



Вопреки страху

БУДЬТЕ СМЕЛЫМ ПЕРЕД ЛИЦОМ СТРАХА

ДЖОЙС МАЙЕР

Бонусу
страху

Вопреки страху

**БУДЬТЕ СМЕЛЫМ
ПЕРЕД ЛИЦОМ СТРАХА**

ДЖОЙС МАЙЕР

Цитаты из Писания без особых помет приведены из Синодального перевода Библии.

Цитаты из Писания, отмеченные буквами NIV, переведены из Новой международной версии Библии (New International Version®).

Цитаты из Писания, отмеченные буквами AMPC, переведены из Классического издания Расширенного перевода Библии (Amplified® Bible).

Цитаты из Писания, отмеченные буквами NKJV, переведены из Новой Библии короля Иакова (New King James Version®).

Цитаты из Писания, отмеченные буквами KJV, переведены из Библии короля Иакова (King James Version).

Цитаты из Писания, отмеченные буквами ESV, переведены из Английской стандартной версии (The Holy Bible, English Standard Version. ESV®).

Цитаты из Писания, отмеченные буквами NASB, переведены из Новой американской стандартной Библии (The New American Standard Bible®).

Вопреки страху

Будьте смелым перед лицом страха

© 2023, Джойс Майер

© УК «Медиа-Мир», Москва

Russian

Переводчик: Долбина Виктория

Редактор, корректор: Гойман Маргарита

Вёрстка: Афанасьева Алина

Do It Afraid

Embracing Courage in the Face of Fear

Copyright © 2020 by Joyce Meyer

Cover copyright © 2020 by Hachette Book Group, Inc.

ISBNs: 978-1-5460- 2630-3 (hardcover), 978-1-5460-1750-9 (large print),

978-1-5460- 1761-5 (international), 978-1-5460-2633-4 (ebook),

978-1-5460-1564-2 (signed edition), 978-1-5460-1563-5 (BN.com signed edition).

Книга распространяется бесплатно. Не для продажи!

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.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	7
ЧАСТЬ 1. ПОЙМИТЕ ПРИРОДУ СТРАХА	10
Глава 1. Пора сделать выбор	14
Глава 2. Действуйте вопреки страху	25
Глава 3. Я не буду бояться	36
Глава 4. Мысли и слова, полные страха	47
Глава 5. Я чувствую страх!	60
Глава 6. Почему я боюсь?	70
Глава 7. Противоядие от страха	80
Глава 8. Живите смело	92
ЧАСТЬ 2. ПОСМОТРИТЕ СТРАХУ В ЛИЦО	101
Глава 9. Шаг за шагом	105
Глава 10. Противостаньте сомнениям и нерешительности	114
Глава 11. Перестаньте сожалеть о прошлом и опасаться будущего	125
Глава 12. Наберитесь смелости и будьте сильным	138
Глава 13. Обретите чувство безопасности и уверенности	152
ЧАСТЬ 3. МЫСЛЕННЫЕ УСТАНОВКИ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ОСВОБОДИТЬСЯ ОТ СТРАХА	162
Глава 14. Вы можете любить, не испытывая страха <i>Свобода от страха полюбить кого-то</i>	166
Глава 15. Примите себя <i>Свобода от страха быть отвергнутым</i>	178

Глава 16. Вы можете быть самим собой	192
<i>Свобода от страха перед тем, что подумают, скажут или сделают окружающие</i>	
Глава 17. Обменяйте страх на страх	206
<i>Свобода от ненужных страхов</i>	
Глава 18. Не нужно беспокоиться о финансах	219
<i>Свобода от страхов, связанных с деньгами</i>	
Глава 19. Верьте, что всё хорошее у вас впереди	233
<i>Свобода от страха перед будущим</i>	
Глава 20. Доверяйте Богу в любой ситуации	246
<i>Свобода от страха перед возможными неприятностями</i>	
Глава 21. Обретите покой	259
<i>Свобода от страха того, что вы делаете недостаточно</i>	
Глава 22. Стройте здоровые отношения	271
<i>Свобода от страха доверять Богу и людям</i>	
Глава 23. Положитесь на обещание вечной жизни	283
<i>Свобода от страха смерти</i>	
Заключительные комментарии	292
Вдохновляющие отрывки из Писания, которые помогут преодолеть страх	294

