

ИСЦЕЛЕНИЕ ЖЕНСКОЙ ДУШИ



На пути
К исцелению
души

ДЖОЙС МАЙЕР

≈ ИСЦЕЛЕНИЕ ЖЕНСКОЙ ДУШИ ≈

На пути
к исцелению
души

ДЖОЙС МАЙЕР

Цитаты из Писания без особых помет переведены из классического издания Расширенного перевода Библии. Copyright © 1954, 1958, 1962, 1964, 1965, 1987 by The Lockman Foundation.

Цитаты из Писания, помеченные буквами ESV, переведены из Английской стандартной версии (The Holy Bible, English Standard Version. ESV). Издание 2016 года. Copyright © 2001 by Crossway Bibles, a publishing ministry of Good News Publishers.

Цитаты из Писания, помеченные буквами СПБ, приведены из Синодального перевода Библии.

На пути к исцелению души
(Гл. 5–9 из полноформатной книги
«Исцеление женской души».)
© 2019, Джойс Майер
© УК «МЕДИА-МИР», Москва
Russian

Переводчик: Долбина Виктория
Редактор, корректор: Гойман Маргарита
Вёрстка: Афанасьева Алина

Healing the Soul of a Woman
How to Overcome Your Emotional Wounds
Copyright © 2018 by Joyce Meyer
ISBNs: 978-1-4555-6024-0 (hardcover), 978-1-4555-6026-4 (large type),
978-1-4555-6022-6 (ebook), 978-1-5460-1028-9 (international)
FaithWords
Hachette Book Group
First Edition: September 2018

Книга распространяется бесплатно. Не для продажи!

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена или распространена в какой-либо форме или каким-либо способом, электронным или механическим, без письменного разрешения автора.

СОДЕРЖАНИЕ

Глава 1. Помогите! Я не могу себя понять.....	5
Глава 2. Возлюбленная Бога.....	16
Глава 3. Раненые люди ранят других.....	26
Глава 4. Избавьтесь от груза вины и стыда.....	38
Глава 5. Найдите своё истинное «я».....	49
Приложение I.....	60
Приложение II.....	62

Помогите!

Я не могу себя понять

Самое трудное — познать самого себя.

— Фалес

Вам когда-нибудь говорили: «Я тебя совсем не понимаю»? Я слышала такое не раз и не знала, как толком ответить, ведь я и сама не могла себя понять. Бывает ли такое, что вы делаете что-либо неосознанно или ведёте себя определённым образом, не зная, что вами движет? А как насчёт ваших слов? Вы когда-нибудь произносите слова, которые причиняют людям боль, не понимая, зачем вы это сказали? Мы можем и не осознавать, почему поступаем так или иначе, но всему есть причина.

Чтобы изменить своё поведение, важно понимать его причины. Изучение Божьего Слова поможет лучше разобраться в этом. Может оказаться, что в нас укоренился страх, он-то и влияет на наши поступки и реакции. Я росла с укоренившимся во мне страхом и только со временем поняла, насколько он отравляет мне жизнь, и особенно отношения с людьми. По натуре я довольно смелый человек, поэтому мне было нелегко признать, что многие мои реакции на некоторые ситуации и людей были обусловлены страхом. Мало кто готов признаться в том, что он

чего-то боится, а решительные и смелые натуры, как я, и вовсе не желают этого признавать, чтобы не почувствовать себя слабыми и неспособными держать всё под контролем.

Даже сейчас у меня иногда возникают необъяснимые реакции на некоторые ситуации, и, когда я прошу Бога объяснить, почему я повела себя именно так, Он даёт понять, что причина кроется в страхе. Однако я реагирую уже не так, как в самом начале своего пути к исцелению души. Теперь я знаю: если мне страшно, я могу положиться на Бога. Пусть порой мы чувствуем страх, не нужно ему поддаваться.

Страх — одно из главных орудий, которым дьявол мучает людей. Он стремится держать нас в узде и помешать стать такими, какими хочет видеть нас Бог. Царь Давид сказал, что, когда ему страшно, он уповает на Бога (Псалом 55:4). У него были чудесные отношения с Богом, а кроме того, он был царём и обладал огромной силой и властью, но всё равно порой испытывал страх. Чувство страха может овладеть любым из нас, но не нужно позволять ему управлять нами.

Некоторые из моих нездоровых реакций были обусловлены неуверенностью в себе, ощущением, что я не такая, как все, что со мной что-то не так, а также страхом быть отвергнутой. Нередко я боялась, что люди будут пользоваться мной в своих интересах, поэтому не подпускала их близко к себе, а если и подпускала, то старалась всегда держать всё под контролем.

Всякий раз, когда у вас возникает негативная или странная реакция на человека или ситуацию, не игнорируйте это, а задумайтесь. Попросите Бога помочь вам понять, почему вы поступили именно так. Мне это помогло обнаружить корни многих проблем в моей жизни.

Различение

В контексте христианской жизни различение — это умение распознавать, чувствовать духовную реальность. На практическом уровне это умение видеть не то, что кажется, а то, что происходит в действительности. Для того чтобы научиться понимать самих себя, нам следует разобраться не только в своём поведении, но и в стоящих за ним мотивах.

Недавно я оказалась в ситуации, на которую отреагировала не лучшим образом, хотя никак не показала это внешне. Я понимала, что Бог не одобряет подобное отношение, и попросила Его указать мне причину, по которой я так отреагировала. Через несколько секунд я услышала внутри себя слово «зависть». Сначала мне не хотелось верить, что я могу кому-то завидовать, но затем признала, что так и есть, и попросила Бога помочь мне избавиться от этого чувства. Поняв причину, я не осудила себя, а испытала облегчение. Учтите: не исправлять то, чего

не понимаешь. Не бойтесь ходить во свете с Богом и позвольте Ему открывать вам истину.

«Ибо Ты избавил душу мою от смерти, да и ноги мои от падения, чтобы я ходил пред Богом во свете жизни и во свете живых» (Псалом 55:14).

Не посмотрев правде в глаза, мы не освободимся от того, что лишает нас мира и радости. Чтобы распознать, или же различить, корень своего поведения, нужно глубоко об этом задуматься, поскольку очень важно понять, почему мы поступаем именно так, а не иначе. Иногда требуется кризисная ситуация, чтобы разбудить нас и заставить увидеть в себе то, что видят остальные.

На протяжении многих лет моё поведение было далёким от идеала по причине жестокого обращения, которому я подвергалась в детстве. Однажды утром, когда Дэйв собирался на работу, я нагрубила ему и неуважительно отозвалась о его планах. Подобное поведение на протяжении первых семи лет нашего брака было для меня не редкостью, но в то утро его терпению пришёл конец и он сказал мне: «Джойс, как хорошо, что моё самоуважение не зависит от твоего отношения и слов. Но если будешь продолжать в том же духе, даже не знаю, как мне придётся поступить». И ушёл на работу. Для меня это было критическим моментом, потому что Дэйв не бросал слов на ветер. У нас было трое детей, и я любила мужа. Я не хотела, чтобы он ушёл от

меня, поэтому решила приложить все усилия, чтобы измениться.

Мой вам совет: не пытайтесь измениться, не попросив у Бога помощи, иначе успеха не добьётесь. Нужно следовать водительству Святого Духа, ведь Он наш учитель и советчик. Я попросила Бога помочь мне, и Он снабдил меня необходимыми материалами, которые помогли мне увидеть корень своего неуживчивого характера.

Среди прочего мне очень помогли книги, посвящённые различным типам личности. Я с удивлением обнаружила, что намного лучше стала разбираться не только в себе, но и в других людях. Настоятельно рекомендую вам почитать литературу по этой теме и, возможно, пройти тесты на определение своего типа личности. Многие из этих тестов доступны в Интернете. Думаю, это поможет вам в самопознании и обретении исцеления.

На мой взгляд, под исцелением душевных травм подразумевается исцеление личности. Личность — это сочетание темперамента, с которым мы рождаемся, и опыта, приобретённого в процессе нашего формирования. Согласно одному из тестов, я холерик. Описание этого типа темперамента отражает мою личность, и изучение его характеристик оказалось весьма полезным.

Первая книга, прочитанная мной по этой теме, была посвящена типу личности, ведомому Святым Духом, её автор — Тим ЛаХей. (С того времени его

книги на эту тему были переизданы.) Она помогла мне понять, что, хотя я родилась с определённым темпераментом, который имеет свои сильные и слабые стороны, я могу научиться следовать водительству Святого Духа в отношениях с людьми и в различных ситуациях.

Одна из слабых сторон моего темперамента — склонность командовать людьми и держать всё под контролем. Холерик — прирождённый лидер, он охотно берёт ситуацию в свои руки и говорит остальным, что делать. Я поняла, что эта черта служит во благо, если я несу ответственность за что-то и должна руководить процессом. Но она приносит вред, если я пытаюсь держать под контролем то, к чему не имею отношения. Было интересно выяснить, что наши сильные стороны могут превратиться в слабости, если мы не будем следовать Божьим принципам.

Изучите себя как можно лучше, это поможет вам стать самой собой. Думаю, многие из нас выдают себя перед людьми не за тех, кем являются, но Бог хочет, чтобы мы были самими собой — теми, кем Он нас сотворил.

Не ждите кризисной ситуации, чтобы наконец начать путь к исцелению и изменениям в себе. Чем раньше начнёте, тем быстрее станете счастливее.

В ходе подготовки к написанию этой книги я побеседовала с профессиональным психологом и спросила у неё, как именно она помогает людям

с душевными травмами. Она ответила, что первым делом предлагает им пройти тест на определение типа личности. Мне показалось интересным то, что, хотя я не получила профессиональной подготовки в сфере психологии, я сделала то же самое, следуя водительству Святого Духа.

Найдите свой путь

К исцелению души ведёт множество дорог. Нет необходимости всем идти к желанному исцелению по одному и тому же пути. Мы все разные, поэтому Бог ведёт каждого из нас своим путём. Тем не менее хочу дать вам несколько полезных советов. Некоторым из них следовать обязательно, другим — необязательно.

Первое, что поможет вам исцелиться, — это личные отношения с Богом и усердное изучение Его Слова на протяжении всей жизни. Это обязательное условие. На мой взгляд, исцеление души можно обрести лишь в Божьем Слове и с помощью Бога.

