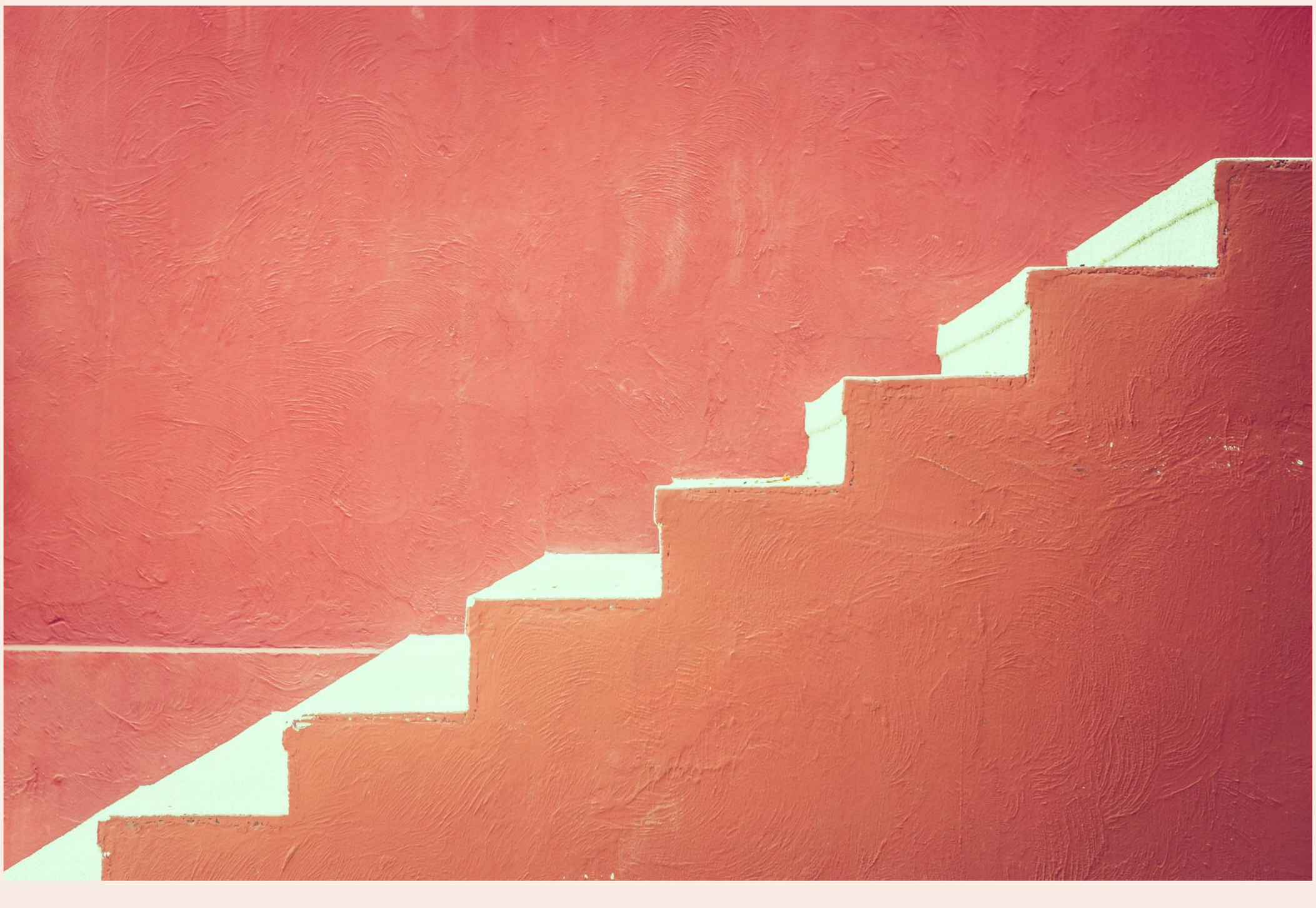
7 ШАГОВ К СЧАСТЬЮ

Необычайные истории перемен



CBN EMMANUIL

7 шагов к счастью

Необычайные истории перемен

Редакторы

Екатерина Иванова
Татьяна Навина
Лариса Дубник

Редакторы печатной версии

Галина Гришина
Леонид Братанчук

Литературные редакторы

Анна Фоменко, Ольга Бидненко

Дизайн и верстка

Студия Sherdis Design

Шеф-редактор

Татьяна Иванова

Содержание

Шаг первый.
Простить обидчиков,
как Надежда Осыпяк 7

Шаг второй.
Жить здесь и сейчас,
как Светлана и Глеб Спиваковы 19

Шаг третий.
Победить свои слабости,
как Михаил Лыска 31

Шаг четвертый.
Ценить близких, как Майя Визаулина 45

Шаг пятый.
Заботиться о других,
как Евгений и Светлана Исаевы 57

Шаг шестой.
Слушать свое сердце,
как Юлия и Вадим Лосицкие 71

Шаг седьмой.
Обратиться к Богу,
как Виктор Скуратовский и все герои
нашей книги 83

Введение

Из огромного количества передач «180 градусов» в эту книгу вошли лишь семь историй. Трогательных, поучительных, иногда трагических, но обязательно со счастливым финалом. Герои этих историй, возможно, похожи на вас или ваших друзей, соседей. Потому что боль, пережитая этими людьми, понятна каждому.

Кстати, «героями» мы называем всех участников программы не только потому, что они — центральные персонажи историй. А еще и потому, что они являются настоящими героями — они нашли в себе силы вернуться в прошлое, чтобы еще раз мысленно пережить трагедии и испытания. Они сделали это откровенно, на камеру, не пряча слез и не пытаясь уйти от неприятных тем. Передача за передачей, не ради популярности или собственной выгоды раскрывали они подробности непростой жизни.

Зачем же они это делали? Каждый раз мы спрашивали об этом наших героев, людей разных специальностей, социального статуса, мировоззрения, и каждый раз получали один и тот же ответ: я надеюсь, что история моей жизни будет кому-то полезной и поможет преодолеть кризис.

Среди героев: семья Исаевых, которая усыновила семь деток с положительным ВИЧ-статусом; мудрая и мужественная, и в то же время

хрупкая и женственная, бизнес-леди Светлана Спивакова, которая знает, что такое боль утраты; отважная и очаровательная молодая женщина Надежда, которая в детстве пережила домогательства отчима, но нашла в себе силы простить; супруги Лыски, которые вместе преодолели зависимость мужа от алкоголя и возродили потерянную любовь; на удивление откровенная и преисполненная любви к жизни Майя Визаулина, чья история могла бы стать основой сценария трогательной мелодрамы; еще — Юля и Вадим Лосицкие, которые пронесли любовь через бесчисленные испытания и людское осуждение; известный украинский рок-музыкант и клипмейкер Виктор Скуратовский, которому испытание славой чуть было не стоило семьи.

Все они, преодолев трудности и испытания, развернули свою жизнь на 180 градусов благодаря Богу.

Если в вашей жизни наступил переломный момент, то истории наших героев подскажут вам 7 важных шагов на пути к счастью.

Продюсер телевизионного проекта
«180 градусов»
Татьяна Иванова

Шаг первый

Простить обидчиков







История Надежды Осыпяк

Замуж Надежда Осыпяк вышла довольно рано, и то лишь потому, что очень хотела поскорее покинуть родительский дом. Страх и постоянные унижения в семье заставили девушку действовать без промедления. И причиной тому был отчим.

О родном отце память Нади хранит только светлые моменты: первая подаренная им кукла, веселые прогулки погожими осенними днями. Даже имя девочке досталось благодаря отцу.

Все хотели назвать меня Таней, а папа сказал — никаких Тань, это моя Надежда, — с ностальгией в голосе вспоминает женщина семейные предания.

Поэтому развод родителей стал для девочки настоящей трагедией. Еще большей трагедией стала внезапная смерть отца. Но настоящим кошмаром жизнь обернулась, когда мама Нади во второй раз вышла замуж.

Синяя Борода

Надя не любит вспоминать свое детство. Отчим был слишком строг к девочке и за малейшую провинность мог долго читать нотации, унижая достоинство ребенка. Наде запрещалось дружить со сверстниками и, тем более, приводить их домой. Она жила изолированно от внешнего мира, получая информацию о жизни лишь из книг и редко — из телевизора. А когда мать девочки уходила на работу, начиналось самое страшное.

Отчим заставлял меня раздеваться. Он постоянно мне говорил о том, что это нормально, все папы так делают, — с отвращением вспоминает Надежда события детства. — У нас позади дома есть озеро. Отец брал меня будто на рыбалку, а там просил купаться голой. Улучал момент, когда мамы нет дома, когда бабушка куда-то уходила.

Тогда ей было всего семь лет. Она понимала, что происходит что-то ужасное, но искать защиты было не у кого — хитрый отчим делал все, чтобы никто не догадался о его извращенности. До 12 лет Надя даже не понимала, что происходящее не просто ненормально — это преступление.

Однажды, случайно посмотрев по телевизору программу о педофилах, Надя все поняла.

Он мне как раз тогда стал давать порножурналы, и я осознала, что это вообще ненормально, — со слезами вспоминает Надя.

Тогда девочка попыталась поговорить с мамой, намекнула, что отчим целует ее в губы и ведет себя странно, но женщина резко прекратила разговор, заверив дочь, что все пристойно. Дескать, так и должно быть, ведь отчим ее любит.

Стало ясно, что мама не хочет этого понимать, — вздыхает Надя. — И очень долго я не могла понять, как же она может! Никогда бы я не поставила мужчину выше своих детей. Я бы никому не позволила издеваться над моим ребенком!

Больше искать защиты было не у кого. Была надежда на бабушку, мать отчима — но та, однажды случайно застав его наедине с падчерицей, так испугалась гнева сына, что и вовсе решила держать язык за зубами. В такие

минуты Надя отчаянно оплакивала родного отца — был бы он жив, все было бы иначе!

Чтобы выбраться из домашнего ада, Надя все чаще подумывала о суициде. Но мысли о матери удерживали девочку от рокового шага. Матери и так приходилось несладко — когда Надя отказывалась выполнять волю отчима, тот срывал гнев на ее матери, доводя женщину до нервного срыва.



Я решила: когда вырасту — уйду из дома. Потому сейчас мне надо набраться терпения и дождаться этого момента, — рассказывает Надя.

Единственным утешением для девочки стала учеба — Надя училась на одни пятерки, понимая, что это ее шанс вырваться из плена.



Я могу сказать четко, что золотую медаль я получила для мамы, не для себя. Все время хотелось быть лучше. Потому что не считала себя лучше. — Надя с болью воспоминает те давние переживания. — Было внутри ощущение этой грязи. Что вот о тебя вытирают ноги, тебя используют. От постоянного психологического напряжения эти ощущения вызвали реакцию самоуничтожения: «Раз я такая, то такой и буду!» Лет с 14 курить начала. Меня как-то даже учительница за ухо из туалета вывела и говорит: «Надя, ну ты же отличница, зачем тебе эта сигарета?»

Как только девочке исполнилось 16 лет, она тут же покинула стены своей темницы. Надю приютила знакомая, она же помогла своей протеже устроиться на работу. Отчим не находил себе места, лишившись покорной игрушки. Мужчина всячески пытался вернуть падчерицу домой, но она его больше не боялась, лишь затаила в душе обиду и ненависть.

Своя жизнь

Со своим будущим мужем Надя познакомилась благодаря матери. Сегодня она со смехом вспоминает свою первую реакцию:

> *Как жениха хоть зовут? Мама говорит: Вася. А у меня с детства понимание: Вася — это не имя, это диагноз. Боже, я как начала смеяться: веди своего Васю, сейчас будем знакомиться…*

Несмотря на то, что имя парня показалось Наде очень смешным, сам он производил впечатление человека спокойного и рассудительного. Девушка согласилась встретиться с Василием во второй раз. И в третий, и в десятый… Не желая строить отношения на лжи, сразу рассказала Василию о тех ужасах, среди которых жила. В своих откровенных рассказах Надя себя не жалела.

> *Я хотела, чтобы он понимал, что он берет, — он берет грязь, — признается На-*

дежда. — Я никак не могла избавиться от этой грязи внутри. Казалось, она во мне уже на всю жизнь и ничто не сможет меня очистить…

В глубине души она боялась, что ее история оттолкнет Василия. Но реакция парня была неожиданной и смелой. Он стал с большей нежностью и заботой относиться к Наде, словно хотел стереть из ее памяти ужасы детства.



