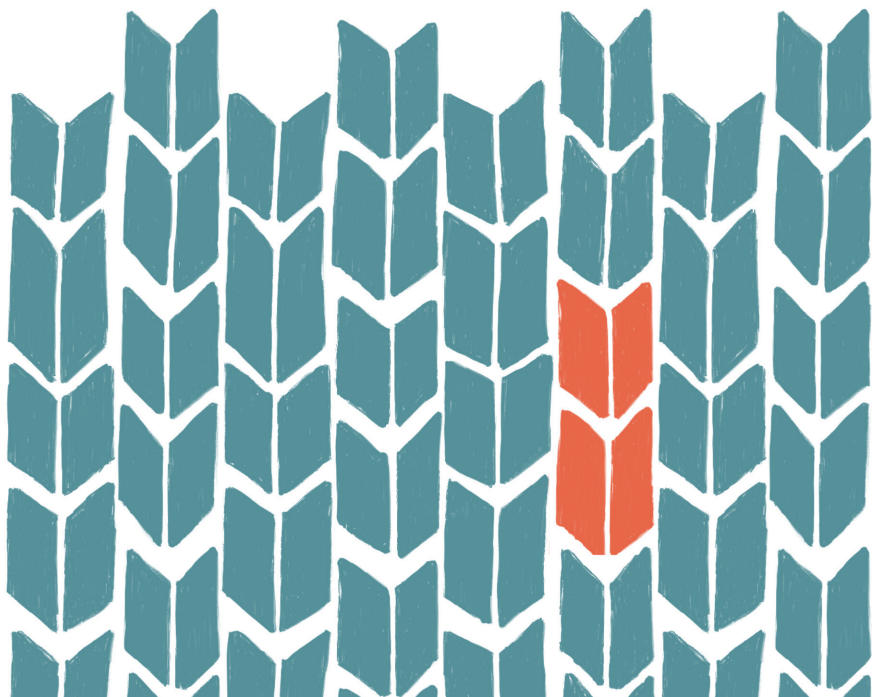




Надежда

посреди невзгод

Джойс Майер



Цитаты из Писания взяты из Синодального перевода Библии, если не указано иное.

Цитаты из Писания, отмеченные буквами АМРС, переведены из Классического издания Расширенного перевода Библии (Amplified Bible, Classic Edition). Copyright © 1954, 1958, 1962, 1964, 1965, 1987 by The Lockman Foundation. Используются с разрешения издательства.

Цитаты из Писания, отмеченные буквами NIV, переведены из Новой международной версии Библии (The Holy Bible, New International Version). Copyright © 1973, 1978, 1984, 2011 by Biblica, Inc.

Используется с разрешения издательства. Все права защищены.

Надежда посреди невзгод

© 2022, Джойс Майер

© УК «Медиа-Мир», Москва

Russian

Перевод: Долбина Виктория

Редакция, коррекция: Толубенко Ольга

Вёрстка: Афанасьева Алина

Hope for Difficult Times

© 2021 Joyce Meyer Ministries

Printed in the United States of America.

ISBN 978-1-951225-27-8

Joyce Meyer Ministries

P.O. Box 655

Fenton, Missouri 63026

joycemeyer.org

Все права защищены. Запрещено копирование и/или использование данной книги и любых отрывков из неё без письменного согласия издателя, за исключением коротких цитат в рецензиях.

Надежда посреди невзгод

Джойс Майер

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	5
ГЛАВА 1 Исполненные надежды.....	8
ГЛАВА 2 Что делать, если вы зашли в тупик.....	13
ГЛАВА 3 Выбирайте позитивный настрой.....	19
ГЛАВА 4 Доверяйте Богу посреди житейских бурь.....	23
ГЛАВА 5 «Вот, творю всё новое».....	28
ГЛАВА 6 Когда болит душа, смотрите вверх	34
ЗАКЛЮЧЕНИЕ Вы переживаете нелёгкие времена?	40

Предисловие

Я очень рада, что вы решили прочитать эту книгу. Возможно, сейчас вы страдаете или отчаянно пытаетесь справиться с житейскими невзгодами. Мне неизвестно, что конкретно происходит в вашей жизни, но одно я знаю наверняка:

Вы не одиноки. Бог любит вас, и мы тоже!

Я написала эту книгу для того, чтобы ободрить вас и наполнить ваше сердце надеждой. Я хочу, чтобы вы знали, что прямо сейчас, несмотря на все трудности, через которые вы проходите, Бог на вашей стороне и для Него нет ничего невозможного (см. Луки 1:37). Он приготовил для вас чудесное будущее и уже сейчас делает всё необходимое, чтобы помочь вам (см. Иеремия 29:11).

Может быть, в вашей жизни произошла трагедия, вы разочарованы и не знаете, как собраться с силами и продолжать идти вперёд. Или у вас проблемы со здоровьем и нет возможности пройти обследование у врача. Мне хорошо известно, что в мире много людей, которые едва сводят концы с концами и не всегда уверены, что завтра смогут раздобыть еду.

Сталкиваясь с серьёзными трудностями, мы нередко падаем духом, нам хочется всё бросить и сдаться. Но самое лучшее, что мы можем сделать в подобной ситуации, — это довериться Богу и не терять надежду. Что же такое надежда? Надежда — это уверенное ожидание того, что в любую минуту с нами может произойти что-то хорошее. Она тесно связана с нашей верой и настроением. Когда мы полны надежды, наша жизнь наполняется радостью и миром.

Враг постоянно стремится внушить нам ощущение безысходности, убедить нас в том, что всё потеряно и ничего хорошего в нашей жизни больше не будет. Но Бог желает, чтобы мы жили с надеждой, доверяя Ему и ожидая от Него благословений. В Библии сказано, что Он Бог надежды, полный милости и дающий нам возможность всё начать с чистого листа (см. Римлянам 15:13).

По причине пережитого в детстве сексуального, вербального и эмоционального насилия со стороны отца я, став взрослой, никогда не ждала от жизни ничего хорошего. Со мной случилось столько всего плохого, что, даже будучи христианкой, я постоянно жила в ожидании неприятных сюрпризов. Могу со всей честностью сказать, что Бог превратил меня из негативно настроенной пессимистки в человека, полного надежды и каждую минуту ожидающего проявления Его доброты. Понемногу Он помог мне осознать силу надежды и то, как она влияет на мои мысли, слова, отношение к происходящему и каждую сферу моей жизни. Сейчас, когда я сталкиваюсь с серьёзными трудностями или терплю неудачу, я продолжаю держаться за надежду, зная, что Бог обратит любые обстоятельства мне во благо.

Возможно, вы извели немало страданий, разочарований и неудач и не представляете, каким образом ваша жизнь может стать лучше. Враг пытается убедить вас в том, что ничто никогда не изменится. Однако Бог хочет, чтобы вы знали: Он вас любит и, если вы Ему доверяете, Он может взять любые ваши проблемы и сотворить из них чудо. Ваша задача — никогда не оставлять надежду и ждать проявлений Его доброты в любую минуту.

На страницах этой книги вы найдёте важные принципы, которые открыл мне Бог и которые помогут вам

укрепиться в вере и усвоить совершенно новый подход к жизни. Я часто говорю, что человек, исполненный надежды, верящий Божьему Слову и отказывающийся сдаваться, непобедим. Если вы научитесь доверять Богу посреди жизненных бурь, Он наполнит вашу жизнь невероятным миром и радостью и обратит любую ситуацию вам во благо.

