

Переводчик: И.В. Кошелев
Редакторы: С.Ф. Давыдов, Г.П. Владимирова
Корректоры: В.С. Волкова

Джош Макдауэлл и Эд Стюарт

Как помочь своему другу... когда разводятся его родители

Благодарности

Мы бы хотели выразить признательность следующим людям:

Дэвиду Фергюссону, директору «Интимэт Лайф Министриз» (город Остин, штат Техас), за его огромный вклад в создании этой серии. Его влияние, как и принципы «Интимэт Лайф» проявляются в каждой из этих книг. Своим личным примером Дэвид демонстрировал Божию поддержку, утешение и ободрение.

Дэйву Беллису, моему помощнику на протяжении двадцати трех лет, за его помощь при подготовке и координацию всего проекта». Истории, использованные в книгах данной серии, были взяты из написанных им программ для «Youth in Crisis Resource».

И, наконец, Джои Пола и «Уорд Пабблишинг», нашего издателя, за оказанную нашего проекта.

История Джессики

Пятнадцатилетняя Джессика Инграм знала, о чем будет предстоящий семейный разговор, хотя мать не сказала ничего конкретного. Знали об этом и сестра Джессики Карин, и ее брат Марк. Нужно было быть совершенно слепым и глухим, да к тому же и безмозглым, чтобы не понимать происходящего. Отец и мать собирались объявить своим детям, что их раздельное проживание не принесло результата и они будут разводиться.

Джессика знала, что этот предстоящий разговор о разводе будет таким же неприятным, как и разговор о раздельном проживании три месяца назад. Она предпочла бы нырнуть в цистерну с серной кислотой и навеки исчезнуть, только бы не участвовать в этом! Не в буквальном смысле, конечно. Она хорошо знала, что самоубийство — это трусость и к тому же грех. Но какой смысл встречаться всей семьей, если после этой встречи всем будет еще хуже, чем сейчас? И зачем уделять разводу такое внимание, чтобы объявлять о нем всей семье, сидя за столом?

Устроившись поперек кровати, Джессика прибавила громкость в наушниках своего плеера, чтобы только не слышать гнетущую тишину дома. Ее восемнадцатилетняя сестра Карин вернется домой с работы через полчаса, как раз перед этим тяжелым разговором за ужином. Будь Карин сейчас дома, она

хлопала бы дверьми и срывала бы раздражение на всех, кто попадется ей под руку. Выпускала бы пар, как она это называет. После той самой семейной встречи в апреле, когда отец и мать объявили о том, что будут жить раздельно, она не скрывала своего гнева по поводу происходящего. По крайней мере, когда Карин «выпускала пар», Джессика чувствовала хоть какое-то облегчение: тишина была просто невыносима.

Их младший брат Марк, которому исполнилось двенадцать лет, был дома и сидел в своей комнате. Он был полной противоположностью Карин. Когда после первого разговора мать спросила, как у него дела, он просто пожал плечами и ушел играть в свои компьютерные игры. Как будто ничего и не произошло. Сейчас он, наверное, слушая музыку через наушники, доблестно сражается с марсианами на компьютере. Джессика понимала, что семейный кризис затронул и его, он просто старался забыться и уйти в себя. Но Джессика боялась за него: долго ли он так сможет?

Мать тоже была дома. Забившись в угол, она читала любовный роман. Джессика подумала, что она чувствовала бы себя лучше, если бы мать ругала ее, требуя убрать комнату или заняться делами. Однако, похоже, мать была в таком же настроении, как и они с Марком.

Отец, конечно, *не был* дома. После того разговора в апреле, когда было объявлено о том, что родители будут жить раздельно, он переехал на квартиру в нескольких километрах от дома. Мать сказала, что он принесет на ужин пиццу. Джессика поморщилась. Это похоже на грубую, жестокую шутку — сидеть за столом, как ни в чем не бывало, есть пиццу, и в то же время разрушать семью! Джессика не была голодной. У нее не было аппетита уже три месяца. Она плохо спала, ее мучил кожный зуд и ночные кошмары. Все это началось в апреле. Если она так себя чувствовала после того, как родители решили жить раздельно, что же будет, когда они окончательно разойдутся? Джессика даже не хотела об этом думать.

Пока музыка гремела у нее в ушах, Джессика пыталась молиться. Она была христианкой уже почти год, уверовав в Христа прошлым летом в молодежном лагере. С того момента в ее жизни произошли серьезные изменения. Молитва, изучение Библии, богослужения стали играть значительную роль в ее жизни. Однако все это не затронуло ее семью, в частности, родителей. Они посещали церковь лишь раз в два месяца, когда в программе богослужения была молодежная музыкальная группа, в которой пела Джессика. Кроме того, в течение этого времени отец и мать продолжали все время отдаляться друг от друга, хотя Джессика постоянно за них молилась.

Молиться за примирение родителей казалось ей совершенно безнадежным делом. Она чувствовала, что распад семьи — это частично и ее вина. Ей следовало быть более послушной, уступчивой, больше помогать родителям, особенно до того, как она стала христианкой. Она знала, что ее упрямство заметно осложняло совместную жизнь родителей. Джессика много раз просила у Бога прощения за то, что не была достаточно

хорошей дочерью. Сейчас она, в основном, молилась за Марка и Карен. И за себя.

Встреча за ужином было пародией на семейную жизнь. Отец и Марк положили себе пиццу и стали говорить о бейсболе, как будто были на веселой вечеринке. Джессика, Карин и мать для приличия откусили по кусочку и, отодвинув тарелки, сидели в молчании. Мать, казалось, была готова расплакаться. Глаза Карин горели, и она была похожа на бомбу, готовую вот-вот взорваться. Джессика хотела, что бы все это скорее кончилось, чтобы она могла вернуться к себе в комнату.

— Мы с мамой хотим вам кое-что сказать, — наконец сказал отец. — С тех пор, как я уехал, наши проблемы не только не разрешились, но стали еще хуже. Раздельное проживание и семейные консультации не помогли. Поэтому мы решили развестись. Мы хотим, дети, чтобы вы знали: проблема не в вас, а в нас с мамой. Мы вас всех любим и мы...

Карин вскочила со своего места так резко, что ее стул опрокинулся и с грохотом упал на деревянный пол.

— Да меня просто тошнит от этого! — закричала она на родителей. — Если бы вы нас действительно любили, вы бы так не поступили с нами! Почему вы не можете все уладить? Я не думаю, что вы пытались, я не думаю, что вы даже *хотите* попытаться!

Приправив свою тираду парой крепких словечек, которые Джессика никогда раньше не слышала от своей сестры, Карин «выпускала пар» по полной программе. Отец пару раз пытался ее остановить, но с таким же успехом он мог бы плевать против ветра. Оставив свои бесплодные попытки, он просто сидел и слушал. Джессика знала, что это все равно ничего не изменит. Мать закрыла глаза и тихо, про себя плакала. Марк же занялся своей пиццей, надкусывая по краям корочку.

