

Вы наверняка слышали: «Они должны упасть на самое дно, чтобы обратиться за помощью».

Так почему бы не

Приподнять дно!

Автор Дэвид Бетти

Вы наверняка слышали: «Они должны упасть на самое дно, и только потом они готовы обратиться за помощью» Но обязательно ли ждать, пока человек опустится на самое дно? А, может быть, можно сделать что-нибудь, чтобы «приподнять дно», и близкий вам человек получил помощь раньше?

Что значит «упасть на дно»?

Часто мы смотрим на человека, который потерял все – работу, машину, дом, уважение, и даже семейные отношения часто оказываются разрушены из-за постоянно нарушаемых обещаний. Такие люди «падают на дно», когда

становятся бездомными и живут на улице. Они оказываются на дне, когда никто не хочет одалживать им денег на то, чтобы пережить временные трудности.

Один бывший зависимый рассказал мне: «‘Упасть на дно’ означало для меня лишиться достоинства и самоуважения – и идти на все, чтобы только раздобыть наркотик. Мне доводилось даже продавать свое тело за пару баксов»

Для одной молодой матери «упасть на дно» означало лишиться родительских прав на своих детей – и продолжить падать еще глубже в пропасть зависимости.

«‘Упасть на дно’ означало мучиться от боли – меня тошнило от того, что меня тошнит. ‘Упасть на дно’ означало, что я был готов меняться – отказаться от своей ничтожной жизни и обратиться за помощью»

«Упасть на дно» означает посмотреть правде в глаза – оказаться в сложной и болезненной ситуации – когда дальше просто некуда.

Для кого-то это значит оказаться в нищете – голодным – и даже умирать от голода. Боль уже невозможно игнорировать и заглушать с

помощью наркотиков или алкоголя.

«Когда я дошел до самого края и сказал себе: «Мне нужна помощь». Это было начало моего пути к восстановлению», - рассказал один молодой человек. «Наконец я был готов слушать окружающих людей.»

«Упасть на дно» означает посмотреть правде в глаза – оказаться в сложной и болезненной ситуации – когда дальше просто некуда.

«Упасть на дно» означает, что человек вынужден столкнуться лицом к лицу с последствиями своего безответственного образа жизни – это непросто, многие люди очень упрямы.

«Я слепо шел по пути разрушения – при этом я был уверен, что это лучший из путей», - объяснил другой молодой человек.

«Я пустил свою жизнь на самотек – я был таким жалким, я хотел только умереть.

«Упасть на дно» означало, что я больше не могу скрываться от реальности.

- ❖ **Откуда вы знаете, что ваша помощь производит положительный эффект – продвигает близкого вам человека к реальным изменениям?**
- ❖ **Если я не помогу моему близкому – что я буду делать, если он умрет?**
- ❖ **Что я могу предпринять, чтобы помочь «приподнять дно» для близкого мне человека, который не желает меняться?**

2, Приподнять дно!

Отрицание и иллюзии привели меня в тупик.»

Общий признак тех, кто «упал на дно»

Какая общая черта объединяет всех, кто «упал на дно» и выжил? Боль!

«Мне было так больно, что я хотела умереть», - рассказывала одна молодая девушка в центре Тин Челлендж. «Боль помогла мне посмотреть правде в глаза. Боль была реальной, я больше не могла бегать от нее или отрицать ее.»

Мой парень поддерживал мою наркотическую зависимость более 10 лет. А потом он попал в тюрьму. Раньше я всегда могла попросить денег у друга. Но теперь мои друзья сказали мне держаться от них подальше. Они больше мне не доверяют. Я так часто им врала, что они больше не хотят общаться со мной. Меня лишили родительских прав на моих детей. Когда больше никто не мог мне помочь, наконец, до меня дошло, что мне нужна помощь.

В большинстве случаев родственники ощущают эту боль раньше, чем сам зависимый. Зачастую наркотики помогают заглушить боль. Плюс иллюзии, которые сопровождают употребление наркотиков, и мешают зависимому объективно оценить вред, который наркотики наносят его жизни.

Одна старшеклассница писала: «Я рада, что ваши студенты в Тин Челлендже избавились от наркотической зависимости, но мне они помогают. Если бы я их не употребляла, я не справилась бы со своей жизнью»

Эта девушка пока не уловила связи между употреблением наркотиков и хаосом в ее жизни. Однако боль имеет свойство прорываться сквозь иллюзии, и выносить правду на поверхность – им нужна помощь.