Меня такая реакция завоевала. Я поняла, что могу ему доверять, — плачет Надя. — Не могу сказать, что я его полюбила сразу. Вначале я больше видела в нем отцовскую заботу, которой мне так не хватало всю жизнь. Любовь пришла потом.

Молодые люди поженились спустя полгода после знакомства. Вскоре стали родителями — у Нади и Васи родилось две дочери. Посторонним их семья казалась образцом благополучия, но в душе Надежды по-прежнему жили страх и детские обиды.

Лицом к Богу

Однажды в их семье зашел разговор о Боге, и Надя заслушалась. Ее тронули слова сестры о том, что Господь может исцелить любое раненое сердце. Это было именно то, что нужно, — шли годы, а ее душевные раны по-прежнему кровоточили, хотя Надя изо

всех сил пыталась забыть все, что творил отчим. Не откладывая, Надежда вместе с мужем отправилась в церковь.



Когда я впервые помолилась, возникло ощущение, что рядом снова стоит мой родной, милый потерянный папа, — и я разрыдалась. Было безразлично, смотрит ли кто-то на меня, не тревожило, кто что подумает: слезы катились по моему лицу, и я чувствовала, как с каждой слезинкой вытекает из меня та грязь, которую я годами носила в себе, а взамен душа наполняется теплом и любовью.



Я ощутила, что меня коснулся Бог, и не могла поверить, что Бог меня любит. Любит такой как есть, даже вопреки тому, что произошло, — сквозь слезы, но с улыбкой описывает свои ощущения Надя. — Сейчас я понимаю, что во мне живет Бог, а там, где свет, — там нет грязи, тьмы, и это больше всего меня радует.

Понять и простить

Получив свободу от прошлого, от страха и ненависти, Надя со временем сумела простить и родную мать. Прежде, сколько она ни пыталась понять ее поведение, ничего не получалось. Вспоминались все унижения, а с ними

приходили злость и обида. Теперь, имея в душе Бога, Надя первой попросила у родного человека прощения, хотя раньше считала, что это мать должна извиняться перед ней за поломанное детство.



Послушание Божьей воле помогло мне сделать первый шаг, — говорит Надежда. — И когда мама однажды пришла в гости, я завела с ней откровенный разговор.

Мама призналась Наде, что все это время возле отчима ее держал страх осуждения.



Когда она развелась с папой, все родственники и соседи начали ее обвинять в том, что папа после этого заболел, — объясняет Надя. — И мама почувствовала себя виноватой.

Поэтому когда женщина пыталась покинуть второго мужа, тот начал грозить, что уйдет из жизни, — и она испугалась. Испугалась, что снова окажется виноватой в гибели человека, столкнется с осуждением и презрением окружающих.

Благодаря Богу Надя нашла в себе силы начать отношения с мамой с чистого листа, позабыв все обиды. Невероятно, но она также нашла в себе силы простить и своего обидчика — отчима. Более того, вместе с мужем Надя заботилась о нем, когда тот остался один на старости лет.

Мы говорили с ним и о Боге, но он не хотел ничего слушать, — вспоминает Надежда. — Он лишь сказал как-то, что боится умереть в одиночестве.

Не найдя в своей душе места для Бога, мужчина так и не извинился перед падчерицей за причиненные ей страдания. Печально, что и страхи его сбылись: отчим умер в тот момент, когда рядом никого не было.

Сегодня Надежда не держит на него зла: познав Живого Бога, она смогла простить и отпустить всю боль прошлых лет. И для этого ей не понадобились ни ложные обряды и ритуалы, ни психологи и антидепрессанты. Поход в церковь и простой искренний разговор с Богом смогли вернуть Надежде душевный покой, утраченную радость и счастье.

Простите обидчиков, как Надежда Осипяк

Тот, кто не может простить, живет прошлым. Обиды, словно оковы, сдерживают наше движение вперед. Однако простить — не значит забыть, перестать чувствовать боль или восстановить отношения. Простить — значит перестать желать зла обидчикам. Примиритесь с обидчиками. Встретьтесь с ними и расскажите им о своем решении. Если встреча невозможна или слишком болезненна для вас, напишите письмо, в котором выразите все свои чувства. Это нужно не столько обидчику, сколько вам самому.

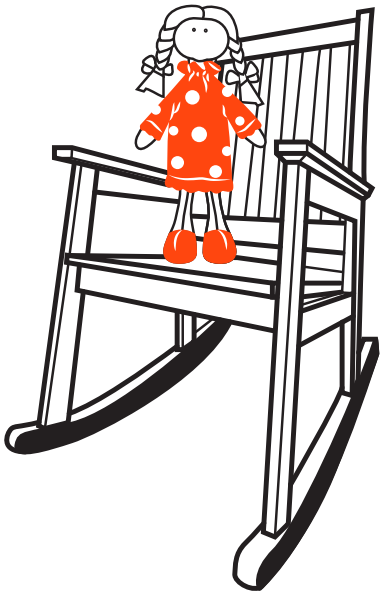


Смотрите видеоверсию истории Надежды Осипяк

Шаг второй

Жить здесь и сейчас









Глеб и Светлана Спиваковы — общественные деятели, бизнесмены, соучредители сети фитнес-клубов FitCurves и международного движения «Миссия в бизнесе».

История Глеба и Светланы Спиваковых

Целеустремленность всегда была главным козырем Светланы Спиваковой. Девушка уверенно ставила перед собой цели и шла к ним, без труда преодолевая препятствия. Но больше всего Светлане хотелось изменить мир к лучшему. Воплощать мечту Светлана решила буквально: открыла в Киеве салон красоты.

С Глебом Светлана столкнулась на улице. Она никак не могла найти нужный адрес и обратилась за помощью к человеку, вышедшему из только что припарковавшегося авто.

Эта встреча положила начало удивительной «лавстори». Пожалуй, это была любовь с первого взгляда… Отношения Глеба и Светланы развивались стремительно, как в кино. Уже через три дня после знакомства он предложил ей руку и сердце. А спустя три месяца они поженились. В тот день Светлана чувствовала себя самой счастливой девушкой на земле и еще не догадывалась, какие испытания ждут их впереди.

Деньги не пахнут

В материальном плане молодая семья ни в чем себе не отказывала. «Баловни судьбы» — легко было подумать, глядя на них; но лишь Светлана знала, какой ценой достаются эти деньги. Глеб легко ориентировался в бизнесе, и как только в стране начали появляться ночные клубы, он тут же занял свою нишу. Работа требовала его постоянного присутствия, и Светлана все чаще укладывалась спать одна. Муж возвращался под утро, и было видно, что усталость у него совсем не от работы. На все претензии супруги у мужа было одно оправдание: такова специфика бизнеса. Светлана страдала и в глубине души мечтала, что в какой-то момент муж изменится, что ей удастся его переделать.

«

Он мог приходить домой пьяным, грубил мне, но на следующее утро искренне просил прощения, заглаживая вину красивыми

словами и крепкими объятиями, — вспоминает Светлана. — И я снова верила, что это в последний раз.

Но за каждым «последним» разом наступал следующий, и еще один. «Искренние» слова оборачивались пустыми обещаниями: Глеб даже не пытался что-то изменить. Наоборот, со временем большие деньги принесли в их жизнь еще большие проблемы. Глеб занимался рискованным бизнесом, а на дворе были пресловутые 90-е. И к необходимости мириться с ночным отсутствием Глеба добавился страх за его жизнь.

Он боялся оставаться один, у него появилась многочисленная охрана. — Светлана с болью вспоминает тот период. — В конце концов ночная жизнь и постоянный стресс привели к тому, что он начал баловаться наркотиками...

Светлана смотрела на мужа — и больше не видела перед собой того Глеба, за которого вышла замуж. Это был абсолютно чужой, посторонний человек. Даже появление дочери не заставило Глеба остепениться. Отношения между супругами натянулись до предела. Светлана стала думать о разводе, хотя эта мысль приносила ей невероятную боль: как же так, почему у нее, такой успешной и волевой, ничего не получилось?!

Из бездны к небу

Каждый день Светлана осознавала, что ничего не может сделать, и лишь с ужасом наблюдала, как муж постепенно скатывается в бездну. Деньги и ночные клубы больше не приносили удовольствия, а только опустошали Глеба. Ничто больше не могло удивить его, захватить, освежить чувства. Развлечения, алкоголь, клубы — все было банальным, уже пережитым и опостылевшим. И тогда один знакомый предложил ему неожиданный проект — обеспечивать едой одиноких стариков. Это было ново и необычно. Занимаясь благотворительностью, Глеб начал хоть как-то заполнять пустоту, поселившуюся в его душе. Тот же знакомый иногда беседовал с Глебом о жизни, о человеческом предназначении и… о Боге. Эти разговоры долго оставались для Глеба пустыми разглагольствованиями, пока однажды ночью он не проснулся от кошмара, в приступе необъяснимого страха. Это был переломный момент, после которого он понял, что дальше так тянуться не может, что из перспективного, активного жизнелюба он превратился в бездушный механизм, который живет, развлекается, зарабатывает деньги лишь по инерции. Своими амбициями, погоней за наживой и сомнительными удовольствиями он убивал свою личность, уничтожал все человеческое и прекрасное. Остался последний шанс.

Та ночь во всех подробностях запомнилась Светлане. Глеб рыдал и кричал Богу: «Если

Ты есть, спаси меня!» И Бог помог ему. Та ночь перевернула его жизнь.

Я получила совсем другого мужа, — говорит Светлана. — Это было чудо, потому что моя жизнь моментально изменилась. Он освободился от алкоголя, от наркотиков, от блуда. Он словно заново полюбил меня. Но полюбил совсем по-другому.

За одну ночь Бог смог совершить то, что не получалось у Светланы на протяжении трех лет семейной жизни. И тогда Светлана осознала всю силу Божественной любви, способной творить чудеса, и поверила, что Бог точно так же любит и ее саму.

Я пережила Его прикосновение ко мне, и это был момент моего покаяния, — признается Светлана.

Для их семьи наступили совсем другие времена: Глеб продал ночные клубы, занялся благотворительностью. Теперь, отправляясь в командировки, часто брал с собой детей — так он пытался наверстать упущенное когда-то время.

Испытание смертью

В тот день он взял с собой только старшую девочку — Настю. Сына Светлана оставила дома.

Муж выехал в шесть утра, авария произошла спустя два часа, — неохотно вспоминает хронологию того трагического дня Светлана. — Был гололед, машину повело, перевернуло… Настя вылетела из машины.

О гибели маленькой дочери Светлана узнала лишь ближе к вечеру от самого Глеба, и в один миг возненавидела мужа. Она была уверена, что ребенок погиб по его вине, — ведь утром она просила не брать девочку в дорогу, но Глеб не послушался…

Похоронив ребенка, Света впала в депрессию. Она не знала, как дальше с этим жить. В отчаянии она буквально цеплялась за свою веру и со слезами молилась Богу. И опять помощь свыше совершила то, что не смог сделать человек.

Я верю, что мне Бог тогда говорил: у тебя есть выбор, — убежденно говорит Светлана. — Один путь, когда ты просто больше не сможешь никого любить. И второй — когда ты начнешь ценить тех людей, которые сегодня рядом с тобой. Когда ты перестанешь жить прошлым.

Постепенно Светлана вернулась к жизни и по-новому взглянула на отношения с мужем.

Я долго не могла забыть все измены, что были в нашей жизни. Я не могла отпустить былые обиды, не доверяла ему, ду-

мала, что рано или поздно все плохое вернется, — говорит Светлана. — Но именно после этой трагедии я поняла, что мы с ним вместе навечно, что нам нельзя разлучиться. И мы начали учиться строить взаимоотношения с чистого листа.

Верочка и вера

Спиваковым удалось понять и простить друг друга. Пережив гибель дочери, Глеб и Светлана еще больше сблизились, родили одного за другим двух замечательных сыновей. Но Света все равно мечтала о девочке. Новая беременность стала для супругов очередным испытанием: во время обследования им сообщили, что у будущего ребенка серьезные проблемы со здоровьем. По мнению медиков, лучшим выходом из ситуации был аборт. Но Глеб и Света решили рожать.

Полгода я ходила по врачам, и каждый раз они лишь повторяли вынесенный ранее приговор,— разводит руками Светлана. — И когда девочка родилась, мне хотелось услышать единственное: что произошло чудо, с ней все нормально, и она будет жить.

