

ПОМОГИТЕ!

У МЕНЯ ЗАВИСИМОСТЬ



ДЖИМ БЕРГ

ПОМОГИТЕ! _____

**У МЕНЯ
ЗАВИСИМОСТЬ**

Джим Берг

Редактор-консультант д-р Пол Тотджес

Помогите!

У меня зависимость

Джим Берг

Редактор-консультант д-р Пол Тотджес

перевод: С. Омельченко

редакция: С. Кушнирчук, С. Павлюк

В книге использованы тексты Синодального перевода Библии, исправленное издание

© Издание на русском языке, Славянское Евангельское Общество, 2021
Без предварительного разрешения издателя никакая часть этого издания не может воспроизводиться, храниться или передаваться в любой форме или с помощью любых средств, электронных или механических, включая ксерокопирование, аудиозапись или системы хранения и поиска информации.

ISBN 978-1-56773-152-1

Originally produced in English as

Help! I'm Addicted

Jim Berg

Consulting Editor: Dr. Paul Tautges

© 2020 Palmetto Services Upstate, LLC

ISBN

Paper: 978-1-63342-210-0

epub: 978-1-63342-211-7

Kindle: 978-1-63342-212-4

Published by Shepherd Press

P.O. Box 24

Warwallopen, PA 18660

www.shepherdpress.com

All Scripture quotations, unless stated otherwise, are from the ESV 2016.

All rights reserved.

No part of this publication may be reproduced, or stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, mechanical, electronic, photocopying, recording or otherwise, without the prior permission of Shepherd Press.

Содержание

Введение	4
1 Что такое зависимость	7
2 Библейское понимание зависимости	16
3 Божья дорожная карта к свободе	34
4 Использование свободы	46
Вывод	53
Идеи для личного применения	55
Где можно получить дополнительную помощь?	58
Примечания	59

Введение

Вы слышали истории и читали статистику, что курение марихуаны и электронных сигарет быстро захватывает подростков. Почти треть несчастных случаев за рулём связана с алкоголем. Злоупотребление опиоидами достигло критических масштабов, а передозировки фентанилом продолжают стремительно расти. На подъёме также находятся нарушение пищевого поведения, травмы и другие виды саморазрушительных привычек. Так или иначе наркозависимость затронула почти каждую семью. Все знают кого-то, кто страдает от этой зависимости.

Но у вас зависимость очень личная, не так ли? У вас своя история. Вы — не цифра в статистике. Вы — живая душа, у которой были надежды и мечты в жизни, реальные желания и возможности. Но потом вы стали зависимы.

Возможно, всё началось, когда вы пытались подавить в себе боль, причинённую трагическими событиями или жёстким воспитанием, ища утешение в алко-

голе, болеутоляющих средствах или самоистязании. Может быть, вы стремились произвести впечатление на друзей, присоединившись к ним на вечеринке, или же хотели всего один раз испытать наркотический кайф, чтобы понять, что это такое.

Независимо от того, как всё началось, одного раза оказалось недостаточно. Всегда находились веские причины выкурить ещё один косяк, понюхать ещё одну дозу порошка, посетить ещё раз казино, ещё раз встретиться с сотрудником после работы для выпивки и секса, поучаствовать в очередном кутеже или посетить ещё один порносайт. То, что начиналось как весёлая интрижка или попытка забыть боль и стыд, переросло в нечто большее. Вы стали прятаться, замыкаться, лгать, либо же становились смелее и бесстрашнее — и опаснее. Возможно, вы сожгли мосты взаимоотношений, стали разрушать своё здоровье и причинять боль любящим вас людям.

Может быть, вас арестовывали, вы лишились работы, водительских прав, сбережений и даже семьи. Возможно, вы наконец поняли, что попали *на крючок*. Выразительное описание, не правда ли? Вы чувствуете себя как пойманная рыба, которая, заглотив крючок, уже не может освободиться. И, безуспешно пытаясь вырваться, видите, что зависимость вас *затя-*

живает. Вы понимаете и боитесь, что впереди только гибель, смерть.

Позвольте с самого начала заверить вас, что, независимо от того насколько исковеркана и разрушена ваша жизнь, *Бог через Своё Слово и Свой народ предлагает вам надежду и помощь.*

Что такое зависимость?

Прежде чем перейти к рассмотрению некоторых определений, позвольте представить моего дорогого друга Сэма.¹ Сэму было двадцать два года, когда его в очередной раз арестовали за хранение наркотиков и вождение автомобиля под их воздействием. Сэм перепробовал много разных наркотических средств и уже несколько лет принимал какие-то из них. Но попасть за закрытую дверь камеры в ту ночь не входило в его планы.

Турбулентное путешествие Сэма

В детстве Сэм иногда посещал небольшую церковь в своём районе. Он слышал весть Евангелия о том, как Христос пришёл спасти грешников, и теперь не сомневался, что сам был таким (Рим. 3:23). Той ночью в камере молодой человек вспомнил слова пастора, что Христос умер, чтобы заплатить за грех людей, и воскрес из мёртвых (Рим. 4:25; 5:8), и что Бог принима-

ет грешников, которые покаяться в грехе, поверили в Иисуса Христа как единственного Спасителя (Рим. 6:23). Грех завёл Сэма дальше, чем он ожидал. Сэм упал на холодный, бетонный пол камеры и воззвал к Богу о милости и прощении (Рим. 10:9).

Так началась его новая жизнь. Вскоре Сэм часами читал в камере Библию, которую нашёл на книжной полке в учебной комнате рядом со столовой. В тюрьме он прошёл курс лечения от наркомании и, отсидев три месяца, был освобождён с испытательным сроком, ожидая суда за предыдущие преступления. Ещё Сэм осознал, что ему необходимо пройти программу библейского обучения, чтобы больше узнать о своём Спасителе Иисусе Христе, могущем избавить его от пагубных сетей прошлого.

Спустя шесть месяцев Сэм прошёл стационарный курс реабилитации, восстановления после зависимости. Заполненный изучением Библии график, ученичество один на один, христианское общение и строгая подотчётность дали ему хороший старт, необходимый на пути к победе над прежними греховными привычками.

Сэм присоединился к хорошей библейской церкви и по вечерам в пятницу стал посещать группу ученичества по восстановлению от зависимости «По-

стоянная свобода».² Там он нашёл верующих друзей, которые его приняли, полюбили, помогли найти работу, наставляли и молились за него — всё в контексте группы поддержки, братьев и сестёр поместной церкви.

Увы, под влиянием новости о смерти близкого ему человека Сэм вернулся к старым методам борьбы с болью — употреблению наркотиков. В ту ночь, находясь под воздействием героина, он разбил свою машину и был арестован за вождение в состоянии наркотического опьянения. Освобождённый под залог, через несколько недель Сэм снова предстал перед судьёй, поместившим его под домашний арест, пока другие его дела будут переданы в суд. На этот раз Сэм понял, что должен научиться справляться с болью так, как угодно Богу.

Сейчас Сэм живёт радостной и победной христианской жизнью, хотя его проблемы с законом всё ещё не решены, а из-за своего прежнего образа жизни он связан трудными социальными и финансовыми обязательствами. Однако, став подотчётным церкви, принимая наставление служителей и имея общение с верующими, Сэм последовательно развивает своё хождение с Богом, свидетельствует о своей вере другим и становится ответственным работником.

Ограничения домашнего ареста позволяют ему ходить из адаптационного центра, где он живёт с несколькими другими мужчинами, только на работу и в церковь. Если бы Сэм отклонился от курса, электронный браслет на ноге подал бы сигнал на пульт оператора. Поскольку сейчас он не может гулять, как раньше, у него появилось много времени для чтения и изучения Библии, прослушивания проповедей и чтения полезных книг. А электронный браслет напоминает, что он должен отречься от себя и принять ограничения, которые наложил Бог (через систему наказаний, Рим. 13:1-7), чтобы развить в нём характер Христа. Сэм всё ещё спотыкается, но, приобретая библейскую мудрость, он учится справляться с болью, проблемами и невзгодами совершенно иначе, чем раньше.