Для тех, кто «упал на дно» и восстановился, путь к восстановлению часто бывает медленным и болезненным.

«Мне нужно было самой захотеть признать свои проблемы – а у меня их было много», - рассказывает Элиза.

Когда я позвонила своей матери с таксофона, она приехала и забрала меня с улицы, и помогла мне поступить в центр Тин Челлендж, где я нашла Божье решение своих проблем»

«Когда я только приехала в центр Тин Челлендж, я была в полном смятении. Я бунтовала против сотрудников центра. У меня были перепады настроения и нестабильное поведение – в один день мне было весело, на другой день грустно. Но сотрудники центра помогли мне, относились ко мне с любовью и научили нести ответственность за мои поступки. Постепенно мой разум прояснился»

«Этот процесс был очень болезненным – но, в конце концов, я крепко стою на ногах, и теперь могу начать строить здоровые отношения с

людьми. Я учусь брать на себя ответственность за свои действия, свои слова и свои чувства»

«Сама я не справилась бы с ситуацией. Я изменилась благодаря Божьей любви и Божьей силе. Только когда я подчинилась Богу свою волю, я пережила истинные внутренние изменения»

Момент «падения на дно» для многих стал поворотным моментом – но не для всех. Некоторые люди, падая на дно, совершают самоубийство. Другие попадают в тюрьму.

Так как насчет близкого вам человека – того, что стоит на пути разрушения, употребляет наркотики или алкоголь, или его жизнь разрушает что-то другое. Возможно, он причиняет боль вам или другим вашим близким людям. Что вы можете сделать?

Кто-то скажет – отойдите в сторону, подождите, пока «упадет на дно».

Но есть вариант получше – нужно найти способ «приподнять дно».

Как «приподнять дно»?

1. Перестаньте спасать своего близкого

Слишком часто мы покрывали их безответственное поведение – платили штрафы, чтобы избавить их от уголовной ответственности, выплачивали взятые ими кредиты, или неоплаченные коммунальные счета. Верили их

3, Приподнять дно!

душещипательным историям с трагическим концом.

«Я снял деньги в банкомате и положил их в карман. А когда пришел домой, денег уже не было! Наверное, я их выронил». Они так замечательно играют свою роль – слезы, расстройство – «Я изо всех сил старался быть ответственным, и вот теперь у меня ничего нет!»

Ваше сердце в порыве сострадания распаивается, и вы щедро помогаете им оплатить очередной счет. Вы снова не замечаете, что их история – очередная очень убедительная попытка раздобыть наличные на дозу.

Вы «поднимете дно» для близкого вам человека, если скажете «нет», и позволите им лицом к лицу столкнуться с болезненными последствиями их безответственного поведения.

2. Скажите им правду

Вы помогаете «приподнять

дно» своему близкому человеку, говоря ему правду о его проблемах. Часто мы имеем четкое представление о проблемах чужих людей или просто знакомых.

Пока у меня были деньги, я не задумывалась о том, чтобы обратиться за помощью. Но когда деньги кончились, и никто не хотел пускать меня к себе домой, я поняла, что мне нужна помощь.

Но когда дело касается наших родственников – нам хочется верить в лучшее, и мы обманываем себя, говоря «Да все не так уж и плохо. Я уверен, что все скоро наладится».

Говорите правду – не в момент раздражения и гнева, а уверенно и твердо, чтобы ваши

слова звучали уверенно. «У тебя проблема, тебе нужно меняться, тебе нужна помощь. Я не смогу тебя изменить. И больше не намерен слушать твои оправдания. Есть люди, которые могут тебе помочь, но ты должен сам решить принять эту помощь».

Как правило, сказать это один раз – недостаточно, чтобы пробиться через завесу заблуждений и иллюзий. Люди, работающие в сфере зависимостей, говорят, что чаще всего нужно 30 или более раз произнесения правды, прежде, чем человек готов признать, что ему необходима помощь.

3. Не принимайте за них решений

В одной семье был сын, который бросил колледж в самом начале обучения. Он вернулся домой, и привез с собой свою наркотическую зависимость. Устраиваться на работу он не стал, поэтому его мать и отец платили за него

Сын практически умирает с голоду

Когда бунтующий сын хочет уйти из дома, для всей семьи это болезненно, особенно для родителей. Очевидно, что это не первый признак проблемы в семейных отношениях этой семьи.