В тот момент казалось, что чуда не случилось: все прогнозируемые врачами «ужасы» лишь подтвердились. Но когда спустя полгода малышка, вопреки всем диагнозам, стала раз-

виваться и ходить, доктора лишь растерянно разводили руками — это было необъяснимо. А Светлана и Глеб не уставали благодарить Бога за чудо и верили, что все будет хорошо. Ведь не зря же они назвали дочку Верой.

Верочка научила Светлану и Глеба ценить и любить то, что есть здесь и сейчас. Дала им понять, что у каждого человека — своя миссия на земле. Она ушла к Небесному Отцу, прожив на земле всего четыре года, но за это время сумела навсегда примирить своих родителей.

Смена приоритетов

Пережив смерть детей, измены мужа, потери и разочарования, Светлана поняла свое истинное призвание — она должна помогать таким же женщинам, какой когда-то была сама.

Многие девушки считают, что имея деньги, можно быть счастливой. Я и сама так когда-то думала. Но это не так. В моем окружении много людей, у которых есть большие деньги, но они несчастны. Женщины просто привыкают к изменам мужей, лишь бы иметь какие-то материальные блага, — открывает изнанку обеспеченной жизни Светлана. — Если бы не Бог, нашей семьи бы уже не было. Я очень благодарна Богу за наших сыновей и за

нашу дочку, которую Он привел в наш дом два года назад.

Потеряв родных дочерей, Светлана и Глеб решили взять девочку из приюта — теперь в их семье растет Божена. А Светлана искренне благодарит Бога за все хорошее и плохое, что с ними случилось. И не устает говорить спасибо своему мужу. Ведь именно с ним она стала той женщиной, какой ее сегодня знают миллионы соотечественниц. Светлана успешна в бизнесе и служении, она мама четырех детей, известный спикер и лидер. Её личная история преодоления жизненных трудностей становится вдохновением для других женщин, которые столкнулись с такими же проблемами и потерями.

Сегодня у Глеба и Светланы Спиваковых есть общая мечта — однажды написать книгу о своей жизни.

Мы мечтаем о том, что когда-нибудь наши внуки откроют эту книгу и прочитают о том пути испытаний, которым прошли их бабушка и дедушка. И то, что они прочтут, станет для них источником силы и веры в Господа, — делится планами на будущее Глеб Спиваков.

Все трудные обстоятельства нашей жизни стимулируют рост. Когда вы это поймете, в вашей жизни станет больше ярких красок.

Живите здесь и сейчас, как Светлана и Глеб Спиваковы

Начните ценить каждую минуту своей жизни. Научитесь мужественно принимать любые испытания судьбы. Жизненные трудности меняют нас, делают сильнее. Не воспринимайте жизнь как черные и белые полосы. Будьте мудрыми. Откройте для себя радость каждого дня.

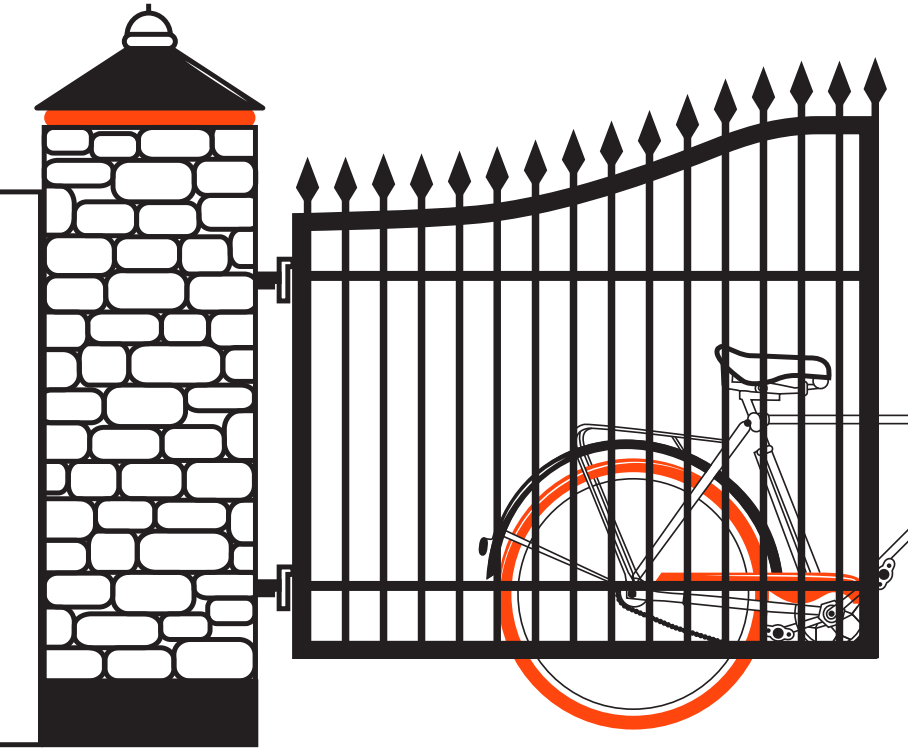


Смотрите видеоверсию истории Глеба и Светланы Спиваковых

Шаг третий

Победить свои слабости







История Михаила Лыски

В шаге от пропасти

Как легко может человек разрушить свою жизнь, ставя под удар все хорошее, что у него есть. И зачастую останавливается лишь в шаге от пропасти…

Валентина ехала по шоссе на велосипеде, слезы застилали ей глаза и мешали видеть дорогу. Да она и не хотела ничего видеть. У Вали было одно желание — чтобы все по-

скорее закончилось. Если бы ее сейчас сбила машина, это было бы для нее избавлением…

Выходя замуж, Валентина не представляла себе, во что превратится ее семейная жизнь. Ведь начиналось все так романтично. Когда она встретила Михаила, ей было всего 17. Он — красивый голубоглазый музыкант из военного оркестра. Романтика, да и только. Валя не могла не влюбиться. И для Миши это была любовь с первого взгляда. Вскоре они поженились, но ослепленная чувствами Валя даже не догадывалась, чем обернется для нее эта любовь.

Жизнь без тормозов

Михаил, паренек из хорошей уважаемой семьи, рос счастливым: был способным учеником, играл в местном духовом оркестре, и даже строгий отец, прививающий сыну дисциплину, не слишком омрачал Мишино детство.

И все же когда представился случай, маленький Миша был рад вырваться из-под чрезмерной опеки отца: мальчика отправили учиться в одно из самых престижных музыкальных учреждений Киева. Мишка переехал в столицу и стал жить в интернате при школе. Здесь, без присмотра родителей, «на свободе» Миша попробовал то, что было запрещено в родной Белогородке: мальчишка научился курить, а позже постепенно пристрастился к пиву. Но оказалось,

что вредные привычки и учеба — вещи несовместные, и Михаил провалил экзамены в музыкальное училище. Тогда он не слишком расстроился. Заботливые родители определили способного парня воспитанником в военный оркестр при высшем танковом училище. Казалось бы, уж здесь-то он узнает, что такое дисциплина!

Но чем выше забор, тем больше в нем лазеек. Именно в казарме Михаил впервые по-настоящему напился. Для этого ему хватило полбутылки водки. И хотя впечатление осталось жутко неприятное, он чуть ли не гордился собой: еще бы, теперь он «взрослый»!

Мне хотелось показать девчонкам, что я уже не пацан. Мне казалось, что прийти на свидание с перегаром — это очень круто. Потом стал замечать, что организм с каждым разом просит увеличить порцию, — вспоминает сегодня Михаил сомнительные подвиги молодости.

Утвердить «взрослость» можно было и отчаянным поведением, и нарушениями режима: парень без опаски ходил в самоволку, преодолевая забор напротив местного гастронома. В эти минуты он казался сам себе взрослым и самостоятельным. Одним словом, из талантливого музыканта Михаил превращался в обычного пьянчугу.

О том, что их сын пьет, родители узнали совершенно случайно. Попросив однажды

дежурного по КПП вызвать Михаила на проходную, в ответ услышали пренебрежительное: «А, это тот алкоголик из оркестра?» Для родителей это стало потрясением. Но повлиять на Мишу они уже не могли: слишком далеко зашел сын в своем стремлении к свободе и независимости.

Любовь авансом

Михаил терял все хорошее, что у него было: музыку, доверие родителей, здоровье. За регулярные пьянки парня перевели из оркестра в обычную военную часть рядовым. Теперь столь ненавистные Михаилу заборы можно было преодолеть только с помощью законных увольнительных. Неизвестно, как сложилась бы дальше его жизнь, но накануне перевода Михаил встретил Валентину.

Юная неискушенная Валя настолько восхищалась мужем, что не замечала никаких недостатков. Ей он казался идеальным. Ну и что, что работает грузчиком, главное, что он ее любит.

В грузчиках Миша не задержался: из-за частых выпивок его вскоре попросили уйти «по собственному желанию». Но парню опять повезло: предложили работу в охране. Режим «сутки через трое» подходил ему идеально: можно было выпить, проспаться и прийти на работу трезвым. Но если начальство и не замечало последствий пагубной привычки Михаила, то собственный организм

не обманешь. Однажды Михаил попросил прикурить у мужчины на автобусной остановке. Мужчина протянул свою зажженную сигарету, но Миша так и не смог прикурить: от частых запоев его руки дрожали настолько, что он не мог попасть своей сигаретой в чужую. Этот момент навсегда врезался в память Михаила. Он запомнил жгучее чувство стыда за себя и свое состояние, разозлился, но выводов так и не сделал. Казалось — еще не поздно. Захочу — и тут же брошу! Я же не алкоголик какой-то!

> *Теперь только я понимаю, что алкоголик никогда не назовет себя алкоголиком, предпочитая уходить от решения проблемы, — признается Михаил.*

Он даже жену продолжал убеждать в том, что все хорошо, но Валентина уже не была такой наивной и изо всех сил пыталась вытащить мужа из алкогольного плена. Однажды, чтобы удержать его и не пустить на поиски бутылки, она легла на пороге собственного дома, но Михаил, одержимый одним желанием — выпить, спокойно переступил через жену. Тогда Валя почувствовала, будто ее растоптали: она рыдала в отчаянии, понимая, что абсолютно бессильна перед «зеленым змием».

Когда у пары родился сын, Михаил ушел в запой на два месяца. Напрасно Валентина ждала от мужа поддержки. Однажды маленький сынишка заболел и попал в боль-

ницу; Валю врачи отправили домой, и ее сердце, полное тревоги о сыне, едва не остановилось, когда она увидела пьяного мужа, спящего на улице под забором.

В поисках спасения

Это зрелище стало последней каплей. Валентина, по совету знакомых, предложила мужу поехать к бабке-знахарке. Однако уже на второй день после бабкиных ритуалов Михаил снова выпил. Потом Валентина узнала о чудодейственных таблетках, и какое-то время «чудо» и впрямь действовало. Целый год Михаил не брал в рот спиртного, зная, что сочетание алкоголя с этим препаратом может привести к фатальным последствиям. Но чем дольше он был в завязке, тем агрессивнее становился. А пар выпускал, провоцируя конфликты с женой.

> *Уж лучше бы ты пил! — не выдержала однажды Валентина.*

Повторять дважды не понадобилось. После очередного семейного скандала, как раз на свой юбилей, Михаил решил «развязаться». Он ушел в долгий и сильный запой, как будто и не было целого года воздержания. Он не помнил, сколько и чего выпил, просто однажды пришел в себя в больнице, где врач зашивала ему голову: оказалось, он потерял сознание и упал прямо посреди улицы.

В моем телефоне было всего три записи, среди них номер жены, — вспоминает Михаил. — Врач позвонила Вале, чтобы сообщить обо мне.

Этот звонок застал Валентину в двух шагах от суда. Она ехала подавать заявление о разводе, но после звонка тут же примчалась к мужу. Мысль о разводе улетучилась. Было одно желание — увидеть и помочь. В больнице Валю встретила женщина-доктор и сказала: «У вас очень добрый муж, но с его проблемой ему поможет только Бог». Валя ухватилась за эти слова, как хватается утопающий за спасательный круг. Но в этот же день Михаил ушел в очередной запой. И Валя окончательно утратила надежду. Женщина выбежала из дому, упала на землю и забилась в истерике над своей несчастной жизнью, над опостылевшим замужеством. Она вдруг ощутила, что не хочет больше спасать мужа, не хочет бороться. Она больше не хочет жить…

Разворот за шаг от пропасти

Валентина решила покончить с такой никчемной жизнью. Она ехала на велосипеде по проезжей части в надежде, что ее собьет машина. И непоправимое могло бы случиться, если бы вдруг не раздался звонок мобильного телефона. Коллега Вали, увидев ее мчащейся по оживлённой трассе, решительно, категоричным тоном потребовала вернуть-

ся и зайти к ней. Валентина была настолько измучена, что не смогла спорить и послушно свернула к дому сотрудницы. Именно в этом доме Валентина впервые обратилась со словами молитвы к Богу. Она просила Господа помочь изменить ее жизнь и жизнь ее мужа. И Бог услышал ее молитву.