Введение

Страх витает повсюду и затрагивает каждого. Он существует от начала времён и никуда не денется, пока вертится земля. Он управляет многими людьми, но так быть не должно. Говорят, страх — это вера в ложь, которая кажется правдой. Это точное определение, ведь страх коренится во лжи, которую внушает нам дьявол. Как только мы начинаем верить в ложь, страх пускает корни в нашем сердце и разуме.

От страха не получится избавиться раз и навсегда, но мы можем бороться с ним и побеждать его. Смелость — это не отсутствие страха, а способность действовать вопреки страху. Смелые люди делают то, во что верят, невзирая на опасения и проникающие в их разум сомнения.

Если понаблюдать за собой, мы заметим, что зачастую наша реакция на людей и обстоятельства продиктована страхом. Также мы узнаем о себе много нового. Всю свою жизнь люди могут реагировать на ситуации так, как им не хотелось бы, или так, как им несвойственно. Их жизнь кажется им пустой, и к этой пустоте привели те решения, которые они принимали под воздействием страха.

Предположим, вы с удовольствием общаетесь с несколькими друзьями. Вдруг к вам присоединяется новый человек, и вы сразу почувствовали страх. Этот страх ничем не обоснован, ведь вы даже не знакомы с этим человеком, поэтому нет никаких разумных причин для появления у вас страха перед ним. Возможно, у вас появился страх, потому что этот человек напомнил вам кого-то из прошлого, кто причинил вам боль. Или, возможно, он выглядит лучше или образованнее вас и это заставило вас почувствовать себя

неуверенно. А возможно, ваш страх объясняется лишь тем, что дьяволу хочется помучить вас. Вы можете испытывать страх по разным причинам, и ни одна из них вообще не связана с этим человеком.

Если какие-то обстоятельства внушают вам страх, будет мудро с вашей стороны спросить у Бога почему. Подождите, пока Он ответит. А ответить Он может немедленно или же спустя время. Если вы действительно стремитесь понять себя, вы познаете истину, и истина сделает вас свободным (Ин. 8:32).

Настоятельно советую вам не поддаваться страху и не мириться с ним. Не нужно постоянно обвинять других людей в своих несчастьях. Возьмите на себя ответственность за свои проблемы, доверьтесь Богу, и Он осветит тьму (обескураживающие вас ситуации). Поняв природу страха и его действие, вы сможете освободиться от него.

Первая часть этой книги поможет вам понять, что такое страх и как он влияет на вашу жизнь. Вторая часть поможет дать отпор страху. В третьей части вы узнаете, какие ментальные установки помогут вам освободиться от пространённых страхов, с которыми сталкиваются многие люди. Я молюсь о том, чтобы, читая и изучая эту книгу, вы обрели свободу от страха, которую Иисус даровал вам, пожертвовав ради этого Своей жизнью.

Есть обстоятельства, в которых страх вполне объясним — это землетрясения, ураганы, пожары, вирусы и так далее, — но он неспособен изменить эти обстоятельства, а враг использует их, чтобы напугать нас. Страх не улучшит обстоятельства, а только лишит нас сил справиться с ними и способности ясно мыслить. Апостол Иоанн пишет, что «в страхе есть мучение» (1 Ин. 4:18). Даже если наш страх

объясним, он не поможет нам что-то изменить, а лишь доставит мучения.

Страх — излюбленный приём дьявола в том арсенале методов, которые он использует с целью украсть, убить и уничтожить всё, что приготовил для нас Бог (Ин. 10:10). С помощью страха он тормозит наш прогресс в любом деле, удерживает нас на одном месте, заставляет бежать от того, с чем необходимо разобраться, и причиняет нам душевные страдания. Страх управляет многими людьми в той или иной степени, но мы можем дать ему отпор, «ибо Бог дал нам духа не страха, а силы, любви и самообладания» (2 Тим. 1:7, ESV).