Мне неизвестно, через что вам довелось пройти в течение жизни и что происходит с вами сейчас. Но я точно знаю, что Бог очень вас любит, заботится о вас и хочет помочь вам (см. Римлянам 8:38–39; Псалом 32:18). Он Бог всякой надежды; Он может обратить во благо ваши скорби и невзгоды.

Глава 1

Исполненные надежды

Иногда я говорю, что мы — поколение скептиков.

Мы не привыкли принимать на веру то, чего не видим. Большинству из нас бывает трудно поверить в то, что Бог уже работает над решением наших проблем, если мы не видим каких-либо внешних проявлений этого.

Но Бог именно так и действует. Он трудится за кулисами. Возможно, вы пока не видите никаких изменений, но верите ли вы, что Бог уже сейчас занимается вашей ситуацией? Верите ли вы, что у Него есть прекрасный замысел, касающийся ваших детей, вашего брака и того, о чём вы молились в течение многих лет? В книге Иеремии 29:11 сказано, что Бог имеет для вас намерения во благо, *чтобы дать вам будущность и надежду*. Иными словами, Бог ищет возможность проявить к вам доброту и принести благополучие!

Возможно, вам трудно представить себя человеком, полным оптимизма, веры и надежды. Если это так, то я вас прекрасно понимаю! Некоторые люди боятся надеяться на что-то, потому что испытали множество разочарований и думают, что не готовы снова пережить боль. Но наш Бог надежды полон милости — Он всегда поможет нам всё начать с чистого листа (см. Римлянам 15:13). С Ним никогда не поздно снова начать верить, предвкушать, надеяться и уповать.

БОЛЬШИЕ НАДЕЖДЫ

Одно из определений надежды — это «уверенное ожидание чего-то благоприятного». На мой взгляд, мы часто выбираем пассивный подход «поживём — увидим» и ждём, когда что-то изменится или произойдёт само собой. Однако Бог хочет, чтобы у нас было активное ожидание. Мы должны ждать с уверенностью и предвкушением, что Бог совершит в нашей жизни что-то хорошее.

Хочу спросить вас: «Чего вы ожидаете?» Какие картины рисуете в своём воображении? Какие слова произносите, говоря о будущем? Просыпаясь утром, думаете ли вы: «Попытаюсь пережить очередной день»? Или вы встаёте с радостным ожиданием того, что именно сегодня может произойти прорыв, которого вы так долго ждали?

Когда женщина беременна, говорят, что она ожидает ребёнка. Чем больше срок беременности, тем волнительнее для неё становится ожидание появления на свет младенца.

Все мои беременности были необычными, поскольку я вынашивала каждого из своих четверых детей на месяц дольше положенного срока. Мой врач заметил, что я единственная женщина на его памяти, у которой беременность длится как у слона.

К концу беременности я просыпалась каждое утро и говорила себе: «Сегодня тот самый день. Сегодня это точно случится!» У меня были собраны все необходимые вещи. Я постоянно тщательно всё перепроверяла, убеждаясь, что всё в порядке. Я ожидала, что роды могут начаться в любую минуту. Каждый раз, почувствовав боль в области живота, я думала: «Наконец-то! Началось!»

Именно такого настроения ждёт от нас Бог. У Него есть замечательный замысел для вашей жизни, и Он хочет, чтобы вы жили в постоянном ожидании чего-то хорошего. Надежда говорит: «Мои дела шли неважно долгое время, но Бог может совершить невозможное, и всё изменится».

ВЫ ПЛЕННИК НАДЕЖДЫ?

Как я уже говорила, когда-то я была очень негативно настроена по отношению ко всему. Для меня стакан практически всегда был наполовину пустым. В любой ситуации я видела лишь минусы. Это объясняет то, почему я была такой несчастной. Сомнения и негативный настрой приводят нас в уныние, а надежда приносит радость!

Надежда подразумевает позитивное мышление и настрой. Человек, имеющий надежду, не воспринимает жизнь в мрачных тонах. Он прекрасно осознаёт житейские невзгоды и умеет с ними справляться, не теряя при этом оптимизм и надежду в своих мыслях, в отношении к окружающему миру и в общении с людьми.

Зачастую мы ждём, что оптимизм и надежда придут сами по себе. Однако надежда — это наше сознательное решение хранить позитивный настрой и не идти на поводу у своих эмоций. Если мы твёрдо решим мыслить позитивно и жить с надеждой, наши эмоции в конечном счёте подстроятся под это решение.

Мне очень нравится Захария 9:12. Господь говорит: «Возвращайтесь в крепость [безопасности и процветания], вы, пленники надежды! Сегодня Я возвещаю, что восстановлю твоё прежнее богатство в двойном размере» (АМРС). Что значит быть пленником надежды?

Независимо от того что происходит в нашей жизни, мы не теряем надежду и не перестаём доверять Богу, который способен справиться с любой ситуацией. Когда вы становитесь пленником надежды, враг не знает, что ему делать. Он может забрасывать вас негативными мыслями, но у него нет власти, чтобы причинить вам вред, если вы продолжаете доверять Богу.

Бог хочет благословить вас и вознаградить в двойном размере за пережитую в прошлом боль и всё, что вы утратили (см. Исаия 61:7). Но и от вас кое-что зависит — вам нужно верить, доверять и надеяться.

ПОРА БРОСИТЬ ЯКОРЬ

В Послании к Евреям 6:19 сказано: «Она [надежда] — это надёжный и крепкий якорь нашей души [который не может выскользнуть из рук и выдержит любое давление]» (АМРС). Давайте внимательнее взглянем на этот стих. Мы все прекрасно представляем себе якорь. Если мы хотим, чтобы корабль оставался в одной точке, мы бросаем якорь, который и удерживает судно в желаемом месте. Здесь говорится о том, что надежда — якорь для души. Душа включает в себя разум, волю и эмоции. Это всё то, о чём мы думаем, к чему стремимся и что мы чувствуем.

Что же это значит? Когда мы не видим никакого про света, когда всё представляется бессмысленным, когда нам кажется, что Божьи обетования никогда не осуществятся, надежда является якорем, который служит нам опорой и говорит: «Держись! Всё это непременно случится!»

Далее сказано, что надежда является для нас якорем, который «не может выскользнуть из рук и выдержит любое давление». Надежда побуждает нас решительно

идти вперёд. Некоторые люди не видят проявления Божьей силы и исполнения Божьих обетований, потому что боятся сделать шаг веры. А ведь именно шаги веры запускают процесс осуществления Божьих обетований.

Позвольте привести пример. Вот уже более сорока лет я путешествую по миру и проповедую Божье Слово. Но до сих пор бывают моменты, когда перед конференцией я начинаю сомневаться в своём помазании, квалификации и готовности делать то, что от меня ожидается. Перед выходом на сцену я мысленно говорю: «Господь, я надеюсь, что Ты проявишь Себя, иначе я не справлюсь». Я делаю шаг и совершаю то, к чему Он призвал меня, и Господь всегда поддерживает меня и помогает мне проповедовать Своё Слово. Он ни разу меня не подвёл!

Возможно, Бог ждёт, когда вы начнёте действовать, опираясь на якорь надежды. Он хочет, чтобы вы делали то, что зависит от вас, и тогда Он сможет проявить Свою силу в вашей жизни и совершить чудо. Не позволяйте обстоятельствам сбить вас с пути. Бросьте якорь и опирайтесь на прочное основание надежды. Если вы возложите надежды на Бога, *вы не будете разочарованы.*

Глава 2

Что делать, если вы зашли в тупик

Вы когда-нибудь оказывались в безвыходном положении? Казалось ли вам, что вы зашли в тупик и у вас не осталось никаких вариантов? Со мной такое случалось много раз, и я уверена, это можно сказать о большинстве людей. Но я очень благодарна Богу за то, чему Он научил меня за все эти годы: даже в самой безнадёжной ситуации нужно помнить, что для Него нет ничего невозможного.