Перемены начались уже на следующий день. Михаил, едва проснувшись утром, заявил жене, что сегодня поедет в церковь. Все, что смогла ответить ошарашенная Валя: «Езжай». Михаил назначил встречу своему приятелю Игорю, чтобы тот повел его в церковь. Когда-то они вместе выпивали, а теперь Игорь стал верующим и избавился от пагубной пороки. Михаил хотел, чтобы товарищ помог и ему выйти на правильный путь. Но давние привычки не хотели отпускать Михаила. Перед поездкой в церковь он завернул в гости к брату, где выпил обычную порцию водки и совсем забыл, куда собирался идти. К счастью, друг не забыл: не дождавшись Михаила в условленное время, Игорь принялся звонить ему по телефону.

> *Просто я понимал, что другого шанса у Миши может и не быть, — говорит Игорь Балаев. — И очень хотел помочь ему прийти к Богу.*

Его настойчивость впечатлила Михаила, и в тот день, несмотря на выпитое, он все-таки нашел в себе силы прийти в церковь. Миха-

ил и сейчас не может без волнения вспоминать те переживания.

Я действительно искренне молился, чтобы Бог меня принял таким, какой я есть. Чтобы Он простил мне все, что я натворил. Я как никогда хотел, чтобы Он меня принял как сына, — делится Михаил. — И сразу после молитвы почувствовал невероятную легкость во всем теле.

Возвращаясь домой, Михаил с удивлением обнаружил, что спокойно прошел мимо родного гастронома. А ведь раньше ноги сами несли его туда, принять на грудь порцию-другую. Но в тот день ему ничем не хотелось нарушить святость, которую он нес в душе из храма.

В тот самый момент я понял, что обрел свободу, — улыбается Михаил.

Это была та самая свобода, о которой он мечтал в юные годы и ради которой пустился во все тяжкие. Но теперь Михаил испытывал совсем другие ощущения — он был свободен в выборе решений и был готов нести за них ответственность.

С того дня прошло более десяти лет. Все, что Михаил когда-то утратил, Бог вернул сполна: любовь к жене, к сыну, к музыке. Сегодня у Михаила есть стабильная работа, ласковая жена и трое детей. Он вспомнил все, чему когда-то учился в музыкальном училище, и теперь играет на клавишных ин-

струментах, поет о Боге в церкви и пишет музыку на стихи своей любимой Вали. Валентина же обрела в лице мужа настоящего заботливого друга. Как говорит она сама: «Была Золушкой, а стала принцессой».



Мне Бог вернул сполна все, что я потерял за эти годы, — улыбается Михаил. — Он поднял меня с самого дна.

И хоть многие знакомые с недоверием ожидали, когда же он «сорвется», за десять лет этого ни разу не случилось. У Миши есть четкий ответ всем скептикам.



Просто теперь мне это не нужно, — разводит он руками. — У меня другая жизнь. Другие интересы. Я свободен.

Победите свои слабости, как Михаил Лыска

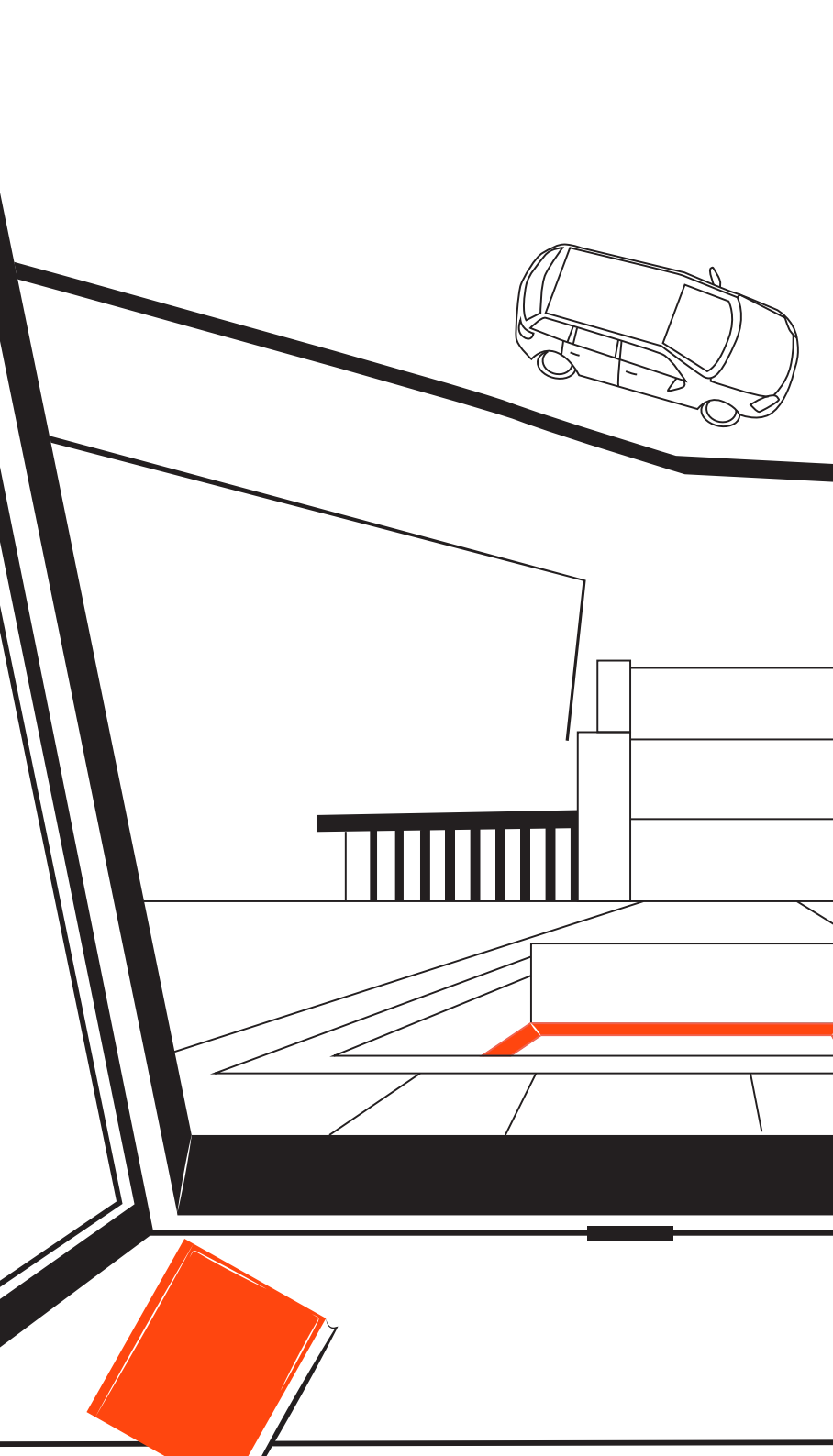
Признайте проблему. Смените круг своих друзей. Найдите тех, кто сумел победить зависимость, расскажите им о себе и попросите помощи. Будьте открыты и поддерживайте близкие отношения с теми, кто способствует вашему «перерождению».

Смотрите видеоверсию истории Михаила Лыски

Шаг четвертый

Ценить близких







История Майи Визаулиной

Маленькой девочкой Майя мечтала поскорее повзрослеть, удачно выйти замуж, родить ребенка и сделать карьеру. Она была уверена, что, достигнув всего этого, обретет настоящее женское счастье. Поэтому, едва отпраздновав свое пятнадцатилетие, девушка тут же умчалась из родной деревни в Киев — учиться.

Расплата за беспечность

Оказавшись без родительского присмотра, Майя решила не упускать возможности всячески демонстрировать свою независимость и самостоятельность: в ее жизни появились

дискотеки до утра, выпивка, новые друзья. Майе нравилась взрослая жизнь, и она ни в чем себе не отказывала. О том, что ее наивность может привести к печальным последствиям, девушка не задумывалась, пока не случилось непоправимое.

Однажды малознакомый парень, с которым Майя оказалась в одной компании, предложил подвезти девушку к подруге. Но по пути свернул в лес.



Он стал меня силой раздевать. Это случилось в лесу, никто не мог мне помочь. Тогда внутри меня все оборвалось. Мне было так больно, так страшно! — до сих пор с содроганием вспоминает Майя. — Я не понимала, как мне после этого жить дальше.

Насильник остался безнаказанным. Майя не стала писать заявление в милицию, побоявшись огласки, и лишь глубоко в душе затаила обиду и боль.

Первая любовь

Встреча с будущим мужем была простой, но очень милой. Парень увидел в толпе ярко-желтую курточку Майи; встретились взглядами, познакомились.

Я тогда была в такой смешной шапочке с помпончиком, — улыбается Майя своим воспоминаниям. — Такой он меня и полюбил.

Оказалось, что молодые люди живут через дорогу друг от друга. Стали встречаться. Виктор очень нежно и трогательно ухаживал за Майей: звонил вечерами, чтобы пожелать спокойной ночи, и включал ее любимую музыку. А еще мог прийти в гости и постирать вручную ее вещи, пока Майя корпела над курсовой. Витя все делал так бескорыстно, что Майя не устояла — и они поженились. Вскоре у молодых родилась дочурка.

Так детские мечты Майи потихонечку стали сбываться: у нее был любимый и любящий муж, росла умница-дочка, и карьера стремительно шла вверх — Майя устроилась бухгалтером в крупную перспективную компанию.

Неосознанная месть

В какой-то момент доходы Майи стали значительно превышать зарплату мужа, и в семье неожиданно начались проблемы. Майя все чаще и чаще позволяла себе расслабиться после тяжелого рабочего дня и возвращалась домой поздно, не всегда трезвой. Пережив когда-то унижение со стороны мужчины, она теперь всячески пыталась отыграться на муже. Стоило тому сделать замечание жене, как он натыкался на пренебрежительное: «Я зарабатываю больше тебя, и могу себе по-

зволить жить так, как хочу. Мне что, и расслабиться нельзя?»

Образумить женщину не могли даже слезы дочери, которая все чаще становилась невольной свидетельницей родительских ссор.



Муж просил меня бросить пить, остановиться, — рассказывает Майя. — Но я его не слышала.

О том, что любовь и терпение мужа не безграничны, Майя даже не задумывалась: ей казалось, что Виктор будет вечно смотреть на нее влюбленными глазами и терпеть любые ее капризы.

Не пара

Но реальность оказалась иной. Вторая беременность Майи стала поводом для новых скандалов в семье. Муж не хотел этого ребенка.



И я поняла, что между нами больше нет прежних чувств, — печально констатирует Майя. — Отныне мы оба могли позволить себе приходить домой когда захочется и вести себя как захочется. И за этим всем наблюдал наш ребенок.

Яна стала свидетельницей не только родительских ссор, но и потасовок. Девочка пыталась по-своему помирить близких людей,

но изменить ситуацию было ей не по силам. Последней каплей стала болезнь Майи. Оказавшись в больнице с подозрением на менингит, она надеялась, что такой внимательный и заботливый прежде муж навестит ее, но он даже не приехал на выписку. Майя тогда вся извелась. На звонки он не отвечал, общие знакомые его не видели; Майя уж не знала, что и думать. А когда приехала домой, то застала его пьяным, беззаботно спящим на диване. И стало горько от мысли, что она, та женщина, которую он когда-то так любил, теперь ему безразлична.

Стена, что возникла между ними, становилась все крепче. У Майи опускались руки. Она не могла смириться с тем, что мужчина, еще недавно осыпавший ее цветами, стал таким чужим и равнодушным. Жизнь летела в пропасть. Ну и что же, что она наделала в жизни ошибок? Ведь не может он просто так взять и отвернуться от нее! Да все они такие! Унижение, пережитое в юности, проросло ядовитым зельем, а перемены в отношениях с близким человеком казались катастрофой. Не вполне осознавая, что делает, Майя взобралась на подоконник. Глянула вниз с высоты четвертого этажа. Обернулась. В этот момент в комнату и вошел свекор, тем самым предотвратив трагедию. Но уже в следующий момент Майя горько пожалела, что смалодушничала.