Чем больше полыхала Карин, тем больше Джессика чувствовала гнев и боль. Карин выражала словами то, что она сама хотела бы сказать. Ее старшая сестра «выпускала пар» за двоих. И когда Карин заплакала, Джессика почувствовала, как к ее горлу подступил комок, а по щеке потекла горячая слеза. Хотя она была согласна не со всем, что сказала ее сестра, и тем более с тем, как она это сделала, все же Джессика завидовала ее способности «выпускать пар».

Через пару минут, которые показались Джессике целой вечностью, все закончилось. Отец сказал, что хотел, Карин взорвалась. Затем отец объяснил, что они с матерью решают вопрос, кто с кем будет жить и как долго. Для Джессики это было уже слишком. Отец, уехав на другую квартиру, оставил детей с матерью. Карин говорила Джессике, что он, скорее всего, с кем-то встречается и, по понятным причинам, не захочет, чтобы Марк или девочки жили с ним. Сейчас отец говорил о том, что может внести еще большее разделение в семью.

— Может быть, в сентябре, когда начнутся занятия, кто-нибудь захочет приехать ко мне жить, — говоря это, отец смотрел на Джессику.

Джессике совершенно не хотелось выбирать между родителями, но и становиться чем-то вроде мячика для пинг-понга, который прыгает с одной половины стола на другую, она тоже не была готова. Ее комната, ее вещи были здесь, и она чувствовала, что ее место с матерью, Карин и Марком. Она не представляла, как сказать отцу, что хочет остаться с матерью.

У отца в половине восьмого была деловая встреча, поэтому вскоре после семи он ушел. Джессика любила отца, но сейчас она была рада, что он ушел. На сегодня ей было достаточно. Карин помогла матери убрать со стола, Марк отправился сражаться с марсианами, а Джессика вернулась в свою комнату и надела наушники.

Она знала, что сейчас мать обсуждает с Карин детали состоявшегося разговора — это то, чем меньше всего хотелось заниматься Джессике. Развод, как она считала, должен решаться в частном порядке, а не обсуждаться, подобно просмотренному фильму. И это не тема для разговора с друзьями. «Смотри, я тут на распродаже купила отличные кроссовки, да, и еще мои родители разводятся».

Джессика неожиданно почувствовала еще одно преимущество того, что она была христианкой — преимущество, которого она не осознавала раньше. Ее лучшие друзья были в церкви, включая Дога и Джинни Шоу, молодежных лидеров. И поскольку никто из них не был знаком с ее семьей, они ничего не узнают о разводе, если она сама им об этом не скажет, а она этого делать не собиралась. Даже ее лучшая подруга Натали Симмонс, которая год назад пригласила ее в молодежный лагерь и молилась с Джессикой, когда она приняла Христа, знала только, что ее родители живут раздельно. Важно было, чтобы Натали помогла ей держать развод в секрете. Но тогда, конечно, она должна об этом узнать. Поэтому Джессика решила рассказать ей. И больше никому.

— Я пошла к Натали, вернусь к десяти, — крикнула Джессика матери. До того как мать успела что-либо ей ответить, она уже села на велосипед и отъехала от дома. Был приятный теплый летний вечер. Джессика чувствовала себя лучше, уехав из дома, где аромат пиццы напоминал ей о печальном разговоре. Она сомневалась, сможет ли она теперь вообще притронуться к пицце.

— Твои родители разводятся? О Джесси, мне так жаль!

Джессика была поражена: в словах подруги было столько чувства, столько любви и не малейшего намека на осуждение или упрек. Девочки доехали на велосипедах до городского парка и уселись на двойные качели. Джессика рассказала о встрече за ужином.

— Спасибо, только никому не говори, это секрет, хорошо? — сказала Джессика.

— Секрет? Объясни, пожалуйста.

— Я хочу, чтобы об этом в церкви никто не узнал, — объяснила Джессика. — И теперь, после того как я тебе все рассказала, я больше не хочу об этом говорить вообще.

— Но почему, Джесси? — настойчиво спросила Натали.

На мгновение Джессика заколебалась, размышляя, насколько ей следует быть честной. Рассказав Натали самое главное, она решила быть откровенной с ней до конца, хотя это было нелегко.

— Потому что... потому что... моя семья не совсем нормальная, понимаешь? Мои родители — нехристиане, и то, что они сейчас делают — не повод для гордости. Я предпочла бы, чтобы об этом не знали, — Джессика откинулась назад и подняла ноги, чтобы раскачаться. Натали последовала ее примеру, и в течение нескольких минут девочки качались в тишине.

Когда качели снова остановились, Натали спросила:

— А как насчет Джинни?

Джинни Шоу и ее муж Дог были добровольцами, занимающимися молодежной работой в церкви. Им обоим было за тридцать. Джинни была в лагере с Джессикой, когда та уверовала в Христа, и в течение нескольких недель после этого помогала ей расти духовно.

— А что *насчет* Джинни? — ответила Джессика вопросом на вопрос.

— Она твоя старшая сестра по вере, ты сама так говорила, — сказала Натали. — Я думаю, тебе стоит рассказать Джинни, что происходит у тебя дома. Она может помочь тебе справиться с этой ситуацией.

— Я сама справлюсь с этим, Натали. Я просто делаю это... ну... не так открыто, как многие другие.

— Развод — это слишком серьезная вещь, чтобы справляться с ней самостоятельно, — сказала Натали так, словно она сама была «старшей сестрой».

— Ну, я же сказала *тебе*, не так ли?

— Да, конечно, и я буду молиться за тебя, — заверила ее Натали. — Я твоя подруга, и я буду рядом с тобой. Но мне кажется, что Джинни могла бы помочь тебе справиться со своими эмоциями лучше, чем я.

— С эмоциями? Знаешь ли, я не самая эмоциональная в семье. Это, вообще-то, моя сестра Карин. — Джессике не хотелось спорить с Натали, но ей также не нравилось, что подруга учила ее, что нужно делать, пусть даже она была и права.

Натали помолчала минуту, и Джессика решила, что она сдалась. Но та продолжила:

— Помнишь, когда два года назад погиб мой старший брат?

— Мы тогда почти не были знакомы. Это был несчастный случай, да?

Натали кивнула.

— Его смерть сильно потрясла всю нашу семью. Я тогда думала, что лучший способ с этим справиться — это как можно скорее вернуться к нормальной жизни. И я пыталась себя преодолеть. Я не знала, что печаль — это естественный процесс, через который я должна была пройти. Джинни и Дог помогли мне тогда разобраться в своих чувствах.

Джессика ждала продолжения, но Натали молчала. Ей больше не нужно было говорить. *Развод — это как смерть,*

говорило что-то внутри у Джессики. *Тебе нужно пройти через это, ты должна излить свои чувства кому-то, кто может тебе помочь с ними совладать. Джинни — твоя старшая сестра в Господе. Тебе надо пойти к ней.*

Они молча покачались на качелях еще несколько минут, после чего Джессика сказала:

— Мне пора ехать домой. Я беспокоюсь за Марка. Мне нужно немного побыть с ним.