Чему Сэм должен был научиться, чтобы стать другим человеком? Ответ на этот вопрос рассмотрим во 2-й главе, но сначала нужно уточнить, что такое зависимость.

Определения зависимости

Американское общество аддиктивной медицины определяет зависимость как

излечимое хроническое медицинское заболевание, включающее сложные взаимодействия

между мозговыми цепями, генетикой, окружающей средой и жизненным опытом человека [выделено мной].³

Безусловно, зависимость *воспринимается* как болезнь, потому что иногда кажется, что вы *не можете* не делать этого, как не можете не рвать, когда у вас желудочный вирус. Тем не менее, хотя идея болезни помогает проиллюстрировать зависимость, она не объясняет, как зависимость *начинается*. Вы не можете заразиться зависимостью от бактерий, вирусов или паразитов.

Многие светские специалисты в этой области также не согласны с определением зависимости как болезни. Например, невролог и специалист в области возрастной психологии Марк Льюис в книге «Биология желаний: почему зависимость не является болезнью» утверждает:

Медики-исследователи правы в том, что зависимость изменяет мозг. Но это изменение связано с познанием и развитием, а не с болезнью.⁴

Льюис добавляет:

Зависимость является следствием... мотивированного повторения одних и тех же мыслей и поступков, пока они не станут привычными.⁵

Когда вы решаете повторять приятный опыт, ваше тело (и мозг как его часть) адаптируется к тому, чтобы желать его повторения ещё больше. Ваш мозг начинает исключать другие мысли и цели, чтобы вы могли сосредоточиться на получении «кайфа», который выбрали вначале и затем продолжили выбирать. Чем больше эмоциональное удовольствие от вашего выбора и чем чаще вы повторяете его, тем быстрее ваше тело начинает требовать этого опять. *Эти физические изменения происходят потому, что Бог создал тело для служения сердцу.* Будучи ошибочно «обученным» заблуждающимся сердцем, ваше тело должно «перезагружаться» по мере того, как ваше сердце будет рождать новые мысли, развивать новые желания и познавать новые пути управления жизнью.

Интересно, что снимок головного мозга у наркоманов идентичен таковому у молодых людей. И те, и другие совершают повторяющиеся действия, вызывающие высокий уровень удовольствия или эйфории. Это хорошая новость для молодых людей, потому что их мозг и химия тела начинают укреплять их посвящённость друг другу. Но это плохая новость, когда повторяющееся поведение является греховным. Такое поведение ведёт к рабству, и поскольку вы сами решили начать и продолжать его, то должны рассматривать

свою зависимость как «добровольное рабство». ⁶ Это можно назвать *господствующим грехом* или *упрямой греховной привычкой*.

Большинство современных методов лечения сосредоточены на физических составляющих зависимости — детоксикации или заместительной терапии (напр., метадон). Некоторые программы добавляют исправление поведения через программы по управлению стрессом и гневом, а также занятия по навыкам преодоления трудностей. Хотя все эти методы могут принести временное облегчение (даже трезвость), произведя долгожданные для семьи и друзей перемены, они точно не смогут помочь вам стать тем, кем вас создал Бог, потому что игнорирует Господа как самую важную составляющую полноценной жизни!

У всех нас есть «расстройство» зависимости⁷

Может быть, вы не понимаете, зачем вам нужен Бог. Позвольте объяснить. Ваша битва с зависимостью — не просто *физическая*, связанная с наркотиками и поведением. Здесь происходит нечто большее. Жизнь в падшем, разрушенном мире включает в себя самые разные удары и разочарования, и вы решили преодолеть их по-своему.

Самый важный выбор, который лежит перед вами, заключается в следующем: *от кого вы будете зависеть в способности справиться с неудачами жизни — от Бога или от себя?* Станете ли доверять своим идеям и стратегиям, чтобы получить облегчение, или признаете необходимость в отношениях с Богом и получении мудрости от Него? Если в решении жизненных трудностей и проблем вы будете полагаться на себя, а не на Бога, то у вас *нарушение зависимости*. Вы заменили Бога и Его пути своими путями. Подумайте внимательно об этом тексте Писания:

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

(Прит. 3:5-6).⁸

Этот текст говорит, что у вас реально есть только два варианта. Вы можете выбрать доверять сказанному Богом о жизни или себе, придумывая собственные способы решения жизненных проблем и достижения успеха.

Третьего не дано. В любой жизненной ситуации вы надеетесь либо на Бога, либо на себя. Вы считаете, что наркотики, секс, диета или алкоголь решат ваши проблемы, но они в итоге ввергнут в ужасную зави-

симость. Господь говорит в Иер. 2:13, что, надеясь на себя, мы совершаем два зла:

Два зла сделал народ Мой: Меня, источник воды живой, оставили и высекли себе водоёмы разбитые, которые не могут держать воды.⁹

По словам Бога, первое зло состоит в том, что Его народ отвернулся от Него, как единственного источника напоения жаждущих душ. Второе — в том, что они решили выбрать альтернативный путь (который Бог называет «водоёмом») для напоения «жажды их душ». Проблема в том, что эти разбитые водоёмы не могут держать ничего, что действительно утоляет духовную жажду.

Бог называет оставление Его «злом». Отвращение от зла начинается с покаяния. Недостаточно просто сожалеть о прошлых действиях; вы должны вернуться к Богу и удалиться от греха, приняв решение не возвращаться назад. Покаяние включает в себя признание и оставление греха (Прит. 28:13). Поговорите с пастором или зрелым, мудрым христианином, который покажет вам в Библии всё, что говорится о покаянии в грехе и примирении с Богом и людьми.

2

Библейское понимание зависимости

Прежде чем сантехник начнёт чинить трубу, он должен знать, из какого материала сделана эта труба — медь, пластмасса и так далее. Ремонт каждого вида труб отличается в зависимости от используемого материала.

Так и вы не сможете объяснить свою зависимость, пока не узнаете, из чего вы как человек состоите. Ваша проблема больше, чем просто физическая, хотя в ней участвует и ваше тело. Дело не в психическом заболевании, хотя здесь участвует ваш разум. Проблема намного глубже, поскольку корни вашей зависимости находятся в том, кем вы являетесь.

Вы — носитель Божьего образа

Библия говорит:

Сотворил Бог человека по образу Своему

(Быт. 1:27).

Бог создал вас похожим на Себя во многих отношениях. Он сделал вас *разумным* существом, каким является Сам, чтобы вы могли мыслить, как Он, и приходиться к тем же выводам о жизни, что и Он. Господь также создал вас *социальным* существом, как Он Сам, чтобы вы могли дружить с Ним и с людьми. Бог создал вас *нравственным* существом, как Он, чтобы вы могли отличать правильное от неправильного и ценить справедливость. И, наконец, Бог создал вас *духовным* существом, каким является Сам, чтобы вы могли жить с Ним вечно. Но что-то случилось в Эдемском саду после того, как были созданы Адам и Ева, повлиявшее на всё ваше существо.

Вы — разрушенное Божье творение

Сатана захотел управлять творением вместо Бога, но потерпел поражение, так как, будучи созданным существом, не смог одолеть Создателя. Поэтому после своего падения он, желая отомстить Богу, придумал план по разрушению образа Бога в человеке. Сатана хотел, чтобы люди восстали против Бога, став, таким образом, на путь саморазрушения и, в конечном итоге, смерти. Он хотел, чтобы люди подражали его злой природе, а не Богу. Иисус объяснил сущность сатаны в Иоан. 8:44, обращаясь к религиозным вождям народа:

Ваш отец диавол; и вы хотите исполнять похоти отца вашего; он был человекоубийцей от начала и не устоял в истине, ибо нет в нём истины. Когда говорит он ложь, говорит своё, ибо он лжец и отец лжи.