В этой истории, изложенной в Луки 15:11- 32, рассказывается о самонадеянном сыне, который потребовал выделить его долю в наследстве, пока его отец еще был жив.

Он уходит из дома и ведет разгульную жизнь до тех пор,

пока у него не заканчиваются деньги. Очевидно, что своим друзьям он тоже больше не нужен.

В конце концов, он кормит свиней, и все, что у него есть из еды – объедки после свиней. И каким бы ни было его отчаянное положение, никто не хочет ему помогать.

Это хорошая часть истории, потому что именно этот болезненный момент и является «падением на дно». Он встретился с собой – реальность наконец разрушила его иллюзии.

Он взял на себя ответственность за свои грехи – свои неверные решения, и решает измениться.

Процесс его восстановления начинается с признания его грехов перед Богом, а затем возвращения домой в поисках прощения семьи.

Он возвращается другим человеком, свободным от бунтарских иллюзий, которые увели его из дома.

4, Приподнять дно!

автокредит, чтобы у него не забрали машину.

Как найти золотую середину между бездействием и принятием решений за своего близкого человека, у которого проблема?

Живете ли вы в страхе – «Если я не спасу близкого мне человека, он умрет!»

Если близкий вам человек уйдет из дома, все еще находясь на пути иллюзий и саморазрушения, можете быть уверены, что Бог не оставит его.

К сожалению, простой инструкции «по пунктам» как помочь близкому вам человеку не существует.

Если человек, находящийся в проблеме, живет с вами под одной крышей, у вас больше возможностей влиять на него своими решениями. Вы можете выдвинуть свои требования, которые заставят этого человека вести себя более ответственно.

Если он продолжит вести себя безответственно, вы можете заставить его столкнуться с болезненными последствиями его поступков.

Некоторые родственники заставили своих близких обратиться в центр реабилитации. Иногда это

срабатывает – проведя несколько дней в центре, зависимый человек осознает необходимость изменений, и остается на этом новом пути к исцелению и восстановлению.

Однако зачастую люди, которых заставили обратиться в центр, уходят оттуда досрочно, и вскоре возвращаются к зависимости. И вот в этот момент ключевая роль в том, что случится дальше, принадлежит семье. Позволят ли они этому человеку вернуться домой, или откажут ему в этом до тех пор, пока он не примет помощь?

Призовите близкого вам человека обратиться за помощью. Оставьте ему право выбора, говорите ему правду, но дайте ему ясно понять – он должен принять решение измениться.

4. Не заглушайте их боль

Многие из нас запросто могут пройти мимо человека, которому больно, бездомного, грязного. Но когда дело касается нашего близкого – это нелегко. Однако боль мотивирует к переменам.

Когда мы спасаем наших близких, и ограничиваем их от болезненных последствий их безответственных действий – мы поддерживаем их иллюзии и продлеваем их путь к «падению на дно». Вместо того, чтобы «приподнять дно», наша неправильная помощь «опускает дно», и разрушительный путь становится еще длиннее.

«Приподнять дно» для нашей дочери

Наша дочь приняла множество неверных решений относительно ее друзей, и все закончилось наркотиками. Мы часто ее спасали, платили штрафы, давали ей денег, хоть и знали, что на них она купит наркотики.

Мы не хотели, чтобы она снова воровала. Но вскоре она начала воровать у нас.

Тогда мы поняли, что должны поставить ее перед сложным выбором – «Обратись за помощью, или мы напишем на тебя заявление в полицию и ты окажешься в тюрьме».

Она ушла из дома, и скоро все стало еще хуже. Она позвонила нам и попросила пустить ее домой, но мы ей отказали. Мы не желали идти на компромисс.

В конце концов, когда ей некуда было идти, а ее парень уже сидел в тюрьме, она решила обратиться за помощью. Она поступила на реабилитацию в центр Тин Челлендж. Это было нелегко, но мы очень рады, что сейчас она получает настоящую помощь.

--благодарная мать

5, Приподнять дно!