Советую вам читать как можно больше. Читайте книги, основанные на библейских принципах, а также книги, написанные христианскими психотерапевтами и психологами. Я предпочитаю христианских авторов, поскольку они обычно раскрывают тему с библейской точки зрения. Конечно, есть и другие авторы, у которых можно многому научиться, но важно подходить разумно к тому, чему верить.

Написанное в книге не становится истиной автоматически. Я прочитала немало книг о душевном исцелении, и многое оказалось чрезвычайно полезным, а что-то из прочитанного не согласовывалось с Божьим Словом. К счастью, я понимала, что подобным советам лучше не следовать.

Возможно, сначала вам необходимо получить помощь у профессионального психолога или духовного наставника, которого вы уважаете. Терапия помогает многим людям, поскольку даёт им возможность поговорить о своих чувствах и осознать, в чём их корень. Если же не хотите этого делать или не можете найти подходящего человека, не думайте, что упустили нечто важное. Бог даст вам всё необходимое и укажет на то, что вам поможет, как это было в моём случае.

Людям можно помочь по-разному. В процессе написания этой книги я беседовала с женщиной, муж которой пристрастился к порнографии. Он христианин, но ещё в детстве заинтересовался порнографией и в дальнейшем так и не смог освободиться от этой зависимости. Разумеется, это причиняло огромную боль моей подруге, и на мой вопрос о том, что помогло ей больше всего, она ответила «сострадание». Она сказала, что главным утешением для неё было то, что Иисус понимает, через что она проходит. Она была знакома с другой женщиной, которая столкнулась в браке с такой же проблемой и соперничала ей. Беседы с ней поддерживали и успокаивали мою подругу.

Я общалась и с женщиной, муж которой страдал посттравматическим стрессовым расстройством после службы в Афганистане и черепно-мозговой травмы, полученной в результате взрыва бомбы. Она сказала, что их семья переживала большие трудности, пока они не встретили супружескую пару, имевшую похожие проблемы и сумевшую их преодолеть. Эти люди стали для них невероятным подарком от Бога. Хорошо понимая, что с ними происходит, эта супружеская пара помогла им лучше разобраться в ситуации.

Многие люди могут попытаться понять нашу боль, но никто не проникнется нашими переживаниями лучше, чем тот, кто лично столкнулся с чем-то похожим. Я способна искренне сострадать тем, кто подвергся сексуальному насилию, кто болен раком, развёлся из-за супружеской измены, и многим другим, но я никогда не имела дела с наркотиками, поэтому мне трудно по-настоящему понять наркозависимых.

Поговорите с кем-нибудь. Необязательно с психологом. Если расскажете свою историю тому, кому доверяете, прошлое утратит над вами силу. К сожалению, многие скрывают свою боль, и она продолжает терзать им душу и портить жизнь.

Тайны, которые мы не желаем или боимся раскрыть, могут стать причиной нашего неадекватного поведения. Я держала в тайне то, что в детстве подвергалась сексуальному насилию, и потому никак

не могла избавиться от пережитого. Я рассказала об этом только матери, когда мне было уже двадцать три года и я вышла замуж за Дэйва. Страх, что кто-то узнает о насилии надо мной, руководил моими мыслями и поступками и являлся причиной моего порой неадекватного поведения. Когда мне было девять, я в первый раз рассказала матери о том, что делал со мной отец, но она мне не поверила; я подумала, что никто другой мне тоже не поверит.

Мы думаем, что люди отвернутся от нас, обвинят или строго осудят, узнав о нашем прошлом, но, если они так поступят, значит, их проблемы серьёзнее наших. Если с вами произошло что-то плохое, не держите это в секрете, ведь находясь в заложниках у этой тайны, вы страдаете. Найдите того, с кем можно поговорить. Безусловно, для этого всегда есть Иисус, Он хорошо вас понимает и сострадает вам.

Также призываю вас к терпению. Некоторые проблемы создают в нашей душе такую путаницу, которую быстро не распутать. Исцеление обычно происходит постепенно, небольшими шагами. Со мной всё происходило именно так. Бог редко спешит, потому что для Него важнее сделать всё правильно, а не быстро. Если мы слишком нетерпеливы, мы будем часто расстраиваться, ведь исполнение Божьих обетований требует веры и терпения.

Никогда не сдавайтесь! Неустанно поступайте правильно, и в самое подходящее время пожнёте плоды (Галатам 6:9). Будьте человеком действия,

всегда готовым исполнить Божье повеление. Если вы знаете, что нужно делать, но не делаете, какая польза от ваших знаний? Если вам выписали лекарство, а вы его не принимаете, оно вам не поможет.

Никогда не переставайте чему-то учиться и изучать себя. Внутри вас живёт замечательная личность, ждущая возможности проявить себя!

Возлюбленная Бога

Возлюбленные! мы теперь дети Божи; но ещё не открылось, что будем. Знаем только, что, когда откроется, будем подобны Ему, потому что увидим Его, как Он есть.

— 1 Иоанна 3:2, СПБ

Люди жаждут безусловной любви. Величайшее счастье в жизни — когда тебя любят таким, какой ты есть, или вопреки тому, какой ты есть. Бог сотворил нас для любви, и без неё наша жизнь не полна. Думаю, ни один человек, каким бы добрым и хорошим он ни был, неспособен на безусловную любовь. На такую любовь способен лишь Бог. Что вы подумаете, если я скажу, что Бог любит вас в данный момент так же сильно, как будет любить всегда? Я часто говорю это на своих конференциях и по озадаченному, недоверчивому выражению на лицах присутствующих вижу, что они не очень-то в это верят.

Мысль о безусловной любви не вписывается в реалии нашей повседневной жизни. Но когда я объясняю, что Бог любит нас независимо от наших поступков, потому что Он Сам и есть любовь, люди начинают меня понимать. И всё же мне порой приходится убеждать людей в том, что они не смогут заслужить

любовь Бога. Это Его безвозмездный дар нам, который принимают верой.

Апостол Иоанн призывает нас поверить в любовь, которую имеет к нам Бог (1 Иоанна 4:16). Сначала мы в это просто верим, а затем, продолжая верить, начинаем и чувствовать, что любимы. Нам чужда мысль о том, что мы можем получить что-то хорошее, не заслужив это. Однако Бог любит нас и называет Своими возлюбленными.

Что значит быть «возлюбленными» Бога? Это слово обозначает сильнейшую привязанность и глубочайшую нежность, а также жажду по любимому, уважение к нему и ласку. Размышляя над словом «возлюбленные», я поняла, что оно передаёт смысл постоянной любви, которая неизменно сильна в любой момент времени. Только подумайте: вы любимы прямо сейчас и будете любимы всегда. Каждое мгновение Его любовь к вам совершенна.

Предлагаю вам оторваться от чтения, закрыть глаза и подождать, пока в душе воцарится тишина. Теперь скажите вслух: «Я возлюбленная Бога». Произнесите эти слова несколько раз, и пусть они наполнят вашу душу. Это упражнение поможет вам ощутить любовь Бога, особенно если вы никогда не верили, что вас любят, и не чувствовали себя любимой.

Бог Отец назвал Иисуса Своим возлюбленным Сыном, к которому Он благоволит (Матфея 3:17). Имя псалмопевца Давида означает «любимый» Богом. Обращаясь к Даниилу, ангелы трижды назва-

ли его возлюбленным Бога. Павел нередко называл новозаветных верующих возлюбленными. Апостол Иоанн называл себя любимым учеником Иисуса. Несомненно, Иоанн получил глубочайшее откровение о Божьей любви, поэтому мог смело и уверенно говорить об этом.

Божья любовь не только принесёт исцеление нашей раненой душе, но и придаст нам уверенности и смелости. Апостол Иоанн сказал, что совершенная любовь изгоняет страх, а если он у нас всё ещё есть, значит, мы не наполнились Божьей любовью.

«В любви нет страха [его не существует], но совершенная (полная, зрелая) любовь изгоняет страх и заставляет ужас исчезнуть без следа, потому что страх несёт с собой мысль о наказании, и тот, кто боится, ещё не достиг совершенства в любви (не наполнился любовью)» (1 Иоанна 4:18).

Помню, я читала это место Писания, будучи новообращённой христианкой, и неверно его толковала. Я думала, оно означает, что, если я буду наполнена любовью к другим людям, у меня не будет страха. Я усердно пыталась любить окружающих, но терпела неудачу и постоянно возвращалась к эгоизму. В конце концов я поняла, что, прежде чем смогу по-настоящему любить других, я должна принять совершенную любовь Бога и полюбить себя.

Если мы приняли Божью любовь и ощущаем её, мы не побоимся впустить других людей в свою

жизнь и довериться им. Мы будем любить без всяких условий, потому что у нас не будет страха, что кто-то нами воспользуется в своих интересах. Совершенная Божья любовь изгоняет всякий страх.

Не расстраивайтесь, если не сразу привыкнете к мысли о безусловной любви Бога к вам. Опыт научил нас, что человеческая любовь непостоянна и зависит от настроения людей и от того, оправдываем ли мы их ожидания. Мы пытаемся заслужить любовь людей, делая их счастливыми, и боимся, что потеряем её, если нам не удаётся угодить им. Любовь людей несовершенна, а любовь Бога совершенна, потому что Он совершенен. Он Сам и есть любовь, а потому Его любовь к нам безусловна.

Чем больше мы будем общаться с Иисусом, узнавать Его характер и ощущать Его доброту, благодать и милость, тем полнее осознаем Его невероятную любовь. Наша душа может быть настолько израненной, что нам нужно будет нежиться в Божьей любви очень долго, прежде чем мы почувствуем её исцеляющее воздействие. Глубокие раны заживают не так быстро, поэтому наберитесь терпения.

Скажи им, что Я люблю их

В течение пяти лет я каждый вторник вела у себя дома библейские уроки. Затем меня попросили вести утренние библейские занятия в церкви по четвергам.

Я впервые получила возможность проповедовать на публике и очень хотела, чтобы всё было замечательно. Я усердно молилась, стараясь понять, что Господь хочет сказать через меня людям, и почувствовала, что должна говорить о том, как сильно Он их любит. Признаюсь, поначалу я сопротивлялась, приводя Господу довод, что все и так это прекрасно знают. Многие из нас ещё в детстве пели в церкви песни о том, как сильно любит нас Иисус.