Давайте рассмотрим историю Иосифа из книги Бытие (см. Бытие, главы 37–50). В Библии сказано, что из двенадцати сыновей своего отца он был любимым сыном, из-за чего его братья завидовали ему. Однажды Иосиф рассказал братьям свой сон, в котором все они поклонились ему. Нет нужды говорить, что это не привело ни к чему хорошему. Братья посовещались и сговорились избавиться от Иосифа. Сначала они бросили его в глубокую яму, чтобы он там умер. Затем они решили продать его в рабство проходящим мимо торговцам-измаильтянам, после чего придумали план, как убедить отца в смерти Иосифа.

Как вы, скорее всего, знаете, история эта завершилась невообразимым, замечательным образом. Иосиф стал вторым по важности человеком в Египте после фараона, воссоединился со своей семьёй и простил

братьев. Всё, что произошло с Иосифом, является подтверждением того, что, невзирая на любые трудности, надежда остаётся всегда. Вы способны осуществить предназначение, данное вам Богом, потому что с Богом возможно всё!

В этой истории я хотела бы сосредоточиться на том периоде, который отделял нахождение в яме от пребывания во дворце. За это время жизнь Иосифа несколько раз резко изменилась. Но у него было одно качество, которое помогло ему всё преодолеть, — долготерпение. Иосиф верил Богу, поэтому никогда не сдавался!

СДАТЬСЯ — ЭТО НЕ ВЫХОД

На протяжении жизни мы можем не раз оказаться в подобной яме. Это может быть болезнь, финансовые трудности, проблемы в отношениях или что-то другое. Что бы ни происходило, примите твёрдое решение не сдаваться ни при каких условиях. Помните: прежде чем у нас появится чудесное свидетельство о том, как Бог помог нам, нужно пройти испытания. Иисус сказал нам: «В мире вы будете сталкиваться с бедами, испытаниями, страданиями и разочарованиями, но не падайте духом [мужайтесь; не унывайте, не бойтесь]! Я победил мир. [Я лишил его власти причинять вам вред и покорил его для вас]» (Иоанна 16:33; АМРС).

Так или иначе, трудные времена бывают у всех. Порой у вас будет возникать желание сдаться. Но если вы не опустите руки и будете доверять Богу в любых обстоятельствах, Он сможет изменить вашу ситуацию к лучшему. Он способен взять что-то плохое и обратить это нам во благо (см. Римлянам 8:28).

В 1941 году во время визита в школу Хэрроу Уинстон Черчилль произнёс небольшую речь перед

выпускниками и сказал: «Никогда не сдавайтесь, никогда, никогда, никогда, никогда! Ни в большом, ни в малом, ни в великом, ни в незначительном — не сдавайтесь никогда». Я не знаю, говорил ли он в тот день что-либо ещё, но я уверена, что сегодня Дух Святой повторяет эти слова многим из нас: «Не сдавайся, потому что у Бога припасено для тебя много хорошего!»

Когда дела идут неважно, у нас возникает искушение опустить руки и сдаться. Некоторые люди чувствуют, что зашли в тупик и не могут двигаться дальше. Им кажется, что проще всего было бы отступить и сдаться. Они могут считать, что недостаточно умны или талантливы для чего-то. Возможно, в прошлом они пережили какую-то травму, часто терпели неудачи или совершали серьёзные ошибки.

Однако Дух Святой даёт нам силу и способность держаться до конца и продолжать идти вперёд к победе, даже если всё выглядит не так, как мы планировали. Неудача не означает, что у нас не остаётся никаких вариантов. Мы можем извлекать уроки из своих ошибок. Наша собственная история является превосходным учителем. Если у вас ничего не получилось, попробуйте ещё раз. Таким образом вы выясните, что работает, а что нет, и будете от этого отталкиваться. Вы сможете превратить препятствие в возможность стать мудрее и духовно возрасти.

Бог хочет, чтобы у нас была счастливая жизнь, но от нас требуются доверие и долготерпение. Дух Святой помогает нам делать один шаг веры за другим, постепенно приближая нас к той чудесной реальности, которую Бог приготовил для каждого из нас. Наша задача — делать эти шаги *и никогда не сдаваться!*

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ СТРАДАЕТЕ

Когда вы находитесь в «яме», ваш настрой играет большую роль. Помните, что это время испытаний, время, когда закаляется ваш характер. Я ещё называю этот период «годы молчания», поскольку в это время вы можете чувствовать, что в вашей жизни ничего особенного не происходит. А возможно, вы пережили множество страданий и потрясений и вам кажется, что Бог не хочет вмешаться и помочь. В такие периоды важно продолжать доверять Ему, поскольку Он работает над вашим сердцем, чтобы ещё больше уподобить вас Христу.

Итак, что делать, если вы застряли в яме?

- *Не сдавайтесь!* Не впускайте в свой разум мысль о том, что из вашей ситуации нет выхода. Иисус — это путь. Пришло время приблизиться к Нему и следовать за Ним.
- *Не вините ни в чём Бога и не думайте, что Он наказывает вас за какие-то грехи.* В действительности, Он использует эту ситуацию, чтобы изменить что-то в вашей жизни. И хотя это не всегда бывает приятно, помните, что у Него всегда благие намерения в отношении вас.
- *Поступайте правильно, даже когда вы страдаете, когда ваши дела идут неважно или когда окружающие плохо с вами поступают.* Делайте как можно больше хорошего для других и как можно чаще.
- *Не замыкайтесь в себе, обижаясь на весь мир, и не избегайте общения с окружающими.* Помните: вы можете быть либо жалким, либо духовно сильным, но быть тем и другим одновременно невозможно. Зача-

стую в такие периоды Бог может задействовать других людей, чтобы ободрить вас.

- *Держите своё слово и ответственно относитесь к взятым на себя обязательствам.* Этот период нужен для формирования характера: вы проходите необходимую подготовку, чтобы затем занять своё место во «дворце».
- *Продолжайте верить.* Не теряйте надежду на то, что Бог сможет изменить вашу ситуацию к лучшему!

СТРЯХНИТЕ С СЕБЯ ГРЯЗЬ

Возможно, вам знакома поучительная история об осле, провалившемся в яму. Увидев, что случилось, хозяин осла немного поразмыслил и, видя, что яма слишком глубока, а осёл уже слишком старый, решил оставить его там и засыпать землёй. Он позвал на помощь своих соседей, и они взялись за лопаты и принялись забрасывать землю в яму.

До смерти перепуганный осёл сначала издавал страшный визг, но через какое-то время притих. Хозяин заметил это и решил, что тот умер. Однако, заглянув вниз, он увидел, что осёл жив. Каждый кусок земли, падавший на его спину, осёл стряхивал с себя и приминал ногами, становясь поверх насыпанной земли. Через несколько часов земли оказалось достаточно, чтобы выбраться из ямы.

Мы можем кое-чему научиться у этого осла. Жизнь время от времени швыряет в нас комья грязи. Это может быть связано с нашими взаимоотношениями, финансами или здоровьем. Такие периоды даются нам, чтобы научиться следовать водительству Духа Святого. Он покажет, как стряхнуть с себя грязь и подняться наверх, и, когда вы сделаете очередной шаг на пути из ямы

ко дворцу, Он даст вам краешком глаза увидеть те блага, что ждут вас впереди.