Перед тем как они сели на велосипеды, Натали крепко обняла подругу.

— Джесси, я переживаю вместе с тобой. Мне так жаль, что тебе приходится через это проходить.

— Спасибо тебе. Спасибо за заботу, — Джессика тоже обняла Натали.

Она не поехала домой напрямую, ей хотелось подумать над тем, стоит ли говорить Джинни Шоу об одном из самых тяжелых периодов в своей жизни.

Время поразмышлять

Развод — одно из самых печальных слов в любом языке мира, особенно для детей разводящихся родителей. И, по всей видимости, в наши дни он затрагивает больше людей, чем в предыдущих поколениях. В середине нашего столетия уровень разводов в Соединенных Штатах составлял около 25 процентов, а в шестидесятые годы эта цифра поднялась до уровня в 50 процентов и даже выше. Весьма вероятно, что половина детей в вашей школе из семей, где родители либо развелись, либо не живут вместе. И, возможно, вы читаете эти строки потому, что вы — один из них.

Развод столь болезнен потому, что подрывает самые основы вашей жизни на ее раннем этапе. Если вы — беззащитный маленький ребенок, то родители для вас — это основной источник любви и безопасности. Именно так, по замыслу Божьему, должна функционировать семья. И даже в юности, когда наступает определенная независимость, ваша семья, где присутствуют оба родителя, по-прежнему дает вам чувство надежности. И когда это основание разрушается вследствие развода или разделения родителей, это затрагивает вас таким образом, что вам очень сложно осмыслить и справиться с последствиями, как это случилось с Джессикой Инграм.

Если ваши родители развелись или живут отдельно, то вы можете испытывать сильные эмоции самого широкого диапазона. В разное время вы можете чувствовать гнев, смущение, стыд, вину, горечь, страх, смятение, подавленность или одиночество. Возможно, это покажется банальным или даже глупым, но вы чувствуете то, что вы чувствуете. И вы вряд ли будете в состоянии что-нибудь сделать. Однако вы можете лучше понять свои чувства и соответственно научиться справляться с ними. Будет весьма полезно поделиться своими чувствами и заботами с опытным и духовно зрелым другом-христианином. И как

советовала Джессике Натали, стоит обратиться за утешением, поддержкой и ободрением к молодежному лидеру, служителю или к кому-либо еще в вашей церкви.

Как вы реагируете на новость, что ваши родители разводятся? Проверьте, отражают ли приведенные ниже утверждения то, что вы чувствуете.

Я не верю в это и не хочу об этом говорить. Вполне естественно реагировать на разрыв между родителями так, как будто на самом деле ничего не происходит, или говорить себе, что они не доведут это до конца. Марк, брат Джессики, пытается убедить себя в том, что у родителей нет никаких проблем. Другой вид отрицания — идеализировать отсутствующего родителя или же открыто и часто хвастаться происшедшим, чтобы скрыть свое беспокойство. А можно реагировать и так, как это делает Джессика, то есть просто отказываться говорить на эту тему. Отрицание — это нормальный способ справляться с трудными ситуациями, но, в конечном счете, это — нездоровый способ.

Мне стыдно и неловко. Стыд и смущение — весьма распространенная реакция на развод родителей. Как и Джессика, вы можете чувствовать себя слишком неловко, чтобы рассказать своему другу о том, что происходит у вас в семье. Разрыв, по вашему мнению, свидетельствует о том, что в вашей семье далеко не все в порядке, и вы можете испытывать стыд и неловкость из-за того, как ваши родители относятся друг к другу. Резкие перемены в их жизни, как, например то, что один из родителей больше не живет в семье и встречается с кем-то другим, могут беспокоить вас. Вы также можете ощущать, что церковь или пастор относятся к вам и вашей семье с неодобрением. Как бы ни был трагичен сам факт развода, постарайтесь запомнить: это *не* является отражением ваших достоинств или достоинств вашей семьи.

Я испытываю чувство вины. Вы можете беспокоиться, как Джессика, что именно ваше поведение спровоцировало разрыв между родителями. Вы можете испытывать определенную долю ответственности из-за своего непослушания, плохих оценок, необузданного темперамента, ссоры с братом или сестрой или же из-за неспособности показать, что вы любите своих родителей. Возможно даже, что они, или кто-либо другой, намекали вам на то, что именно ваше поведение способствовало разводу. Эти чувства могут спровоцировать непреодолимое желание исправить положение. Однако вы должны понять, что не несете ответственности за развал семьи, равно как и за ее воссоединение.

Я чувствую гнев и обиду. Вы можете испытывать гнев по поводу разрыва, потому что он разрушает семейную атмосферу, создавая беспорядок там, где раньше был порядок. Вы можете испытывать это потому, что вам не хочется разлучаться с одним из родителей. Чувство оставленности может подлить масла в огонь. Вам также может быть обидно, что вы отличаетесь от своих друзей, чьи семьи сохранились в целостности. Вы можете оказаться жертвой вражды между родителями. Физическое и финансовое бремена развода, как и многие другие аспекты, также

могут вызывать у вас гнев. В любом случае, вам надо рассказать кому-то о чувстве гнева и получить совет о том, как справиться с ним нормальным, здоровым путем.

Я обеспокоен и испытываю страх. Естественная и распространенная реакция на проблемы родителей — чувство страха и беспокойства. Вы можете беспокоиться о том, где вы теперь будете жить, учиться или проводить каникулы. Вас может пугать возможная реакция других членов семьи, друзей, церкви. Вы можете бояться, что один из родителей и все родственники с его стороны оставят вас. Гнев и страх Джессики привели к отсутствию аппетита, ночным кошмарам и раздражению кожи. Очень важно, чтобы вы признали свои страхи и честно рассказали о них родителям и служителям церкви.

Я чувствую облегчение. В добавление ко всем другим эмоциям вы можете испытывать некоторое чувство облегчения из-за того, что отец с матерью разводятся. Это не значит, что вы бессердечны и не испытываете к ним никакого сострадания. Просто вы можете думать: *лучше что угодно, только не их постоянные ссоры.* У вас может появиться ощущение, что развод избавит от оскорблений и плохого обращения одного из родителей, вашего брата или сестру или, может быть, вас самих. Однако убедитесь в том, что испытываемое вами чувство облегчения не является просто одной из форм отрицания или мести вашим родителям.

Я чувствую себя нелюбимым, недостойным и отвергнутым. Вы можете ощущать, что расторжение брака ваших родителей означает, что они не любят вас. Вы можете думать: *папа и мама считают, что я не стою того, чтобы они прилагали усилия разрешить проблему.* Вы можете чувствовать себя покинутым и отвергнутым тем из родителей, который не живет с вами. Вы также можете чувствовать, что другие члены семьи, ваши друзья или члены вашей церкви смотрят на вас свысока. Или вас могут одолевать чувства ненадежности и отвержения. Расскажите об этом своим родителям, молодежному лидеру или служителю церкви. Пусть они помогут вам осознать, что развод никоим образом не отражает ваших достоинств и не означает, что родители вас не любят.

