις για να ωριμάσεις. Είσαι διατεθειμένος να του επιτρέψεις να σου διδάξει τα μαθήματά Του;

Αυτήν την μάχη προς την ανάπτυξη αξίζει να την δώσεις. Ο Ιησούς πήγε στο Σταυρό, χωρίς να Τον απασχολεί η ντροπή που Του είχαν προσδώσει οι άνθρωποι γιατί είχε τα μάτια Του εστιασμένα στο βραβείο που ο Θεός είχε για Αυτόν. Μπορείς να κάνεις το ίδιο — στρέψε τα μάτια σου πάνω στον Ιησού και μην αφήσεις τίποτα να σε κρατήσει μακριά από όλες αυτές τις εμπειρίες που ο Θεός έχει κρατήσει για εσένα.

## Συμπέρασμα

Άραγε, ποια είναι η στάση σου απέναντι στην αποτυχία σήμερα; Είσαι πρόθυμος να αντιμετωπίσεις τις αποτυχίες και να πάρεις τα μαθήματα που ο Θεός θέλει να μάθεις; Σε αυτή τη σειρά μαθημάτων είδαμε διαφορετικά είδη αποτυχίας και πώς μπορούμε να ανταποκριθούμε σ' αυτές. Μερικές αποτυχίες είναι αμαρτία και κουβαλούν δυσάρεστες συνέπειες. Χρειαζόμαστε τη βοήθεια του Θεού.

Μη σου γίνει έμμονη ιδέα ότι δεν πρέπει να αποτύχεις ποτέ. Μια νύχτα με τρικυμία στη θάλασσα της Γαλιλαίας, οι μαθητές φοβήθηκαν που είδαν τον Ιησού να περπατάει στο νερό. Ο Πέτρος αντέδρασε μα το να ζητήσει άδεια να πάει προς το μέρος που ήταν ο Ιησούς. Ο Ιησούς τον προσκάλεσε να πάει, και σύντομα ο Πέτρος περπατούσε πάνω στο νερό — βιώνοντας ένα θαύμα! Αλλά καθώς πλησίαζε τον Ιησού, άρχισε να παρατηρεί τα ταραγμένα νερά και να βυθίζεται. Κάλεσε τον Ιησού για βοήθεια.

Θα μπορούσες εύκολα να κατακρίνεις τον Πέτρο για την αποτυχία του σε αυτήν την περίπτωση. Αλλά ο Πέτρος και οι άλλοι 11 μαθητές αντιπροσωπεύουν δύο διαφορετικά είδη αποτυχίας. Ο Πέτρος απέτυχε να περπατήσει στο νερό. Απέτυχε στην προσπάθειά του να κάνει κάτι. Οι άλλοι 11 μαθητές απέτυχαν στο να μην προσπαθήσουν καθόλου. Ποτέ δεν βγήκαν από τη βάρκα.

Μερικοί άνθρωποι είναι τόσο εμμονικοί με την αποτυχία, που ποτέ δεν προσπαθούν. Καλύτερα να προσπαθήσεις και να αποτύχεις, παρά να μην προσπαθήσεις ποτέ. Καλύτερα να έχεις πάθος στο να ακολουθείς τον Ιησού, ακόμη κι αν έχεις αποτύχει πολλές φορές, παρά να μην προσπαθήσεις ποτέ. Ο Θεός έχει μια υπόσχεση γεμάτη ελπίδα για αυτούς που αποτυγχάνουν.

### Παροιμίες 24:16

**Γιατί ο δίκαιος κι αν πέσει επτά φορές, ξανασηκώνεται.**

**Ενώ οι ασεβείς πέφτουν στη δυστυχία για πάντα.**

Συνέχισε να σηκώνεσαι. Εστίασε στον Ιησού. Πάρε τα μαθήματα που Εκείνος θέλει να πάρεις. Μην αφήσεις το φόβο της αποτυχίας να σου κλέψει όλα αυτά που ο Θεός έχει για εσένα.