ЧАСТЬ 1

Поймите природу страха

Можно идти только по одному из двух путей: по пути веры или по пути страха. Невозможно одновременно доверять Богу и не доверять Ему.

Чарльз Стэнли

Выберите Божье Слово вместо страха

В детстве у меня был дефект речи, из-за которого я чувствовала себя неуверенно. Однажды, я тогда училась в третьем классе, учительница сказала мне выйти к доске и высмеяла перед одноклассниками. Это было десятилетия назад, но сатана до сих пор напоминает мне об этом случае, чтобы вызвать у меня приступ тревоги.

Любое дело давалось мне с трудом, когда мной овладевало чувство тревоги. Поэтому для меня очень ценно то, о чём говорит Джойс в книге «Вопреки страху».

Теперь я полагаюсь на два места Писания. Это Филиппийцам 4:6: «Ни о чём не беспокойтесь, но при любых обстоятельствах в молитве и прощении с благодарностью излагайте свои просьбы Богу» (ESV) и Филиппийцам 4:13: «Всё могу благодаря Тому, кто даёт мне силы» (ESV).

Недавно начальник попросил меня выступить перед моими коллегами и откровенно рассказать им о проблемах, возникших у нас в связи с капитальным ремонтом в нашем офисе. Мне было бы проще вежливо отказаться и оставить свои мысли при себе. Но я понимала: Бог хочет, чтобы я сделала это. Он словно сказал мне: «Если ты откровенно и честно расскажешь о своих опасениях, Я открою двери к позитивным переменам».

Вопреки страху я сделала то, о чём меня попросили, и получила много положительных откликов. Но в тот же вечер меня охватила тревога и лишила сна. Враг стал забрасывать меня мыслями: «Что если моё мнение не имеет никакого значения? Вдруг я лишь создала ещё больше проблем на работе?»

Но я согласилась с Божиим Словом и, чтобы заглушить эти негативные мысли, стала произносить вслух основанные на Божьем Слове утверждения:

Я не буду тревожиться, потому что Бог слышит мои молитвы (Фил. 4:6).

Я всё могу благодаря Христу, дающему мне силы (Фил. 4:13).

Бог за меня, а не против меня (Рим. 8:31).

Тот, кто во мне, превосходит того, кто в мире (1 Ин. 4:4).

Для меня Божье Слово — это жизнь. Оно помогает мне идти вперёд, когда мне хочется отступить.

— Лавондрия

Пора сделать выбор

Во свидетели пред вами призываю сегодня небо и землю: жизнь и смерть предложил я тебе, благословение и проклятие. Избери жизнь, дабы жил ты и потомство твоё.

Второзаконие 30:19

У Бога прекрасные замыслы насчёт вас, но и у дьявола есть свои замыслы, и они отнюдь не прекрасные. Апостол Иоанн сказал об этом так: «Вор приходит только для того, чтобы украсть, убить и погубить. Я пришёл для того, чтобы имели жизнь и имели с избытком» (Ин. 10:10). Замыслы Бога насчёт нас воплощаются тогда, когда мы верим в то, что Он сказал в Своем Слове. И замыслы дьявола тоже воплощаются тогда, когда мы верим в его ложь. Дьявол — лжец; он отец лжи, и нет в нём истины (Ин. 8:44).

Бог дал нам свободу воли. Это означает, что мы можем поступать, как хотим. У нас есть право выбирать, и каждый наш выбор приводит к тому или иному результату. В книге Второзаконие 30:19 сказано, что Бог предлагает нам избрать жизнь или смерть, благословение или проклятие и советует сделать выбор в пользу жизни, «дабы жил ты и потомство

твоё». Он подсказывает, что для нас будет лучше, но право выбора оставляет за нами. Благие замыслы Бога насчёт нас не воплощаются автоматически, как и замыслы дьявола. Воплощаются те замыслы, в которые мы верим и которые выбираем.