На протяжении жизни у нас всегда будут препятствия, проблемы и трудности, которые нам придётся преодолевать. Но нам всегда даётся второй шанс и возможность начать всё с чистого листа. Никогда не бывает слишком поздно. Главное — не сдавайтесь! Если вы будете исполнять свою часть работы и делать то, что зависит от вас — крепко держаться за надежду, смело идти вперёд и всегда уповать на Бога, — Он будет верен и совершит то, что вам не по силам.

Итак, если вы зашли в тупик и не знаете, что делать, не оставляйте надежду, ведь именно сейчас у вас появляется прекрасная возможность начать всё с чистого листа.

Глава 3

Выбирайте позитивный настрой

Из-за того, что в детстве со мной жестоко обращались, у меня выработался страх перед будущим; мне всё время казалось, что вот-вот произойдёт что-то ужасное. Возможно, вы понимаете, что я имею в виду. Со мной случилось столько всего плохого, что, даже будучи христианкой, я постоянно жила в ожидании неприятностей.

Помню, как однажды утром я в молитве спросила у Бога: «Что это? Почему это чувство преследует меня?» Я услышала в своём сердце Его ответ: «Это дурные предчувствия». Я никогда не задумывалась над этим выражением, но несколько дней спустя обнаружила, что в книге Притчей 15:15 сказано: «Все дни отчаявшихся и удручённых мрачны [омрачены тревожными мыслями и дурными предчувствиями], а у весёлого сердца — вечный пир [невзирая на обстоятельства]» (АМРС).

У каждого из нас бывают нелёгкие времена, и, когда они наступают, нас одолевает страх перед будущим, тревога или мрачные предчувствия. Но посреди всех невзгод нам нужно научиться держаться за Бога и Его Слово. Мы можем высвободить веру, говоря: «Я знаю, что Бог любит меня. Он позаботится обо мне и защитит от любых напастей. Я верю, что Он даст мне благодать и силу, чтобы я мог справиться со всем, что от меня требуется, и всё это в итоге приведёт к чему-то хорошему».

ПРОГОНИТЕ ОПАСЕНИЯ!

Бог не желает, чтобы мы были несчастными или чтобы мы считали ужасом те дни, когда наши дела идут не так, как нам бы того хотелось. Он хочет, чтобы мы всегда ожидали хорошего и оставались наполненными надеждой независимо от обстоятельств. И вот два слова, которые помогут вам в этом: *прогоните опасения*.

Что такое опасение? Это ожидание чего-то плохого или неприятного. Это полная *противоположность* надежде. Я думаю, что многие люди, сами того не осознавая, целыми днями чего-то опасаются и о чём-то переживают. Им неприятны мысли о том, что им придётся идти на работу, стоять в пробках, мыть посуду, стирать, полоть траву, готовить ужин и так далее.

Опасения могут украсть у нас радость и испортить нам день. Они способны лишить нас надежды. Я советую вам перестать мучиться из-за того, с чем вы ничего не можете поделать. Примите решение оставаться счастливым и позвольте Богу позаботиться о ваших обстоятельствах!

В любой ситуации нам полезно сохранять такой настрой: «Я смогу сделать всё, что нужно, и не перестану радоваться жизни независимо от происходящего. Я не планировал этого, но я знаю, что Бог может обратить всё происходящее мне во благо».

Поверьте, я не имею ввиду, что этот подход всегда будет избавлять вас от проблем. Но если вы перестанете всего опасаться, это, безусловно, сделает вашу жизнь лучше!

НАХОДИТЕ РАДОСТЬ В МЕЛОЧАХ

Как правило, победоносная жизнь начинается с преодоления не каких-то серьёзных трудностей, а мелочей. Господь хочет, чтобы успех и радость наполняли нашу жизнь, и важным условием этого является умение про-

гонять опасения. Наш позитивный настрой и надежда существенно изменят дело!

Несомненно, нам встретятся трудности и неприятности, однако они не должны делать нас несчастными или портить наш день. Всё действительно зависит от нас и от того, какой настрой мы предпочтём.

Удивительно, как хорошо нам порой удаётся жалеть себя и портить прекрасный день себе и другим. Поверьте мне, я это знаю — я неплохо изображала мученицу, когда дело доходило до работы по дому. Я часто ходила по дому недовольная, ворча себе под нос: «Всем удобно, что я всё делаю за них. Дэйв постоянно играет в гольф, а дети устраивают беспорядок. Я должна им готовить, мыть посуду и стирать их вещи. Интересно, а обо мне кто-нибудь позаботится?!»

По правде говоря, никто не заставлял меня делать всё это. Я сама так решила, потому что люблю свою семью. Однако я редко получала удовольствие, потому что была негативно настроена, и это был мой собственный выбор.

Вам это знакомо? Возможно, ваша ситуация не связана с работой по дому, но у всех нас время от времени возникает желание пожалеть себя и попереживать из-за той или иной ситуации.

Поверьте, даже когда с нами происходит что-то неприятное или неудобное для нас, мы можем сохранять позитивный настрой. Тем самым мы покажем, что находимся в согласии с Богом, потому что у Бога всегда позитивный настрой.

СОСРЕДОТОЧЬТЕСЬ НА ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ МОМЕНТАХ

Я часто предлагаю людям поиграть в игру под названием «Я рад». В чём её суть? Когда вы сталкиваетесь

с негативной ситуацией, начните целенаправленно искать в ней положительные моменты.

Например, вы застряли в пробке. Скажите: «Я двигаюсь очень медленно и опаздываю, но, возможно, Бог уберёт меня от аварии, которая могла бы произойти, если бы я ехал быстрее». Это относится к любой ситуации, серьёзной и не очень. Даже если дело касается потери работы, поищите в этом что-то позитивное и скажите себе: «Я остался без работы, и сейчас у меня есть прекрасная возможность понаблюдать за тем, как Бог найдёт мне работу, которая будет гораздо лучше прежней».

В Библии сказано: «Господь ждёт возможности [желает, стремится] помиловать вас... проявить милосердие, любовь и доброту к вам» (Исаия 30:18; АМРС). Независимо от того, с чем вы сталкиваетесь на своём пути, у Бога есть замечательный план, как сделать вашу жизнь лучше. Этот план полон надежды и благословений. Я призываю вас согласиться с Ним. Проживайте каждый день с позитивным настроением и прогоните опасения. И тогда, я уверена, ваша жизнь будет приносить вам радость.

Глава 4

Доверяйте Богу посреди житейских бурь

За долгие годы я хорошо усвоила: одно дело — доверять Богу, когда ждёшь от Него ответа или каких-то перемен в жизни, и совсем другое дело — доверять Ему, когда сталкиваешься с нелёгкими испытаниями.

Я часто нахожу утешение, читая книгу Исаии 43:2–3, где сказано: «Будешь ли переходить через воды, Я с тобою, — через реки ли, они не потопят тебя; пойдёшь ли через огонь, не обожжёшься, и пламя не опалит тебя. Ибо Я Господь, Бог твой...»

Когда вы переживаете трудные времена, важно помнить, что Бог всегда рядом с вами и вы можете рассчитывать на то, что Он поможет вам пережить это. Например, трудно сохранять веру, когда не можешь разобраться в происходящем или когда жизнь кажется несправедливой. Это особенно тяжело, когда делаешь всё необходимое, но при этом не видишь нужного результата.

А как насчёт такой ситуации: вы видите, что какой-то человек ведёт себя неправильно, но при этом добивается успеха в отличие от вас! Вы не раз будете оказываться в таких ситуациях, когда вам будет казаться, что почва уходит из-под ног, что вам не на что больше опереться и что единственный выход — довериться Богу и держаться за Него.