Чем больше мы восстаём против Бога, тем больше обретаем две основные черты характера сатаны, диавола. Мы становимся лжецами, или *обманщиками*, и нас самих легче обмануть, потому что мы отвергаем Божью истину. Мы также становимся убийцами, или *разрушителями*. Наш выбор «убивает» перспективы хороших отношений, многообещающих возможностей и полноценной жизни. Сатана вплетает этот обман и разрушение в каждую зависимость, в которую впадают люди.

Набор сатанинской лжи

Как же сатана совершил это разрушение? *Лукавый солгал Адаму и Еве, и они поверили!* Бог сказал им не есть плод с дерева познания добра и зла, иначе они умрут. Сатана же утверждал, что нет, они не умрут. Он также обманул первых людей, заставив их поверить, что Бог не был добр к ним. Он сказал, что Бог скрывает от Адама и Евы нечто, потому что не хочет,

чтобы они стали такими, как Он. В то время как они уже были такими, как Он, — созданными по Его образу! Сатана также сказал, что этот плод очень нужен Адаму и Еве, чтобы стать мудрыми. На самом деле, восстав против Бога, люди стали *неразумными!*

Задумайтесь о том, что произошло в тот день в Эдемском саду, потому что *каждый совершённый грех повторяет произошедшее в раю*. Вот как Бог описал грехопадение в Быт. 3:1-6, когда сатана под видом змея говорил с Евой:

Змей был хитрее всех зверей полевых, которых создал Господь Бог.

И сказал змей жене: «Подлинно ли сказал Бог: „Не ешьте ни от какого дерева в раю“?» И сказала жена змею: «Плоды с деревьев мы можем есть, только о плодах дерева, которое среди рая, Бог сказал: „Не ешьте их и не прикасайтесь к ним, чтобы вам не умереть“». И сказал змей жене: «Нет, не умрёте, но знает Бог, что в день, в который вы вкусите их, откроются глаза ваши, и вы будете, как боги, знающие добро и зло». И увидела жена, что дерево хорошо для пищи, и что оно приятно для глаз и желанно, потому что даёт знание; и взяла плодов его и ела; и дала также мужу своему, и он ел.

Архилжец обманул их! Вместо того, чтобы стать мудрыми, люди стали глупцами. Вместо того, чтобы стать более похожими на Бога, они стали более непохожими на Него. И поскольку Адам пал, мы все тоже пали. В Рим. 5:12 апостол Павел пишет:

Как одним человеком [Адамом] грех вошёл в мир, и грехом смерть, так и смерть перешла во всех людей, потому что в нём все согрешили.

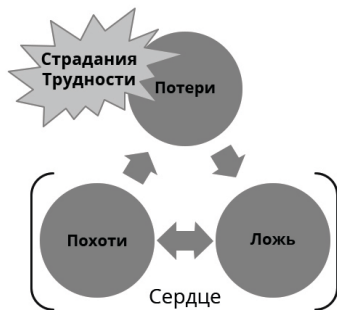
Ставшая следствием произошедшего наша греховная природа, которую Библия ещё называет «плотью», подражает природе самого сатаны. Плоть хочет идти своим путём, изгоняя Бога из наших мыслей. Другими словами, плоть желает независимости от Бога и полного контроля над жизнью человека. Существование нашей греховной природы создаёт огромный конфликт. Вот как Павел описал это в Рим. 7:18-25 по отношению к себе:

Ибо знаю, что не живёт во мне, то есть в плоти моей, доброе; потому что желание добра есть во мне, но чтобы делать доброе, того не нахожу. Доброго, которого хочу, не делаю, а злое, которого не хочу, делаю. Если же делаю то, чего не хочу, уже не я [новый человек во Христе]¹⁰ делаю то, но живущий во мне грех.

Итак, я нахожу закон, что, когда хочу делать доброе, принадлежит мне злое. Ибо по внутреннему человеку нахожу удовольствие в законе Божьем; но в членах моих вижу иной закон, который воюет против закона ума моего и делает меня пленником закона греховного, находящегося в членах моих. Бедный я человек! Кто избавит меня от этого тела смерти? Благодарю Бога моего через Иисуса Христа, Господа нашего. Итак, тот же самый я умом моим служу закону Божьему, а плотью — закону греха.

Это реальная битва! Хотя каждый человек всё ещё носит образ Божий, грехопадение сильно испортило его. Теперь ваша греховная природа постоянно находится в состоянии войны с Богом. Ваш *разум* не мыслит так, как угодно Богу. Ваши *чувства* побуждают вас искать удовлетворения любым возможным способом, даже греховным. Ваша же *воля* инстинктивно стремится угождать себе, а не Богу. Поэтому вы видите, что всё внутри вас — разум, воля и чувства — испорчено.

Вы никогда не будете иметь свободы от рабства зависимости, если не признаете, что эта духовная битва между вами и Богом ведётся за контроль над вашей жизнью. Вы должны признать это и каяться каждый раз, когда противостоите Богу.



Вы должны научиться распознавать потери, похоти и ложь

Хотя Адам и Ева думали, что, съев плод, получают только хорошее, ложь сатаны принесла им одни потери. Потери в верхней части рисунка — это страдания, трудности и горечь, которые вы испытываете в падшем мире. Нижняя часть рисунка в скобках — ложь и похоти — представляет битву, происходящую в вашем сердце в ответ на эти потери. Давайте посмотрим на эти составляющие в отдельности.

Потери

Иаков, сводный брат Иисуса, начинает 1-ю главу своего послания, напоминая, что мы, живя в падшем мире, столкнёмся с самыми разными испытаниями:

С великой радостью принимайте, братья мои, когда впадаете в различные искушения, зная, что испытание вашей веры производит терпение. Терпение же должно иметь совершенное действие, чтобы вы были совершенны во всей полноте, без всякого недостатка

(Иак. 1:2-4).

Иаков справедливо отмечает, что *жизнь каждого человека полна испытаний* — неудач, вызовов, разочарований, трагедий, неопределённостей, проблем, несправедливости, боли и искушений.

Все эти испытания приводят к *потерям* — имущества, уважения, уверенности, денег, здоровья, ценных отношений, возможностей, производительности, надежд и мечтаний, радости. Этот список можно продолжать и продолжать. Всякий раз, испытывая потерю, мы чувствуем себя опустошёнными, разочарованными и печальными.

Однако в этих стихах Иаков напоминает нам, что Бог может использовать испытания для восстановления Своего образа в нас, если мы будем взаимодействовать с Ним. Вот почему Иаков говорит, что, руководясь в испытаниях Божьей мудростью, мы сможем быть «совершенны [зрелы] во всей полноте, без всякого недостатка» (1:4).

Если мы не пройдем эти испытания, как угодно Богу, Иаков не только *предполагает*, что мы столкнёмся с проблемами, но также *описывает* наше духовное разложение и конечный итог нашего выбора:

Каждый искушается, увлекаясь и обольщаясь собственной похотью; похоть же, зачав, рождает грех, а сделанный грех рождает смерть (1:14-15).

Если хотите на корню победить искушения и господствующие в вашей жизни грехи, постарайтесь вникнуть и хорошо понять этот отрывок. Давайте посмотрим на четыре урока из этих двух стихов.

Урок 1: за каждым падением стоит груз наших желаний, иногда называемых в Библии *похотями*. Поскольку потери вызывают в нас чувство опустошённости и грусти, мы сразу же начинаем искать, как бы почувствовать себя лучше. Не понимая, как личные отношения с Иисусом могут дать эту радость, мы нацеливаемся на что-то в этом мире, что, на наш взгляд, может удовлетворить нас и сделать нас счастливыми.