Господь же настаивал на том, чтобы я рассказала людям о Его любви, объяснив мне, что если бы они действительно знали, как сильно Он их любит, то не испытывали бы страха. Я послушалась и говорила о Божьей любви, и эта проповедь коснулась людей до глубины души. Я поняла, что в этом откровении нуждались не только все эти люди, но и я сама. Можно говорить другим о том, что Бог любит их, и при этом не до конца осознавать, что Он любит и нас тоже.

Пока я готовила проповедь о силе Божьей любви, я поняла, что и мне самой необходимо утвердиться в этой истине. Я верила, что Бог любит меня, но полагала, что Его любовь зависит от определённых условий. С годами моя вера в Его любовь окрепла, но и сейчас мне нередко приходится напоминать себе о том, что Он не перестаёт любить меня, даже когда я веду себя не лучшим образом.

Тщательно изучая в Библии тему Божьей любви, размышляя над прочитанным и учась замечать её проявления по отношению к себе, я наконец-то

ощутила, что любима. Это было началом моего пути, который ещё не пройден до конца. Я постоянно думала о Божьей любви и выписывала в блокнот каждое место Писания, где о ней говорилось. Я читала книги по этой теме и по многу раз вслух говорила себе о том, что Бог меня любит. Если вы убеждены в том, что нелюбимы, вам может потребоваться такое же усердие, чтобы осознать, насколько сильно Бог любит вас. Особенно трудно принять эту любовь тем, кого глубоко ранили в прошлом, но, приняв Божью любовь, они обнаружат, что она — целебный бальзам для их души.

Апостол Павел знал, насколько важно людям понимать, что Бог любит их. Он сказал:

«Пусть Христос благодаря вашей вере поселится (будет жить, пребывать, устроит Себе постоянное жилище) в вашем сердце. Укоренитесь в любви, и она станет вашим надёжным фундаментом» (Ефесянам 3:17).

Видите, Павел призывал верующих укорениться в Божьей любви. Как дерево, глубоко уходящее корнями в землю, не упадёт под натиском бури, так и мы, глубоко осознав, что Бог любит нас, устоим перед невзгодами.

Мы испытываем много несправедливостей и страданий, из-за чего порой подступают старые мысли о том, что Бог не любит нас, что Он не с нами, но это совсем не так. Бог наблюдает за происходящим в нашей жизни, и если мы доверяем Ему, проходя трудности, то увидим, что Он способен обратить всё во благо (Римлянам 8:28).

Павел дальше молится о том, чтобы верующие постигли и ощутили Божью любовь (Ефесянам 3:18). Эта мысль привлекла моё внимание, как и слова в 1-м послании Иоанна 4:16, призывающие нас понять, признать эту любовь и наблюдать её проявления. Оба эти стиха побуждают нас замечать Божью любовь, проявляющуюся в нашей жизни многими способами. Я упражнялась в этом долгие годы, и это принесло мне много радости.

Я приучила себя замечать Божью любовь во всём и не принимать любое, даже самое незначительное, благо за обычную случайность. Это один из способов уподобиться ребёнку в своих ежедневных отношениях с Господом. Недавно я думала об одной своей подруге, и мне в голову пришла мысль: «Она никогда не говорит, что любит меня, и не просит провести с ней время». Через пару дней я получила от неё СМС «Я тебя люблю». Ещё через день или два я узнала, что она хотела пригласить меня на обед, но у меня уже были другие планы на это время. Я восприняла оба этих случая как намёки Бога, словно Он говорил мне: «Джойс, Мне известны желания твоего сердца, утешайся Мной, и Я их исполню» (Псалом 36:4).

Это всего лишь один пример из того, что происходит в жизни каждого из нас, но всё это может остаться незамеченным, если в подобных знаках мы не видим проявления Божьей любви. Это кажется вам глупостью? Может быть, вы думаете: «Джойс, у Бога есть дела поважнее, чем проследить за тем,

чтобы ты получила СМС от кого-то только потому, что тебе вдруг стало интересно, как этот человек к тебе относится». Возможно, подобные отношения с Богом кажутся вам детскими, но ведь Иисус сказал нам быть как дети (Матфея 18:3).

Я лишилась детства из-за сексуального насилия, жестокого обращения и страха. Я никогда не была беззаботным, доверчивым ребёнком, но Бог восстанавливает и возвращает нам то, что похитил враг. Будьте с Богом, как маленький ребёнок: доверяйте Ему и во всём на Него полагайтесь.

Первая написанная мной книга состояла всего из нескольких десятков страниц. Она называется «Скажи им: Я люблю их». Книга была переведена почти на сто языков и до сих пор пользуется спросом. В ней говорится почти о том же, о чём идёт речь в этой главе. С тех пор я написала много книг, и в каждой из них отражено, насколько сильно Бог любит нас. Дело вовсе не в том, что мне больше не о чем писать или проповедовать, а в том, что нас никогда ничто не удовлетворит, если мы не примем безусловной любви Бога и не осознаем, что мы Его возлюбленные.

Научитесь принимать

Вы можете подумать: «А с чего вдруг Богу любить меня?» Он любит вас, потому что это Его желание и выбор. Богу присуще стремление любить.

Бог есть любовь, а любовь всегда ищет, на кого излиться; ей необходимо проявлять себя. Будучи жизненной силой, любовь не может быть пассивной. По великой, безграничной любви Бог послал Своего Сына умереть за нас, заплатив за наши грехи (Ефесеям 2:4–5). Мы с вами можем не видеть веских причин для Божьей любви к нам, но Бог любит нас, и это непреложный факт. Только от нас зависит, принять её верой или держаться за свою пустую, несчастную, сломанную жизнь. Принять означает стать вместилищем для того, что нам предлагают. Можете ли вы сделать это сегодня? Можете ли раскрыть свою раненую душу и впустить в неё любовь, которую Бог изливает на вас прямо сейчас? Помните: вы любимы Богом в данный конкретный момент.

Мы многое теряем в отношениях с Богом, когда, вместо того чтобы просто принять то, что Он желает нам дать, пытаемся заслужить это. Заслужить что-то — значит получить это благодаря собственным усилиям. Мы не сможем заслужить любви Бога, потому что Он уже любит нас и будет любить всегда. Он говорит, что возлюбил нас любовью вечной (Иеремия 31:3). Эта любовь не закончится. Поверьте в Божью любовь, примите её, а когда совершите серьёзную ошибку или столкнётесь с большими трудностями и сатана, враг вашей души, попытается разуверить вас в Божьей любви, прочтите следующие стихи:

«Кто отлучит нас от любви Христа? Может быть, страдания и бедствия? Или притеснения и скорби? Или гонения, голод, нищета, опасность и меч?» (Римлянам 8:35).

«Ибо я абсолютно уверен, что ни смерть, ни жизнь, ни ангелы, ни духовные существа, ни настоящее, ни будущее, ни силы, ни высота, ни глубина и ничто из всего мироздания не сможет отделить нас от любви Бога, которую Он явил во Христе Иисусе, Господе нашем» (Римлянам 8:38–39).

Пусть что-то в прошлом ранило вас, разбило вам сердце, больше не нужно страдать из-за этого. Бог сказал, что избавил вашу душу ото рва погибели (Исаия 38:17), а Иисуса послал исцелять сокрушённых сердцем, врачевать их раны и ушибы (Исаия 61:1). Позвольте Его любви исцелить вашу израненную душу, ведь для этого она и предназначена.

Раненые люди ранят других

Возлюбленные, никогда не мстите за себя, но представьте это гневу Божьему. Ибо написано: «Предоставь месть Мне, Я отплачу (отомщу)», — говорит Господь.

— Римлянам 12:19

Возможно, самое трудное, что Бог попросит вас сделать на пути к исцелению, — это простить тех, кто причинил вам боль. Для меня это было очень не просто. Но мне помогло то, что Бог объяснил мне: раненые люди зачастую ранят других. Обычно мы сосредоточены на собственных мучениях и потому злимся на тех, кто причинил нам боль, но, скорее всего, эти люди тоже страдают.

Кто-то или что-то однажды ранило этих людей, и это повлияло на их поведение. Причём они даже не осознают, что их действия причиняют другим боль. Мой отец в возрасте восьмидесяти лет наконец-то попросил у меня прощения за сексуальное насилие надо мной в детстве. Он сказал: «Я не представлял, что это принесёт тебе столько страданий». Звучит нелепо. Неужели он не понимал, что причиняет мне боль?! Он знал, что поступает плохо, иначе не повторял бы постоянно, чтобы я никому об этом не рассказывала. Но он был так поглощён своими

похотливыми желаниями, что никогда не задумывался о том, какую боль мне причиняет.

Со временем я выяснила, что в семье отца инцест не был редкостью. Когда я была девочкой, его отец (мой дед) пытался совратить меня, и то же самое хотели сделать два моих дяди. Я поняла, что в их семье присутствовало сексуальное насилие. Если посмотрите статистику, приведённую в Приложении, вы увидите, что около миллиона девочек в Америке стали жертвами насилия со стороны собственных отцов. К несчастью, инцест происходит чаще, чем нам кажется.

Мой отец всегда был зол на своего отца, и мы не знали почему, но догадаться можно. Ему было больно, и он пытался утопить эту боль в пагубном поведении. Вряд ли отец понимал, что его нечестивые поступки проистекают из пережитой боли и, возможно, совершённого над ним в детстве насилия.

Мой отец всегда был злым и недовольным и никогда не прощал тех, кто навлекал на себя его гнев. Я узнала, что отец жестоко обращался с моей матерью ещё до свадьбы, поэтому очевидно, что таким озлобленным он был с раннего возраста. Ей было семнадцать, когда они поженились, и она оставалась с ним до самой его смерти в возрасте восьмидесяти трёх лет. За шестьдесят с лишним лет их брака он неоднократно бил её или угрожал избить всякий раз, когда она чем-то огорчала его.

Моя мать жила в страхе перед отцом и съёживалась, когда он проявлял свою властную натуру.