Возможно, вы сейчас подумали: «Вряд ли кто-то намеренно выберет коварные замыслы дьявола». Однако многие люди именно его замыслы и выбирают, потому что не знают, кто такой дьявол и каковы его методы. По словам пророка Осии, Божий народ будет истреблён из-за недостатка ведения (Ос. 4:6). Я написала эту книгу для того, чтобы объяснить вам, что такое страх, как он действует и как избавиться от него, чтобы не быть обманутым.

Мы сделали важнейший выбор, решив принять Иисуса своим Господом и Спасителем, затем в течение всей жизни нам следует ежедневно выбирать то, что согласуется с Божьим Словом. Когда у нас возникают неприятности на работе, мы можем сделать выбор: сказать правду, а не ложь. Если продавец обсчитался и взял с нас меньше денег, чем нужно, мы можем сделать выбор: или поступить правильно и сообщить ему об этом, или промолчать и считать, что нам повезло.

Если бы я спросила, кто вас подстрекает солгать или промолчать о ситуации на работе, я уверена, вы бы знали ответ. Если бы я спросила, кто вас побуждает сказать продавцу о том, что вы должны заплатить больше денег, вы тоже дали бы правильный ответ. И в обоих случаях вы сами выбираете, как поступить. Если вы делаете правильный выбор в соответствии с Божьей волей, вы получите благословение. Если же вы сознательно поступаете неправильно, вы столкнётесь с нежелательными последствиями.

Изберите хорошую жизнь

Апостол Павел пишет:

Ибо мы, Его [собственное] творение (Его произведение искусства), воссозданы во Христе Иисусе [рождены свыше] для добрых дел, которые Бог предопределил [заранее запланировал] нам [тем, кто выбирает пути, приготовленные Им заблаговременно] исполнять [живя хорошей жизнью, которую Он предназначал и предуготовил нам].

Ефесеям 2:10 (АМРС)

Прочитав эти строки, можно подумать: «Разумеется, любой человек выберет хорошую жизнь». Но, к сожалению, гораздо больше людей её не выбирают. Почему? Потому что дьявол лжёт им и заставляет верить, что даже неправильный выбор приведёт к чему-то хорошему. Он убеждает их в том, что им повезёт и они смогут избежать проблем, к которым приводит неправильный выбор.

В Библии сказано, что грех всегда настигает человека и плата за него — смерть (Чис. 32:23; Рим. 6:23). Эта «смерть» не всегда подразумевает прекращение физического существования. Зачастую она означает потерю мира, радости и неудовлетворённость жизнью. Мы всегда имеем возможность раскаяться в грехе, получить Божье прощение и продолжать жить хорошей жизнью, но порой нам приходится пожинать последствия своих неправильных поступков. Если человек совершил убийство, но искренне раскаялся, Бог его простит. Семья преступника и даже семья погибшего могут простить его, но ему всё равно придётся

сесть в тюрьму. Важно осознавать, что все поступки имеют последствия.

Заметьте, в Ефесянам 2:10 говорится, что Бог предуготовил нам хорошую жизнь, но мы должны сознательно избрать её. Мы должны выбирать Божьи пути. Бог призывает нас исполнять Его волю, и Его благодать всегда поможет нам поступать правильно. Но хочу ещё раз подчеркнуть, что Бог не будет силой заставлять нас поступать правильно. Мы с Богом партнёры в том, что касается нашей жизни. Мы *не можем* действовать вместо Него, а Он *не будет* действовать вместо нас. Он предлагает нам жизнь или смерть, добро или зло. Выбор за нами.

На протяжении жизни нам неоднократно придётся принимать решение: действовать с верой или поддаться страху.

На протяжении жизни нам неоднократно придётся принимать решение: действовать с верой или поддаться страху.

Думаю, не будет преувеличением сказать, что этот выбор нам приходится делать ежедневно.