Я чувствую грусть, подавленность и уныние. Чувства, которые вы сейчас испытываете, сходны с печалью того, у кого умер друг или любимый человек. В случае развода оба родителя живы, однако боль от этого не становится менее реальной. Временами вас одолевает уныние. Вы можете испытывать лень, апатию и отсутствие стимула что-либо делать. Ваши эмоции на пределе, вы готовы взорваться при малейшем раздражении. Сильные чувства могут начать одолевать вас тогда, когда вы меньше всего этого ожидаете. Вам, может быть, сложно выразить свои чувства или понять, что их спровоцировало. Печаль — это нормальное и здоровое чувство, но только если оно не приводит к отчаянию.

Я чувствую беспомощность и безнадежность. Развод ваших родителей может привести вас в замешательство, поскольку вы вряд ли в состоянии что-нибудь сделать, чтобы

этому помешать. Вы не можете повернуть время вспять и изменить прошлое, устранив причину развода. И вы не можете повлиять на решение родителей и нормализовать их взаимоотношения. Печальная реальность сложившейся ситуации может вызвать у вас чувство беспомощности и безнадежности. И если вы будете продолжать концентрировать свое внимание на негативных аспектах, вы будете чувствовать себя все хуже и хуже. Важно, чтобы вы сфокусировались не на том, что вы *не можете* сделать, а на том, что вы *можете* сделать, чтобы справиться с вашими чувствами.

Я чувствую, что меня предали и оставили одного. Нет ничего необычного в том, чтобы после развода родителей испытывать чувства отчуждения и одиночества. Вы можете чувствовать, что родители предали вас. Вы можете думать: *никто не понимает, что мне приходится испытывать, никто не знает, что я чувствую.* Вы можете чувствовать отчуждение от своей церкви, от своих друзей, особенно тех, чьи родители до сих пор вместе. И вы даже можете ощущать себя отчужденным от Бога. Такие чувства могут побудить вас удалиться от людей, как сделала Джессика, или как Марк, который удалился эмоционально, уйдя в свои компьютерные игры. Несмотря на искушение уединиться, которое может возникнуть у вас в этот период, вам надо поговорить о своих чувствах с теми, кто вас любит — с родителями или молодежными лидерами в церкви.

Какие бы чувства вы ни испытывали, вы можете быть уверены в том, что Бог знает об этом, и что Он заботится о вас. В Библии сказано: «Близок Господь к сокрушенным сердцем и смиренных духом спасает» (Пс.33:19) и «Он исцеляет сокрушенных сердцем и врачует скорби их» (Пс.146:3). Господь не только страдает вместе с вами, Он также хочет утешить вас, взять вас в Свои руки, перевязать ваши душевные раны. Он призывает вас с молитвой и детским доверием «все заботы ваши возложить на Него, ибо Он печется о вас» (1 Пет.5:7).

Ситуация, сложившаяся в вашей семье, может быть печальной, но она не безвыходная. Просто поделившись с кем-нибудь своими чувствами и проводя время в молитве, вы сможете приспособиться к изменениям, происшедшим в вашей семье. Когда вы чувствуете, что вами овладевает отчаяние, не пытайтесь страдать в тишине и одиночестве. Поговорите с кем-нибудь, кто может вам помочь, как это собирается сделать Джессика Инграм.

История Джессики

Все утро в пятницу Джессика собиралась с духом, никак не решаясь позвонить Джинни Шоу. С одной стороны, она понимала, что это глупо: с того момента, как прошлым летом они познакомились в лагере, Джинни всегда была для нее хорошим другом и наставником. И, тем не менее, Джессика чувствовала некоторое смущение оттого, что ей придется рассказать о разводе родителей. Однако Натали убеждала ее позвонить Джинни, а Джессика доверяла мнению своей подруги.

Когда же, наконец, она набрала номер и справилась с непреодолимым желанием повесить трубку до того, как Джинни ответит, Джессика знала, что поступает правильно. Не вдаваясь в подробности, Джессика спросила, могут ли они встретиться и поговорить об очень важном деле. Джинни сказала, что завтра днем она сможет уйти из типографии, которой они владели вместе с Догом и где они работали. Ожидалась солнечная, жаркая погода, и Джинни предложила позагорать на берегу реки. Джессика согласилась, и Джинни обещала заехать за ней около часа.

На следующий день они встретились и расположились на травянистом холме, на берегу реки, достаточно близко к воде, чтобы видеть резвящихся детей, но подальше от людей, чтобы никто посторонний не мог слышать их разговора. Они расстелили полотенце и натерли друг друга солнцезащитным кремом.

Джессика не знала, как начать и просто выпалила:

— Мои родители разводятся.

Джинни была просто шокирована.

— О нет, Джесси, не может быть, — сказала она с болью в голосе, положив ладонь на руку Джессики. — Я не знала об этом. Я ничего не слышала.

— Об этом никто не знает, кроме Натали, — объяснила Джессика. — Я хотела, чтобы никто не знал. Но Натали сказала, что я должна поговорить с тобой.

— Мне так жаль, Джесси. Тебе должно быть тяжело.

Джессика чувствовала в ее словах желание утешить и заботу в прикосновении ее руки. Она уже была рада, что решила поделиться с Джинни.

— У нас в доме теперь все не так, все... по-другому, — сказала она.

— О, Джессика, очень печально это слышать, — Джинни, казалось, готова была расплакаться, и у Джессики ком подступил к горлу. — Если ты хочешь рассказать мне об этом, я тебя выслушаю.

Джессика даже не подозревала, насколько готова она была рассказать кому-нибудь о конфликте между родителями, их разъезде и предстоящем разводе. В течение почти получаса она изливала Джинни свою историю. Не было ни скандалов, ни, тем более, драк, объясняла она. Развод воспринимался бы гораздо легче, если бы все это было. Мать и отец просто молча отдалялись друг от друга. Казалось, что каждый из них живет в собственном мире, даже когда они были вместе. У отца был всепоглощающий бизнес, отнимавший кучу времени, гольф, клуб. Мать жила в вымышленном мире любовных романов, мильных опер и фильмов. У ее родителей было так мало общего, что они будут счастливее, живя отдельно, думала Джессика.

Она держала себя в руках до того момента, как стала рассказывать о планах на осень — кто с кем будет жить.

— Папа, наверное, хочет, чтобы я или Карин переехали к нему, — сказала она, сквозь слезы. — А я не хочу еще больше разбивать семью. Я люблю папу, но мое место — с мамой, Карин и Марком. Я просто не знаю, что делать.

Джессика не хотела плакать на людях, хотя рядом не было никого, кто обратил бы на нее внимание. Она попыталась овладеть собой, но когда она почувствовала, как рука Джинни обняла ее и увидела слезы у нее на глазах, она не выдержала.

— Все в порядке, Джесси, поплачь, — сказала Джинни. — Я знаю, как тебе тяжело. Мне очень жаль, что так все происходит. Я с тобой. Поплачь.