5. Начиная как можно раньше

Многие подростки и молодые люди, которые приходят в центры Тин Челлендж с зависимостью от наркотиков, попали на путь зависимости еще до начала подросткового возраста. В наши дни наказывать детей считается табу – архаичным пережитком прошлого, а иногда даже приравнивается к насилию над детьми.

Однако уместное наказание – это не насилие. Я помню время, когда нашим детям было по 4-5 лет. Их непослушание становилось причиной наказания на день. Иногда мы с моей женой вслух обсуждали, была ли польза от наказаний. Казалось, никаких изменений в поведении не происходило.

Но когда дети стали старше – 7, 8, 9 лет – мы заметили, что они стали послушнее, пусть и не идеальными. Они в раннем возрасте усвоили, что у непослушания есть болезненные последствия.

Многие подростки и молодые люди так никогда и не усвоили этого урока – потому что в их опыте у непослушания были свои «преимущества». Их редко наказывали. Эгоистичное поведение глубоко

укоренилось у них в подростковом возрасте. Мать и отец всегда были рядом и спасали, если наступал кризис.

Чем раньше в их жизни вы начнете применять уместное наказание и устанавливать постоянные ограничения для своих детей – тем быстрее вы «приподнимете дно» в их попытках пойти по дорожке безответственного поведения.

Если вашему ребенку 40 лет – вернуться назад, чтобы изменить прошлое, уже нельзя, но можно изменить будущее.

6. Приготовьтесь к эмоциональным сражениям

Если вы начнете «приподнимать дно» и заставите близкого вам человека лицом к лицу столкнуться с болезненными последствиями его действий, и больше не будете спасать его – приготовьтесь к потоку гнева.

Молитва за тех, чей близкий человек «не упал на дно»

Господь, он/а в Твоих руках! Сделай все, что нужно, чтобы любимый мной человек понял, что ему/ей нужно меняться. Разрушь все иллюзии. Я не стану вмешиваться в Твои действия. Я доверяю тебе, Господь.

«Да что ты за христианка такая? Ты должна помогать людям, когда у них трудности, тем более, своим родным!»

Их гнев во многом схож с поведением маленьких детей, которых вы наказываете, а они кричат: «Я тебя ненавижу!» Если вы не выдержите их натиска и поддадитесь на их требования – вы только «опустите их дно» и усугубите их положение.

Слова Иисуса Христа, произнесенные Им на кресте, укрепят вас, когда в ваш адрес летят грубые слова. Иисус сказал: «Отче! прости им, ибо не знают, что делают» (Луки 23:34, Синодальный перевод)

Иисусу Христу было очень больно поступать правильно – оставаться на кресте и платить цену за наше спасение и исцеление. Готов ли ты пойти по верному пути – болезненному пути – чтобы «приподнять дно» для своего близкого человека?

Если вы действительно любите близкого вам человека, правильное поведение по отношению к нему может временно оказаться очень болезненным – до тех пор, пока близкий вам человек не сойдет с разрушительного пути и не пойдет по Божьему пути к свободе от зависимости.

7. Не пытайтесь ускорить процесс восстановления

Очень часто мы наблюдали, как человек приходит в центр Тин Челлендж, и переживает просто стремительные прогрессивные изменения в сторону исцеления и новой жизни.

6, Приподнять дно!

Семья в восторге – они уже много лет не видели близкого им человека в таком хорошем состоянии. Отношения восстановлены, прошлые обиды забыты. Слезы радости и улыбки приходят на смену обидам, гневу и раздражению прошлого.

Мы не раз видели семьи, которые говорят: «Приезжай домой сегодня, мы тебя простили»

Они не понимают, что путь восстановления – это не просто

не позволяйте обещаниям и клятвам близкого человека ввести вас в заблуждение и пытаться найти «короткий путь» к восстановлению. Не присоединяйтесь к любителям частичных решений.

набрать пару килограммов и сказать «мы все простили».

Родственники должны всеми силами поддерживать процесс восстановления, которому их близкого человека учат в центре.

Если ваш зависимый родственник находится на реабилитации в центре Тин Челлендж, вы должны советовать ему оставаться в центре и завершить программу реабилитации. Это не простая задача. Многие студенты в центрах Тин Челлендж сталкиваются с проблемами и разочарованиями, и хотят уйти.