Мой отец был жестоким человеком, он манипулировал членами своей семьи с помощью страха. Через него действовал дьявол, но отец ведь сам выбрал, как ему жить, и в даль-

нейшем ему пришлось пожинать последствия своего выбора. Хотя в восемьдесят три года он покался и уверовал в Иисуса, его жизнь до восьмидесяти трёх лет была жалкой и несчастной, а в восемьдесят шесть он умер. Я рада, что он на небесах, но его злодеяния оставили глубокий след в душе многих людей. Нужно помнить, что наш выбор влияет и на окружающих нас людей, и на нашу собственную жизнь.

Моя мать жила в постоянном страхе, и мы с братом пострадали из-за её трусости. Отец подвергал меня сексуальному

насилию. Мать знала об этом, но страх настолько поработил её, что она закрывала глаза на правду. Глубокое чувство вины и стыда привело её со временем к проблемам с психикой.

Когда матери было за семьдесят, она попросила у меня прощения за то, что не пыталась помешать отцу вытворять со мной такое. Она объяснила, что боялась скандала и переживала, что не сможет в одиночку заботиться обо мне с братом. Как видите, её решение было продиктовано страхом, из-за чего страдали и её дети, и она сама.

Если вы принимаете решения под действием страха, вы упускаете ту прекрасную жизнь, которую приготовил для вас Бог. К тому же есть большая вероятность того, что ваш страх будет негативно влиять на ваших близких. Пора сделать выбор: попросить Бога помочь вам освободиться от страха.

Даже если раньше вы жили во власти страха, сегодня вы можете посмотреть ему в лицо и стать тем храбрым человеком, каким хочет видеть вас Бог. Ещё не поздно. Никогда не бывает слишком поздно принять правильное решение.

Никогда не бывает слишком поздно принять правильное решение.

Выберите веру

Я слышала такую фразу: «Если в вашу дверь стучится страх, пусть ему откроет вера». Страх можно победить только верой. Дьявол говорит нам: «Ты не можешь», а Бог говорит: «Ты можешь». Даже чувствуя страх, мы можем с верой двигаться вперёд.

Пётр, увидев, что Иисус идёт по воде, решил последовать Его примеру, вышел из лодки и пошёл к Нему. Пока он смотрел на Иисуса, он шёл по воде, но, как только посмотрел

на шторм, на вздымающиеся рядом волны, он испугался и начал тонуть. Иисус протянул ему руку и спас его, но при этом с любовью укорил за страх, спросив, почему у него так мало веры и так много сомнений (Мф. 14:25–31).

Бог никогда не перестаёт нас любить и не сердится, когда мы поддаёмся страху, но Его это печалит, ведь Он хочет, чтобы у нас была настолько хорошая жизнь, насколько только возможно. Он послал на землю Иисуса, чтобы мы могли иметь жизнь в избытке (Ин. 10:10).

Бог подготавливает нас к тому,
что запланировал для нас

Когда Бог призвал меня проповедовать Его Слово, мне понадобилось много времени на изучение Библии. В тот период у меня было трое детей. Я не могла отказаться от своих обязанностей и отправиться учиться в библейский колледж. Также я работала на полную ставку, поэтому на изучение Библии мне удавалось выделять совсем немного времени. По вторникам я проводила у нас дома занятие по изучению Библии для небольшой группы людей, но у Бога были более серьёзные планы, и мне нужно было найти время на подготовку к тому, что Он приготовил для меня.

Я чувствовала, что Бог побуждает меня уйти с работы, чтобы я смогла выделять несколько часов в день на изучение Библии. Но проблема была в том, что, если бы я бросила работу, у нас бы не хватало денег даже на оплату ежемесячных счетов, на экстренные нужды или дополнительные расходы.

В конце концов я решила поторговаться с Богом: я ушла с работы на полную ставку и начала работать неполный

день. Но вскоре меня уволили. Я всегда была хорошим работником — точно не из числа тех, кого увольняют, но менеджер невзлюбил меня с самого начала, и его не устраивало всё, что я делала. Когда меня уволили, мне стало предельно ясно, что Бог велел мне перестать работать вообще, а не найти работу на неполную ставку.

Частичное послушание — это не вера; это небольшое количество веры, смешанное с большим количеством страха и упованием на себя, и обычно от этого мало толку. Я боялась, что без моего дохода нам не хватит денег. Я хотела быть послушной Богу, но при этом иметь запасной план на тот случай, если столь необходимое нам чудо не будет происходить каждый месяц.