Джессика дала волю чувствам и разрыдалась. Первый раз она плакала из-за развода родителей.

Вытирая глаза полотенцем, Джессика вдруг почувствовала, как в ней разгорается огонь, такой же, как и в ее сестре Карин. Поток слез как будто прорвал плотину, и все эмоции хлынули наружу.

— Почему, ну почему они так поступают с нами? Это неправильно! Это несправедливо, особенно по отношению к Марку! — мысль о младшем брате, страдающем в одиночестве, вызвал новый поток слез.

Джинни, по-прежнему обнимая ее, сказала:

— Мне очень жаль, что тебе придется пройти через все это, Джесси, потому что я люблю тебя. Но мы справимся вместе, я буду с тобой.

Она помолилась, и Джессика почувствовала, что Джинни действительно была ей как старшая сестра.

Через несколько минут они вытирали глаза, приводили себя в порядок и даже немного пошутили по поводу того, как они должны были выглядеть в глазах окружающих. Затем Джинни сказала уже серьезно:

— Развод — это как смерть любимого человека. Когда кто-нибудь умирает, ты проходишь через разные стадии печали, и когда умирает семья, ты можешь испытывать то же самое.

— Да, Натали говорила мне что-то об этом, — объяснила Джессика. — Все это имеет смысл, но я не знаю, что это за стадии.

В течение нескольких минут Джинни описывала Джессике пять стадий, с которыми Джессика могла столкнуться в течение следующих нескольких недель. Простое объяснение помогло Джессике понять, что с ней происходит сейчас.

Затем Джинни спросила:

— Могли бы мы встретиться с тобой еще, может быть, даже несколько раз, чтобы поговорить о твоих чувствах и о том, как пройти через все эти стадии?

— Ты имеешь в виду вместе позавтракать или пообщаться на библейских занятиях, как мы делали раньше, когда я уверовала?

— Да, если ты хочешь.

Джессика улыбнулась. Время, которое они проводили вместе с Джинни, очень помогло ей в утверждении на пути веры и в духовном росте после того, как она уверовала.

— Да, конечно, мне бы очень хотелось, — сказала она.

Джессика и Джинни решили встретиться и позавтракать в следующие две субботы и потом еще, если будет нужно. Затем они спустились вниз искупаться.

Первый раз после того, как ее родители разъехались, Джессика почувствовала, что она не одинока со своей болью и печалью. В течение следующей недели Джинни несколько раз звонила ей и посылала ободряющие письма по электронной почте. Натали также звонила или забегала просто для того, чтобы напомнить Джессике, что она молится за нее. Ей было особенно тяжело первую неделю, зная, что решение родителей о разводе уже окончательно. И она также переживала за Карин и Марка, которые по-своему реагировали на сложившуюся ситуацию. Джессике было легче, поскольку она знала, что два близких ей человека беспокоились о ней и поддерживали ее. И она надеялась, что, получив поддержку от своей подруги и духовной наставницы, она сможет помочь брату и сестре.

Время поразмышлять

Как и Джессика, в результате развода родителей вы можете испытывать множество различных эмоций. Вы можете чувствовать печаль, уныние, безнадежность, оставленность, страх и даже гнев. Вы можете плакать так, как никогда в жизни. Вы можете ощущать эмоциональную опустошенность. И вы можете разозлиться на своих родителей и даже на Бога за то, что Он допустил, чтобы это произошло. Важно понять, что все эти чувства нормальны и естественны: таким сотворил вас Бог. Ваши эмоции — это что-то вроде встроенного клапана, через который выходит душевная боль.

Простой совет, который дала Джессике Джинни, был абсолютно верным: не подавлять свои чувства, а позволить печали выйти наружу. И она сидела рядом и плакала вместе с ней. Такая реакция отражает слова Иисуса: «Блаженны плачущие, ибо они утешатся» (Мф.5:4). Плач — это процесс, во время которого душевная боль выходит наружу. Вы делитесь с другими своей грустью и болью, чтобы они могли разделить ваши чувства. Именно таким образом Бог хочет вас благословить и исцелить боль, которая сопровождает развод родителей.

Развод можно считать смертью брака, и вы можете реагировать на него так же, как вы реагировали бы на смерть одного из родителей, брата или сестры, или друга. Печаль — это состояние, через которое проходит большинство людей после таких событий. Оно может продолжаться от нескольких недель до нескольких месяцев и включает в себя пять различных стадий. Трудно будет найти хотя бы двух человек, у которых оно проходило бы совершенно одинаково; стадии могут перекрывать одна другую и возвращаться вновь. Но, вероятнее всего, ваша реакция на семейную трагедию будет похожа на ту, что проявилась у Джессики.

Самая первая реакция — это *отрицание*. Временами вы обнаруживаете, что просто отказываетесь верить в то, что это могло произойти с вами. У Джессики эта реакция проявилась, когда она ушла в свою комнату и отказалась говорить на эту тему. Один из способов, с помощью которых ваш мозг пытается

справиться с постигшей вас бедой, это сказать: «Нет, этого не может быть».

Вторая стадия — это *гнев*. Задавая себе неизбежный в подобных ситуациях вопрос: «почему это произошло?», вы можете обнаружить, что впадаете в гнев, потому что не можете найти на этот вопрос подходящего ответа. Вы потеряли немалую долю стабильности и уверенности, и вам кажется это ужасно несправедливым. Как у Карен, сестры Джессики, ваш гнев может быть направлен на одного или на обоих родителей или же, как у Джессики — на сам развод, а не на его участников. Он может даже оказаться направленным на самих себя, поскольку у вас возникает подозрение, что вы каким-то образом виноваты в происходящем.

Третья стадия — попытка договориться с Богом, прося Его изменить происходящее. Вы даже можете обнаружить, что пытаетесь заключить сделку с Богом, обещая Ему изменить свою жизнь, если Он вновь воссоединит семью. У Джессики может возникнуть искушение торговаться с Богом из-за чувства ложной вины. Она боится, что именно ее плохое поведение могло частично повлиять на ситуацию и спровоцировать решение родителей развестись. В своей попытке заключить с Богом сделку вы можете руководствоваться мотивом, как восстановить отношения родителей или исправить прошлые ошибки.

Следующая стадия — это *депрессия*, которая может начаться, когда вы поймете, что развод неизбежен. Это подавляющее чувство печали и безнадежности. Депрессия может сопровождаться страхом, неуверенностью и тревогой по поводу того, как вы будете жить без одного из ваших родителей. Одиночество — еще один аспект депрессии. Джессика уже испытала его, живя без отца.

И, наконец, последняя стадия, — это *принятие*. С течением времени, когда идут на убыль другие стадии, вы начинаете принимать реальность развода и справляться с его последствиями. Даже когда эта стадия становится доминирующей, вы все еще можете испытывать отрицание, гнев, депрессию. Однако их воздействие будет минимальным по сравнению с тем, как будет работать в вас Бог, чтобы пережитый опыт послужил вам во благо (см. Рим. 8:28).