Будь она смелее, то оставила бы его сразу же, как только я, тогда ещё маленькая девочка, рассказала ей о том, что он со мной делает. Она могла бы уберечь себя, моего брата и меня от его жестокого обращения. Но она не была смелой и потому осталась с ним. Много лет спустя она призналась мне, что даже не представляла, как пережила бы скандал или как обеспечивала бы себя и детей в одиночку. Меня ошеломило, что эти мысли взяли над ней верх. Она подумала, что не справится, поэтому ничего не предприняла.

Как только я поняла, что поступки моего отца проистекали не только из похоти и алчности, но и из страданий, мысль о том, чтобы простить его, перестала казаться мне невозможной. Это не означало, что он не должен был нести ответственность за свои деяния, но презрение и злость по отношению к нему мешали мне нормально жить, а его они никак не меняли. Продолжая злиться на того, кто причинил вам страдания, вы сами себя изводите затаённой обидой и воспоминаниями о произошедшем.

Я простила мать и отца не потому, что мне было легко это сделать, а потому, что так велит Бог. Во многих отрывках Писания говорится о том, что мы должны прощать врагов и что Бог Сам отомстит за нас.

Думаю, многие женщины, продолжая злиться и отказываясь простить обидчиков, мешают собственному исцелению. Мы не пойдём вперёд, если упорно держимся за прошлое своими обидами.

Сила, способная всё изменить

В прощении обидчиков кроется невероятная сила. Оно освобождает нас от душевных мук и даёт возможность вернуться к нормальной жизни. Как бы трудно это ни было, решите простить и отпустить горечь, гнев и обиды — этим вы спасёте себя от многих лет мучений. Что вы предпочтёте: радостную жизнь, свободную от обид, или несчастную жизнь, застрявшую в прошлом?

Каждому, кто нуждается в исцелении раненой души, очень важно серьёзно отнестись к этому повелению Бога. Не пропускайте эту главу, думая, что у вас всё равно не получится простить людей, причинивших вам боль, поскольку это слишком тяжело. Простить обидчиков — обязательное условие, если хотите, чтобы Бог вас исцелил и восстановил. Иисус показал это на собственном примере. Когда Он висел на кресте, Он молился о прощении для тех, кто распял Его. Он знал, что они причиняют Ему страдания потому, что сами страдают и не понимают, что творят.

Бог милостив, а милость видит не только сами поступки, но и их причины. Всему есть причина. Из-за своих душевных ран я совершала ошибки в отношениях с мужем и детьми. Дьявол стремится заставить нас жить со своей болью и ранить других, и хочет, чтобы так продолжалось из поколения в поколение, дабы люди не обрели то, что Иисус даровал им ценой

Своей смерти. Однако Иисус научил нас, как победить дьявола и не дать прошлому определять нашу дальнейшую жизнь.

Отбросьте обиды

В Евангелии от Матфея 6:12 Иисус учит нас молиться о том, чтобы Бог простил нам долги, «как и мы прощаем наших должников (освобождаем их от долгов и отпускаем обиды)». Простить — значит перестать держаться за что-то, отбросить, отпустить. Раны и боль, за которые мы держимся, становятся тяжким бременем, которое мы несём на себе не снимая. Это бремя может стать причиной многих психических и физических заболеваний и отклонений. Мы сотворены Богом не для того, чтобы жить с бременем. Он призывает нас сбросить этот груз и довериться Его попечению. Нам нужно возложить свои заботы на Него. Вот два стиха из Библии, которые часто ободряли меня. Надеюсь, они помогут и вам.

«Все свои заботы [тревоги, беспокойство, волнения, раз и навсегда] возложите на Него, ибо Он с любовью опекает вас и окружает заботой» (1 Петра 5:7).

«Возложи на Господа своё бремя [освободись от этой тяжести], и Он поддержит тебя. Он никогда не даст праведнику поколебаться (оступиться, упасть, потерпеть крах)» (Псалом 54:23).

Не держитесь за то, что вы не в силах изменить. Если вам причинили страдания и вы затаили горькие чувства и постоянно вспоминаете о произошедшем, то тем самым позволяете этой боли терзать вас день за днём. Помогите себе: отбросьте обиды. Вы с негодованием подумаете: «Это несправедливо!» Да, так и есть. Нет ничего справедливого в том, чтобы простить кого-то за жестокое обращение с вами и причинённую боль, но разве справедливо то, что Иисус умер за наши грехи? Бог не скажет нам простить кому-то больше, чем Он простил нам. Загнанная в угол гремущая змея может в гневе укусить саму себя. Именно это и происходит, когда мы ненавидим и обижаемся: мы кусаем и отравляем самих себя. Мы думаем, что причиняем боль другим, затаив на них обиду и злобу, но это причиняет больше боли нам самим.

Вряд ли у нас само собой появится желание простить, но, если мы примем такое решение, Бог поможет нам. Отдайте своих обидчиков в руки Бога, и Он Сам во всём разберётся. Возможно, они, как и мой отец, откликнутся на Его неотступную любовь и впустят Его в свою жизнь. Если же этого, к сожалению, не случится, они пожнут то, что посеяли.

Отпустить обиду означает перестать думать и говорить о том, как с нами поступили, кроме тех случаев, когда вы общаетесь с психологом или рассказываете об одержанной вами победе, чтобы поддержать других. Некоторые люди снова и снова вспоминают о том, как их предали, подвергли

жестокому обращению или отвергли, даже не осознавая, что таким образом сами же и удерживают себя в рабстве у боли. Наши мысли влияют на чувства, и, если мы постоянно вспоминаем травмировавшие нас события, мы проживаем боль заново, как будто это происходит с нами в настоящем.

Бог не хочет, чтобы мы находились в плену у горечи и боли. Он желает, чтобы мы отдали все свои переживания Ему, простили обидчиков и поверили, что Он обратит во благо всё, что с нами случилось, и вдвойне возместит нам за прошлые страдания.

«За [прежнее] посрамление вы получите двойное возмещение; за оскорбления и поношения [ваши люди] будут радоваться своей доле, потому что в земле своей получают вдвое больше [утраченного]; и будет у них вечная радость» (Исаия 61:7).

Бог вознаграждает наше послушание Ему. Отбросить обиды нелегко, но нас может воодушевить мысль о грядущем вознаграждении. Шарлотта Бронте в романе «Джейн Эйр» сказала: «Жизнь слишком коротка, чтобы тратить её на вражду или подсчёт обид». Бог может попросить нас о чём-то трудном, как, например, попросил Своего Сына заплатить за наши грехи, но Он никогда не поручит нам что-либо, не наделив нас способностью это исполнить.

Замечательный пример силы прощения показал Нельсон Мандела. Один репортёр рассказал такую историю:

Мандела вышел из тюрьмы с величием и достоинством, и весь мир был свидетелем исходящей от него силы. Глядя, как он идёт по пыльной дороге, я задумался: «Что он думает о последних двадцати семи годах? Не злился ли он снова и снова?» Много лет спустя мне посчастливилось поговорить с ним. Я сказал: «Вы великий человек. Вы пригласили своих тюремщиков на инаугурацию, оказали давление на правительство. Но признайтесь, разве вы не злились на них?» И он ответил: «Конечно, злился. И немного боялся. Ведь я так давно не был на свободе. Но, почувствовав, как во мне вскипает гнев, я понял: если я, выйдя за тюремные ворота, по-прежнему их ненавижу, значит, я всё ещё в тюрьме». Потом он улыбнулся и добавил: «Я хотел быть свободным, поэтому забыл обиды».

Обида начинается с малого и постепенно проникает нам в сердце. Затем мы снова и снова прокручиваем мысли о произошедшем, тем самым пробивая глубокие рывтины у себя в душе, которые трудно будет сровнять. Но Бог обязательно поможет нам, если мы попросим Его и будем безоговорочно следовать Его указаниям. Всё, что Он велит нам делать, идёт на пользу и нам, и окружающим людям.

Подавленный гнев и отравляющие секреты

То, что мы скрываем, разъедает нас изнутри. Эти секреты гноятся в нашей душе и просачиваются на-

ружу в виде поступков. Иногда заметно, что человек в гневе, потому что выходит из себя, когда что-то идёт не так. Но порой гнев не проявляется столь явно. Мы умеем прятать проблемы и подавлять гнев, который у нас вызывает приносящая разочарование жизнь. Нам кажется, что мы успешно скрываем его, но он как пляжный мяч: как бы ты ни старался погрузить его в воду, он снова всплывает на поверхность. В каком-то смысле подавленный гнев хуже проявленного: когда мы подавляем гнев и притворяемся, будто всё в порядке, он отравляет нам душу и мешает полноценной жизни.

Гнев может вылиться в депрессию, тревогу, привести к перепадам настроения, пищевым расстройствам, алкоголизму, наркомании, насилию и так далее. Единственное разумное решение, как разобратся с гневом, — это избавиться от него, именно к этому и призывает нас Бог.

Возможно, пришло время добратся до корня проблем, а не продолжать лечить симптомы, которые возвращаются снова и снова. Чтобы душа исцелилась, необходимо отыскать корни проблем. Нужно открыть двери для Бога, впустить Его во все сферы своей жизни и верить, что Он будет направлять нас в процессе исцеления и восстановления. Когда мы выносим проблему на свет, она теряет над нами власть. В Библии сказано: всё, что обнаруживается и изобличается светом, становится видимым и ясным (Ефесянам 5:13).

Принять решение простить обидчиков — это первый шаг, после которого вы можете почувствовать гнев из-за причинённой вам несправедливости. Но всё же отбросьте гнев и обиды и замените их доверием Богу и надеждой на будущее.

Молитесь за врагов и благословляйте их

Решение простить — это первый шаг, но Бог даёт ещё одно важное повеление, которое является частью прощения: молиться за врагов и благословлять их. «Ого! Бог, да Ты, наверное, шутишь. Зачем мне молиться за своих обидчиков и благословлять их, если я совсем не хочу, чтобы они получили благословение?» Если мы молимся за них и благословляем их, мы отдаём их в руки Бога. Он откроет им глаза на истину, которая способна освободить их от негативных качеств. Нужно молиться о том, чтобы они познали истину и приняли Иисуса как своего Господа и Спасителя.