Юноша по имени Даниэль рассказал мне о своём самом большом искушении — начать продавать кокаин, но заверил меня, что ещё не делал этого. Когда

я спросил, почему он *хочет* это делать, парень ответил: «*Хочу* быструю машину и красивую одежду». «А зачем тебе быстрая машина и красивая одежда?» — снова спросил я. После короткого раздумья он ответил: «Я *хочу* уважения».

Даниэлю, безусловно, нужно отказаться от мысли о продаже кокаина и покаяться в желании извлекать выгоду из пороков людей, потому что, не осознав движущую похоть своего сердца, он начнёт продавать кокаин или делать что-то другое, чтобы получить деньги для завоевания уважения, которого так *жаждет*.¹¹ Похоть — это часто естественное человеческое желание, которое усиливается неправильным мышлением или удовлетворяется непослушанием Богу.

Когда вы употребляете наркотики, занимаетесь объедением или посещаете порносайты, вы должны задать себе вопрос: «Чего мне *хочется* так сильно, что ради этого я готов пойти на противостояние с Богом? Что, на мой взгляд, сделает меня счастливым без отношений с Богом? Насколько я сейчас похож на Еву?» Возможно, кто-то должен будет помочь вам проанализировать ваши желания/похоти, как я делал с Даниэлем, но *если вы не будете честны перед собой и Богом в том, чего вы действительно хотите, то не сможете успешно бороться со своими греховными привыч-*

ками. Простая сила воли не сможет оказать здесь вам какую-либо помощь.

Иногда наши эмоции помогают понять, чего мы хотим больше всего. Когда кто-то или что-то мешает нам получить желаемое, мы обычно реагируем на это очень *эмоционально*. Чтобы определить, чего вы действительно хотите больше всего, задайте себе следующие вопросы:

- » *„При каких обстоятельствах я, скорее всего, буду злиться?“* Фил злится и становится жестоким, когда его жена и дети не могут предвидеть, что он хочет, или не делают этого. Он жаждет *контроля* над людьми и обстоятельствами в своей жизни.
- » *„При каких обстоятельствах я, скорее всего, буду бояться?“* Сандра, будучи ребёнком, подверглась сексуальному насилию со стороны брата. Взрослой она была унижена, а потом и оставлена мужем. Сандра очень боится отвержения и ищет *безопасности, принятия и любви*. Она хочет, чтобы её действительно *полюбили*, но сидит в одиночестве дома, потому что боится строить дружеские отношения с людьми, чтобы ей снова не причинили боль.

» „*При каких обстоятельствах я, скорее всего, приду в отчаяние и опущу руки?*“ Отец у Рэнди был фанатичным критиком-педантом. Рэнди казалось, что он никогда не сможет угодить отцу. Став взрослым, он не может продержаться долго на одной работе, так как не выдерживает, когда его просят делать что-либо по-другому, или не получает *одобрения* руководства, которого так сильно жаждет.

В каждом из этих случаев человек очень сильно чего-то желает. Конечно, нет ничего плохого в желании иметь уверенность, безопасность, уважение или одобрение, если это не вызвано гордостью, не наполнено недовольством и не достигается греховным образом.

Вы не сможете понять, почему так легко впадаете в искушение, пока не начнёте понимать, чего вы действительно *хотите*. Бог говорит, что *искушение начинается с сильных желаний — похотей*.

Урок 2: за каждым падением в грех лежит вера в ложь

Адам и Ева хотели быть мудрее, но, вместо того чтобы получить мудрость от Бога, послушали солгавшего им змея. Вы должны не только определить желания (*похоти*), побуждающие вас делать то, что вы делаете,

но также начать выявлять ложь, в которую вы верите и которая ведёт вас к греховному выбору.

Во-первых, вы должны спросить себя: «*В какую ложь о Боге я верю?*» Эта ложь разделяет вас с Богом, Чья помощь вам нужна:

- » „После всего, что я сделал, Бог не может меня любить“.
- » „Бог на самом деле не любит меня, иначе не позволил бы моему лучшему другу умереть от рака“.
- » „Бог позволил мне так изувечить свою жизнь. Почему я должен Ему доверять?“
- » „Думаю, что Бог меня даже не замечает“.
- » „У Бога есть любимчики; не думаю, что я когда-нибудь попаду в их число“.
- » „Я понял, что нельзя доверять никому, даже Богу“.

Во-вторых, вы должны спросить себя: «*В какую ложь я верю о себе?*» Эта ложь не даст вам признать, что вы лично должны понести ответственность и измениться:

- » „Я знаю, что лучше для моей жизни. Не нужно, чтобы другие говорили, что мне делать“.

- » „Я не могу с этим справиться. Я не виноват, что не могу противостоять алкоголю, как мои друзья“.
- » „Это моё тело. Я могу делать с ним всё, что захочу, так что отстаньте от меня!“
- » „Ещё один раз можно, а потом я брошу“.
- » „Я могу с этим справиться. У меня всё под контролем“.
- » „Всё это слишком сложно. Я сдаюсь!“
- » „Так меня создал Бог. Это генетическое“.
- » „Я не могу перенести эту эмоциональную боль. Я имею право делать всё, чтобы почувствовать себя лучше“.
- » „Мне не нужны другие люди. Мне лучше быть самому“.

В-третьих, вы должны спросить себя: *«Какой лжи об устройстве Божьего мира я верю?»* Божий мир — это нравственная Вселенная, и Господь говорит в Своём Слове, Библии, что хорошо и что — плохо. А подобные мысли позволяют вам оправдывать своё непослушание Богу:

- » „Все вокруг так поступают, поэтому какое это имеет значение?“

- » „Вы не пережили то, что пережил я, поэтому не можете меня понять или указывать, что мне делать“.
- » „Пока я уверен в себе и чувствую себя хорошо, у меня всё в порядке“.
- » „Что плохого в том, чтобы получить небольшое удовольствие? Бог хочет, чтобы у меня была хорошая жизнь, не так ли?“
- » „Мне не нужно извиняться за неправильное поведение, если другой человек не заслужил извинений“.

Ложь — это, по сути, «опровержение реальности». Сатана использует ложь, которую вы слышите от окружающего вас мира, и ложь, которую порождает ваше греховное, лукавое сердце, чтобы удержать вас в рабстве. Иисус сказал, что единственный выход из рабства греха — это познать истину:

Познаете истину, и истина сделает вас свободными

(Иоан. 8:32).

Единственный источник абсолютной истины — это Библия, Слово Божье. *Вы не можете быть свободны от господства греха, если не будете постоянно позна-*

вать, принимать и исполнять её истины. Следовательно, вам нужен духовный наставник, проповедующий Библию пастор или друзья, которые знают Писание, чтобы помочь разобраться во лжи, удерживающей вас в рабстве.

Урок 3: за каждым падением в грех стоит решение верить лжи и удовлетворять похоть для радости или наслаждения

Помните, как постепенно нарастало искушение в Эдемском саду?

И увидела женищина, что дерево хорошо для пищи [захотела ощутить его вкус и питательность], и что оно приятно для глаз [увлеклась его красотой] и желанно, потому что даёт знание [захотела иметь больше мудрости]; и взяла плодов его и ела; и дала также мужу своему, и он ел
(Быт. 3:6).

Ева согрешила, потому что думала: плод даст то, что она *хотела*. Она *поверила лжи* сатаны, что только выиграет от этого опыта, и никаких негативных последствий не будет. Как только она поверила лжи, следующим её шагом было *ослушаться* Бога и взять плод. Ева не спросила Бога, но «*послушала своё серд-*

це» и, как следствие, впала в грех. Она попала в ловушку сатаны. Может показаться, что вкушение ею плода было чем-то очень незначительным, но последствия для неё самой, Адама и всего человечества оказались катастрофическими.

