

问: 如果我是一个习惯性和强迫性的酗酒者和吸毒者，我真的能够改变并永远戒掉吗？

答: 所有的习惯、强制行为和瘾症都具有很強的抵抗性，很难改变，但并非不可能改变。重复性行为实际上改变了大脑，使其很难改变选择模式。不过，新的行为模式可以学习养成。如果你是真正的信徒，神的话语就能够改变你的思想方式，教会和专门的团体能够支持和帮助你生命的改变，圣灵也会从里面赐你力量顺服，并戒掉酒瘾或毒瘾。

因为你们立志行事，都是神在你们心里运行，为要成就他的美意。

《腓立比书》2章13节

问: 我怎样确定应不应该喝酒？我刚信主不久，我希望自己所做的能够蒙神悦纳？

答: 《圣经》虽然没有命令不能沾染任何酒类，但是谈到了酒的危险：“酒能使人褻慢，浓酒使人喧嚷。”（《箴言》20章1节）不过，许多人禁酒是出于“不想让人跌倒”的考虑：其他人可能因效法你的榜样而跌倒。

人都有效法别人的倾向，如果你饮酒或使用毒品，那些效法你的人可能会跌倒，令他们的生命因此而受损。

无论是吃肉，是喝酒，是什么别的事，叫弟兄跌倒，一概不作才好。

《罗马书》14章21节

相关题目

- 病态的依附：
从束缚走向平衡。
- 抑郁：
出黑暗，进光明。
- 试探：
谎言诱惑下的肉体之乐。
- 受害者：
胜过受害者心理。
- 虐妻：
对女性价值的攻击。



心灵盼望

Hope for the Heart

www.hopefortheheartch.org

在线学习：www.amazinghope4u.com

共同 改变观念，改变心灵，改变生命

1. Information on Mickey Mantle is from Merlyn Mantle, et al., with Mickey Herskowitz, A Hero All His Life: A Memoir by the Mantle Family (New York: HarperCollins, 1996); Ed Cheek, Mickey Mantle: His Final Inning (Garland, TX: ATS, n.d.).

2. Mantle, et al., Hero All His Life, 34.

3. For this section see Robert S. McGee, Pat Springle, and Susan Joiner, Rapha's Twelve-Step Program for Overcoming Chemical Dependency; with Support Materials from The Search for Significance, 2nd ed. (Houston, TX: Rapha, 1990); Stephen Van Cleave, Walter Byrd, and Kathy Revell, Counseling for Substance Abuse and Addiction, edited by Gary R. Collins, Resources for Christian Counseling, vol. 12 (Dallas: Word, 1987), 103-10.

4. For this section see Cleave, Byrd, and Revell, Counseling for Substance Abuse and Addiction, 116-17.

5. For this section see Van Cleave, Byrd, and Revell, Counseling for Substance Abuse and Addiction, 116-17.

滥用酒精和毒品

快速查询

《圣经》辅导钥匙之摘要



圣经
资料
库
导



心灵盼望

Hope for the Heart

英雄的挣扎

他曾是美国的英雄。有人说，他是历史上最伟大的棒球手。¹ 米基·曼特尔似乎拥有了一切——名声、财富，还有上百万的球迷。他在1950年高中毕业那一天与世界著名的纽约扬基队签约，从此踏上星途。以下数据可以证明他的超级巨星地位：职业生涯中共打出536个全垒打，三次获得最有价值球员奖，极高的职业击球率，七次世界冠军，还获得过垒球三连冠——这意味着他在整个美国职业棒球大联盟中击球率最高、打出最多全垒打和最多击球跑垒得分。然而，米基同时还过着一种放纵的、滥用各种酒精物质的生活。他查出患有肝癌，很显然，多年的酗酒加深了对他身体的损害。尽管他的酒精中毒被成功治愈，但身体所受的毒害已经太深，死亡随即到来。在他人生的最后一局，米基在一次新闻发布会上，站在麦克风前指着向世界声明他并不是人们效法的榜样。他说：“不要像我。”² 究竟是什么让这位世界最伟大的左右两打的垒球击球手从万人崇拜的英雄落入了沉迷于酒精的地步？为什么每年都有上百万人走上这条痛苦的路？在《圣经》中这样解释：