Такие ситуации не редкость, и многие люди поступают похожим образом. В 1-й книге Царств, главах 13 и 15, мы находим два случая, когда царь Саул проявил частичное послушание. Это привело к тому, что его царствование было недолгим. Каждый раз он придумывал оправдания, но Бог ожидает от нас послушания, а не попыток оправдать своё непослушание.

Бог ожидает от нас послушания, а не попыток оправдать своё непослушание.

В одном случае непослушание Саула было продиктовано страхом (1 Цар. 13:1–14), а во втором — жадностью (1 Цар. 15:1–23). Не стоит придумывать себе оправдания для непослушания. Даже если оправдание звучит правдоподобно, Бог не примет его.

Если вы пошлёте своего ребёнка в магазин за молоком, а он вернётся с апельсиновым соком, это будет означать, что он вас ослушался. Он может рассудить, что апельсиновый сок — это тоже напиток, или объяснить это тем, что

в магазине скидка на сок. Как бы то ни было, он не выполнил вашей просьбы.

Если Бог собирается поручить нам серьёзное дело, Он будет неоднократно проверять нас на послушание. Некоторые проверки могут показаться пустяками, но они так же важны, как и тщательные проверки. Если нам нельзя доверять в малом, нас никогда не поставят над многим (Мф. 25:21, 23).

Потеряв работу на неполный рабочий день, я наконец послушалась Бога и больше не стала устраиваться на работу. Я очень переживала из-за финансов, ведь каждый месяц нам нужно было оплачивать счета и иметь небольшой запас денег на непредвиденные нужды. Каждый месяц нам не хватало на оплату счетов около сорока долларов, но мы научились верить, что Бог будет предоставлять нам эту небольшую сумму. А впоследствии нам уже проще было верить, что Он будет предоставлять нам большие суммы, которые необходимы для выполнения той работы по всему миру, которую Он нам поручил. Никогда не забуду, как Бог чудесным образом обеспечивал нас деньгами каждый месяц. Он делал это различными способами и никогда не оставлял нас без необходимой суммы.

Я сделала правильный выбор, уйдя с работы. Поступи я иначе, моя жизнь сейчас была бы совсем другой. А выбираете ли вы послушание Богу, жизнь и благословение? Какой выбор вы делаете? И будете ли вы довольны им впоследствии? Я молюсь о том, чтобы вы делали верный выбор, и, если вы не делали его в прошлом, пусть сегодняшний день станет для вас новым началом. Выберите веру, а не страх. С Богом никогда не поздно начать всё с чистого листа.

*Делайте то, что боитесь, и вскоре вы перестанете
этого бояться.*

Норман Винсент Пил

Как я победила страх в шестьдесят лет

За шестьдесят лет своей жизни я никогда не думала о том, что когда-нибудь научусь плавать. Я решила, что это уже неважно. В детстве ещё можно было бы научиться, но я давно уже не ребёнок. Я не планировала переплыть Ла-Манш или участвовать в Олимпийских играх, так зачем мне учиться плавать? Но почему меня не покидало ощущение, что мне нужно научиться плавать?

Я знаю, что многие люди умеют плавать. Это прекрасное упражнение. Оно их бодрит и радует. Но мне плавание внушало ужас. В то время я была уверена, что так будет всегда. Вода была моей фобией.

Размышляя о том, откуда у меня взялся страх воды, я вспомнила, как утонул мой друг детства. Я до сих пор слышу пронзительный крик его матери, доносившийся до нас сквозь открытое окно тем летним вечером. Даже сейчас мне становится очень грустно, когда я думаю о том, что вода отняла у меня друга. Спустя несколько лет одноклассник моей сестры утонул во время урока плавания в школе. Никогда не забуду сокрушённое выражение лица тренера на похоронах. Это невозможно описать. Я пришла к выводу, что вода — это что-то плохое; я находилась в воде, только когда принимала ванну, и других причин забираться в воду у меня не было.