Урок 4: повторный грех ведёт к смерти чего-то
В Иак. 1:15 сказано:

Сделанный грех рождает смерть.

Каждый раз, когда мы грешим, что-то начинает умирать. Посмотрите ещё раз на рис. 1 и обратите внимание, что как только вы принимаете решения, основанные на *лжи* и греховных *похотях*, вы несёте больше *потерь*, и цикл начинается заново. Подумайте об этих реалиях:

- » В конце концов, вы как бы теряете *способность выбирать*: выбор умирает, а рождается зависимость; жизнь управляется возбудителями и страстями. Хотя вы не лишены возможности выбора, у вас возникает ощущение, что выбора нет. Вы теряете свободу.
- » Вы, конечно, теряете способность выбирать *последствия* своих действий. Кто-то сказал, что вы свободны выбрать грех, но не можете

выбрать его последствия. Господствующие в жизни грехи имеют смертельные последствия для многих сфер жизни, таких как здоровье, работа, материальное благосостояние, отношения, эмоциональный покой и надежды. Ева думала, что, съев плод, реально «будет жить», но была жестоко разочарована.

Все эти последствия проявляются, потому что Бог сказал: «Сделанный грех рождает смерть». Итак, вы уже можете видеть, что для выхода из рабства вы должны начать думать по-другому. Вам необходимо определить *потери*, о которых тяжело вспоминать, и понять, как Бог хочет, чтобы вы справились с ними. Вы должны увидеть *похоти* или желания, к которым обращаетесь, чтобы облегчить боль своей души. Вам надо отвергнуть *ложь*, которая держит вас в рабстве, и научиться жить в *покаянии* и *зависимости* от Бога. Давайте посмотрим на то, каким человеком Бог поможет вам стать, чтобы вы могли иметь подлинную свободу, счастье и удовлетворение.

Божья дорожная карта к свободе

Представьте, какой была бы ваша жизнь:

- » Если бы вы имели радость и не искали постоянно каких-то других эмоций;
- » Если бы вы, глядя на пример Иисуса, понимали, чего Бог хочет от вас;
- » Если бы у вас была сила от Бога жить в воздержании; или
- » Если бы вы с Божьей помощью могли противостоять давлению.

Что изменилось бы в вашем прохождении жизненных испытаний? Повлияло ли бы это на перенесение вами потерь, борьбу с ложью и противостояние похотям? Конечно, да!

Разрушение власти греха и умение справляться с потерями в жизни приходят через взросление в христианском хождении. Зрелые христиане подвергают-

ся искушениям, и зрелые христиане грешат. Но грех не господствует над ними, потому что они приучены реагировать на обиды и трудности согласно Слову Божьему. Мы могли бы сказать, что *Божья программа восстановления* — это *освящение*, христианский рост. Такова задача служения «Подлинная свобода».

Подлинная свобода

«Подлинная свобода» — это Христоцентричное, основанное на ученичестве служение поместной церкви для тех, кто поработён грехом или сломлен тяжёлыми обстоятельствами жизни. Мы с женой начали это служение в нашей церкви в 2010 году, когда Бог стал приводить к нам много зависимых мужчин и женщин. На начало 2020 года, когда я пишу эту брошюру, филиал служения в нашей церкви принимает 75–100 мужчин и женщин каждую пятницу вечером.

Каждую неделю, обращаясь к тем, кто впервые посетил это служение, я говорю, что они редко услышат от меня призыв к *трезвости*, хотя мы рады за всех, кто достигает этого. Я говорю:

Наша цель выходит далеко за рамки трезвости, потому что можно быть чистым, трезвым и при этом оставаться несчастным; можно

быть чистым и трезвым и всё же быть вором; можно быть чистым и трезвым и всё же быть прелюбодеем. Однако быть чистым и трезвым не означает быть похожим на Иисуса. Поэтому мы сосредоточимся на том, как познавать Иисуса и уподобляться Ему.

Наша программа сосредоточена на благовестии и учении Библии о «прогрессивном освящении» — библейском термине, означающем духовный рост и изменение в подобие Иисусу Христу. Каждую пятницу вечером мы повторяем наш «принцип перемен», подчёркивающий изменения изнутри:

Вы делаете то, что делаете, по причине того, кем вы являетесь. Чтобы изменить то, что вы делаете, вы должны подчиниться Богу в изменении вас изнутри.

Мы также вместе повторяем наш девиз:

Иисус Христос — единственный источник подлинной свободы.

Я напоминаю всем присутствующим, что

свобода не обретается ни в программе, даже такой как программа «Подлинная свобода», ни

в центре реабилитации, ни в подотчётности, если эта программа, центр или отношения подотчётности не указывают конкретно на Иисуса Христа.

Свобода от господствующих в жизни грехов и привычек начинается с личных, возрастающих отношений с Иисусом Христом и посвящённости развитию в себе Его характера.

Если вы не уверены, что лично знаете Иисуса Христа, поговорите с тем, кто дал вам эту брошюру, или найдите того, кто может показать вам из Библии, как принять Христа своим Господом и Спасителем от греха.¹² Свобода от любого господствующего в жизни греха начинается со спасительных отношений с Иисусом Христом.

Отношения со Христом — единственный источник подлинной радости и мира

Возможно, вы помните, как, будучи помолвленными и готовясь к вступлению в брак, думали: «Я знаю, что у нас нет денег, квартиры или мебели, но всё это не важно, пока друг у друга есть мы». В то время Бог позволил вам испытать хотя бы отчасти, что вы созданы, чтобы иметь радость и удовлетворение в жизни, в от-

ношениях и, самое главное, в отношениях со Христом. Господь говорит:

Это сказал Я вам, чтобы радость Моя в вас была, и радость ваша будет совершенна
(Иоан. 15:11).

Апостол Павел пишет, что когда мы будем жить в общении с Богом, то Он произведёт в нас плод *радости* и *мира* (Гал. 5:22). Ранее вы пытались получить возвышенные эмоции, облегчение и покой от внутреннего смятения в наркотиках или увлечениях. Это временные подделки радости и мира. Они приносят смерть вместо жизни. Христос же приготовил вам нечто намного лучшее, но вы должны научиться развивать с Ним личные, растущие отношения.

Если вы начнёте заниматься в спортзале с персональным тренером, то вскоре, общаясь с ним во время занятий, узнаете о нём многое. Пётр объясняет, что когда вы будете проводить время с Богом, развивая свой духовный характер, у вас будут развиваться и близкие отношения с Иисусом (2 Пет. 1:8), потому что вы будете слушать Его в Слове и говорить с Ним в молитве. Если вам не хватает радости и мира, то необходимо вернуться к общению со Христом и взаимодействовать с Ним, когда Он развивает в вас Свой характер.

Развитие характера Христа — единственный источник истинной свободы

Апостол Пётр не оставляет нас в неведении о том, что представляет из себя характер Христа. По сути, список достоинств во 2 Пет. 1:5-10 — это, вероятно, самый полный портрет христианина в Библии.¹³ Вот список качеств характера от Петра и обещание от Бога, если мы будем работать над их развитием:

Прилагая... всё старание, покажите в [спасающей] вере вашей добродетель, в добродетели рассудительность, в рассудительности воздержание, в воздержании терпение, в терпении благочестие, в благочестии братолюбие, в братолюбии любовь... Так поступая, никогда не споткнётесь.

Пётр не говорит, что мы не будем грешить, но мы не застрянем в зыбучих песках греха, как раньше.

Хочу объяснить достоинства этого библейского отрывка и показать, почему возрастание в христианской зрелости — это путь к свободе от господствующих в жизни грехов и привычек.