有一条路，人以为正，至终成为死亡之路。

《箴言》16章25节

摆脱依赖³

- (1) 承认你无力对抗自己的依赖。
(《哥林多后书》1章9节)
- (2) 知道创造你的神有能力令你康复。
(《诗篇》71篇20-21节)
- (3) 顺服神的旨意。
(《马太福音》16章24-25节)
- (4) 面对现实——直面真实的自我。
(《诗篇》139篇23-24节)
- (5) 向神和其他人承认你与罪的抗争。
(《约翰一书》1章8节)
- (6) 谦卑地接受神的帮助，改变过去的模式。
(《彼得前书》5章6-7节)
- (7) 每天向神承认自己的过失和失败。
(《诗篇》51篇10-12节)
- (8) 请求被你冒犯的人原谅。
(《马太福音》5章23-24节)
- (9) 补偿你做错的地方。
(《以西结书》33章15-16节)
- (10) 意识到自己做错后要及时悔过。
(《提多书》2章11-12节)
- (11) 祷告祈求神向你显明祂为你预备的人生道路。
(《诗篇》25篇4-5节)
- (12) 关爱别人、帮助别人。
(《加拉太书》6章2节)

康复的十条 属灵建议⁴

要得自由必须先属灵方面得自由，然后才能在生理和情感上经历自由。当你走在康复之路上时，谨记以下建议。

- (1) 康复始于今天。
(《希伯来书》3章15节)
- (2) 知道康复是一生的过程，不会一次成功。
(《腓立比书》3章12节)
- (3) 每天为得胜祷告！神会通过祷告保护你。
(《马太福音》26章41节)
- (4) 每天读经，从神的话语中获取力量。
(《诗篇》119篇28节)
- (5) 默想经文，令自己不致落入罪中。
(《诗篇》119篇11节)
- (6) 每周参加教会的崇拜，与其他信徒一起成长。
(《希伯来书》10章24-25节)
- (7) 与关心你的人分享挣扎。
(《雅各书》5章16节)
- (8) 对神要有信心！将你跟祂关系的成长当作生命的第一优先。
(《马太福音》6章33节)
- (9) 依靠基督的能力远离毒品。
(《腓立比书》4章13节)
- (10) 相信永久的改变是可能的。
(《路加福音》1章37节)

我靠着那加给我力量的，凡事都能做。
(《腓立比书》4章13节)

跟药物依赖者 设定有益的界限

- (1) 放弃一切对药物依赖者的期待。
(《诗篇》62篇5节)
- (2) 学习远离药物依赖者的问题，掌控你自己的生活。
(《诗篇》25篇15节)
- (3) 将注意力从药物依赖者的行为转移到你的反应上。
(《耶利米哀歌》3章40节)
- (4) 停止纵容对方的依赖行为（找借口、维护）。
(《诗篇》50篇21节)
- (5) 让药物依赖者知道你的行为对你和其他人的影响。
(《以弗所书》4章25节)
- (6) 祷告祈求神让药物依赖者在生活中尝到自己行为的苦果。
(《箴言》5章21-23节)

你要保守你心，胜过保守一切，因为一生的果效是由心发出。
(《箴言》4章23节)

背诵金句

因为我耶和华你的神必搀扶你的右手，对你说：不要害怕！我必帮助你。
(《以赛亚书》41章13节)

研读的经文

《哥林多前书》10章有关试探的十个真理。

脱离依赖过程中 不要做的七件事⁵

- (1) 不要单打独斗。参加一个毒品康复计划。
(《传道书》4章9-10节)
- (2) 不要无视你欺骗自己和他人的能力！
(《耶利米书》17章9节)
- (3) 不要跟纵容你习惯的人交往。
(《哥林多前书》15章33节)
- (4) 不要为将来忧虑。每一天与神同行。
(《马太福音》6章34节)
- (5) 如果复发，不要放弃。重回正确的轨道永远不会太晚。
(《约翰一书》1章9节)
- (6) 康复过程中取得成功时不可骄傲。
(《箴言》16章18节)
- (7) 遇到试探时不要惊讶！
(《哥林多前书》10章13节)

弃绝管教的，轻看自己的生命，听从责备的，却得智慧。

(《箴言》15章32节)



《快速查询》是取自心灵希望的《圣经》辅导材料，为当今的难题提供直接、明了的《圣经》真理。详细资料请参考《圣经》辅导钥匙之《滥用酒精和毒品》