Кроме того, Бог хочет, чтобы мы охотно оказали своим обидчикам помощь, когда они будут в ней нуждаться. По Его благодати я смогла помогать своим родителям, заботясь об их повседневных нуждах в течение пятнадцати лет, когда они состарились и были не в состоянии справляться сами. У меня уходило много времени и денег, и, честно говоря, это не приносило мне особого удовольствия, но

я знала, что поступаю правильно. Хочу повторить: в прощении обидчиков кроется невероятная сила. Оно раскроет двери вашей жизни для множества благословений, среди которых мир, радость и награда от Бога.

Из послушания Богу я простила родителей и помогала им. И хотя это не казалось мне приятным, мне было приятно осознавать, что Бог помог мне и что я наконец одержала победу над дьяволом. Бог благословил моё послушание, и в результате дьяволу больше никогда не удастся омрачить мою жизнь воспоминаниями о прошлых страданиях.

Согласно Божьему Слову, мы побеждаем зло добром (Римлянам 12:21). Вы победите причинённое вам зло, если отбросите обиды и злость, будете молиться за обидчиков и благословлять их. Вы подумаете, что тем самым поможете им, но на самом деле вы поможете себе. Прощая обидчиков, молясь за них и благословляя их, мы следуем примеру нашего Небесного Отца. Напоследок хочу привести два стиха из Писания, которые я читала и обдумывала сотни раз. Они помогли мне делать то, о чём я рассказывала в этой главе. Надеюсь, они окажутся полезными и для вас.

«Призывайте благословения и молитесь за процветание тех, кто проклинает вас, взывайте о Божьем благословении (благоволении) для тех, кто обижает вас [оскорбляет, злословит, унижает и жестоко обращается с вами]» (Луки 6:28).

«Но вы любите своих врагов, будьте добры к ним и благотворите им (оказывайте услуги, которые принесут им пользу), давайте займы, не рассчитывая и не надеясь на возврат. Но не считайте, что вы что-то потеряли, и не отчаивайтесь, и тогда вас ждёт великое (щедрое, огромное, обильное) вознаграждение (возмещение), и вы будете сынами Всевышнего, ибо Он добр, щедр и милостив даже к неблагодарным, себялюбивым и нечестивым» (Луки 6:35).

Пусть эти стихи укрепят вас и помогут простить всех, кто обидел вас в прошлом или обидит в будущем.

Избавьтесь от груза вины и стыда

Не бойся, ибо ты не будешь постыжена; не смущайся и не горюй, ибо тебя не постигнет бесчестье. Ты забудешь стыд своей юности и больше не будешь вспоминать о беславии своего вдовства.

— Исаия 54:4

Вина и стыд — самые тяжёлые, разрушительные и изнурительные чувства, которые испытывают обиженные люди. Однако Бог обещает полное избавление от них. Вина и стыд давят на нас тяжким грузом. Нас постоянно гложут неприятные мысли из-за собственных проступков или из-за того, что с нами плохо обошлись.

Дьявол докучает нас лживыми мыслями: «Во всём случившемся виновата ты сама. Если бы ты хорошо себя вела, тебя бы не били. Если бы ты была сильнее, ты бы не позволила отцу надругаться над тобой. Не будь ты такой трусливой, ты бы дала отпор обидчику и не поддавалась угрозам. Будь ты умнее, тебя бы не отвергли. Будь ты немного красивее, тебя бы выбрали. Будь ты осторожнее, твой ребёнок бы не умер. Если бы ты раньше заметила симптомы и вовремя пошла к врачу, тебе не пришлось бы проходить химиотерапию». Но я хочу сказать вам: это не ваша вина.

Люди плохо обращаются с вами, злоупотребляют вами или проявляют жестокость не потому, что с вами что-то не так, а потому, что проблема в них самих. Они причиняют боль другим, потому что сами страдают от боли. Сломленные люди не смогут исцелиться, пока не снимут со своих плеч груз вины и стыда.

Все мы совершали ошибки и делали то, за что нам стыдно. Но стыдиться своих поступков или того, как с нами поступили, — это одно, а стыдиться самих себя — совсем другое. Чувство стыда, которое испытывала моя мать из-за инцеста в нашей семье, помешало ей признать эту проблему и попытаться что-то изменить. К сожалению, этот стыд въелся ей в душу, и даже в возрасте восьмидесяти девяти лет, прямо перед смертью, она говорила то же самое, что постоянно твердила раньше: «Я знаю, ты винишь меня за то, что твой отец делал с тобой». Хотя я простила её много лет назад, она не перестала чувствовать вину. Она так и не смогла себя простить.

Было бы намного лучше для всех нас, в том числе и для отца, если бы она взглянула проблеме в глаза и что-то предприняла. Вместо этого она предпочла пойти по самому простому пути, как ей тогда представлялось. Однако этот путь оказался самым трудным, потому что она так и не смогла оправиться от случившегося. Убежать от проблем не получится, потому что им всегда удаётся обогнать нас. Един-

ственный способ избавиться от них — признать их и решить с Божьей помощью.

У моей матери начались проблемы с психикой, и я думаю, причиной стали стыд и вина, которые она постоянно испытывала из-за своего неправильного решения. В том, что делал отец, не было её вины, но она была обязана попытаться что-то сделать. Когда мы убегаем от своих обязанностей и не делаем того, что следует, это приводит к плачевным результатам, от которых не убежать. Прошлого не отпустить, пока с ним не разберёшься.

Если вас тяготит груз вины и стыда, пришло время провести черту и перестать жить, как прежде. Если вам стыдно за прошлые поступки, покайтесь в них, примите Божье прощение и живите дальше. Если с вами плохо поступили, простите тех, кто это сделал, и живите дальше. Главное — перестаньте мучиться от чувства вины и стыда. Начните с чистого листа. Ваше прошлое не имеет над вами никакой власти, если вы сами этого не позволяете.

Вина — это злость на себя. Мы злимся на себя из-за своих ошибок или из-за случившегося с нами. Хотя наша вина упразднена по Божьей благодати, мы будем по-прежнему страдать из-за неё, пока не простим себя. Когда мы начали новую жизнь с Христом, всё из прошлого закончилось, а впереди нас ждёт нечто новое. Однако сатана будет продолжать навязывать нам чувство вины, если мы позволим ему. Для него это хороший способ удерживать нас в рабстве.

Вина отнимает у нас энергию, которую Бог даёт для той жизни, которую нам предопределил. Гложущее чувство вины опустошает нас и может привести к болезням.

Гнетущее чувство вины

Тягостное чувство вины может поселиться в нашей душе двумя способами. Первый: вы поступили неправильно и не попросили у Бога прощения. Второй: вы попросили прощения, но не приняли милости и прощения, дарованных вам Богом. Простив нам грехи, Он удалил их от нас так далеко, как далёк восток от запада (Псалом 102:12). Не осталось ничего, за что мы должны испытывать вину, а потому следует дать ей отпор. Чувство вины может быть вызвано ложью. Простив нас, Бог больше не вспоминает наших грехов (Исаия 43:25), и если Он забыл наши проступки, то и мы должны сделать то же самое. В Библии ясно сказано, что Иисус взял наши грехи и вину на Себя; у нас их больше нет.

«Но Он был изранен за наши грехи и подвергся побоям за нашу вину и беззакония; наказание [необходимое для обретения нами] мира и благополучия легло на Него, и ранами Его мы исцелились» (Исаия 53:5).

Это один из наиболее удивительных отрывков Писания. Иисус взял на Себя нашу боль, грехи

и вину и позволил Себя ранить, чтобы исцелились наши раны. И затем даётся обетование: благодаря Его жертве мы исцелились. Это уже свершилось!

Мы можем чувствовать вину также и из-за того, как с нами поступили другие. Мы считаем, что могли или должны были предотвратить их действия. Например, дети разведённых родителей считают, что, веди они себя лучше, родители не развелись бы. Эти ошибочные умозаключения мучительны и вредоносны. У меня в голове годами крутилась одна и та же пластинка: «Что со мной не так? Что со мной не так? Что со мной не так? В чём моя вина, что отец так поступает со мной?»

Я была убеждена, что со мной что-то не в порядке, поэтому отец использует меня как средство удовлетворения своей похоти, вместо того чтобы принимать и любить меня как дочь.

Люди с раненой душой могут страдать из-за ощущения, будто с ними что-то не в порядке, а также из-за чувства вины и стыда. Но Бог может избавить их от этого! Если и с вами происходит подобное, знайте, что Бог не только способен вас освободить, но и очень этого хочет. Я обрела свободу не мгновенно; я меняла своё мышление при помощи Божьего Слова, и мои чувства тоже начали меняться, медленно, но верно. То же самое случится и с вами. Хочу повторить: если с вами плохо поступили, вас отвергли или бросили, в этом нет вашей вины. Пора дать отпор лжи врага, с помощью которой он пытается отравить вам жизнь.

Сатана хочет, чтобы мы чувствовали себя никчёмными и недостойными, и лучший способ добиться этого — взвалить на нас бремя ложной вины и отвращающего стыда. Чувствовать стыд из-за собственных неверных поступков или даже из-за того, как поступили с нами другие, вполне нормально. Но стыдиться себя опасно. Вина и стыд порой разрастаются настолько, что начинают отравлять всю нашу жизнь. Пришло время освободиться от стыда!

Прогоните стыд

Стыд заставляет нас чувствовать смущение, замешательство, неловкость, разочарование, нерешительность. Стыдиться — значит испытывать смущение из-за своего поведения, считать себя уязвимым, неполноценным, ощущать себя поверженным. Стыд также приводит к самоосуждению и боязни наказания. Эти состояния преследуют тех, чья раненая душа нуждается в исцелении. Их ничто не радует, они нерешительны, опустошены, у них не осталось жизненной энергии, смятение — их постоянный спутник, а жизнь вызывает у них лишь разочарование.

Я перепробовала множество лекарств от этих болезней, но ничто мне не помогло, пока Бог не показал мне через одну книгу, что в глубине души я стыдилась себя. Стыд отравлял мои мысли, чувства и вли-

ял на решения. Чаще всего я чувствовала апатию или разочарование. Я была несчастна. Мне нужно было разобраться со стыдом, и я смогла освободиться от него, только доверившись Богу и Его Слову и перестав идти на поводу у своих мыслей и чувств.