Я понимала, что между нами уже нет большой любви, но когда муж сказал, что ухо-

дит к другой, мне показалось, что жизнь прервалась. — Глаза Майи наполняются слезами. — Я всегда была уверена в его чувствах и никак не думала, что когда-нибудь он меня бросит.

Вернуть любой ценой

С этого момента Майя с Виктором словно поменялись ролями: Майя была готова на все, лишь бы вернуть былые чувства, а муж всячески избегал общения с ней.

Я понимала, что унижаюсь перед мужем, но мне было все равно. Любыми путями я просила у мужа прощения, на колени падала перед ним, но он не реагировал, — вспоминает Майя тот нелегкий период своей жизни.

Отец просто ушел от нас, и больше о нем я не слышала, — включается в разговор Яна. — Я пыталась поддержать маму, но у меня не получалось ни согреть, ни утешить ее. Мы обе были в подавленном состоянии.

Майя могла сутками лежать на диване и смотреть в потолок, думая о том, почему на ее долю выпало это испытание. Порой хотелось выговориться, и Майя встречалась с подру-

гами: у всех были похожие судьбы и истории. Женщины без труда понимали друг друга. Но все это было не то: Майя не хотела всю оставшуюся жизнь упиваться своим горем.

Разговор по душам

Поэтому когда однажды одна из подруг завела разговор о Боге, Майя прислушалась — в глубине души она давно стремилась к переменам.

> *Прежде всего начала каяться перед Богом. Говорила: «Господи, прости меня за этот грех, прости за тот». Я стала называть вещи своими именами, и когда я заговорила с собой откровенно, весь мир стал простым и понятным. Когда я поверила, что у меня есть надежда на Бога, все изменилось.*

Постепенно Майя осознала, что вокруг есть другая жизнь и что все, к чему она стремилась с самого детства, должно основываться на любви, доброте, уважении, а не быть самоцелью. Майя поняла, что была неправа по отношению к мужу, что именно из-за ее амбиций и упрямства страдала дочь.

Поворот к счастью

Майя нашла в себе силы попросить прощения у мужа за то, что была не очень хорошей

женой, за то, что изменяла ему и заставляла страдать. Однажды она почувствовала, что готова отпустить Виктора, пожелав ему счастья с другой. И тогда Майя ощутила, как в ее душе вместо затаенной обиды возродилась надежда. Надежда на то, что она сможет снова полюбить и стать любимой.



Я просила у Господа, если это в Его силах, дать мне возможность еще раз выйти замуж, я просила благословения, — признается Майя.

Бог милосерден. Со своим вторым мужем Майя не просто расписалась, но пошла в церковь, чтобы дать обет перед Богом.



С первым мужем я жила без Бога в душе, и все закончилось плачевно, — сожалеет Майя. — Но мой второй муж пришел в мою жизнь от Бога. Я уверена в этом человеке. Теперь я знаю, у Бога для всех есть свой путь, Он всем дает надежду. И если вам сейчас очень тяжело, обратитесь к Богу.

Жизнь Майи изменилась по законам Библии: вместо пепла дастся украшение, вместо плача — елей радости, вместо унылого духа — славная одежда. Божий свет, который Майя ощутила в своей душе, научил ее превыше всего ценить свою семью, принес понимание, что именно любящая, крепкая в вере и прекрасная духом семья дает то

несокрушимое убежище, в котором можно укрыться от всех бед, и что только в любви можно полной мерой ощутить радость жизни.

Цените близких, как Майя Визаулина

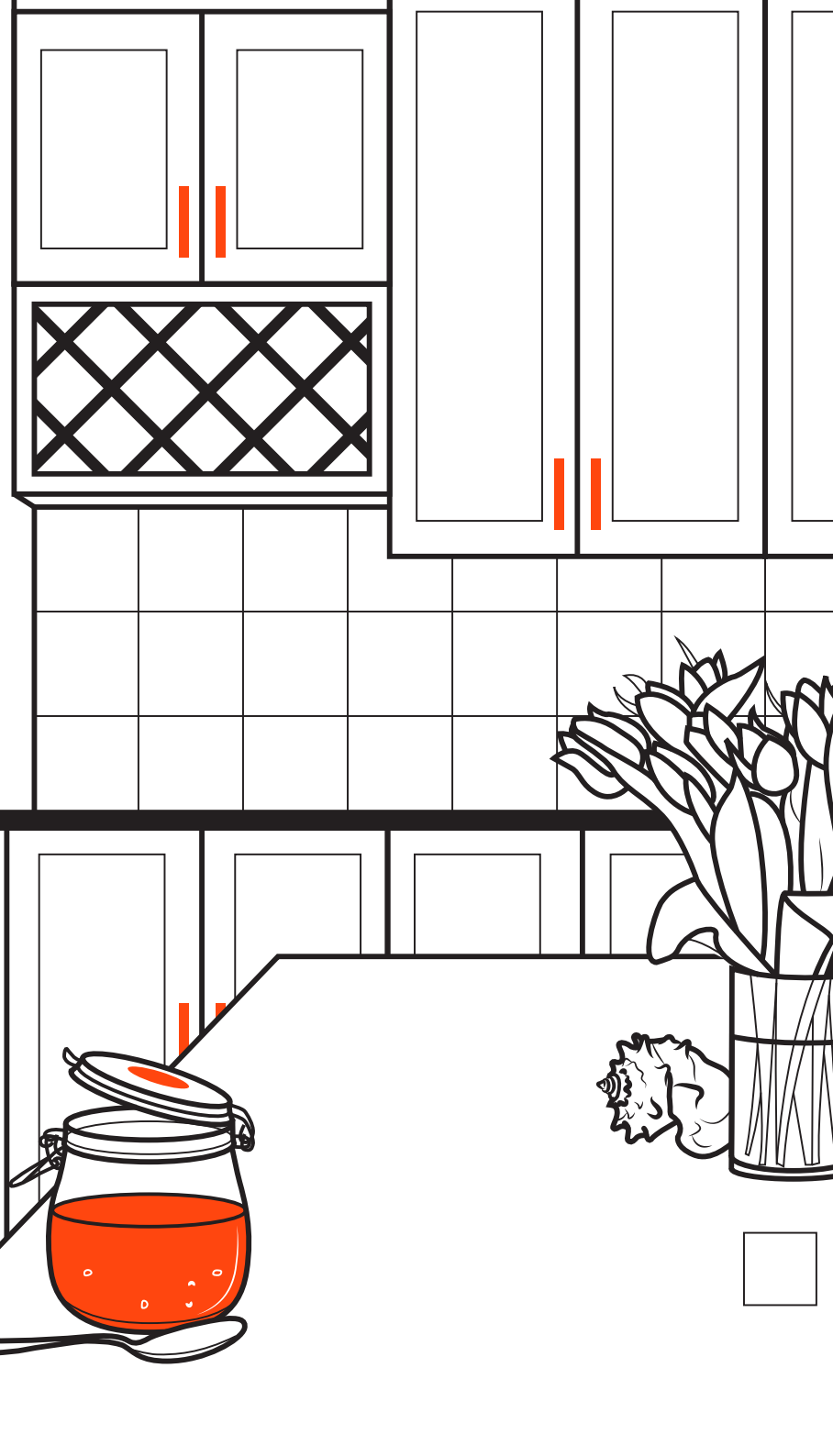
Родственники — самые близкие для нас люди. Научитесь принимать их такими, какие они есть. Старайтесь быть благодарными не только за то, что они нас любят, но и за то, что они есть рядом. Несмотря ни на что любите их, поддерживайте, доверяйте им.

Смотрите видеоверсию истории Майи Визаулиной

Шаг пятый

Заботиться о других







Светлана и Евгений Исаевы — обладатели национальной премии «Гордость Украины» в двух номинациях — «Семейная история» и «Народный герой», сотрудники мариупольского благотворительного фонда «Пилигрим». В 2009 году Светлана Исаева была награждена орденом Княгини Ольги III степени.

История Евгения и Светланы Исаевых

Евгений и Светлана Исаевы впервые в жизни стояли на огромной сцене и смущенно улыбались многотысячной аудитории. Рядом с родителями, старательно выпрямив спинки, переглядывались их дети: Никита, Петя, Даша, Ирочка, Сашенька, Миша, Юра, Ева, Аня. Только что Исаевым вручили национальную премию «Гордость Украины». Наконец, справившись с волнением, Евге-

ний взял в руки микрофон. Его слова прозвучали просто и сильно: «Мы не герои. Мы делали то, что подсказывало нам сердце».

Зрители — политики, бизнесмены, столичный бомонд — аплодировали стоя, многие не скрывали слез. И никто из публики не знал, какой тяжелый, порой страшный путь проделали Исаевы, прежде чем оказались в числе героев Украины…

Падение в пропасть

В девятнадцать лет Евгений Исаев чувствовал себя настоящим хозяином жизни: молодость и кураж толкали на подвиги, а совесть легко шла на компромисс с моралью. Наркотики, приключения, легкая жизнь — Евгений был уверен, что так будет всегда. Красный свет загорелся на его пути без предупреждения: парень заболел воспалением легких, а когда сдавал анализы, то услышал от врача свой новый диагноз. На этот раз — смертельный.

> *ВИЧ, — буднично констатировал лечащий врач, и для Евгения в этот момент жизнь навсегда разделилась на «до» и «после».*

> *Да ты не переживай, — «поддержал» Евгения доктор. — С таким диагнозом можно еще лет пять или даже семь прожить.*

Евгений больше не слышал, что говорит доктор. Молча вернулся в палату. Хотел было прилечь, но не смог — там уже полным ходом шло его выселение. Матрац и белье жгли во дворе санитары, а местный слесарь, облачившись в маску и защитный костюм, пилил кровать, на которой Женя лежал еще полчаса назад.



Вас выписали, собирайте вещи, — стараясь не встречаться с Женей взглядом, мимоходом сообщила медицинская сестра.

С тяжелым сердцем и температурой под сорок Женя вышел из больницы. Как оказалось, в никуда… С этого момента Евгений постепенно привыкал к мысли, что превратился в человека-невидимку. Вчерашние знакомые теперь делали вид, что впервые его видят, а друзья и вовсе обходили стороной. Евгений понял, что ждать поддержки ему не от кого, и с удвоенным рвением вернулся к знакомому утешению — наркотикам.



Жил по собственному графику, в собственном мире: я и наркотик, наркотик и я, — вспоминает Евгений тот мрачный период. — Утром, в обед и вечером — как положено. Наркотик на завтрак, обед и ужин.

Время шло. Десять лет Евгений жил в наркодурмане, насмехаясь над прогнозами врачей: семь лет, говорите? А вот вам! Тогда, в этом состязании, он выманил у жизни аж

целых три года! Да не все ли равно, сколько ему жить? Он и так живой труп, он на дне…

Однако, как частенько бывает, потеряв что-то важное, мы пытаемся хотя бы тайком если не вернуть утраченное, то хоть увидеть его, снова «примерить» на себя. И Евгений, опустившись на самое дно жизни, все чаще задумывался о небесах. Он все-таки пришел в реабилитационный центр, хотя тогда казалось, что его шансы равны нулю.

Обнуление счета

> *О таких обычно говорят «доходяга», — вспоминает Геннадий Мохненко, директор реабилитационного центра. — У него была пробита голова, вода в легких, плюс ВИЧ.*

В конце этой истории уже маячила жирная безжалостная точка.

Но Евгений неожиданно для всех проявил необъяснимую волю к жизни. Неистово, словно цепляясь за свой последний шанс, парень начал молиться Богу. И такие решимость и вера дали плоды. Первым шагом на пути к новой жизни стало избавление от наркозависимости. Вторым Божьим даром стало знакомство со Светланой. Он уже и мечтать не смел, что найдется женщина, которая полюбит его, согласится создать с ним семью и родит от него детей. Светлана не просто

согласилась, она решилась на серьезные перемены в своей жизни ради Жени. Когда начальство Светы узнало, что она вышла замуж за ВИЧ-инфицированного, ее вежливо попросили уволиться по собственному желанию.

Но это было лишь первое испытание на долгом пути. Еще одним потрясением стала для Исаевых потеря ребенка. Будучи беременной двойней, Светлана вернулась из роддома, держа в руках лишь один сверток: второй мальчик умер сразу после рождения. А Светлана, пытаясь справиться с материнским горем, еще долго не могла забыть пережитые в родильном зале унижения. К ней, жене ВИЧ-инфицированного, относились как ко «второсортной». И то, что ее собственные анализы в норме, для медработников не являлось аргументом.