Я на собственном опыте убедилась, что подобные периоды идут нам на пользу. Когда всё кажется

ненадёжным и нестабильным, Бог использует обстоятельства, чтобы мы приблизились к Нему и крепко ухватились за скалу нашего спасения, которую невозможно сдвинуть или поколебать, — за Иисуса Христа! (См. Псалом 61:3, 7.)

ТРУДНОСТИ ПРЕДНАЗНАЧЕНЫ ДЛЯ РОСТА

Это может показаться странным, но я пришла к выводу, что испытания и трудности могут быть нашими хорошими друзьями. Почему это так? Господь использует их, чтобы научить нас чему-то, подготовить и помочь духовно возрасти, когда другие методы не срабатывают.

В Послании Иакова 1:2–3 говорится: «Считайте это великой радостью, братья, когда вы сталкиваетесь с разного рода испытаниями или впадаете в различные искушения. Поймите и поверьте, что испытание вашей веры вырабатывает стойкость, упорство и терпение» (АМРС). Испытания и страдания не исходят от Бога, но Он использует их, чтобы сделать нас сильнее, помочь нам обрести мир в сердце, уверенность и жить полноценной жизнью.

Трудности заставляют нас развиваться и становиться теми, кем мы хотим быть. Когда мы сталкиваемся с ситуацией, которая превышает нашего понимания, это помогает нам довериться Богу, поскольку мы видим, что неспособны справиться со всеми своими проблемами самостоятельно.

Господь хочет, чтобы мы черпали в Нём силу и были стойкими, ведь тогда никакие жизненные бури не смогут сломить нас. Он хочет, чтобы мы находили радость и удовлетворение в Нём, даже когда наши обстоятельства не идеальны (см. Неемия 8:10).

Подобно тому, как алмазы образуются под большим давлением, Бог часто использует трудности в нашей жизни, чтобы смирить нас, развить в нас определённые черты характера, уподобить нас Себе и подготовить к тому чудесному будущему, которое Он для нас приготовил.

ИСПЫТАНИЯ УЧАТ НАС ДОВЕРИЮ

Доверие Богу приносит подлинную свободу. Когда что-то идёт не так, как нам бы хотелось, лучше не расстраиваться и не обижаться, а поверить, что у Него есть определённый план, который гораздо лучше нашего, и в конечном счёте Он обратит ситуацию нам во благо (см. Римлянам 8:28).

Нам нужно хорошо это усвоить, ведь когда у нас возникают проблемы, мы склонны обижаться на Бога или на других людей, которые получают благословения. Порой мы самодовольно рассуждаем: «Я ведь лучше тебя, и это я заслуживаю всех этих благословений, а не ты».

Например, вы хотите получить повышение на работе, но вместо этого его получает кто-то другой. *Как вы будете себя вести?* Вы можете обидеться, проявить самодовольство и нанести себе вред в духовном смысле. Или вы можете довериться Богу и сказать: «Господь, если Ты хочешь, чтобы я остался здесь, то я буду служить своему начальнику с улыбкой на лице. Если же Ты хочешь отправить меня в другое место, я знаю, что Ты сделаешь это в наиболее подходящий момент».

Важно понимать, что Бог умнее нас. Иногда Он не сразу даёт нам то, чего мы хотим, потому что видит другую цель, которая гораздо лучше всего, что мы могли бы вообразить. Например, много раз мне приходилось идти к цели трудным путём. Иногда мне это давалось

очень нелегко, особенно когда я наблюдала, как другие люди гораздо быстрее добиваются успеха в той же ситуации.

Если Бог ведёт меня по этому пути, значит, Он хочет, чтобы я получила определённый опыт и осознала, с чем сталкиваются другие люди. Я смогу лучше понимать их боль, и мне будет проще помочь им преодолеть её. Если бы не тяжёлые времена в моей жизни, если бы не обстоятельства, которые Господь использовал, чтобы я могла расти и меняться, я бы не смогла помогать сейчас такому количеству людей.

Бог никогда не говорил, что у нас не будет проблем, но Он обещал никогда не покидать нас и не оставлять без помощи (см. Евреям 13:5). В трудные времена мы можем найти утешение в мысли о том, что Он очень любит нас и уже знает, как помочь.

БОГ РЯДОМ С ВАМИ, ЧТО БЫ НИ ПРОИСХОДИЛО

Хочу посоветовать вам принять твёрдое решение доверить Богу каждую сферу своей жизни. Когда на вас обрушиваются жизненные бури, когда вы не можете разобраться в происходящем, важно сделать правильный выбор — продолжать доверять Богу независимо от своих мыслей, чувств и обстоятельств. Если будете держаться за Бога, *Он даст вам надёжную опору — Самого Себя.*

Может быть, вы столкнулись со сложной ситуацией? Может быть, вы проходите тяжёлое испытание, которое, как вам кажется, может сломить вас? Если да, я советую вам прямо сейчас отложить книгу и помолиться:

«Господь, я благодарю Тебя за то, что Ты всегда со мной — в хорошие и в трудные периоды.

Пожалуйста, помоги мне приблизиться к Тебе, когда обстоятельства приводят меня в замешательство. Я доверяю Тебе и знаю, что Ты обратишь всё это мне во благо. Я молюсь во имя Иисуса. Аминь».

Помните, трудный период не будет длиться вечно. Когда я переживаю трудные времена, я напоминаю себе: «Это тоже пройдёт». А пока вы можете довериться Богу и попросить Его наполнить вас радостью вопреки всему, что происходит в вашей жизни.

Также полезно пребывать в Божьем Слове и ободрять себя такими отрывками, как Исаия 41:10. Бог говорит: «Не бойся, ибо **Я с тобою**; не смущайся, ибо Я Бог твой; Я укреплю тебя, и помогу тебе, и поддержу тебя...»

Что бы ни происходило сейчас в вашей жизни, я призываю вас держаться и не сдаваться. Примите решение сохранять позитивный настрой и всегда полагаться на Бога. Иисус находится рядом с вами посреди любой бури, и Он поможет вам пройти испытание и стать сильнее.

Глава 5

«Вот, творю всё новое»

Когда вас охватывает разочарование или чувство безысходности, очень полезно вспоминать о том, как Господь помогал вам в прошлом. Также вас ободрит мысль о том, что Он являл Свою верность другим людям, похожим на вас, которые отчаянно нуждались в Его помощи.

Помните библейские истории о людях, которым Бог дал шанс начать всё сначала?

Моисей был уже довольно стар, когда увидел неопалимый куст и услышал повеление Бога — стать вождём своего народа. До этого он сорок лет скрывался где-то на краю пустыни и не представлял себе, какое великое призвание уготовил для него Бог. (См. Исход, главы 1–4.)

Давид, скромный пастух, ещё в детстве был помазан в цари Израиля. В глазах людей он ничего из себя не представлял. Он был последним человеком, которого могли бы избрать царём. Однако Бог поставил его во главе народа. (См. 1 Царств 16.)

Апостол **Пётр**, отрёкшийся от Христа, был прощён и посвятил всю оставшуюся жизнь проповеди Евангелия и превозношению Бога. (См. Луки 22:54–62; Иоанна 21; Деяния 3.)

Павел, который жестоко преследовал Божьих детей, полностью изменился после духовного потрясения по дороге в Дамаск и в результате написал большую часть Нового Завета! (См. Деяния 9:1–22.)

Читая в Писании о людях, которых Бог простил, искупил и задействовал в осуществлении Своего замысла, сомневаетесь ли вы в том, что Он способен сделать то же самое и для вас? Бог надежды всегда даст нам второй шанс и поможет всё начать с чистого листа.