Я столкнулась с чувством вины и осуждением задолго до того, как узнала о том, какую проблему представляет собой стыд. Конечно, я стыдилась того, что делал со мной отец, и это было одной из главных причин, по которым я так долго хранила своё прошлое в тайне. Мне было стыдно за его поступки, но я не понимала, что также стыжусь себя и того, какой я стала из-за пережитого. Как только я это поняла, многие фрагменты картины встали на место. Стыд, который я впитала, стал неотъемлемой частью меня, он не давал мне жить той благословенной жизнью, которую Иисус даровал мне ценой Своей смерти.

Я всегда пыталась понять, что со мной не так. Возможно, вы тоже пытались понять, что с вами не так. У Иисуса есть лекарство от всех сбоев в нашей жизни, в том числе от чувства вины и стыда. Он предлагает нам праведность, то есть правильное положение перед Богом (2 Коринфянам 5:21). Он взял наш грех и дал нам взамен Свою праведность. Вы знали о том, что, уверовав в Иисуса, стали праведны перед Богом?

После того как я узнала о том, что праведна перед Богом, мне потребовалось несколько лет на то, чтобы научиться следовать этой истине в своей каждодневной жизни. Библия призывает нас облечься

в праведность (Ефесеянам 6:14). Облечься в праведность означает твёрдо поверить в эту истину и жить с достоинством, которым Бог наделил Своих любимых и дорогих детей. Сами по себе мы не праведны, но по вере можем принять Божью праведность, как принимаем любой другой Божий дар. Бог не желает, чтобы вы относились к себе с неприязнью, сравнивали себя с другими и постоянно отмечали свои недостатки. Вы сможете принять и полюбить себя, если поймёте, что Бог принимает и любит нас такими, какие мы есть, и помогает стать такими, какими видит нас.

То, что вы знаете библейские стихи, в которых говорится о праведности перед Богом, или слышали учение о праведности, ещё не означает, что вы поверили в эту истину. Мы не сможем по-настоящему постигнуть Божьих истин, пока не увидим, что они действуют в нашей жизни. Твёрдо поверьте, что стали праведны перед Богом благодаря вере во Христа, и вы перестанете чувствовать вину, осуждение и стыд.

Если вы до сих пор не избавились от чувства вины и стыда, вам необходимо ещё лучше усвоить истину о том, кто вы во Христе. Сколько бы времени это ни заняло, не падайте духом и не сдавайтесь. Сатана только и мечтает о том, чтобы вы опустили руки, но Бог хочет, чтобы вы усердно постигали Его истины. Продолжайте изучать места Писания о праведности перед Богом, произносите эти стихи вслух как можно чаще, и придёт день, когда эта истина проникнет

вам в сердце. И как только она утвердится в вас, дьявол не сможет вас одолеть, сколько бы ни пытался.

После сорока лет изучения и преподавания Божьего Слова я по-прежнему каждый день говорю себе о том, что я праведна перед Богом. Это напоминает мне о том, кто я во Христе, а проговаривание Божьего Слова вслух ограждает и защищает меня ото лжи сатаны.

Пусть вы ещё не стали такой, какой хочет видеть вас Бог, всё равно не нужно нести бремя вины и стыда. Радуйтесь тем успехам, которых вы уже добились. Иисус, начав в вас доброе дело, непременно завершит его. Он будет продолжать Свою работу внутри вас, доводя её до совершенства, вплоть до Своего возвращения (Филиппийцам 1:6). Когда дьявол внушает вам чувство вины и стыда, скажите: «Я не такая, какой хочу быть, но благодаря Богу я уже не такая, какой была раньше. Бог трудится во мне прямо сейчас, и каждый день я продвигаюсь всё дальше!»

Сколько времени вы тратите на неприязнь к себе и мысли о том, что с вами наверняка что-то не в порядке, раз вам не удаётся вести себя так, как окружающие люди считают правильным? В любом случае, это пустая трата времени. Это драгоценное время не вернуть. Начните воспринимать себя так, как воспринимает вас Бог, а не люди. Они могут считать вас жертвой, а Бог называет вас победителем. Они могут считать вас ущербной, а Бог называет вас Своей дочерью.

Могу пообещать вам: если вы приняли Христа как своего Спасителя и с помощью Божьего Слова меняете

своё мышление, то постепенно станете относиться к себе всё лучше и в результате начнёте получать удовольствие от жизни. Радуйтесь любим, даже самым маленьким, успехам, вместо того чтобы постоянно думать о том, что вам ещё во многом предстоит измениться.

Клеветник

Если вы будете внимательны, то заметите, что вам в голову постоянно приходят обвиняющие мысли. Виновны ли вы в чём-то только потому, что вам пришла мысль о том, что вы виновны? Конечно, нет! Дьявол — лжец, а наш разум — это поле сражения, на котором он пытается одолеть нас. Подобно тому как он обманул Еву в Едемском саду, он лжёт нам, пытаясь ввести нас в заблуждение. Одна из главных его целей — не позволить нам любить и ценить самих себя. Если ему это удастся, он сможет управлять нашей жизнью при помощи своей лжи.

Сатана — клеветник Божьих детей (Откровение 12:10). Он клеветает на нас днём и ночью, но мы победим его, если будем верить Божьим обетованиям больше, нежели непрерывному потоку мыслей в своём разуме. Поймите, далеко не всякая приходящая к вам мысль является истиной, а Божье Слово — истина.

Мы побеждаем сатану кровью Христа, Божьим Словом и своим свидетельством (Откровение 12:11). Какое у вас свидетельство? Ваше главное сви-

детельство заключается в том, что вы искупленное, исполненное силы Божье дитя с невероятными возможностями и большим потенциалом. Вы — чудо в процессе становления. Иисус умер за вас ещё до того, как вы стали жить в грехах, так что представьте, что Он приготовил для вас теперь, когда вы прощены и хотите следовать за Ним. Гарантирую вам: даже имея богатую фантазию, вы не сможете вообразить Его удивительный замысел насчёт вашей жизни.

Этот замысел открывается нам постепенно, когда мы день за днём следуем за Богом. Я не перестаю изумляться всему, что Господь сделал в моей жизни. Он превратил меня из жалкой неудачницы в счастливого, успешного и плодотворного человека. Да, путь был долгим и нелёгким, но я не променяла бы его ни на что другое. В те дни, когда идти вперёд особенно тяжело, вспоминайте, что вы на пути к великой цели!

Напоминайте себе, что дьявол — лжец, и замените его ложь Божьим Словом. Каждый раз, делая это, вы будете выигрывать в небольшом сражении, а в результате победите в войне, которую он развязал против вас.

Необязательно продолжать жить с гнетущим чувством вины и стыда. Вы праведны в глазах Бога благодаря Иисусу, взявшему на Себя вашу вину, стыд и осуждение. Будучи Божьим дитём, желающим угождать Богу, вы порой будете испытывать стыд за какие-то свои поступки, но это чувство можно быстро устранить через покаяние и принятие Божьей милости.

Найдите своё истинное «я»

Итак, кто во Христе, тот новое творение. Старое прошло, настало новое.

— 2 Коринфянам 5:17 (ESV)

Незнание того, кто мы есть на самом деле, приводит нас к замешательству, неудовлетворённости и душевным страданиям. Многие люди надевают маску и притворяются теми, кем не являются. Например, если мы боимся показаться уязвимыми, мы можем надеть маску жёсткого человека, чтобы никто не заподозрил нас в том, что мы слабые или нуждаемся в помощи. Страх перед мнением людей и стремление завоевать их одобрение может заставить нас в чём-то изменить своё поведение и характер, чтобы соответствовать их ожиданиям, вместо того чтобы быть самими собой.

Хамелеоны меняют окраску тела, чтобы слиться с окружающей средой и защититься от хищников. Так и мы иногда меняем свою истинную суть в надежде уберечь себя от отвержения и осуждения.

Раненые люди, которые боятся быть отвергнутыми, стараются угодить окружающим и оправдывать их ожидания, вместо того чтобы быть собой. Мы не обретём настоящую свободу, пока не станем самими собой.

Мир навязывает нам определённый образ, которому мы должны соответствовать, чтобы нас приняли. Нам говорят, что носить, сколько весить, как укладывать волосы, сколько учиться, чтобы считаться образованным человеком, как вести себя в любой ситуации, и так далее. Об этом не всегда говорится прямо, но мы прекрасно понимаем, что, если не будем отвечать требованиям и следовать правилам, нас не примут. Мы порой тратим больше времени на то, чтобы не быть отвергнутыми, чем на создание здоровых отношений.

Приняв Иисуса как своего Спасителя, мы родились свыше. Это тот поворотный момент, когда нужно отбросить всё старое и стать теми замечательными людьми, какими задумал нас Бог, прежде чем жизнь в мире и грехи ранили нас. Наши грехи прощены, а потому мы можем принять Божью безусловную любовь и милость. Мы стали новыми людьми, и теперь в нашей жизни появляются невероятные возможности. Мы, так сказать, стали новой глиной, и, позволяя Святому Духу, а не миру, придавать нам форму, мы обретаем своё истинное «я».

Не устали прятаться?

Притворство — это способ спрятаться. Мы скрываем истинных себя и притворяемся кем-то другим, чтобы защититься или соответствовать чьим-то

ожиданиям. В книге «Маска за маской» Питер Эванс, биограф актёра Питера Селлерса, рассказывает, что тот играл столько ролей, что порой сомневался в том, кто он на самом деле. Однажды к нему подошёл человек и спросил: «Вы Питер Селлерс?» Селлерс обронил «Не сегодня» и пошёл дальше.

Я понимала, что отличалась от остальных женщин, поэтому скрывала свою истинную суть и отчаянно старалась походить на окружающих меня женщин. Я старалась поступать, как они, полагая, что так у меня будет больше шансов вписаться в их круг. Мне ещё предстояло узнать, что наша подлинная суть заключается не в наших поступках, а в наших индивидуальных качествах. Важнее, кто мы есть, а не как мы поступаем.

Я старалась быть мягче и скромнее, потому что знала таких женщин и восхищалась ими. Казалось, в их жизни всё идёт гладко. Я постоянно с чем-то боролась, старалась быть жёсткой и держать всё под контролем, в то время как эти женщины легко соглашались с тем, что хотели другие. К счастью, сейчас я понимаю, что у меня склад характера лидера, поэтому я не могла просто плыть по течению. Если требовалось что-то изменить, я всегда первая пыталась это сделать.