Не поддавайтесь своим прошлым привычкам спасать близкого человека. Он может позвонить вам и сказать: «Я хочу вернуться домой. Мне больше не нужна реабилитация». Они должны научиться смотреть в лицо своим проблемам и трудностям. Им нужно научиться постоянно принимать ответственные решения.

Если вы ломаете ногу, и вам накладывают гипс, вам не придет в голову снимать его пару дней спустя потому, что он неудобный. Гипс нужен, чтобы ограничить движение – но это защищает вашу ногу на период восстановления. Если убрать гипс

преждевременно, это не ускорит процесс заживления.

Точно так же, не позволяйте обещаниям и клятвам близкого человека ввести вас в заблуждение и пытаться найти «короткий путь» к восстановлению. Ваш близкий человек может попытаться убедить вас, что он уже готов уйти, что центр ему больше не нужен.

Самая ценная помощь, которую вы можете ему оказать – потребовать, чтобы он завершил курс реабилитации.

Многие родители или жены говорят: «Если уйдешь из центра до окончания курса реабилитации, домой не возвращайся». Этого чаще всего оказывалось достаточно, чтобы зависимый человек передумал и остался в центре.

Ваш близкий человек ищет легкого пути выхода из своих проблем. Не присоединяйтесь к любителям частичных решений.

Пожалуй, нет ничего большего, чем видеть, как любимый вами человек разрушает себя, находясь в лапах зависимости. Бог предлагает свободу каждому человеку, молодому или пожилому, но Он никогда не навязывает Свою помощь.

Вы не сможете заставить своего близкого принять помощь, но вы можете «приподнять дно», чтобы он столкнулся с реальностью быстрее. Это болезненный процесс, но попытка «приподнять дно» поможет получить все преимущества исцеления гораздо быстрее.

Почему бы не приподнять дно

Руководство для обсуждения

Следующие вопросы можно использовать для своих личных размышлений на данную тему, а можно использовать в качестве руководства для группового обсуждения. Если вы будете использовать эти вопросы в групповом обсуждении, пожалуйста, имейте в виду, что не следует выносить на обсуждение конкретные детали и подробности прошлых грехов, неудач или личных переживаний.

1. Прочитайте Луки 15:11-32. Что пришлось пережить сыну на его пути к «падению на дно»? (обратите внимание на стихи 12-16, 30-32)
2. Какими были обстоятельства отчаянного положения сына в момент «падения на дно»?
3. В момент, когда сын «упал на дно», говорится в 16 стихе, «никто не хотел ему помочь».
 - А. Как вы относитесь к тому, что Бог не гневается и не осуждает тех, кто ничего не сделал, чтобы помочь находившемуся в отчаянии человеку?
 - Б. Какие изменения произошли в жизни отчаявшегося молодого человека? (стихи 17-19)
4. В вашей жизни были моменты «падения на дно»?
 - А. С чего начался ваш путь к саморазрушению?
 - Б. С какими ложными убеждениями вы жили тогда?
 - В. Какого это было – «упасть на дно»?
 - Г. Кто-нибудь предлагал вам неправильную помощь, спасая от болезненных последствий ваших действий, таким образом «опуская дно» и продлевая ваш путь к «падению на дно»?
 - Д. Были ли люди, которые говорили или делали что-нибудь, чтобы «приподнять дно» в вашей жизни? Поясните.
 - Е. Как долго длился процесс восстановления в вашей жизни после того, как вы «упали на дно»?
5. Есть ли у вас близкий человек, который находится на пути разрушения, и который пока не «упал на дно»?
 - А. Что вы говорите или делаете, чтобы попытаться спасти этого человека?
 - Б. Насколько вам трудно отпустить этого человека и позволить Богу сделать все, что нужно, чтобы этот человек пришел к необходимости изменений?
 - В. Что вы можете сделать, чтобы «приподнять дно» близкому вам человеку?



Global Teen Challenge
P.O. Box 511
Columbus, GA 31902 USA
Phone: 1-706-576-6555
E-mail: gtc@Globaltc.org
Веб-сайт: www.Globaltc.org

Если вам нужны дополнительные копии этой рассылки, или у вас есть вопросы или комментарии, пожалуйста, свяжитесь с Тин Челлендж по указанному адресу. Этот и другие ресурсы имеются в открытом доступе в разделе «Материалы для служения» на сайте www.iTeenChallenge.org

2nd Edition 11-2005