СМОТРИТЕ НА ВСЁ ГЛАЗАМИ НАДЕЖДЫ

Помните, что надежда — якорь для нашей души. Когда жизнь кажется беспросветной, когда мы не получаем нужных ответов, надежда напоминает нам, что новые возможности поджидают нас прямо за углом. Когда кажется, что все благословения достаются другим, когда мы истощены и готовы сдаться, именно надежда успокаивает наше сердце и помогает держаться за Божьи обетования.

Как мы помним, надежда — это радостное и уверенное ожидание. Это оптимистичный настрой и счастливое предвкушение чего-то хорошего. Подлинная надежда — это не расплывчатое и неуверенное «поживём — увидим», а полное доверие Богу, твёрдая вера в то, что Он исполнит Свои обетования. Бог всегда ищет возможность проявить доброту к Своим детям и хочет, чтобы мы с радостью и нетерпением ожидали этого.

В Первом послании к Фессалоникийцам 5:8 надежда сравнивается со шлемом. То, о чём мы думаем, очень важно. Наш настрой и наши ожидания тесно связаны с нашим мышлением и словами!

Я настойчиво рекомендую вам тщательно контролировать свои мысли и слова. Просыпаясь утром, не впускайте в свой разум мысли, наподобие: «Что ж, я как-нибудь постараюсь пережить очередной день». Лучше живите в постоянном ожидании Божьих благословений. Думайте и провозглашайте что-нибудь

вроде: **«Боже, спасибо Тебе за этот день! Я знаю, что Ты любишь меня и что сегодня Ты приготовил для меня что-то чудесное. Без Тебя я ничего не могу, но во Христе я способен исполнить всё, что от меня потребуется. С Твоей помощью я буду полон оптимизма и буду думать о хорошем».** Настройтесь на позитивные перемены и новые возможности. Скажите: **«Сегодня тот самый день!»**

Важно осознавать, что счастливая и полная надежды жизнь невозможна, если мы привыкли руководствоваться только своими чувствами. Когда у нас возникают негативные эмоции, нужно не поддаваться и не подкармливать их, и они отступят.

Не ждите момента, когда надежда созреет в вашем сердце. Примите осознанное решение всегда жить с надеждой. Если вы сделаете сознательный выбор в пользу позитивных, исполненных веры мыслей, ваши эмоции со временем подстроятся под это решение.

ВЫЙДИТЕ ИЗ СВОЕГО ШАТРА

Несколько лет назад я спросила у Господа: «Почему в моей жизни больше не происходит ничего особенного и волнительного?» Бог ответил мне так: «Джойс, Я до сих пор всё это делаю, ты просто привыкла к этому».

Бог хочет, чтобы мы не переставали удивляться проявлениям Его доброты и чтобы мы замечали все чудеса, которые Он совершает для нас. Ведь, если мы сохраним способность изумляться, надежда никогда нас не покинет.

Давайте взглянем на историю Авраама. Бог даровал ему множество благословений. Однако было кое-что, чего недоставало Аврааму и его жене Саре — они хотели ребёнка. *«Аврам сказал: „О Владыка, Господь,*

что Ты можешь мне дать, если я уйду [из этого мира] бездетным...?» Господь вывел Авраама из шатра и сказал ему: „Посмотри на небо и сосчитай звёзды, если можешь пересчитать их. Таким, — сказал Господь, — будет и твоё потомство!“» (Бытие 15:2, 5; АМРС). Несмотря на то, что ситуация казалась Аврааму безвыходной, Господь вывел его из шатра, чтобы тот изумился величию Творца и вспомнил, что Он способен совершить невозможное.

На мой взгляд, мы можем проводить слишком много времени в своих «шатрах», заикливаясь на трудностях. Поэтому Библия велит нам отвлекаться от житейских проблем и смотреть на Иисуса, начальника и совершителя нашей веры (см. Евреям 12:2). Каждый раз, когда мы молимся, читаем Слово или размышляем обо всех чудесах, которые Он совершил для нас в прошлом, это наполняет нас надеждой. И тогда, как Авраама, нас осеняет: «Ух ты! Бог действительно может сделать это для меня!»

Когда наступают трудные времена и вы чувствуете разочарование, пора выйти из своего шатра и послушать то, что хочет сказать вам Бог. И тогда вы убедитесь, что Он ждёт возможности удивить вас.

ДВОЙНОЕ ВОЗМЕЩЕНИЕ ЗА ВАШИ ПОТЕРИ

Возможно, вы, как и я, умеете с лёгкостью вселить надежду в окружающих. Мне не составляет труда увидеть позитивные стороны в любой ситуации и ободрить человека: «Всё будет хорошо. Просто доверься Богу, и Он всё устроит».

А что если дело касается нас самих? Это совсем другая история! Когда мы страдаем или когда нас

настигает разочарование, так и хочется сказать: «Всё кончено. Слишком поздно что-то менять».

Поверьте, никогда не бывает слишком поздно! Никогда не поздно начать всё с чистого листа, если вы живёте со Христом. Ваше прошлое не определяет вашу судьбу. Если вы откажетесь сдаваться и попросите Святого Духа вести вас, Бог не просто восстановит то, что вы утратили, но даст вам жизнь, которая будет гораздо лучше прежней.

Мне нравится написанное в книге Иоилиа 2:25–26. Читая эти строки, постарайтесь принять их сердцем и поверьте, что они относятся к вашей нынешней ситуации.

И воздам вам за те годы, которые пожирала саранча, черви, жуки и гусеница, великое войско Моё, которое послал Я на вас. И до сытости будете есть и насыщаться и славить имя Господа Бога вашего, Который дивное соделал с вами, и не посрамится народ Мой вовеки.

Ещё подростком я решила, что жестокое обращение, пережитое мною в детстве, навсегда поставило на мне клеймо. Мне казалось, что я всегда буду отличаться от окружающих и что у меня не будет нормальной жизни.

Но с Богом возможно всё! Там, где мы видим тупик, Он видит для нас возможность начать с нуля. Он хочет не просто избавить нас от боли прошлого, а дать нам гораздо больше того, чем у нас было прежде!

Давайте прочитаем, что написано в книге Исаии 61:7: «За свой прошлый стыд вы получите двойную долю, вместо позора вы возрадуетесь своему наследству; вы

получите в наследство двойную долю в своей земле, и будет вам вечная радость» (NIV).

Когда Божий план А терпит неудачу, у Бога всегда есть план Б, и этот план оказывается лучше первоначального! Наш Бог способен всё восстановить и дать нам новые возможности. Он готов предоставить вам шанс начать всё с нуля. Он возместит ваши потери в двойном размере! Всё станет гораздо лучше, чем вы могли себе вообразить.

Глава 6

Когда болит душа, смотрите вверх

У всех нас по тем или иным причинам бывают периоды, когда мы впадаем в уныние. Однако нельзя допускать, чтобы обстоятельства управляли нашими эмоциями. Сатана пытается наводнить наш разум негативными мыслями, чтобы мы утратили радость и опустили руки. Он заставляет нас чувствовать себя загнанными в угол — на эмоциональном, духовном уровне, в финансовом аспекте и так далее.

Иисус же всегда ободряет нас и придаёт нам сил. Он пришёл, чтобы дать нам праведность, мир и радость. Он хочет, чтобы мы всегда ждали от будущего чего-то хорошего, и наполняет нас надеждой.

Каждый из нас испытывает разочарования и переживания из-за нереализованных планов или несбывшейся мечты. Когда мы обманываемся в своих ожиданиях, вполне нормально расстраиваться и чувствовать досаду. Но следует быть осторожными и не давать волю этим чувствам, иначе это может привести к депрессии.