По своему характеру я не ведомая, а ведущая, но, чтобы я могла вести за собой других, Святому Духу нужно было поработать надо мной. Он поможет нам стать подобными Иисусу Христу, а затем нам нужно постараться жить так, чтобы свет Иисуса сиял через наши способности и качества. У меня было много

острых углов, поэтому Святому Духу потребовалось немало наждачной бумаги, чтобы сгладить их и сделать меня более покладистой.

Пытаясь стать «нормальной женщиной», что бы это ни значило, я хотела научиться шить. Думаю, моя семья рада, что я не преуспела в этом деле. Я также уговорила мужа завести огород, как у других знакомых мне женщин, которые возились с растениями, но, несмотря на все мои усилия, овощи погибали. Бог не станет помогать нам в том, что не поручал нам или к чему не дал способностей. Хотя шитьё и садоводство — это достойные восхищения занятия, это не то, чего ждал от меня Бог. Поэтому Он не благословлял мои усилия, и я так и не добилась в этом успехов.

Чем больше неудач я терпела в этих занятиях, тем хуже думала о себе. Разрушительный цикл попыток и провалов продолжался, пока я не нашла в себе достаточно смелости, чтобы быть самой собой. Все эти бесплодные усилия расстраивали меня, и я выплёскивала недовольство на людей, которых любила больше всего: на свою семью. Наконец-то я призналась себе в том, что ненавижу шитьё и садоводство. Когда я начала всерьёз спрашивать себя, что же я всё-таки люблю и хочу делать, я поняла, что мне нравится изучать Библию и проповедовать. Это был огромный шаг к тому, чтобы стать самой собой.

Бог не поможет вам стать кем-то другим. Он наделил вас способностью делать что-то особенное, нечто

такое, чего не делают остальные. Постарайтесь понять, что вам нравится, а затем наберитесь смелости делать это. Даже если этим делом никто до вас не занимался, то почему бы вам ни стать первопроходцем?

Я долго пыталась стать тем, кем не являюсь, и отрицала свою истинную сущность, а в результате перестала понимать свои подлинные желания. Кто я? Чего я хочу? Где моё место в грандиозном Божьем замысле?

Обнаружив своё истинное «я», вы почувствуете себя комфортно. Вы без труда будете исполнять роль, которую избрали, и приносить хорошие плоды. Притворяться кем-то другим — всё равно что носить слишком тесную одежду; в ней никогда не будет комфортно. А быть собой — словно носить очень удобную одежду и сидеть в своём любимом мягком кресле. Единственная роль, которая вам по-настоящему подойдёт, — это та, где вы будете собой.

Вы уже нашли своё место? Вам удобно быть собой? Как часто вы сравниваете себя с окружающими или пытаетесь стать кем-то другим? Задайте себе эти вопросы. Возможно, это поможет вам обнаружить своё истинное «я» и стать такой, какой задумал вас Бог!

Принятие себя

Мы все жаждем принятия и одобрения, но больше всего хотим, чтобы нас принимали такими, какие мы есть. Я поняла: чем больше я принимаю себя, тем

охотнее меня принимают другие. Когда мы отвергаем себя и пытаемся стать кем-то ещё, нас отвергают и другие. Мы получаем то, во что верим (Матфея 8:13), и наши мысли формируют реальность (Притчи 23:7).

Наши убеждения определяют наше поведение, а оно влияет на отношение к нам окружающих. Если мы демонстрируем уверенность, другие люди будут доверять нам. Если же нам не хватает уверенности, другие не будут доверять нам. Как работодатель я сталкивалась с обоими типами людей.

У меня была помощница, очень приятная женщина, но ей недоставало уверенности. В результате я не смогла оставить её на этой должности, потому что неуверенность мешала ей выполнять работу, которая от неё требовалась. У неё были способности, но ей не хватало уверенности, чтобы справляться с задачами.

Если хотите, чтобы люди вам доверяли, начните доверять себе. Теодор Рузвельт сказал: «Поверьте, что сможете, и половина пути уже пройдена».

Вы Божье дитя, а значит, можете быть уверенным человеком, зная, что Бог всегда рядом с вами и готов помочь вам осуществить всё необходимое.

Неприятие себя

Прежде чем принять себя, перестаньте себя отвергать. Генри Нувен, известный священник и писатель,

судя по всему, долго пытался найти своё истинное «я». Он писал: «За долгие годы я пришёл к выводу, что самая большая западня в нашей жизни — не успех, популярность или власть, а неприятие себя». Он также отметил: «Неприятие себя — самый большой враг духовной жизни, потому что оно противоречит голосу свыше, называющему нас возлюбленными».

Возлюбленные Богом — вот наша подлинная сущность, а противоречащие этой истине эпитеты — ложь. Если мы знаем о том, что мы возлюбленные Бога, у нас появится уверенность исполнять своё жизненное предназначение. Это может быть шитьё, садоводство или поездки по всему миру с проповедью Евангелия. Каким бы ни было наше призвание, важно не побояться исполнять его. Чтобы обрести исцеление своей души, нужно верить тому, что говорит о нас не мир, а Божье Слово. Когда наше время на этой земле подойдёт к концу, только мнение Бога будет иметь значение, поэтому не беспокойтесь чрезмерно о том, что думают о вас другие.

Мир даёт людям свои определения: душевно раненные, жертвы насилия или предательства, разведённые, бунтари, неполноценные и так далее. Мы принимаем эти ярлыки за истину и думаем, что мы такие и есть. Возможно, мы верим тому, что другие говорят о нас, потому что никогда не знали или забыли, что говорит о нас Бог.

Вот несколько отрывков Писания, показывающих, кто мы в глазах Бога:

«Вы же избранный народ, царские священнослужители, святой народ, принадлежащий Богу, особенный народ, которому надлежит возвещать о чудесных деяниях и являть добродетели и совершенства Того, кто призвал вас из тьмы в Свой дивный свет» (1 Петра 2:9).

Возможно, вы были в числе отвергнутых людей, но сейчас Бог говорит, что вы избранная, особенная, и через вас Он собирается являть Свои чудесные деяния и совершенства.

«Непрестанно думайте о том, что наверху (о высоком), а не о том, что внизу, на земле. Ибо [для мира] вы умерли, и ваша [новая, настоящая] жизнь сокрыта с Христом в Боге» (Колоссянам 3:2–3).

Понимаете? Ваша новая, настоящая жизнь сокрыта с Христом в Боге! У вас есть настоящая жизнь, истинное «я», которое можно найти только во Христе. Это истинное «я» родилось в тот момент, когда вы, приняв Иисуса как своего Спасителя, стали Божьим дитём.

«Облекитесь в свою новую природу (свою возрождённую сущность), созданную по образу Божьему [по Божьему подобию], в истинной праведности и святости» (Ефессянам 4:24).

Облекитесь в свою новую природу и станьте той, кем Бог призывает вас быть. Сделайте шаг веры и сбросьте с себя все старые ярлыки. Называйте себя

возлюбленной Бога, которая уверена в себе, принята Им и сильна в Нём.

Потеря своего истинного «я»

Сатана усердно старается, чтобы мы никогда не узнали о том, что мы возлюбленные дети Божьи, или чтобы в процессе жизни забыли об этой истине. Это равносильно потере памяти. Мы с Дэйвом иногда рассуждаем о том, каково приходится людям, перенёсшим амнезию. Только представьте, вы очнулись в больнице после аварии и кто-то спрашивает, как вас зовут, а вы не имеете понятия о том, кто вы.

В фильме «Идентификация Борна» Мэтт Деймон играет Джейсона Борна — бывшего оперативника спецназа, который страдает амнезией и пытается выяснить, кто он такой. Его путь к самому себе не слишком отличается от нашего.

В швейцарских горах Джейсон останавливает машину и едет в Париж с молодой девушкой по имени Мария. Он скрывается от полиции, но не понимает почему. Он не рассказывает о своей ситуации, пока его не охватывает чувство безысходности. В конце концов в ответ на простой вопрос девушки он поворачивается к ней и в отчаянии признаётся: «Я не знаю, кто я и куда направляюсь».

Джейсон Борн обладал необходимыми навыками, чтобы никого и ничего не бояться, но он не знал,

кто он такой, и им овладели страх и отчаяние. Происходит ли нечто подобное с вами или с кем-то из ваших знакомых? В таком же состоянии находилась когда-то и я. У меня была «амнезия»: я не знала, кем являюсь в Боге. Я не подозревала, что я Его возлюбленная.

Многие из нас от чего-то и куда-то бегут, но мы не поймём, куда нам направляться, если не узнаем, кто мы. Божьи отпечатки присутствуют повсюду в нашей жизни, и, если мы начнём искать Его, фрагменты сложатся в одну картину. Мы обнаружим, что наше истинное «я», наша подлинная личность, находится во Христе, и после этого поймём, куда двигаться.

Однажды я услышала историю о том, как известный проповедник посетил в больнице людей, страдавших от болезни Альцгеймера. Он поприветствовал пациентов, они были очень рады его видеть. Затем подошёл к одной женщине и спросил: «Вы знаете, кто я такой?» Она ответила: «Нет, но, если вы подойдёте к столику регистрации, вам скажут».

Может быть, это история о вас? Может быть, вы так долго спрашивали других о том, кто вы, что давно потеряли свою истинную личность? Не чувствуете ли вы себя так, словно у вас амнезия и вы отчаянно пытаетесь вспомнить, кто вы? Если да, то мне очень хорошо знакомо ваше состояние. Помню то время в своей жизни, когда я так сильно старалась быть похожей на других людей, что совершенно забыла, что нравится мне самой, чего я хочу и что мне нужно

делать. Я знала лишь то, что была очень несчастна. Стараясь угодить людям ради их одобрения, я потеряла саму себя.

В завершение хочу напомнить вам: вы новое творение во Христе; вы Его возлюбленная, уникальная, драгоценная и желанная. Вас ещё не было на свете, а Он уже возлюбил вас настолько, что умер вместо вас, взяв на Себя наказание за ваши грехи. Будь вы единственным человеком на земле, Он сделал бы это даже ради вас одной. Когда в следующий раз кто-то вас спросит, чем вы занимаетесь, вы можете назвать свою профессию или род деятельности, но не забывайте: вы гораздо больше того, что делаете, — вы возлюбленная Бога!