Наверное, несколько импульсивно, глотая слезы обиды и не имея возможности противостоять несправедливости, Светланы приняла волевое решение — усыновить ребенка из детского дома.

Конечно, я был удивлен, — вспоминает Евгений. — Даже не тем, что жена хочет усыновить ребенка, а тем, что она хочет усыновить необычного ребенка. Она решила взять малыша с таким же диагнозом, как у меня. Я согласился.

В тесноте, да не в обиде

Так в семье Исаевых появился Никитка, мальчуган с положительным ВИЧ-статусом. Светлана и сейчас с теплотой вспоминает тот день, когда они забирали сына из детского дома.

> *Ощущения были точно такие же, словно ты выходишь из роддома, — улыбается женщина.*

То, что ребенок появился в их семье с уже сформировавшимся характером, Исаевы восприняли с пониманием. Супруги могут рассказать множество забавных историй, которые случились, пока они с мальчиком привыкали друг к другу. Так, однажды открыли варенье и забыли его на ночь на столе. А ночью вдруг услышали, вроде кто-то ложкой по стеклу стучит. Встали тихонечко, смотрят — а по полу следы варенья от стола до Никиткиной кровати тянутся. Оказывается, Никита тайком варенье дегустировал.

> *Постепенно сынок привыкал к домашнему уюту, — тепло улыбается Евгений. — Они же в детском доме ничего, кроме столовой с казенной кашей, и не видели.*

А совсем скоро компанию Никите составил Петя. Мальчишка до последнего боялся, что его не заберут, — столько всего пришлось ему пережить за свою совсем еще небольшую жизнь.

Помню, когда Пете было почти десять лет, мы поехали на море, — вспоминает Евгений. — Он впервые в жизни увидел столько воды и так крепко вцепился мне ногтями в спину, что я думал — без кожи останусь.

Поднимать на ноги троих детишек было нелегко, но супруги не жаловались, боясь спугнуть свое родительское счастье. Правда, для себя решили пока что остановиться на троих. Но когда им позвонил главврач детского дома для ВИЧ-инфицированных детей и сообщил, что в Мариупольский детский дом «Солнышко» поступили две девочки с тем же диагнозом, Исаевы не раздумывая отправились туда. Собирались только посмотреть, но в результате в их доме появились Даша и Ирочка. Первое время Светлане приходилось обучать девочек всему — они даже не умели заваривать чай.

Хочется, чтобы они всему научились. Хочется, чтобы они всем сердцем любили и благодарили Бога за то, что им однажды подарил Господь, — говорит Светлана, занимаясь хозяйством.

Теперь Даша и Ира — первые помощницы в домашних делах. Каждый день они по-детски благодарят Бога за то, что три года назад Он подарил им папу с мамой.

Полоса белая, полоса черная

Когда жена снова забеременела, Евгений прямо светился от счастья. Его радость удвоилась, когда стало известно, что в семье появятся два мальчика. И снова случилось горе: преждевременные роды не оставили близнецам шансов на жизнь.

Светлана тосковала о потерянных малышах. Евгений тоже не находил себе места. И только вера в Бога поддерживала в них силы жить дальше — ради детей. А потом Светлане приснился сон, в котором Господь просил ее усыновить еще детей. Их все-таки должно было быть шестеро.

Светлана и Евгений не стали тянуть с пополнением — вспомнили о девочке Саше, которую им три раза предлагали удочерить. Врачи диагностировали у девочки СПИД и туберкулез, но Бог побудил Исаевых все равно принять ее в свой дом. Следом за Сашенькой в семье Исаевых появился Миша. Тогда мальчишке было всего три года. Светлана ласково называет мальчика своим солнышком и искренне гордится его первыми успехами. Миша уже умеет читать на двух языках и даже получил от бабушки ласковое прозвище — Ломоносик.

«

Ломоносовым будет, — объяснила она однажды родителям, наблюдая за успехами мальчика.

Глядя на Мишу, сегодня даже не верится, что когда-то от него отказались родители, оставив его в роддоме только потому, что мальчику был дан статус ВИЧ-инфицированного.

Волчонок

Когда Юра впервые познакомился со своими родителями, то еще долго не мог поверить, что его больше никогда не будут бить.

Родной отец его сильно избивал, — вздыхает Евгений. — И в какой-то момент он просто сбежал из дома. Когда мы забрали его к себе, я радовался, что, возможно, смогу изменить этим поступком судьбу мальчика к лучшему.

Когда отец меня бил, я мысленно просил у Бога, чтобы он дал мне других папу и маму, — признается Юра.

И радостно улыбается: его молитвы Господь услышал. Теперь его никто не бьет, зато все любят.

Ева: подарок от Бога

Что они все делают правильно, супруги поняли, узнав о третьей беременности. Когда спустя девять месяцев у них родилась девоч-

ка Ева, Светлана и Евгений не могли нарадоваться.



Это был для нас настоящий подарок от Бога. Я вообще не боялась, что ребенок может родиться инфицированным, — нежно улыбается Светлана, осторожно поглаживая спящую Еву.

Супруги ни словом, ни делом не делят своих детей на родных и приемных, хотя и секрета из этого не делают: вся ребятня — от старшего до младшего, для родителей самая-самая любимая и родная.



Нас пугали, что ВИЧ-инфицированные дети — это огромная проблема, — вспоминает Евгений, с любовью глядя на прыгающих на батуте детей. — Но я вам так скажу: разницы никакой нет. С диагнозом они или нет. Они все одинаковые. А для нас это настоящее счастье и благословение Божье — быть полезными и значимыми для своих детей.

Глядя сегодня на эту счастливую семью, мало кто может поверить, что каких-то десять лет назад у Евгения на руках был лишь билет в один конец. И пусть сегодня семье Исаевых по-прежнему приходится преодолевать множество преград, супруги уверены: полностью отдавая свое сердце Богу, можно всецело рассчитывать на его помощь и благословение. Исаевы каждое утро просят у Бога

здоровья для каждого из своих детей и верят, что все обязательно будет у них хорошо. Их ежедневный подвиг — это бесконечная вера в Божий промысел, которая не боится обстоятельств и прогнозов. Даже врачи не могут объяснить чудо, которое творят в своей большой мирной семье Исаевы. А чудо простое! «Смиритесь под крепкую руку Божию, и вознесет вас в свое время!» — говорится в известной библейской мудрости.

Заботьтесь о других, как Евгений и Светлана Исаевы

Какими бы ни были собственные проблемы, вокруг есть люди, которые нуждаются в помощи и сострадании больше, чем мы. Начните замечать таких людей. Найдите, чем им помочь. «Давайте и вам дастся» — этот принцип работает.

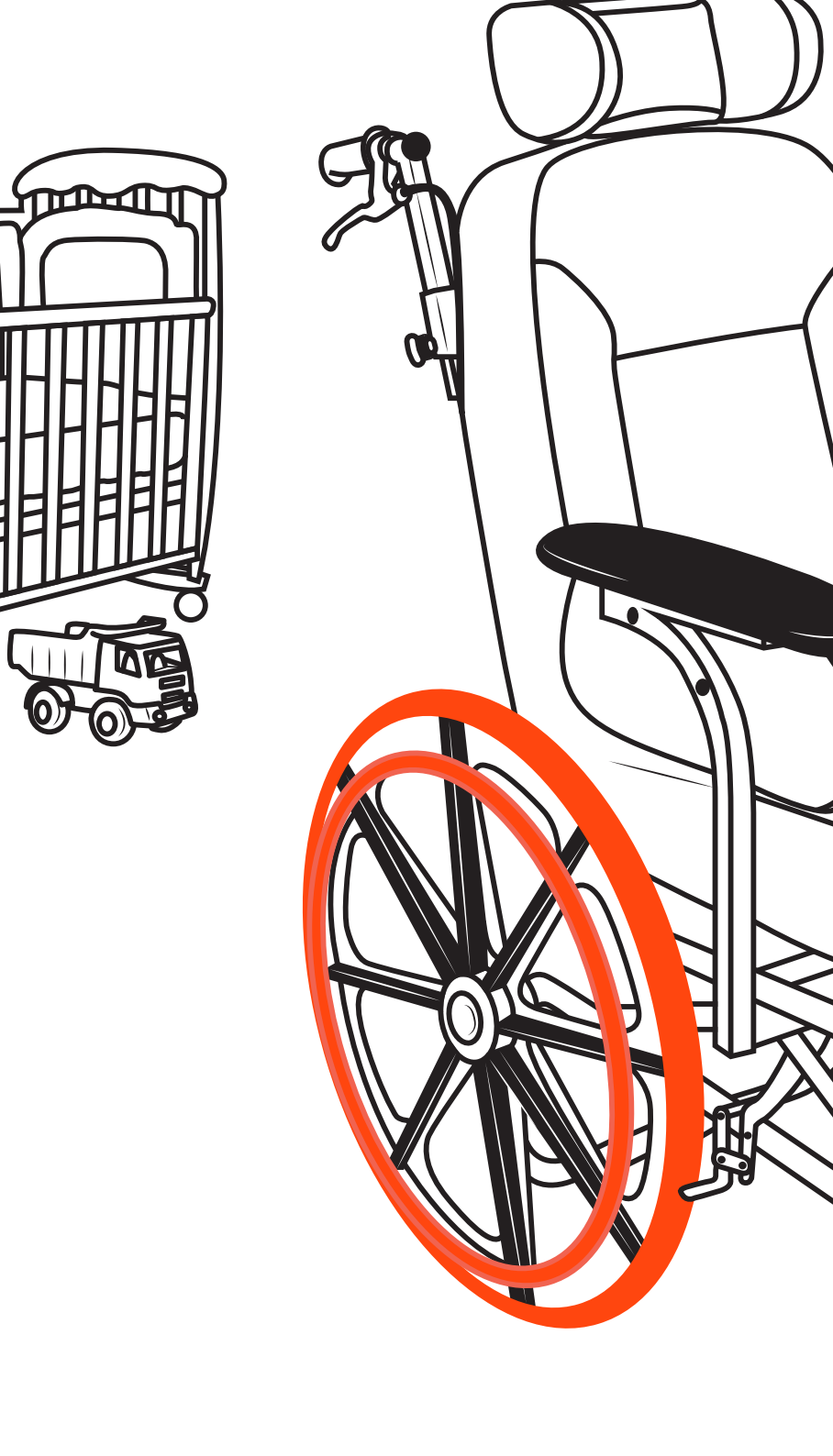


Смотрите видеоверсию истории Евгения и Светланы Исаевых

Шаг шестой

Слушать свое сердце







История Юлии и Вадима Лосицких

Когда Вадим и Юля познакомились, оба, каждый по-своему, переживали сложный период жизни: Вадим — болезненный разрыв с невестой, Юля — проблемы со здоровьем. Но именно в этой хрупкой девушке молодой человек нашел необходимую ему поддержку. Юля понимала Вадима с полуслова и полностью проникалась его переживаниями. Хотя самой девушке тогда было еще хуже: много-

летняя борьба за полноценную жизнь довела Юлю до полного отчаяния и мыслей о смерти…

Знаковая встреча

Именно о своем отчаянии Юля написала в интернете. В марте 2009 года на одном из сайтов в чате появилась запись: «Помогите, я не хочу жить!» Будем откровенны: сколько таких криков о помощи остались незамеченными? Но Юле повезло — на ее боль откликнулась Наталья Жуковская. Будучи сама творческим человеком, Наташа обратила внимание на Юлины стихи и завела с девушкой виртуальный диалог. Слово за слово, выяснилось, что Юля с удовольствием смотрит передачу «Дом Живых историй», а ее давняя мечта — встретиться с ведущими этой программы, Николаем Лозовским и Оксаной Ратушной… Кто-то скажет — повезло, кто-то — совпадение, но в тот момент казалось чудом, что Наталья лично знала этих ведущих и пообещала устроить встречу с ними.

Уже через две недели Юля принимала гостей: тот день стал для нее незабываемым. На память о встрече девушка подписала и подарила Николаю Лозовскому сборник своих стихов.

Когда хочешь любить — любишь,
Когда хочешь дарить — даришь,

Когда хочешь ходить — ходишь.

Но бывают минуты такие,
когда хочешь ходить и не ходишь…

От боли к чуду

Именно в своих стихах девушка могла выразить то, что мучило ее много лет…

Юля никогда не знала жизни без своего кресла. Родовая травма навсегда сделала из нее человека с ограниченными возможностями. Александра Васильевна, мама Юли, до сих пор с болью вспоминает о том, как впервые узнала диагноз дочери — тяжелая форма ДЦП. Маме пришлось приложить много усилий, чтобы Юля смогла хотя бы самостоятельно сидеть. Но самыми страшными были мысли о будущем дочери, и Александра Васильевна со слезами молилась лишь об одном — о чуде для девочки…

Такого же чуда ожидала и сама Юля: больше всего на свете она мечтала о личном счастье. Ей, как и любой девушке, хотелось любить и быть любимой. Но разве могла она надеяться на это?