В некоторых случаях требуется много недель для того, чтобы успешно пройти через все пять стадий. Некоторые из испытываемых вами эмоций или возникающих у вас мыслей будут для вас либо намного сильнее, чем когда-либо до этого, либо совершенно новыми. Из-за этого у вас могут возникнуть сомнения: может быть, с вами что-то не в порядке? Совсем нет. Вы вполне нормально реагируете на одно из самых печальных событий в вашей жизни.

Единственная настоящая опасность, которая вас подстерегает на этих стадиях — это позволить себе выразить свои эмоции неподходящим и нездоровым образом. Например, если бы депрессия Джессики привела бы ее к попытке самоубийства, то с ее стороны это была бы ненормальная и

нездоровая реакция. Требуется мудрость для того, чтобы избежать импульсивной реакции на возникающие у вас эмоции.

Помимо пяти стадий, о которых мы говорили, могут возникнуть множество других эмоций. Но к счастью, у Джессики Инграм есть «старшая сестра», которая поможет ей разобраться и в этом.

История Джессики

Как только они сели за столик в кафе, Джинни спросила Джессику:

— Ну, как прошла эта неделя?

Джессика пожала плечами.

— Я думаю, все в порядке, более или менее. Конечно, очень тяжело принять, что мои родители разводятся. Я рада, что ты рассказала мне о тех стадиях, через которые мне придется пройти. На прошлой неделе я, по-моему, прошла через отрицание и немного испытывала депрессию.

— Вот почему я хотела, чтобы мы с тобой встретились пару раз, — сказала Джинни. — Самый лучший способ справиться со своими чувствами — это поговорить о них и сконцентрироваться на том, что стоит за ними.

Когда они заказали себе завтрак, Джинни достала лист бумаги и протянула его Джессике.

— Я подумала над тем, какие чувства ты можешь испытывать по поводу развода, — начала она. — Я решила их записать. Посмотри, пожалуйста, есть ли в этом списке то, что ты уже испытываешь?

Джессика прочитала вслух первое слово:

— «Неверие».

Она остановилась.

— Да, мне это знакомо. Я до сих пор не могу поверить, что мои родители разводятся. И я *не хочу* в это верить. На прошлой неделе мне приснился сон, что папа вернулся и у них с мамой все нормально. Когда я проснулась, я уже была почти готова встретить его на кухне, где он пьет кофе и читает газету. Конечно, его там не было.

— Неверие — это одна из форм отрицания, — сказала ей Джинни. — Таким образом, на фоне сильного стресса твой мозг пытается удержать определенный уровень стабильности. У некоторых людей это проявляется в том, что они отказываются говорить о проблеме или даже признавать сам факт ее наличия. Отрицание — это своего рода защитная реакция, однако нездоровая. В конце концов, придется признать, что развод произошел, и твоя жизнь из-за этого изменилась.

Джессика медленно кивнула головой.

— Я понимаю. Жить в вымышленном мире — это ненормально и неправильно. Невозможно справиться с проблемой, если отрицаешь ее наличие.

— Хорошо, что ты это понимаешь, — сказала Джинни.

— Я боюсь, что именно это и происходит сейчас с Марком, — добавила Джессика. — Он вообще не хочет говорить

о папе с мамой. Как только я поднимаю эту тему, он уходит в свои компьютерные игры.

— Может, Бог использует тебя, чтобы ему помочь, — сказала Джинни. — Я молюсь за Марка и Карин тоже, как и за тебя.

Джинни продолжила чтение списка.

— «Стыд, смущение, гнев, чувство вины»... хм... кажется, я немного чувствую себя виноватой.

— Расскажи мне об этом.

Джессика на мгновение заколебалась. В это время подошла официантка и принесла им сок, и Джессика была рада нескольким лишним секундам для того, чтобы сформулировать ответ.

— Я думаю, что возникшие у папы с мамой проблемы — это частично моя вина. Я далеко не всегда была примерным ребенком. Когда мне исполнилось тринадцать, я почувствовала себя достаточно независимой. Однажды я специально пришла домой на полчаса позже положенного. Из-за этого у нас был большой конфликт с родителями. Я помню, как папа кричал: «Ты нам с мамой очень осложняешь жизнь, когда так себя ведешь, Джессика. Семейная жизнь — это и без того не так просто, а ты своим поведением делаешь все еще хуже». Тогда я поняла, что родители не очень ладят между собой и что я — часть этой проблемы.

— Мне очень печально слышать, что ты чувствуешь себя ответственной за разрыв родителей, — полным сострадания голосом сказала Джинни. — И я понимаю, что ты сейчас переживаешь. Но это не твоя вина. Да, ты могла не быть примерным ребенком, но ведь не один ребенок не является таковым! Родители должны справляться с жизненными неурядицами, в том числе и тогда, когда возникают проблемы с детьми. Твои родители сами несут ответственность за свои отношения.

— Но ведь папа сказал...

Джинни прервала ее:

— Возможно, твоему отцу трудно взять на себя ответственность за свои проблемы. Это происходит со многими людьми. Я уверена, он не хотел причинить тебе боль, но твое плохое поведение позволило ему частично переложить свою вину на тебя.

На мгновение Джессика задумалась.

— То есть это не моя вина?

— Нет, развод — это не твоя вина, и примирение родителей — не на твоей ответственности. Они взрослые люди и сами должны решать такие вопросы. Все, что ты можешь сделать — это любить их и молиться за них.

Джессика откинулась назад и с облегчением вздохнула.

— У меня как будто камень с души свалился!

— Ну, вот и хорошо, — сказала Джинни. — У тебя больше не должно быть чувства вины.

Официантка принесла две порции блинчиков. Пока они ели, Джессика продолжала читать список и обратила внимание

еще на некоторые чувства, которые она испытывала. Вопросы Джинни и ее замечания позволили Джессике избавиться от внутренней боли, которую она ощущала из-за этих чувств.

Джинни также спросила ее о других делах, и Джессика робко признала, что развод родителей настолько выбил ее из колеи, что она практически забросила все свои домашние обязанности, такие как стирка и уход за садом. И тут Джинни сделала удивительную вещь: она достала свой мобильный телефон, позвонила Натали и договорилась с ней о том, что та поможет Джессике наверстать упущенное по дому.

Вместе с чувством некоторой неловкости Джессика испытала облегчение. Обычно очень аккуратная, она была слишком подавлена, чтобы работать, и сейчас была рада, что Натали придет ей помочь.

Время пролетело быстро, и Джинни надо было идти на работу. Они договорились встретиться в следующую субботу и продолжить разговор. Джессика пошла домой с чувством благодарности Джинни за ее заботу и практическую помощь и была полна надежды на предстоящую неделю.

Время поразмышлять

В процессе переживания трагедии у вас возникнут три потребности, в которых вам смогут помочь духовные наставники, как Джинни, и друзья-христиане, как Натали. Важно, чтобы вы знали об этих потребностях, чтобы дать возможность другим помочь вам.