Спасительная вера есть «вера в то, что Иисус Христос — мой единственный Спаситель».¹⁴ Невозможно

жить стабильной и духовно насыщенной жизнью, не имея фундамента спасительной веры. Чтобы начать расти в подобие Христу, необходимо иметь полную уверенность, что вы — Божье дитя, ваши грехи прощены, и вы духовно живы. Но спасение — это только начало. Пётр перечисляет семь добродетелей, которые мы, познав Христа через спасительную веру, должны развивать в своём характере. Они необходимы для победы над страданиями и зависимостями в разрушенном грехом мире.

1. Развивать добродетель — значит «стремиться являть и укреплять характер Христа». Пётр ссылается на конкретный вид добродетели — совершенный характер Христа.

Перемены начинаются с посвящённости развитию этого совершенства. Если вы, например, хотите сбросить лишний вес или укрепить сердце и лёгкие, вам нужно поменять диету и начать делать упражнения. На этом этапе многие христианские программы и усилия по восстановлению терпят неудачу. Они пытаются убедить в необходимости воздержания людей, которые ещё не решили, хотят ли они быть похожими на Иисуса. Взросление христианина

начинается с постоянной посвящённости тому, чтобы с помощью Духа стать более похожим на Христа.

2. *Развивать знания* — значит «познавать личность, слова и пути Иисуса Христа». Познание Христа включает в себя как знания о Нём, так и узнавание Его в личных отношениях. Апостол Павел говорит в Рим. 15:13, что знание Слова Божьего и вера в него есть путь к *радости и миру*, а вместе они составляют сущность довольства:

Бог же надежды пусть исполнит вас всякой радости и мира в вере, чтобы вы силой Духа Святого обогатились надеждой.

Вы уже знаете, что основным оружием сатаны против вас является ложь о Боге, о вас самих и о том, как устроен Божий мир.

Часто зависимые верующие становятся «чистыми и трезвыми» в реабилитационном центре, но затем, спустя недели или месяцы сталкиваясь с проблемами, снова падают. Они особенно уязвимы, если не *научились обращаться к Богу в молитве*, когда нужна помощь, не заменили *ложь, в которую верят, Божьей истиной, а*

свои эгоистичные желания не поменяли на благочестивые. Значит, они не приобрели «знания» о Боге и Его путях, не познали Христа.

Истина нужна нам, чтобы противостоять лжи, но она также нужна, чтобы научить нас жить в соответствии с Божьей волей. Зависимых часто предупреждают о «триггерах» — эмоциональных перегрузках или людях, с которыми они принимали наркотики или занимались сексом, и местах, где они это делали. Книга Притч объясняет многие из этих вопросов. Библия называет эти истины «мудростью». Вы должны начать усердно стремиться к Божьей мудрости в Его Слове. Зрелые христиане читают, изучают, анализируют и запоминают стихи из Библии.

3. *Развивать самоконтроль* — значит «мгновенно подчиняться Божьему Слову в силе Его Духа». С точки зрения Библии, самоконтроль — это контроль Духа. Обратите внимание в ниже приведённых стихах на контраст между подчинением плотским желаниям и Духу Божьему:

Я говорю: поступайте по Духу, и вы не будете исполнять вожделений плоти

(Гал. 5:16).

*Не упивайтесь вином, от которого бывает распутство, но исполняйтесь Духом
(Ефес. 5:18).*

Если в вашей жизни господствует грех, значит вы живёте чувствами и настроением, а не принципами и заповедями из Божьего Слова.

4. *Развивать стойкость* — значит «несмотря ни на что, повиноваться Слову Божьему в силе Его Духа». Самоконтроль означает *внутреннюю* борьбу со своей плотью. Стойкость же часто подразумевает сохранение верности Богу и Его путям перед лицом *внешнего* давления. Это давление может быть со стороны сверстников, на работе, в сфере финансов, в отношениях или со здоровьем.

Как невозможно укрепить мышцы, не подвергая их физической нагрузке, так вы не укрепите духовную выносливость, не пройдя трудности и испытания. Трудности закаляют, когда мы реагируем на них с мудростью от Бога и сердцем, искренне повинующимся Ему (Иак. 1:4-8; Евр. 12:1-3).

Представьте, какой могла быть ваша жизнь, если бы вы твёрдо отвечали «нет» на призы-

вы нечестивых людей и окружающего мира, а решения, связанные с финансами или выбором друзей, даже под давлением, всегда принимали согласно библейским принципам.

5. *Развивать благочестие* — значит «любить Христа всем сердцем, утверждая и защищая то, что важно для Него». Если вы полны решимости уподобляться Иисусу, расширять познания о Нём и Его путях, с помощью Духа бороться со своей плотью и терпеть давление со стороны других, кое-кто из друзей и родных может посчитать, что вы слишком «религиозны». Над вами могут даже насмехаться (2 Тим. 3:12), но благочестие укрепит вас быть верными Иисусу, несмотря ни на что.

Вы понимаете, насколько вам нужно терпение, чтобы справиться с насмешками, когда вы искренне следуете за Иисусом? Самоконтроль, терпение и благочестие являются фундаментом или силой христианского характера.

- 6-7. *Развивать братскую привязанность* — значит «проявлять особую заботу о братьях и сёстрах во Христе», а *развивать любовь* — значит «жертвовать, восполняя духовные потребности

других». Укрепляя эти добродетели, мы начинаем заботиться о других и забывать о себе. Мы находим удовлетворение в оказании помощи другим и перестаём сосредотачиваться на своих проблемах.

Мы все нуждаемся в преобразовании, а не в простом восстановлении

Помните принцип перемен, который мы рассматривали ранее?

Вы делаете то, что делаете, по причине того, кем вы являетесь. Чтобы изменить то, что вы делаете, вы должны подчиниться Богу в изменении вас изнутри.

Этот принцип перемен напоминает, что Бог предлагает нам гораздо больше, чем может дать программа восстановления или трезвость. Он предлагает нам преобразование нашего характера, когда мы стремимся познавать, любить Его и повиноваться Ему (Рим. 12:1-2; Ефес. 4:22-24).¹⁵

Как мы увидели в первой главе, вы — облечённая в тело душа, созданная по образу Божьему. Вследствие грехопадения ваше тело и душа (сердце) были серьёзно повреждены. Но ваши поступки принесли им ещё больший урон. Возвращение к физическому здоровью, духовным переменам и росту можно проиллюстрировать с помощью метафоры из бейсбола.

Смирение — первая база

Иисус есть Бог в человеческом, телесном образе. Если бы вы увидели человека, во всех отношениях подобного Богу, как Иисус, то одной из его основных характеристик было бы смирение. На пятничных занятиях «Подлинная свобода» я часто напоминаю опекаемым, что «смирение — это первая база» в христианской жизни. Это — состояние ума, послушного Богу. У смирения есть несколько проявлений, которые вы должны развивать, чтобы освободиться от рабства греха.

Во-первых, смирение проявляется в *покаянии*. Смирненные не скрывают свой грех, не обвиняют в нём других и не оправдывают его, понимая, что нуждаются в прощении от Бога и людей. Смирненные в послушании поворачиваются спиной к грехам, а лицом — к Богу, перестают лгать и начинают жить честно. Послушайте Божий призыв к израильтянам, которых ожидало рабство в других странах, если они не обратятся к Богу:

Ищите Господа, когда можно найти Его; призывайте Его, когда Он близко. Пусть оставит нечестивый путь свой и беззаконник — помыслы свои, и пусть обратится к Господу, и Он помилует его, и к Богу нашему, ибо Он многомилостив
(Ис. 55:6-7).