Инцест

Согласно исследованиям, 46 процентов подвергшихся изнасилованию детей, — жертвы членов своей семьи.

Источник: Patrick Langan and Caroline Harlow, *Child Rape Victims*, 1992 (Washington, DC: Bureau of Justice Statistics, US Department of Justice, 1994).

По подсчётам Дэвида Финкельхора, одного из ведущих социологов США, исследующих сексуальные преступления против детей, миллион американок — жертвы кровосмесительных отношений с отцом; ежегодно происходит ещё 16 000 новых случаев.

Источник: David Finkelhor, *The Dark Side of Families: Current Family Violence Research* (Newbury Park, CA: Sage Publications, 1983).

Инцест может иметь для жертв серьёзные долгосрочные последствия. По данным одного из исследований, женщины, ставшие жертвами домогательств

собственных матерей, в 60 процентах случаев имеют различные расстройства питания.

Источник: National Center for Victims of Crime and Crime Victims Research and Treatment Center, Rape in America: A Report to the Nation (Arlington, VA: National Center for Victims of Crime and Crime Victims Research and Treatment Center, 1992); Heidi Vanderbilt, Heidi, "Incest: A Chilling Report," Lears (February 1992): 49–77.

ПРИЛОЖЕНИЕ II
КТО ВЫ В ИИСУСЕ ХРИСТЕ

Я получила Духа премудрости и откровения к познанию Иисуса, очи моего сердца просветлены (Ефессянам 1:17–18).

Я получила силу Святого Духа, чтобы возлагать руки на больных, и они были здоровы, чтобы изгонять бесов и говорить новыми языками. Я обладаю властью над всей силой вражьей, и ничто не навредит мне (Марка 16:17–18; Луки 10:17–19).

Я сбросила с себя прежнего человека и облеклась в нового, который постоянно обновляется в познании, уподобляясь образу моего Создателя (Колоссянам 3:9–10).

Я даю, и мне даётся; мне отсыпают щедрой, утрясённой, спрессованной и переполненной мерой (Луки 6:38).

У меня нет ни в чём недостатка, потому что мой Бог восполняет все мои нужды, по богатству Своему в славе, Христом Иисусом (Филиппийцам 4:19).

Щитом веры я могу угасить все раскалённые стрелы лукавого (Ефессянам 6:16).

Всё могу в укрепляющем меня Иисусе Христе (Филиппийцам 4:13).

Я возвещаю совершенства Бога, призвавшего меня из тьмы в Свой чудный свет (1 Петра 2:9).

Я Божье дитя, ибо я возрождена от нетленного семени Божьего Слова, живого и пребывающего вовек (1 Петра 1:23).

Я Божье творение, созданное во Христе для добрых дел (Ефессянам 2:10).

Я новое творение во Христе (2 Коринфянам 5:17).

Я живу духом для Бога (Римлянам 6:11; 1 Фессалоникийцам 5:23).

Я верующая, и свет Евангелия сияет в моём разуме (2 Коринфянам 4:4).

Я исполняю Слово, и я благословенна в своих делах (Иакова 1:22, 25).

Я сонаследница с Христом (Римлянам 8:17).

Я всё преодолеваю благодаря Возлюбившему меня (Римлянам 8:37).

Я одерживаю победы кровью Агнца и словом своего свидетельства (Откровение 12:11).

Я сопричастна Его Божественной природе (2 Петра 1:3–4).

Я посланница от имени Христа (2 Коринфянам 5:20).

Я принадлежу к избранному роду, царственному священству, народу святому, взятому в удел (1 Петра 2:9).

В Иисусе Христе я праведна перед Богом (2 Коринфянам 5:21).

Я храм Святого Духа, я не принадлежу себе (1 Коринфянам 6:19).

Я голова, а не хвост, я на высоте, а не внизу (Второзаконие 28:13).

Я свет миру (Матфея 5:14).

Я Божья избранная; я исполнена милосердия, благодати, кротости и долготерпения (Римлянам 8:33; Колоссянам 3:12).

Я омыта кровью Иисуса, и мои грехи прощены (Ефессянам 1:7).

Я избавлена от власти тьмы и введена в Божье Царство (Колоссянам 1:13).

Я искуплена от клятвы греха, болезни и нищеты (Второзаконие 28:15–68; Галатам 3:13).

Я укоренена, утверждена и укрепена в вере и преуспеваю в ней с благодарением (Колоссянам 2:7).

Я призвана Богом быть гласом Его хвалы (Псалом 65:8; 2 Тимофею 1:9).

Я исцелена ранами Иисуса (Исаия 53:5; 1 Петра 2:24).

Я воскрешена с Христом и посажена на небесах (Ефессянам 2:6; Колоссянам 2:12).

Бог возлюбил меня великой любовью (Римлянам 1:7; Ефессянам 2:4; Колоссянам 3:12; 1 Фессалоникийцам 1:4).

Я укрепляюсь всякой силой по могуществу Его славы (Колоссянам 1:11).

Молитва покаяния

Бог любит вас и хочет, чтобы у вас с Ним были близкие, крепкие отношения. Если вы ещё не приняли Иисуса Христа как своего Господа и Спасителя, вы можете сделать это прямо сейчас. Откройте для Него своё сердце и произнесите эту молитву:

«Отец, я знаю, что согрешила против Тебя. Пожалуйста, прости меня. Очисти меня. Я обещаю верить в Иисуса, Твоего Сына. Я верю, что Он умер за меня; Он взял на Себя мои грехи, умирая на кресте. Я верю, что Он воскрес из мёртвых. И прямо сейчас я отдаю Ему свою жизнь. Спасибо, Отец, за дар прощения и вечной жизни. Пожалуйста, помоги мне жить для Тебя. Во имя Иисуса. Аминь».

Если вы помолились от всего сердца, Бог принял вас, очистил и освободил от оков духовной смерти. Прочитайте и изучите нижеприведённые места Писания и попросите Бога помочь вам слышать Его голос, ведь теперь у вас начинается новая жизнь с Ним.

Иоанна 3:16	1 Коринфянам 15:3–4
Ефесянам 1:4	Ефесянам 2:8–9
1 Иоанна 1:9	1 Иоанна 4:14–15
1 Иоанна 5:1	1 Иоанна 5:12–13

Попросите Бога помочь вам найти хорошую церковь, где проповедуется здоровое библейское учение, где вы могли бы лучше узнавать Христа и духовно возрастать. Бог всегда с вами. Он будет направлять вас каждый день и покажет вам, как вести ту изобильную жизнь, которую Он вам предопределил.

Об авторе

Джойс Майер — известный во всём мире учитель Божьего Слова. Её теле- и радиопрограмма «Жизнь, полная радости» выходит в эфир на сотнях телеканалов и радиостанций по всему миру.

Джойс написала более 100 вдохновляющих книг, среди которых такие бестселлеры, как «Окажите себе услугу — научитесь прощать», «Сила мыслей», «Разум — поле сражения», «Украшение вместо пепла», «Никогда не сдавайтесь!».

Ежегодно Джойс проводит много конференций по всему миру, которые посещают сотни тысяч людей.

Дорогая читательница! Нам очень хотелось бы узнать, как эта книга помогла вам и какие перемены принесла. Сообщите нам об этом, пожалуйста. Также вы всегда можете обратиться к нам с молитвенными нуждами, и мы с радостью поддержим вас в молитве.

НАШИ КОНТАКТЫ:

РОССИЯ

УК «МЕДИА-МИР»,
Джойс Майер,
а/я 789, г. Москва,
Россия, 101000
+7 (495) 727-14-68
jm@joycemeyer.ru
joycemeyer.ru

УКРАИНА

МБО «Медиа Мир Инт.»,
Джойс Майер,
а/я 355, г. Киев-1,
Украина, 01001
+38 (044) 451-83-12
info@joyce-meyer.org.ua
joyce-meyer.org.ua

Электронные книги Джойс Майер можно
заказать бесплатно на странице сайта:
joycemeyer.ru/ebooks

Программы Джойс Майер можно смотреть
на нескольких десятках языков на сайте:
tv.joycemeyer.org



facebook.com/joycemeyerministriesrussian



vk.com/jmmrussia

Приглашаем вас на официальные страницы «Служения Джойс Майер» в соцсетях «Фейсбук» и «ВКонтакте»! Мы верим, что наши страницы станут для вас ещё одним отличным источником огромной духовной поддержки, познания Бога и библейских истин. Заходите, будем всегда вам рады!



instagram.com/joycemeyerrussian

Заходите и на нашу страницу в «Инстаграме»! Надеемся, наши публикации будут поднимать вам настроение, а фотографии и мудрые высказывания в картинках — укреплять веру.



youtube.com/c/СлужениеДжойсМайер

Приглашаем вас на канал «Служения Джойс Майер» на «Ютубе»! Здесь вы всегда можете посмотреть программы Джойс Майер «Жизнь, полная радости», а также другие интересные и вдохновляющие видеоматериалы Служения! Мы регулярно добавляем новые программы и ролики, которые будут делать вашу христианскую жизнь успешнее. Ждём вас!



На пути к исцелению души

В этой книге Джойс Майер на примере пережитых ею страданий раскрывает тему душевного исцеления и объясняет, как встать на путь, ведущий к исцелению от душевных ран. Вы узнаете о том, как преодолеть различные преграды, которые могут встретиться вам на этом пути. Бог безгранично любит вас и желает исцелить все ваши раны. Книга «На пути к исцелению души» станет вашим первым шагом к тому чудесному и радостному будущему, которое предопределил для вас Бог.

УК «МЕДИА-МИР», ДЖОЙС МАЙЕР,
А/Я 789, Г. МОСКВА, РОССИЯ, 101000

+7 (495) 727-14-68

f JOYCEMEYERMINISTRIESRUSSIAN
vk JMMRUSSIA
@ JOYCEMEYERRUSSIAN

YouTube С/СЛУЖЕНИЕДЖОЙСМАЙЕР
✉ JM@JOYCEMEYER.RU
🏠 JOYCEMEYER.RU