В Псалме 29:6 сказано: «...вечером водворяется плач, а наутро радость». Даже если что-то опечалило вас, не позволяйте печали поселиться в вашем сердце. Иначе враг воспользуется приоткрытой дверью и проникнет в вашу жизнь, неся с собой более серьёзные проблемы.

Столкнувшись с разочарованием, примите решение не сдаваться. Вы можете снова обрести в Нём надежду и обновиться в силе, чтобы продолжать идти вперёд.

НЕ ИДИТЕ НА ПОВОДУ У СВОИХ ЭМОЦИЙ

Если вы когда-нибудь переживали депрессию, вы знаете, насколько серьёзно это состояние. Она влечёт за собой ощущение отчуждённости, одиночества и безысходности, словно всё вокруг разваливается на части.

Сейчас я понимаю, что депрессия может быть вызвана физиологическими причинами или химическим дисбалансом, и мне не хочется списывать эти факторы со счетов. Бывают ситуации, когда Господь побуждает человека обратиться к квалифицированному медику или психологу, который поможет добраться до корня проблемы. Я убеждена, что медицинские познания приходят от Бога и что Он может совершать великие чудеса с помощью врачей.

Однако для многих людей депрессия также является духовной проблемой. Сатана использует депрессию, чтобы лишить человека духовной силы и свободы. Он пытается наполнить наш разум мраком и унынием и истощить нас эмоционально. Бог же хочет, чтобы мы никогда не были в депрессивном состоянии. Он наполняет нас радостью, надеждой и позитивным ожиданием. Для того чтобы сотрудничать с Ним, мы должны научиться не идти на поводу у своих эмоций.

Эмоции могут быть нашими злейшими врагами. Мы предпочитаем руководствоваться своими чувствами, хотя должны понимать, что они ненадёжны и изменчивы. Следовать за каждой своей мыслью или эмоцией опасно, ведь они зачастую противоречат тому, что говорит о нас Бог.

В течение многих лет я регулярно впадала в депрессию. Я часто просыпалась утром и слышала в голове голос, твердивший мне: «Я такая несчастная». Я была уверена, что это мои собственные мысли, и не подозревала, что сатана пытается навязать мне ложь. Позже, когда у меня установились тесные отношения с Богом, когда я начала серьёзно изучать Его Слово, я поняла, что неправильно — идти на поводу у каждой эмоции или мысли. Я начала говорить себе вслух: «Я не буду поддаваться унынию». Возможно, у нас не всегда есть желание восхвалять Бога, но тот, кто хочет добиться успеха, не может позволить себе руководствоваться своими желаниями и чувствами. Мы всегда будем испытывать те или иные эмоции, но мы не должны позволять им руководить нами.

СЛЕДИТЕ ЗА СВОИМИ МЫСЛЯМИ

Образ мыслей — это один из основных ключей к преодолению разочарований и депрессии. Известно ли вам, что ваши мысли способны влиять на каждую сферу вашей жизни?

В книге Притчей 23:7 сказано: «Каковы мысли в душе его, таков и он». Наше мышление обладает силой! Когда мы постоянно думаем о себе в негативном ключе или закикливаемся на своих проблемах и неудачах, это подпитывает уныние и депрессию.

Какое-то время назад я боролась с раком груди, и для меня это был очень трудный период. Я знала: если я впущу в свой разум негативные мысли, это очень быстро доведёт меня до отчаяния. В то время Бог побудил меня сосредоточиться на чём-то позитивном и проносить это вслух как можно чаще. Я говорила себе: **«Боже, я знаю, что Ты любишь меня. Я верю, что всё**

содействует ко благу любящим Тебя и призванным по Твоему изволению. Я доверяю Тебе и не буду бояться» (см. Римлянам 8:28, 35–39; Иисус Навин 1:9; Притчи 3:5).

Чем больше вы читаете Божье Слово и размышляете над ним, тем больше оно принимает в вас и меняет изнутри. В Послании к Евреям 4:12 сказано, что Божье Слово *живо и действенно*. Оно способно изменить ваше отношение к самому себе и даже ваше будущее. Если будете наполнять свой разум тем, что говорит о вас Бог, и держаться Его обетований, относя их к себе, это даст вам надежду и укрепит вашу веру.

БИБЛЕЙСКИЙ РЕЦЕПТ ОТ ДЕПРЕССИИ

Как я уже говорила, депрессия может быть связана с физиологией и химическими процессами в организме, и я уверена, что Господь даёт нам врачей, чтобы они помогали нам справляться с подобными состояниями. Но даже идя к врачу, на мой взгляд, нужно всецело довериться Богу, нашему Целителю.

Однако депрессия может быть вызвана духовными причинами, и Библия даёт нам инструкции, как преодолеть её. В книге Исаии 61:3 говорится, что *вместо унылого духа нам даётся одежда хвалы*. Возможно, у нас не всегда есть желание восхвалять Бога, но, если мы будем тратить хотя бы несколько минут, чтобы поговорить с Господом и поблагодарить Его за благость к нам, у нас появится мощное орудие борьбы с унынием и депрессией.

Восхваляя и благодаря Бога, мы входим в Его присутствие и наполняемся силой, миром и радостью. В Послании к Филиппийцам 4:4 говорится: «Радуйтесь всегда в Господе; и ещё говорю: радуйтесь». Прославление Господа посреди страданий — это лучшее, что

мы можем сделать. Почему это так? Потому что когда мы сосредоточиваемся на Боге и радуемся всему хорошему, что Он для нас сделал, мы признаём тем самым, что Бог больше, чем наши проблемы.

Бог всегда добр к нам независимо от того, что происходит в нашей жизни. Он Источник нашей радости, и мы можем находить в Нём утешение и опору в любое время. Это напоминает мне Псалом 15:11: «...полнота радостей пред лицом Твоим, блаженство в деснице Твоей вовек». Когда мы поклоняемся Богу, мы приглашаем Его присутствие в свою жизнь. Он заменит наше уныние и печаль на радость и мир, вселит в нас надежду и внесёт свежую струю в нашу жизнь.

Мы не всегда в силах изменить происходящее вокруг нас, но Божье присутствие способно изменить нас самих: наше мышление, наши чувства и наше отношение к жизненным обстоятельствам.

ОТДАЙТЕ СВОЮ БОЛЬ БОГУ

Мы никогда не сможем полностью избежать боли и разочарований, но не нужно позволять сегодняшним проблемам разрушать завтрашний день. У нас есть выбор. По сути, мы способны кардинально изменить свою жизнь, приняв решение не фокусировать внимание на том, что приводит к унынию и депрессии, а устремиться вперёд, к тем благам, которые Бог для нас приготовил.

В Первом послании Петра 5:8–9 сказано, что мы должны *противостоять дьяволу*, как только он начинает нападать на нас. Очень важно сразу же дать отпор унынию и депрессии. Чем дольше мы будем находиться в этом состоянии, тем сложнее нам будет выйти из него. Я уже много лет говорю: если вы не позволите сатане

потрясти вас тем, что он делает, то он не сможет угнетать вас, а если он не сможет угнетать вас, то не сможет и вогнать вас в депрессию.

В следующий раз, когда вас что-то повергнет в уныние, попросите Святого Духа наполнить вас надеждой. Верьте тому, что говорит Бог, и не доверяйте эмоциям. Наполняйте разум и уста позитивными, исполненными надежды утверждениями, взятыми из Божьего Слова.

Не допускайте, чтобы уныние и депрессия управляли вашей жизнью. Когда жизнь подкидывает вам неприятные сюрпризы, попросите Бога всякой надежды наполнить вас внутренней силой и ободрить вас. Что бы с вами ни происходило, *Бог готов и желает забрать вашу боль и преобразить её в нечто чудесное.*

Заключение

Вы переживаете нелёгкие времена?