Бог тебя любит, помни об этом, обратись к Нему, и Он тебе поможет, — ответила тогда Наталья.

Вдохновленная этим общением, Юля прислушалась к словам новой знакомой. Но когда в ее жизни появился Вадим, девушка даже не догадывалась, что это и есть ответ на ее молитвы.

Оголенные чувства

Вадим появился в ее жизни внезапно: познакомились в интернете, общались в чате и, незаметно для самих себя, подружились. Вадим уже знал, что Юля не может передвигаться, но его это не пугало.

Некоторое время Вадим привыкал к тому, как Юля говорит, ведь из-за своего недуга девушка с трудом выговаривает слова. Вадиму приходилось изучать её язык. Ежедневное общение стало для них потребностью. Практически каждый день Вадим приезжал в гости к девушке и возил её гулять в парк. Юлина мама заботливо поила их чаем, радуясь тому, что у дочери появился друг.

И вскоре стало очевидным, что между молодыми людьми уже не просто дружба. Они радовались каждой встрече, грустили, когда не получалось увидеться, и однажды, затаив дыхание, Юля первой отважилась признаться в любви. Вадим был смущён, но ответил девушке взаимностью.

Вадима не тревожило то, что он — абсолютно здоровый парень, а его избранница — в коляске. Он точно знал: если человек любит по-настоящему, то ни социальное по-

ложение, ни внешняя красота, ни что другое значения не имеет. «Если любовь от Бога, то человек будет счастлив», — был убежден Вадим.

Поворотный момент

Когда Вадим предложил Юле руку и сердце, это стало полной неожиданностью не только для ее мамы. Известие о женитьбе единственного сына просто шокировало родителей Вадима. В семье Лосицких назревал большой скандал: ни мама, ни тем более отец не хотели мириться с выбором сына. Дело дошло до того, что ради «спасения» сына они готовы были запереть его в психиатрической клинике. Когда Вадим узнал об этом, то понял — действовать надо быстро…

> *Мы сказали Юлиной маме, что просто хотим погулять, а сами уехали на вокзал и купили билеты на поезд до Житомира, — вспоминает Вадим.*

Именно там они провели самые романтичные дни в своей жизни: чтобы сделать Юле предложение, Вадим арендовал кафе только для них двоих, на последние деньги купил обручальное кольцо.

> *Было очень красиво, на столе стояли две свечи, я встал на колени и предложил Юле*

руку и сердце. Она согласилась, — улыбается Вадим.

Было бы неправдой сказать, что у Вадима не возникало сомнений по поводу женитьбы. Он понимал, что теперь ему придётся жить практически за двоих. Был период, когда его донимали мысли: зачем она тебе нужна, тебе будет тяжело за ней ухаживать, найди себе здоровую девушку. Но как только Вадим принял решение, все страхи ушли.

Я люблю Юлю, и я послушался не разума, а сердца, — делится сокровенными мыслями Вадим. — Я понял, что когда ты служишь человеку, нужно иметь глубокое самообладание, терпение. Юля изменила меня, сейчас я совсем другой. Я должен решать за двоих, на мне лежит ответственность за другого человека, я не могу думать только о себе.

1+1=3

Новость о том, что скоро их станет трое, умножила счастье молодых супругов — ведь об этом они даже не смели мечтать. Радость ожидания омрачали лишь медицинские прогнозы. Врачи, чтобы снять с себя ответственность, заставили Юлю получить разрешение на роды в Министерстве здравоохранения. Эти девять месяцев стали настоящим испытанием для будущей мамы, и Вадим ни на

шаг не отходил от жены. Это был очень напряженный период в жизни молодой семьи: Вадим очень уставал, но Юлино здоровье волновало его больше, чем собственное.

Вопреки всем пугающим прогнозам Юля родила в срок абсолютно здорового малыша. И первыми руками, которые обняли маленького сына, стали руки отца.

В первое время все заботы о новорожденном сыне легли на отцовские плечи: Вадим кормил, пеленал малыша, ходил с ним на прогулки. Ведь Юля не могла все это делать, за ней самой требовался уход.

К сожалению, Юля не может обнять сына, но зато видели бы вы, как Артур обнимает свою маму, — улыбается Вадим. — Это надо каждому человеку увидеть хотя бы раз в жизни.

Маленький миротворец

Маленький Артур принес в дом Лосицких не только счастье, но и долгожданный мир. Родители Вадима, узнав о рождении мальчика, отбросили в сторону амбиции и с кучей подарков приехали повидать внука. У новоиспеченных дедушки и бабушки хватило мудрости попросить у невестки прощения за то, что когда-то запрещали своему сыну брать ее в жены. Артур легко растопил лед в их сердцах, и они уже не представляют своей жизни без этого маленького, живого,

солнечного человека. Они своими глазами увидели, что их сын действительно счастлив. А какие еще аргументы нужны родителям?



У нас дома Божий мир и порядок; это самое большое благословение от Бога, когда в семье царит любовь, уют, покой и тишина. Когда ты идешь домой и знаешь, что тебя ждут, — улыбается Вадим.

Когда у Юли спросили, что для нее главное в жизни, она ответила не раздумывая: «Я очень люблю своего мужа, в нем я вижу Иисуса. Когда меня обнимает муж, меня обнимает Бог. Поэтому я очень благодарна Богу, что у меня есть Вадим».

История Вадима и Юли Лосицких — уникальна. Им удалось познать таинства подлинной любви, Любви, которая не ищет своего, которая не стремится властвовать, но отдаёт всю себя без остатка. И такая любовь возможна только с Богом.

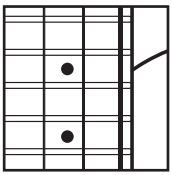
Слушайте свое сердце, как Юлия и Вадим Лосицкие

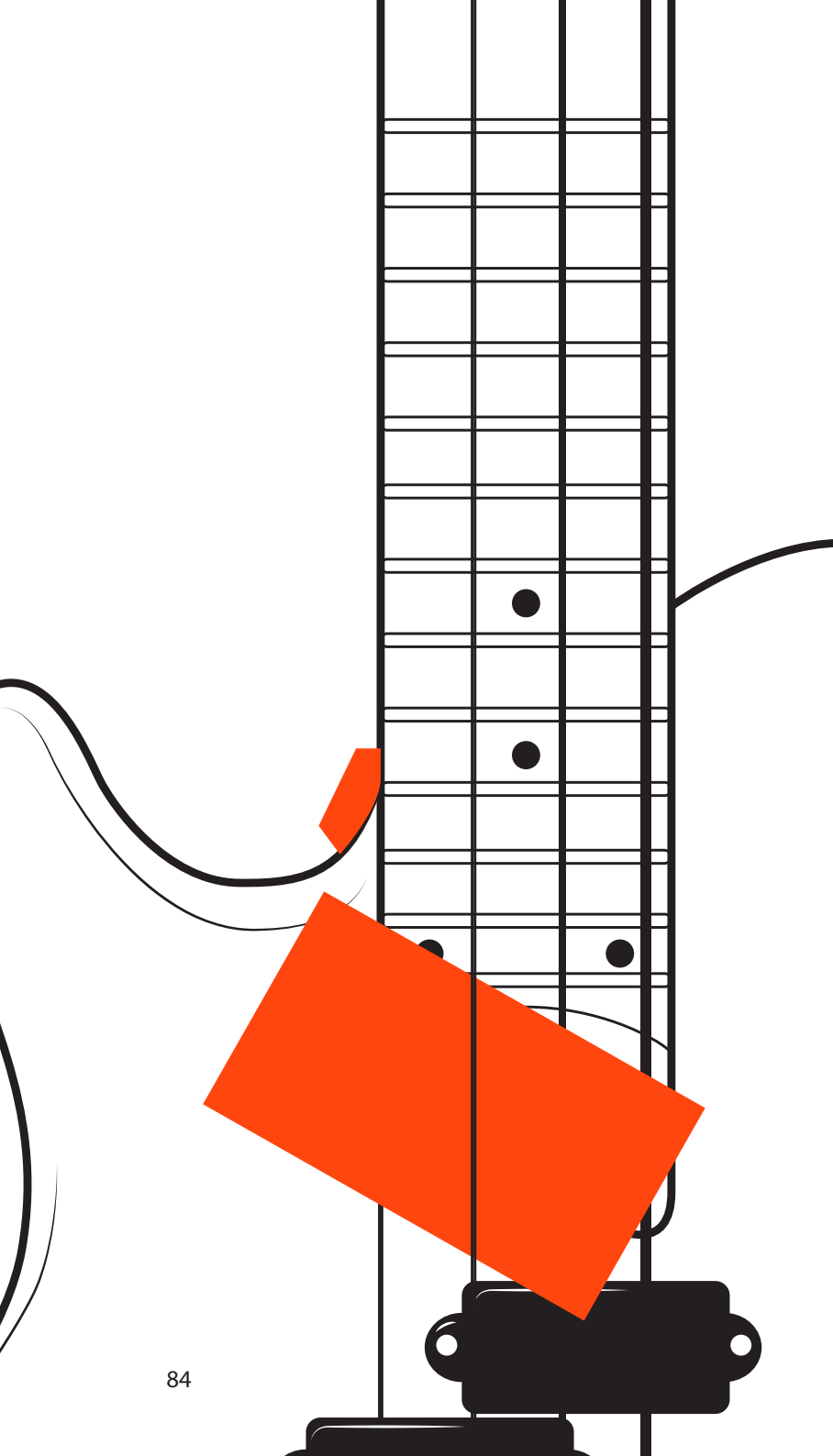
У каждого из нас уникальная судьба, подаренная нам Богом. Одним он уготовил райские кущи, другим — испытания. Однако не дает Он испытаний, которых не вынес бы человек. Поэтому не стоит заглядываться на богатство и успех соседа. Перестаньте сравнивать себя с другими. Вы уникальны. Будьте собой. Слушайтесь своего сердца. Выбирайте свой путь к счастью. И Бог обязательно будет рядом!

Смотрите видеоверсию истории Юлии и Вадима Лосицких

Шаг седьмой

Обратиться к Богу







Виктор Скуратовский — бас-гитарист рок-группы «Друга ріка», режиссер, клипмейкер.

История Виктора Скуратовского

Каждое утро, просыпаясь в пьяном угаре после очередного аншлагового концерта, Виктор Скуратовский с удовлетворением думал о том, что жизнь — удалась! Ведь он теперь не просто провинциальный музыкант, а бас-гитарист популярной украинской группы «Друга ріка», его карьера стремительно идет вверх, а то, что рядом крутятся сотни поклонниц, — приятные «бонусы» звездной жизни. В конце концов, не в кастрюле же с борщом черпать творческому человеку вдохновение?! Виктор был уверен,

что его жена думает так же, как он, — она ведь современная женщина. А если он и допустит промах, она поймет и простит, потому что страстно любит. Виктор надеялся, что их чувствам не страшны никакие испытания.

Музыка перемен

Еще каких-то десять лет назад он только мог мечтать о такой жизни: парень, выросший в провинциальном Житомире, имел все шансы повторить незавидную судьбу своих сверстников, если бы не музыка.

> *В Житомире есть улица Полевая — это очень хулиганский, бандитский район. И в этом окружении я рос. Но как-то мне в руки попала кассета группы «Депеш Мод». Эта музыка изменила мою жизнь. Я захотел создать свою группу.*

Вдохновленный примером популярных музыкантов, Виктор с завидным усердием принялся искать место для репетиций, но везде получал отказ: взрослые не воспринимали всерьез просьбы довольно странного десятиклассника. Мечта воплотилась в жизнь лишь тогда, когда Виктор поступил в Житомирский педагогический университет на факультет иностранных языков. Именно там и начались первые репетиции группы «Друга ріка», именно там Виктор встретил свою будущую супругу.

Виктор и сейчас с восхищением вспоминает их первую встречу: Татьяна по праву считалась самой красивой девушкой университета, и он просто не мог пройти мимо.

Она шла по коридору и ела яблоко, большое такое, аппетитное, — улыбается он собственным воспоминаниям. — И я не придумал ничего лучше, как пожелать ей приятного аппетита.