Бог говорит: «Ты должен увидеть, что ты оставил Меня в поисках чего-то, что утолило бы твою жажду. И ты должен вернуться ко Мне, покайся в том, что шёл своим путём и думал о своём. Можешь быть уверен, что Я полностью прощу твоё непослушание. Я — Бог, любящий миловать!»

Вам необходимо сделать этот шаг? Если да, то что вы должны признать и оставить (Прит. 28:13)? Если вы не знаете, с чего начать, готовы ли вы в *смирении*

поговорить с пастором, зрелым душепопечителем или другом, который с сочувствием, но ясно скажет, что вам нужно, и укажет на ответы в Божьем Слове?

Во-вторых, смирение проявляется в выборе *зависимости* от Бога. Как мы увидели ранее, Бог создал нас зависимыми творениями. Мы созданы, чтобы нуждаться в Нём и Его Слове, чтобы нуждаться в других христианах. Грех же отделяет нас от Бога и от людей.

Ваша потребность в помощи по избавлению от греховных привычек может быть настолько велика, что вам придётся пройти восстановление в библейском реабилитационном центре.¹⁶ Это кажется невозможным, поскольку потребует ухода с работы и, может быть, из семьи на период от шести месяцев до года. Но если вы честны перед собой, то признаете, что вам понадобится как минимум столько времени, чтобы разобраться со всей ложью и похотями, которые вы скрывали внутри, и преобразоваться «обновлением ума вашего» (Рим. 12:2).

Помимо смирения для прохождения реабилитации вам понадобится смирение, чтобы стать членом поместной церкви, проповедующей Библию. В ней вы будете питаться из Слова Божьего, получите необходимое ободрение в борьбе и станете подотчётным благочестивым пастырям и наставникам.

Вы созданы, чтобы быть частью местного стада Божьих овец под присмотром одного или нескольких пастырей, серьёзно относящихся к своей обязанности. Одинокие овцы — лёгкая добыча для волков. Вы должны принадлежать к проповедующей Библию общине, а не переходить из церкви в церковь. В нашем служении «Подлинная свобода» я обнаружил, что те, кто присоединяется к церкви, становятся подотчётным, еженедельно поклоняется вместе с церковью и подчиняется мудрому совету, демонстрируют стабильность и плодотворность. Одинокая овца, которая хочет придумать свой «собственный план восстановления», не имеет успеха. Бог сделал нас *зависимыми*. Будьте достаточно смиренны, чтобы признать это и жить так.

Слушание — вторая база

Все, кто проходит учебную программу «Подлинная свобода», запоминают текст Матф. 7:24-27. Словами о слушании Иисус закончил Свою первую проповедь, иногда называемую Нагорной:

Всякого, кто слушает слова Мои эти и исполняет их, уподоблю человеку благоразумному, который построил дом свой на камне; и пошёл дождь, и разлились реки, и подули ветры, и

устремилась на дом тот, и он не упал, потому что основан был на камне. А всякий, кто слушает эти слова Мои и не исполняет их, уподобится человеку безрассудному, который построил дом свой на песке; и пошёл дождь, и разлились реки, и подули ветры, и налегли на дом тот, и он упал, и было падение его великое.

Одним из проявлений смирения первой базы и его качества *зависимости* является желание ученика Иисуса *слышать* Божьи слова.

Слушание Слова Божьего означает чтение Библии, запоминание ключевых её стихов, прослушивание библейских проповедей в поместной церкви, чтение книг, которые помогут духовно расти и изучение Библии в малой группе.

Если вы тот, кто, по словам Христа, «слушает эти слова *Мои*», то должны понимать, что ваша стабильность и свобода от греха зависят от отношений с Ним. Поэтому ваша первая задача — развивать эти отношения, слушая *Его*, говоря с *Ним* и подчиняясь *Ему*.

Соблюдение — третья база

В стихах, которые мы только что рассмотрели (Матф. 7), Иисус говорит, что некоторые регулярно «*слышат*»

Слово Божье, но не «исполняют» его, и, когда в жизнь приходят бури, они падают. Именно исполнение Божьих повелений поможет вам поступить правильно, когда столкнётесь с возбудителем или искушением.

Борясь с искушением, нельзя игнорировать обличение Святого Духа и делать вид, что Бога нет или Его не беспокоит то, что вы собираетесь делать. Иногда ребёнок затыкает уши пальцами, качает головой и говорит: «ля-ля-ля-ля», чтобы не слышать того, кого он не хочет слушать. Вы не можете упорствовать, как этот ребёнок, и отворачиваться от Бога. Вы должны обращаться к Нему при первой же мысли об искушении. Если вы какое-то время тешитесь мыслью о своей старой привычке, то, скорее всего, вы уступите ей!

1. Немедленно остановитесь и помолитесь примерно так: «Иисус, у меня сейчас проблема, но я не хочу портить отношения с Тобой. Ты желаешь, чтобы я отвернулся от этого искушения, и я хочу быть Тебе послушным».
2. Скажите Богу, что верите Его обещаниям. Например, «Ты сказал мне, что я „всё могу в укрепляющем меня Иисусе Христе“ (Фил. 4:13). Я верю Твоему Слову и прошу у Тебя силы, чтобы повиноваться Тебе сейчас».

3. Удалитесь каким-то образом от искушения:
«Иисус, я думаю, мне сейчас лучше всего —
[выйти из комнаты/позвонить наставнику/
выключить компьютер или телефон и т.д.], и
я сделаю это прямо сейчас. Спасибо, что Ты
помогаешь мне в этом!»

Мудрость и свобода — домашняя база

Заметили ли вы в словах Иисуса в Матф. 7:24-27 истину, что тот, кто слышит Его слова и исполняет их, будет твёрдым и мудрым? Мудрость — это умение жить и видеть всю жизнь с точки зрения Бога, следуя Его путям. Мудрая жизнь — ключ к достижению и вкушению свободы и удовлетворения.

Выводы

Если вы прочитали эту брошюру, потому что порабощены господствующим в вашей жизни грехом или привычкой, либо же терпите серьёзные потери и переносите страдания, надеюсь, что вам более ясно открылась картина духовной битвы, происходящей в вашем сердце. Греховные *похоти* сердца в сочетании с *ложью*, в которую вы поверили, захлопнули разрушающую вас ловушку.

Я надеюсь, теперь вы лучше представляете, что значит серьёзно относиться к своей духовной жизни, даже если ваша зависимость может казаться чем-то исключительно физическим. Ещё раз хочу заверить вас, что это не так, хотя вам может потребоваться детоксикация и медицинская помощь для избавления от последствий зависимости. В этом случае признайте свою проблему и ищите помощи. Но ваше избавление придёт только от Христа! Он говорит:

Придите ко Мне все труждающиеся и обременённые, и Я успокою вас; возьмите иго [ученичества] Моё на себя и научитесь от Меня... и найдёте покой душам вашим

(Матф. 11:28-29).

Это замечательное приглашение! Иисус хочет, чтобы вы в смирении пришли к Нему. Он хочет, чтобы вы научились у Него и стали, как Он.

Почему Иисус дал вам это обещание? Потому что Он думает о вас и любит вас. Христос умер и воскрес, чтобы освободить вас от греха. Смиритесь и примите Его иго ученичества. Вы никогда не пожалеете об этом.

Идеи для личного применения

Во 2-й главе мы много говорили о потерях, лжи и похотях. Прочтите эту главу ещё раз и ответьте на следующие вопросы.

1. С какими потерями в жизни вам тяжело справляться — потеря имущества, уважения со стороны других, уверенности, денег, здоровья, ценных отношений, возможностей, продуктивности, надежд и мечтаний, чистой совести из-за вины? Запишите их. Попросите зрелого христианина помочь вам найти библейские принципы и обещания от Бога, которые помогут вам справиться с этими потерями по-библейски.