Если сейчас у вас трудный период, знайте, что Бог любит вас. Он видит, в каком положении вы оказались, Он рядом и хочет помочь вам в вашей ситуации.

В Псалме 33:19 сказано: «Близок Господь к сокрушённым сердцем и смиренных духом спасёт». Когда нам больно, Бог также проживает эту боль вместе с нами. Возможно, сейчас вы столкнулись с ситуацией, из которой не видите выхода. Но я хочу напомнить вам о том, что Бог творит всё новое. Он может взять вашу проблему и обратить её во благо.

Если вы оказались в сложной жизненной ситуации, если вы чувствуете, что можете сломаться под ударами судьбы, советую вам прямо сейчас произнести вот эту молитву:

Отец, я нуждаюсь в Тебе. Ты говоришь, что любишь меня и видишь, в каком положении я нахожусь. Независимо от того что я чувствую, я принимаю решение верить Твоему Слову. Во всех испытаниях, через которые я прохожу, я ищу Твоей помощи. Я нуждаюсь в Твоей силе, чтобы справиться с проблемами, которые сейчас кажутся мне неразрешимыми. Помоги мне всегда смотреть на Тебя. Пожалуйста, яви Себя мне и вдохнови меня на то, чтобы я продолжал идти вперёд. Помоги мне ощутить Твою любовь

**и сделай явным Своё присутствие. Я отдаю
всего себя Тебе. Во имя Иисуса. Аминь.**

Также советую вам прочитать нижеприведённые цитаты из Писания. По своему опыту могу сказать, что Божье Слово способно изменить вашу жизнь, ваше мышление, ваши чувства и даже ваше представление о своём будущем.

В книге Иеремии 29:11 сказано, что у Бога есть благие намерения в отношении нас, чтобы дать нам будущность и надежду. Всегда помните о том, что Бог на вашей стороне. Он способен сделать невозможное и *обратить в чудо любую ситуацию.*

БОГ ЛЮБИТ ВАС

«...Любовью вечною Я возлюбил тебя и потому простёр к тебе благоволение». (Иеремия 31:3)

«Горы сдвинутся, и холмы поколеблются, — а милость Моя не отступит от тебя... говорит милующий тебя Господь». (Исаия 54:10)

«У Тебя исчислены мои скитания; положи слёзы мои в сосуд у Тебя, — не в книге ли они Твоей?» (Псалом 55:9)

«Прежде нежели Я образовал тебя во чреве, Я знал тебя и утвердил [как Свой избранный сосуд], и прежде нежели ты родился, Я освятил и отделил тебя...» (Иеремия 1:5; АМРС)

БОГ ПОМОЖЕТ ВАМ

«Не бойся, ибо Я с тобою; не смущайся, ибо Я Бог твой; Я укреплю тебя, и помогу тебе, и поддержу тебя десницею правды Моей». (Исаия 41:10)

«Если я пойду и долиною смертной тени, не убоюсь зла, потому что Ты со мной; Твой жезл и Твой посох — они успокаивают меня». (Псалом 22:4)

«Я взыскал Господа, и Он услышал меня и от всех страхов моих избавил меня». (Псалом 33:5; NIV)

«Будешь ли переходить через воды, Я с тобою, — через реки ли, они не потопят тебя; пойдёшь ли через огонь, не обожжёшься, и пламя не опалит тебя». (Исаия 43:2)

БОГ — ВАША НАДЕЖДА

«Ибо только Я знаю намерения, какие имею о вас, говорит Господь, намерения во благо, а не на зло, чтобы дать вам будущность и надежду». (Иеремия 29:11)

«...Ибо Он [Бог] Сам сказал: „Я ни при каких обстоятельствах не оставлю тебя, не откажусь от тебя и не оставлю без поддержки... “» (Евреям 13:5; АМРС)

«Ибо у Бога не останется бессильным никакое слово». (Луки 1:37)

«Возложи на Господа заботы твои, и Он поддержит тебя...» (Псалом 54:23)

«Когда я в страхе, на Тебя я уповаю». (Псалом 55:4)

БОГ — ВАШЕ УТЕШЕНИЕ И СИЛА

«Он исцеляет сокрушённых сердцем и врачует скорби их». (Псалом 146:3)

«Он дарует силу усталым, укрепляет изнемогших. Уповающие на Господа [ищущие Его, стремящиеся к Нему, надеющиеся на Него] преобразятся и обновятся в силе. Они... побегут и не устанут, пойдут и не ослабеют». (Исаия 40:29, 31; АМРС)

«Придите ко Мне все тяжело трудящиеся и согнувшиеся под бременем, и Я дам вам отдых. [Я облегчу вашу ношу и обновлю ваши души]». (Матфея 11:28; АМРС)

«Бог нам прибежище и сила, скорый помощник в бедах». (Псалом 45:2)

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 согрешил(а) 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

Ефесянам 1:4

1 Иоанна 1:9

1 Иоанна 5:1

1 Коринфянам 15:3–4

Ефесянам 2:8–9

1 Иоанна 4:14–15

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 возражать. 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 — учитель Библии с мировым именем. Она известна своим практическим подходом и является автором множества книг, вошедших в списки бестселлеров New York Times. Её книги помогли миллионам людей обрести надежду и исцеление через Иисуса Христа. Джойс является также основателем «Служения Джойс Майер» и проповедует на различные темы, уделяя особое внимание применению Божьего Слова в повседневной жизни. Её стиль учения искренний и доверительный, она делится собственным опытом и практическими советами, тем самым помогая людям применять эти принципы в своей жизни.

Служение Джойс Майер

Рассказываем о Христе, любим людей

«Служение Джойс Майер» призвано нести Благую весть, делать учеников среди всех народов и распространять любовь Христа. Используя средства массовой информации, мы учим людей применять библейские истины к любой сфере своей жизни, а также призываем Божий народ служить окружающим.

Через миссию «Рука надежды» мы обеспечиваем гуманитарной помощью людей по всему миру, кормим голодных, одеваем нуждающихся, помогаем престарелым, вдовам и сиротам. Мы готовы протянуть руку помощи всем людям независимо от возраста и рода занятий.

«Служение Джойс Майер» построено на фундаменте веры и честности при поддержке преданных партнёров, разделяющих наше призвание.

На сайте «Служения Джойс Майер» joycemeyer.ru вы сможете найти дополнительные материалы для изучения, посмотреть недавние выпуски нашей ежедневной программы «Жизнь, полная радости», а также узнать о новых проектах нашей гуманитарной миссии «Рука надежды».

Дорогой читатель! 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

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



Вы не одиноки!

Вы переживаете нелёгкие времена? Если в вашей жизни произошла трагедия, если у вас проблемы со здоровьем или вы едва сводите концы с концами, знайте: Бог не хочет, чтобы вы сражались в одиночку. Лучшее, что вы можете сделать, — это довериться Ему, зная, что Он рядом и всегда может наполнить вас надеждой.

В этой книге Джойс говорит о том:

- Как Бог утешает нас в трудные времена.
- Как перемена угла зрения может улучшить ваш день.
- Как начать всё с чистого листа и оставить прошлое позади.
- Как библейские принципы помогают бороться с депрессией и унынием.

С какой бы ситуацией вы ни столкнулись, эта книга покажет вам, как жить в ожидании чего-то хорошего и никогда не переставать доверять Богу. Помните, что Он Бог надежды (см. Римлянам 15:13). Он может взять ваши проблемы и чудесным образом обратить их во благо.