Вы нуждаетесь в утешении. Когда вам становится известно о том, что ваши родители разводятся, ваша самая большая потребность в том, чтобы вас утешили. Именно это сделала Джинни, когда Джессика сообщила ей о разводе своих родителей. В периоды, когда мы испытываем душевную боль, наше самое большое утешение в том, что другие разделяют нашу печаль. Бог посылает нам Свое утешение через других людей. Апостол Павел писал: «Бог... утешающий нас во всякой скорби нашей, чтобы и мы могли утешать находящихся во всякой скорби тем утешением, которым Бог утешает нас самих!» (2 Кор.1:3,4).

Что такое утешение? Наверное, сначала будет полезно увидеть, чем оно *не является*. Утешение — это не призывы держаться и не падать духом. Утешение — это не попытка объяснить, почему у людей возникают проблемы. Утешение — это не набор «правильных» слов о том, что Бог все держит под контролем. Все это может оказаться полезным в свое время, однако это не удовлетворяет нашей потребности в утешении.

Люди утешают нас главным образом, когда они чувствуют нашу боль и печалятся с нами. Иисус продемонстрировал служение утешения, когда умер его друг Лазарь (см. Ин.11 гл.). Когда Иисус пришел в дом к сестрам Лазаря, Марии и Марфе, он плакал вместе с ними (см. стихи 33-35). И это особенно интересно в свете того, что Он сделал вскоре: воскресил Лазаря из мертвых (см. стихи 38-44).

Почему Иисус просто не сказал убитым горем Марии и Марфе: «Не надо плакать, Лазарь скоро оживет»? Потому что в тот момент им был нужен кто-то, кто мог разделить их печаль. Иисус удовлетворил их потребность в утешении, разделив их печаль и слезы. А затем Он совершил чудо и обратил их печаль в радость.

Мы получаем утешение, когда знаем, что страдаем не одни. Апостол Павел учил нас: «Радуйтесь с радующимися и плачьте с плачущими» (Рим.12:15). Когда вы опечалены, люди могут попытаться вас утешить, ободряя, призывая быть мужественными или пытаясь объяснить, почему случилась беда. Без сомнения, эти люди заботятся о вас и хотят сделать как лучше. Но они могут не знать, что означает утешение. И надо надеяться, что рядом окажется кто-нибудь вроде Джинни Шоу, который даст вам именно то утешение, в котором вы нуждаетесь. Вы ощутите Божью заботу о вас, когда кто-нибудь страдает, печалится или даже плачет с вами. Джинни Шоу — это хороший пример того, что означает истинное утешение в тяжелых обстоятельствах.

Вы нуждаетесь в поддержке. Джессике нужно нечто больше в ее горе, чем только утешение. Ей нужна поддержка. В чем разница между утешением и поддержкой? Люди дают вам утешение, когда эмоционально разделяют вашу печаль, а поддержку — помогая вам практически. Задачи, которые ставит повседневная жизнь, остаются и тогда, когда наступают трудные обстоятельства. Однако из-за тяжелого эмоционального бремени, которое вам приходится нести, вы можете уделять им слишком мало внимания и сил. Вам нужна временная помощь, чтобы разрешить их. Вам нужна помощь людей, которые следуют заповеди: «Носите бремена друг друга, и таким образом исполните закон Христов» (Гал.6:2).

Джинни поддержала Джессику тем, что предложила ей встретиться и помогла разобраться в лабиринте мыслей и чувств. Джинни дала ей практический духовный совет, как ей реагировать на возникающие у нее эмоции. И она даже договорилась с Натали, чтобы та помогла Джессике с повседневными делами, которые Джессика, выбитая из колеи, была не в состоянии закончить.

У вас может возникнуть искушение проигнорировать или даже отвергнуть поддержку, предлагаемую другими. Вы можете считать, что справитесь сами, или же вам просто не хочется беспокоить других своими проблемами. Однако противостойте этому искушению. Бог знает, что в нашей жизни иногда наступают периоды, когда мы нуждаемся в поддержке других, поэтому слова из Послания к Галатам (6:2) и оказались в Библии. Дайте другим людям возможность помочь вам и будьте благодарны за их помощь. Это один из тех способов, которыми Бог проявляет о вас Свою заботу в такие периоды.

Что если вам нужна практическая помощь и никто вам ее не предлагает? Просите. Нет ничего плохого в том, чтобы рассказать о своей проблеме верному другу, молодежному лидеру или служителю церкви и попросить о помощи. К примеру,

если бы Джинни не позвонила бы Натали, для Джессики было бы уместно самой попросить свою подругу о помощи. В большинстве случаев люди желают помочь, просто они не знают, что нужно сделать. Помогите им поддержать вас, дав им знать, в чем именно вы нуждаетесь.

Вы нуждаетесь в ободрении. Кроме утешения и поддержки, вам нужно ободрение. Вы получаете его, когда другой человек делает что-либо, чтобы поднять ваше настроение. Джессика оживлялась всякий раз, когда Джинни звонила ей или посылала электронные сообщения просто для того, чтобы сказать, что молится за нее. У нее прибавлялось бодрости, когда к ней заходила Натали, чтобы узнать, как у нее дела. Подобное ободрение может показаться не столь действенным, как, например, практическая помощь, однако оно не менее необходимо.

И опять же, если вы не получаете ободрения, в котором нуждаетесь, просите. Вполне нормально сказать тому, кто заботится о вас: «Обними меня, пожалуйста» или «Побудь со мной немного».

Утешение, поддержка и ободрение, которые мы получаем от тех, кто нас любит, могут внести значительные изменения в наши переживания по поводу развода родителей. Джессика расскажет о тех изменениях, которые пережила она сама за тот месяц, который прошел со времени объявления ее родителей о разводе.

История Джессики

Дог Шоу сказал, что ему надоело завтракать одному по субботам, и он пришел на последнюю из трех встреч Джинни с Джессикой. Все трое засмеялись. На самом деле он пришел по приглашению Джинни и с одобрения Джессики. В течение этого месяца он тоже был для нее источником утешения, поддержки и ободрения.

— Наверное, это была самая тяжелая неделя, Джесси, не так ли? — спросила Джинни после того, как Дог помолился над едой.

Джессика кивнула.

— Да, вчера развод окончательно состоялся. Это была прямо-таки «черная пятница».

— И как ты себя чувствуешь сейчас? — спросил Дог.

Джессика чувствовала себя достаточно бодро и старалась в таком же духе говорить.

— Ну, в общем-то, нормально. Весь этот месяц я надеялась и молилась, чтобы родители изменили свое решение. Но этого не произошло, — она улыбнулась и быстро добавила: — Не беспокойтесь, я не пытаюсь отрицать происходящее. Я знаю, что папа с мамой разошлись по разным дорогам. Хотя мне и жаль, что так случилось, я больше не виню себя за это. Я продолжаю молиться, чтобы они сначала обрели Христа и затем вновь сошлись — именно в таком порядке.

— Это хорошая молитва, — заверил Дог.