2. Потери всегда удручают нас, поэтому мы начинаем желать того, что, на наш взгляд, даст облегчение и поможет чувствовать себя лучше. Вернитесь назад и ответьте на вопросы во 2-й главе, 1-й урок. Прочитайте примеры и дайте ответы на эти вопросы, чтобы определить господствующие в вашей жизни похоти:

- » При каких обстоятельствах я, скорее всего, буду *злиться*?
- » При каких обстоятельствах я, скорее всего, *испугаюсь*?
- » При каких обстоятельствах я, скорее всего, впаду в *отчаяние*?

Какие желания (похоти) продолжают господствовать над вами и тянуть вас обратно на греховные пути? Опять же, попросите зрелого христианина помочь вам найти библейские принципы, чтобы сказать «нет» этим желаниям и развить желания, чтущие Бога.

3. Во 2-й главе, урок 2, мы узнали, что «за каждым падением в грех стоит вера в ложь». Ещё раз прочитайте примеры в том разделе и ответьте на вопросы:

- » В какую ложь я верю в отношении *Бога*?
- » В какую ложь я верю в отношении *себя*?
- » В какую ложь я верю в отношении *устройства Божьего мироздания*?

4. Во 2-й главе, урок 3, мы узнали, что «за каждым падением в грех стоит решение верить лжи и удовлетворять свою похоть». Поскольку эти решения показывают явное неповиновение Богу, вы должны покаяться в

них. Составьте список решений, которые вы приняли в непослушании Богу. Попросите Его простить вас за каждое из них и с помощью зрелого христианина постарайтесь возместить ущерб и примириться с теми, кого обидели или обманули на этом пути.

5. Наконец, вы должны серьёзно относиться к тому, чтобы любить Бога и развивать в себе характер Христа. Те, кто учатся мыслить, как Иисус, находятся на пути к радости и миру (Гал. 5:22). Просмотрите главы 3 и 4, чтобы увидеть описание характера Иисуса, и начните изучать материалы из раздела «Где можно получить дополнительную помощь».

Где можно получить дополнительную помощь?

Книги о зависимостях

Уэлч, Эдвард «Зависимости: банкет в могиле», Одесса, изд-во «Тюльпан», 2008.

Dunham, David R., *Addictive Habits: Changing for Good* (Phillipsburg, NJ: P&R, 2018).

Shaw, Mark, *Divine Intervention: Hope and Help for Families of Addicts* (Bemidji, MN: Focus, 2011).

—, *The Heart of Addiction: A Biblical Perspective* (Bemidji, MN: Focus, 2008).

Книги автора о христианском росте

Берг, Джим «Подобные Его образу: Божий план по изменению вашей жизни» (Симферополь, изд-во «Сонат», 2005).

Berg, Jim, *Essential Virtues: Marks of the Christ-Centered Life* (Greenville, SC: JourneyForth, 2008).

Интернет-сайты, предлагающие библейскую помощь при зависимости

Подлинная свобода: www.freedomthatlasts.com

Вебсайт автора: www.jimberg.com

Помощь зависимым: www.theaddictionconnection.org

Ресурсы по душепопечению при зависимости:
www.ibcd.org/topics/addictions/

Учебный семинар автора:

www.udemy.com/course/helping-others-overcome-addictions/

Примечания

- 1 В целях сохранения тайны имена тех, кто упоминается в книге, и подробности их историй изменены.
- 2 www.freedomthatlasts.com.
- 3 American Society of Addiction Medicine (ASAM), “Definition of Addiction,” www.asam.org/resources/definition-of-addiction.
- 4 Marc Lewis, PhD, *The Biology of Desire: Why Addiction Is Not a Disease* (New York: PublicAffairs, 2015), xi.
- 5 Там же, х.
- 6 Эдвард Уэлч «Зависимости: банкет в могиле» (Одесса, изд-во «Тюльпан», 2008), стр. 52.
- 7 Я использую слово «расстройство», чтобы привлечь внимание к тому, что в вашей жизни отсутствует «порядок» или «устройство».
- 8 Все цитаты из Писания взяты из Русского синодального перевода, исправленное издание. Слова в скобках либо заменяют какой-либо термин, либо объясняют его.
- 9 Водоёмами в библейские времена были подземные оштукатуренные ёмкости для хранения дождевой воды; они часто протекали.
- 10 Во 2 Кор. 5:17 сказано: «Итак, кто во Христе, тот новое творение; старое прошло, теперь всё новое».

- 11 Желание уважения (честь) необязательно греховно, но Даниэль был готов добиваться его в нарушение Божьих законов. Бог же говорит, что честь необходимо заслужить (Иоан. 12:24-26).
- 12 20-минутное видео о том, как иметь такие взаимоотношения с Богом, можно посмотреть на <https://vimeo.com/232509956>.
- 13 Более подробное исследование этих добродетелей см. в моей книге *Essential Virtues: Marks of the Christ-Centered Life* (Greenville, SC: JourneyForth, 2008). В ней описывается основание для первого уровня программы «Подлинная свобода» и для этой главы.
- 14 Определение «спасающей веры» и каждой из добродетелей взяты из Jim Berg, *Freedom That Lasts, Level 1: Finding Freedom God's Way* (Taylors, SC: Freedom That Lasts, 2019; www.freedomthatlasts.com).
- 15 Больше о преобразовании см. «Книги автора о христианском росте» в разделе «Где можно получить дополнительную помощь?»
- 16 Не все «христианские» реабилитационные центры используют Библию, чтобы помочь человеку стать более похожим на Христа и научиться вести духовную борьбу с плотью. Многие используют её, только предлагая надежду и утешение в Евангелии.

Книги серии «Помогите!» включают:

Помогите! Я не могу контролировать свой гнев
ISBN 978-1-56773-142-2

Помогите! У него проблемы с порнографией
ISBN 978-1-56773-143-9

Помогите! У неё проблемы с порнографией
ISBN 978-1-56773-144-6

Помогите! Я хочу измениться
ISBN 978-1-56773-145-3

Помогите! У меня конфликт
ISBN 978-1-56773-146-0

Помогите! Я не могу справиться с испытаниями
ISBN 978-1-56773-147-7

Помогите! Мой ребёнок умер
ISBN 978-1-56773-150-7

Помогите! Я не могу простить
ISBN 978-1-56773-151-4

Помогите! Я в депрессии
ISBN 978-1-56773-153-8

Помогите! У меня тяжёлый брак
ISBN 978-1-56773-154-5

Помогите! Мне так одиноко
ISBN 978-1-56773-155-2

Помогите! Мой подросток бунтует
ISBN 978-1-56773-156-9

Дополнительные ресурсы вы можете найти на сайте:
www.shepherdpress.com/lifeline



Реальная помощь — реальным людям

У всех есть знакомые, имеющие проблемы с зависимостью, но, возможно, для вас зависимость носит более личный характер. Когда-то у вас были надежды, мечты, желания и возможности, но потом возникла зависимость, и то, что начиналось как развлечение или попытка убежать от боли и стыда, превратилось в нечто более опасное. В этой брошюре Джим Берг показывает, что, независимо от того, насколько вы запутались в жизни, Бог через Своё Слово и Свой народ предлагает вам помощь и надежду.

«Эти брошюры — именно то, что необходимо иметь в каждой церкви в качестве короткого, библейского материала для раздачи» (Тим Чэллис, блоггер)

Д-р Джим Берг, профессор библейского душепопечения, аттестованный Ассоциацией библейских душепопечителей, трудится преподавателем в семинарии им. Боба Джонса. Он также входит в совет Коалиции библейского душепопечения и является исполнительным директором служения «Подлинная свобода». У Джима и его жены Пэт три замужних дочери.



СЛАВЯНСКОЕ
ЕВАНГЕЛЬСКОЕ
ОБЩЕСТВО