Татьяна удивилась и лишь холодно поблагодарила его в ответ хорошо поставленным учительским голосом — у нее было много поклонников, и Виктор просто мог оказаться одним из них. Но такая реакция со стороны девушки задела парня за живое, и он сделал все, чтобы добиться расположения красавицы. Как часто бывает в юности, любовь вспыхнула ярко, развивалась бурно и казалась вечной. Романтика того периода живет в памяти Скуратовского до сих пор.

Была зима, мы садились в троллейбус, выбирая местечко потеплее, и катались по городу без конца, — вспоминает первые свидания Виктор.

Между семьей и славой

Свадьба стала логичным продолжением этих стремительных отношений. Еще через некоторое время молодые узнали, что со-

всем скоро их станет трое. Муж и жена были счастливы, как любая молодая семья. Тем более что и в работе Виктора все складывалось как нельзя лучше. Группа «Друга ріка» быстро набирала обороты и становилась популярной в городе. Но сам Виктор еще не догадывался, что первый же успешный концерт группы станет серьезным испытанием для его семьи. Ему тогда пришлось выбирать: остаться праздновать успех группы с коллегами-музыкантами или отвезти беременную жену домой. Виктор без всяких колебаний выбрал первое.



В глубине души я понимал, что поступаю неправильно, но оправдывал себя тем, что другие музыканты иногда ведут себя еще хуже, — рассказывает он.

В тот раз Татьяна молча проглотила обиду, спрятав боль глубоко в сердце. Она надеялась, что рождение сына изменит Виктора. Возможно, так бы и случилось, но это событие совпало с очередным переломным моментом в жизни группы. После участия «Другої ріки» в музыкальном фестивале «Будущее Украины» молодых музыкантов заметили и предложили переехать в столицу. В предвкушении перемен Виктор даже не счел нужным посоветоваться с женой — он просто собрал вещи и вместе с ребятами переехал в Киев, оставив Татьяну и сына дома.

Секс, драгс, рок-н-ролл

В столице у Виктора началась совершенно иная жизнь: репетиции занимали все свободное время, и хлопоты о семье окончательно ушли на задний план. Чем больше Виктор втягивался в богемную жизнь, тем меньше вспоминал о жене и сыне. Тот период Виктор вспоминает без особой охоты — путь к славе оказался непростым.

В то время как слава о рокерах бежала впереди них, денег не всегда хватало даже на еду. Прибыль от концертов уходила на раскрутку команды. Сами же музыканты жили на съемной квартире и не имели за душой ни гроша. Но вместо того, чтобы попытаться решить проблемы, ребята старались от них уйти, развеяться.

> *Мы постоянно пили, закусывали. Наша квартира потихонечку стала превращаться в какую-то общагу. Появлялись какие-то новые люди, девушки приходили, уходили. Нашим девизом стала формула — секс, драгс, рок-н-ролл, — констатирует Виктор.*

Когда изредка муж приезжал домой, Татьяна понимала, что там, в столице, у него совсем другая жизнь.

> *Ему часто звонили по телефону, и было понятно, что звонят женщины, — с болью в голосе вспоминает Татьяна прошлое.*

А Виктор даже не пытался скрывать это — наоборот, гордился тем, что пользуется популярностью у девушек.

> *Я считал, что это очень круто — у меня и там девушка, и там девушка, и тут у меня девушка, да еще и жена есть с ребенком, — признается Виктор.*

Измена — орудие мести?

На пренебрежительное отношение мужа Татьяна отреагировала по-своему: раз он себе позволяет «свободные отношения», то чем я хуже? Она даже сходила к гадалке, которая предсказала ей в суженые некого голубоглазого блондина.

> *Я работала в магазине бытовой техники продавцом, и каждый блондин с голубыми глазами, который заходил к нам в магазин, казался мне тем единственным, кого напророчила гадалка, — с иронией вспоминает Татьяна. — Еще не зная о мужчине ровным счетом ничего, я уже авансом готова была пойти с ним на край света.*

Слухи о том, что жена крутит романы за его спиной, злили Виктора, и он, словно в отместку, еще активнее искал «утешения» на стороне. Это было бегство от проблем, от самого себя, бегство в никуда. Алкоголь очень

быстро стал проверенным допингом в этом забеге.

Я заливался алкоголем! Реально стал алкоголиком, без алкоголя вообще не мог жить. А еще были моменты, когда я пробовал героин, — говорит Виктор.

«Большая настоящая любовь» Виктора и Татьяны медленно сошла на нет, не выдержав испытания расстоянием и бременем славы. В тот момент единственным правильным выходом Виктору и Тане казался развод. Именно в это сложное для семьи Скуратовских время в группе «Друга ріка» появился новый звукорежиссер. Он стал говорить музыкантам о Боге и однажды дал Виктору приглашение на богослужение.

Путь к Богу

Виктор внимательно прочел информацию и спрятал приглашение в карман — словно спасительный билет в будущее.

Я понял, что где-то все-таки есть спасение, и можно каким-то образом изменить свою жизнь, — говорит музыкант.

Как в любой драматической истории, и в этой наступил переломный момент. Однажды Таня привезла в Киев сына — повидаться со звездным отцом. Глядя на жену и сына, Виктор вдруг

осознал, насколько они стали далеки друг от друга: им больше не о чем говорить друг с другом.



В душе у меня все встрепенулось. Я даже попытался как-то за женой поухаживать, но это выглядело ненатурально и смешно. От смущения я спрятал руки в карманы — и вдруг наткнулся на ту визитку. Не знаю, может, это был знак, но я понял, что единственное, что может спасти нашу семью, — это Бог. Причем эта мысль возникла у меня в голове отчетливо и бескомпромиссно, — рассказывает Виктор.

Он ухватился за нее, как за последний шанс, и пригласил Таню с собой в церковь. Она не слишком хотела идти, но все же согласилась. Услышанное в церкви произвело на Скуратовских огромное впечатление. Татьяна расплакалась во время службы: каждое слово проникало в ее душу. Казалось, что проповедник говорит сейчас только о них с Виктором, об их жизни, отношениях и семье.



Я понимал, что моя жизнь может измениться, нужно просто открыть свое сердце для Христа, для Бога — и все. Больше ничего не надо делать. У меня не было молитвы покаяния, у меня было — покаяние. Я раскаялся в сердце. Я понял, что прежняя жизнь мне не нужна, — говорит музыкант.

В тот день Татьяна и Виктор просили прощения друг у друга. Взявшись за руки, они до утра бродили по городу и разговаривали: о себе, о жизни, обо всем, что с ними происходило, — и никак не могли наговориться.

Мы говорили о том, что нужно изменить нашу жизнь и что с этого дня нам нужно быть только с Богом. Мы понимали, что произошло что-то такое, чего нельзя потерять, — делится Виктор.

От покаяния к новой жизни

Только спустя некоторое время я понял, насколько важной была та молитва. Когда я доверился Богу, Он дал мне возможность посмотреть на вещи, на события, на людей с такой стороны, которой другие просто не замечают, — признается Виктор.

Открыв свое сердце Богу, Виктор с жадностью впитывал все, что написано в Библии, и менялся на глазах. Если раньше он не мог и получаса прожить без сигареты, то уже после первого посещения церкви расстался с вредной привычкой безо всяких усилий. А еще перестал сквернословить. Теперь Виктору не нужно было искать вдохновения в алкоголе и девочках, он творил без всякого допинга — исключительно с Божьей помо-

щью. И сразу после этого карьера Виктора сделала очередной рывок вверх.

Бог открыл в нем новые таланты, благословил финансово, у нас появилась возможность построить дом, — рассказывает жена.

Виктор с теплотой рассказывает о своем доме: когда в него попадаешь, то сразу становишься счастливым, независимо от того, каким был минуту назад. И с отцовской гордостью признается, что является примером для своего сына Дениса.

Перемены в жизни Скуратовских были ощутимыми и реальными, это стало очевидно для всех, в первую очередь — для ближайшего окружения музыканта.

Одно из самых больших достижений Виктора в жизни — это даже не клипмейкерство, не творчество, а то, что он пришел к Господу Богу, — резюмирует барабанщик группы Алексей Дорошенко.

Мы очень благодарны Богу, ведь все, что есть в нашей жизни, — это от Бога и все благодаря Ему, — подчеркивает Татьяна.

С Христом можно разобраться во всем. В музыке, в любви, в отношениях между

мужчиной и женщиной, да и вообще во всем, — уверен Виктор.

Виктор и Татьяна остановились в одном шаге от развода и развернулись на 180 градусов, чтобы начать с нуля, начать все заново, теперь уже с Божьей помощью.

Обратитесь к Богу, как Виктор Скуратовский и все герои нашей книги

Молитва имеет силу, когда мы понимаем, кому мы молимся. Вера приходит к человеку через Слово Божье — Библию. Найдите церковь, посещая которую вы сможете расти духовно. Если вы хотите обратиться к Богу прямо сейчас, сделайте это в простой молитве: «Господи, прости все мои грехи ради сына Божьего Иисуса Христа. Яви мне свою милость — измени мою жизнь. Помоги мне найти церковь, чтобы возрастать духовно и исполнять Твои заповеди. Я молюсь об этом во имя Господа Иисуса Христа. Аминь».



Смотрите видеоверсию истории Виктора Скуратовского

7 шагов к счастью

Своими мыслями и поступками мы пишем историю своей жизни — плачем, смеемся, одних любим, других ненавидим. И каждую секунду зовем счастье в попутчики. Но оно не всегда соглашается идти с нами в ногу. Так, может, сменить шаг и самому пойти в ногу со счастьем?

Шаг первый. Простите обидчиков, как Надежда Осыпяк

Тот, кто не может простить, живет прошлым. Обиды, словно оковы, сдерживают наше движение вперед. Однако простить — не значит забыть, перестать чувствовать боль или восстановить отношения. Простить — значит перестать желать зла обидчикам. Примиритесь с обидчиками. Встретьтесь с ними и расскажите им о своем решении. Если встреча невозможна или слишком болезненна, напишите письмо, в котором выразите все свои чувства. Это нужно не столько обидчику, сколько вам самим.

Шаг второй.
Живите здесь и сейчас, как Светлана и Глеб Спиваковы

Начните ценить каждую минуту своей жизни. Научитесь мужественно принимать любые испытания судьбы. Жизненные трудности меняют нас, делают сильнее. Не воспринимайте жизнь как черные и белые полосы. Будьте мудрыми. Откройте для себя радость каждого дня.

Шаг третий.
Победите свои слабости, как Михаил Лыска

Признайте проблему. Смените круг своих друзей. Найдите тех, кто сумел победить зависимость, расскажите им о себе и попросите помощи. Будьте открыты и поддерживайте близкие отношения с теми, кто способствует вашему «перерождению».

Шаг Четвертый.
Цените близких, как Майя Визаулина

Родственники — самые близкие для нас люди. Научитесь принимать их такими, какие они

есть. Старайтесь быть благодарными не только за то, что они нас любят, но и за то, что они есть рядом. Несмотря ни на что любите их, поддерживайте, доверяйте им.

Шаг пятый. Заботьтесь о других, как Евгений и Светлана Исаевы

Какими бы ни были собственные проблемы, вокруг есть люди, которые нуждаются в помощи и сострадании больше, чем мы. Начните замечать таких людей. Найдите, чем им помочь. «Давайте и вам дастся» — этот принцип работает.

Шаг шестой. Слушайте свое сердце, как Юлия и Вадим Лосицкие

Каждый из нас имеет уникальную судьбу, подаренную нам Богом. Одним она уготовила райские кущи, других ждут испытания. Однако у человека есть все, чтобы достойно преодолеть все трудности. Поэтому не стоит заглядываться на богатство и успех соседа. Перестаньте сравнивать себя с другими. Вы уникальны. Будьте собой. Слушайтесь своего сердца. Выбирайте свой путь к счастью.

Шаг седьмой. Обратитесь к Богу, как Виктор Скуратовский и все герои нашей книги

Молитва имеет силу, когда мы понимаем, кому мы молимся. Вера приходит к человеку через Слово Божье — Библию. Найдите церковь, посещая которую вы сможете расти духовно. Если вы хотите обратиться к Богу прямо сейчас, сделайте это в простой молитве: «Господи, прости все мои грехи ради сына Божьего Иисуса Христа. Яви мне свою милость — измени мою жизнь. Помоги мне найти церковь, чтобы возрастать духовно и исполнять Твои заповеди. Я молюсь об этом во имя Господа Иисуса Христа. Аминь».