— И все же вчера был для тебя печальный день? — спросила Джинни.

Джессика дожевала и проглотила кусочек шведского блинчика.

— Да. Я была на улице, когда пришел почтальон. В пачке писем было официальное извещение. Мама открыла его при мне.

— Наверное, тебе было тяжело, — сказала Джинни.

Джессика на секунду задумалась.

— Мама, кажется, испытала облегчение. Я думаю, меня это обеспокоило не меньше, чем само извещение: было больно видеть, что она этому едва ли не рада. Мне кажется, она не поняла, что это она развелась с папой, а не я. Он по-прежнему мой отец, и я люблю его.

Дог положил вилку.

— Джесси, мне очень жаль, что твоя мама не понимает твоих чувств по отношению к отцу.

Джессика потерла подбородок большим пальцем.

— Спасибо, но мне это нужно пережить. Джинни правильно сказала, что время лечит чувства. Благодаря нашим встречам я намного лучше справляюсь с болью. — Джессика улыбнулась и с благодарностью посмотрела в сторону Джинни.

Джинни подмигнула ей в ответ и спросила:

— А как Карин и Марк?

— Карин все еще иногда хлопает дверьми, но, кажется, она начинает свыкаться с тем, что случилось. Марк тоже становится более открытым. Каждый вечер я прихожу к нему на несколько минут поговорить. Когда я спрашиваю его, как он себя чувствует, ему особенно нечего сказать. Поэтому я попыталась подойти с другой стороны: я воспользовалась списком, который ты мне дала, и стала задавать ему вопросы вроде: «Марк, тебе, наверное, грустно и неловко из-за того, что папа с мамой развелись?» Ему легче ответить да или нет. И когда он говорит да, я пытаюсь утешить и ободрить его, как это делала ты.

Джинни засияла.

— Просто замечательно, Джесси! Это напоминает мне третий и четвертый стих первой главы Второго послания к Коринфянам. Ты утешаешь Марка тем утешением, которое получила сама. — Затем она повернулась к Догу: — Мне кажется, Джесси уже готова встретиться с Элисон. Как ты думаешь?

Дог улыбнулся и кивнул.

Джинни опять повернулась к Джессике:

— Элисон Гилберт — новая девочка из нашей молодежной группы, она учится в седьмом классе. На прошлой неделе мы узнали, что ее родители развелись весной. Она переехала сюда с матерью. Мы с Догом хотели бы спросить тебя, не смогла бы ты с ней встретиться и поделиться своим опытом?

Это одновременно польстило Джессике и напугало ее.

— Ну, я не знаю. Я же не душепопечитель. И Библию знаю не так хорошо...

— Мы не просим тебя быть ее душепопечителем, — сказал Дог. — Мы просим тебя утешить и ободрить ее, как ты

это уже делаешь с Марком. Расскажи ей свою историю и чему ты научилась, переживая развод своих родителей. Ты можешь это сделать?

Джессика бросала взгляд то на Дога, то на Джинни.

— То есть просто поговорить с ней так же, как с Марком?
— спросила она. — И все?

Дог и Джинни одновременно кивнули.

Неожиданно для Джессики все стало очень просто.

— Да, конечно, я могу это сделать, — сказала она. —
Когда я могу с ней встретиться?

Дог вновь взял вилку.

— Не раньше, чем я доем свои блинчики, — сказал он с
добродушным смехом.

Время поразмышлять

Как поняла Джессика, один из самых лучших союзников в борьбе с последствиями развода родителей — это время. В старой поговорке «время все лечит» есть крупица истины. Библия говорит об этом так: «Вечером водворяется плач, а наутро радость» (Пс.29:6). Примите как факт, что вам потребуется время, для того чтобы справиться с трагедией в семье. Вам нужно время, чтобы разобраться в лабиринте своих мыслей и чувств. И вам нужно время, чтобы поговорить о них с опытными христианскими друзьями и лидерами. Пройдут недели, и ваша скорбь будет постепенно убывать, вы вернетесь к нормальной жизни. Дайте времени возможность поработать на вас и не ожидайте, что боль и печаль уйдут слишком быстро.

Джессике Инграм пришлось пройти через серьезное испытание. Завершение процесса развода родителей было для нее тяжелым эмоциональным ударом. Однако она справляется с этим. Теперь она в состоянии отделить реальность от иллюзорного мира отрицания и ложного чувства вины. И она даже может проникнуться сочувствием к другому человеку и утешить его. Джессика еще переживает по поводу происшедшего, но она уже достигла прогресса.

Боль, испытываемая вами из-за развода родителей в данный момент, может быть настолько сильной, что у вас возникают сомнения, сможете ли вы когда-нибудь вернуться к нормальной жизни. Доверьтесь Богу и имейте в виду следующее:

Выражайте свою печаль. Бог предназначил эмоции служить клапаном, через который выходят ваша печаль, гнев и разочарование. Не пытайтесь сдерживать свои чувства, позвольте им выйти наружу, чтобы начался процесс исцеления.

Дайте другим людям утешить, поддержать и ободрить вас. Божий план исцеления вашей сердечной боли предусматривает участие других людей. Пусть члены семьи и друзья утешат и ободрят вас и помогут вам практически.

Дайте себе время на переживание. Могут уйти недели и даже месяцы на то, чтобы пройти через все ступени переживания — отрицание происходящего, гнев, попытку договориться с

Богом, депрессию и принятие. Помните, что пройдет время и вам станет легче.

Позвольте Богу использовать вас для того, чтобы утешить, поддержать и ободрить других. Ваш бесценный опыт получения утешения дал вам способность помогать другим в их печали. На это может уйти время, но у вас появится возможность утешить, поддержать и ободрить тех, кто переживает по поводу развода своих родителей.

Разве не ободряет то, что Бог может помочь таким как Джессика справиться с последствиями развода родителей? Он может сделать и больше — помочь вам.

<Обратная сторона обложки>

Когда пятнадцатилетняя Джессика услышала об этом, она поняла, что теперь все изменилось. Неожиданно ее семья и ее чувства разбились вдребезги.

Знаете ли вы кого-нибудь вроде Джессики, кто переживает последствия развода своих родителей? Знаете ли вы, что им сказать и как помочь? Возможно, что сейчас, как никогда, им нужен «Проект 911» – друг, который «любит во всякое время и, как брат, явится во время несчастья» (Прит.17:17).

С помощью правдивой и увлекательной истории Джош МакДауэлл совместно с Эдом Стюартом предлагает библейский подход к вопросу о том, что ваши друзья могут сделать, столкнувшись с разрушением семьи. И, что не менее важно, вы узнаете, как помочь тому, кто ищет ответ. Сначала прочитайте эту книгу сами, а затем дайте почитать ее своему другу.

И если вы тот человек, кто сам столкнулся с этой проблемой, вы узнаете, что вас ждет потом. И более того, вы узнаете, как испытать утешение, поддержку и ободрение, в которых вы нуждаетесь, от Бога и от вашего друга, возможно того, кто дал вам эту книгу.