Но постепенно до моего сознания стало доходить, что говорит Бог. Настало время не только победить страх перед плаванием, но и страх вообще. Интуитивно я понимала, что эта проблема серьезнее, чем я думала. Страх душил меня большую часть моей жизни. Однажды я поделилась своими переживаниями по поводу страха с некоторыми коллегами

и поняла, что нужно делать. Я вступила в «Ассоциацию молодых христиан» и записалась на уроки по плаванию для начинающих.

Всё было именно так, как я и предполагала. Бог что-то задумал насчёт меня. По мере того как робко, вопреки страху я проходила урок за уроком, я ощущала Его присутствие и душевный покой. Учась плавать, я также училась доверять Ему целиком и полностью.

Для меня плавание — серьёзное жизненное достижение. Это хорошее физическое упражнение. Оно очень бодрит и приносит огромную радость. Но самой главной победой для меня стало то, что я научилась по-настоящему доверять Богу. Зная, что Он рядом со мной в любой ситуации, я не опасаюсь будущего, ведь, что бы ни случилось, Он обязательно поможет мне справиться с этим. В конце концов Бог помог мне избавиться от страха и научиться плавать. Никогда не поздно действовать вопреки страху.

— Каролина

Действуйте вопреки страху

Вот Я повелеваю тебе: будь сильным и смелым, не бойся и не ужасайся, ибо с тобой Господь Бог твой везде, куда ни пойдёшь.

Иисус Навин 1:9 (NIV)

Бог приготовил для Иисуса Навина серьёзное задание и, прежде чем отправить его исполнять, велел ему не бояться. Чтобы правильно понять то, что Бог сказал Иисусу Навину, нужно понять значение слова «страх».

Много лет я глубоко изучала тему страха и в ходе своих исследований нашла несколько интересных значений этого слова. Одно из наиболее точных определений страха, которое я нашла, — это «бегство; побег». Страх можно охарактеризовать и как неприятное чувство, возникающее при мысли о грозящей опасности или боли. У слова «страх» есть и другие значения, но давайте пока сосредоточимся на определении, что испытывать страх — значит убегать от чего-то из-за возникшего неприятного чувства при мысли о грозящей опасности или боли.

Если рассматривать страх как бегство, то становится понятно, что Бог не говорил Иисусу Навину не *испытывать*

страха. Он предупредил, что страх появится, но не нужно убеждать, потому что Он, Бог, будет с ним.

Как и многие люди, я годами не могла избавиться от страха. Я не понимала, что страх опирается на неправильное мышление. Когда я думала о своих реальных или возможных проблемах, они затмевали передо мной Бога.

На страницах Писания Бог неоднократно говорит теми или иными словами: «Не бойся, ибо Я с тобой». Он говорил это Иисусу Навину и многим другим (Втор. 31:6; Ис. 41:10; Ис. 43:1; Мк. 6:50; Отк. 1:17). В Божьем Слове я нашла только одну причину, по которой мы не должны бояться, и она заключается в том, что Бог с нами. Что бы ни происходило в нашей жизни, Бог сильнее обстоятельств и Он с нами. Мы не всегда знаем, как именно и когда Он поможет, но достаточно просто знать, что Он рядом. Бог за нас, а раз так, не имеет значения, кто выступает против нас (Рим. 8:31), ведь Бог превосходит всё остальное (1 Ин. 4:4).

Я ошибалась, думая, что, если мне страшно, я не могу делать то, что мне нужно или хочется. Много лет я напрасно ожидала, что страх уйдёт сам. Я усердно просила Бога избавить меня от страха, но не получала ответа, потому что моя просьба была неверной. Мне следовало просить Бога дать мне смелости идти вперёд вопреки страху и не позволять ему останавливать меня.

Много лет
я напрасно
ожидала, что
страх уйдёт сам.

Понимание того, что можно действовать, даже испытывая страх, существенно изменило мою жизнь и жизнь множества других людей. Я поняла это, когда прочитала историю о женщине, которая почти всю свою жизнь была скована страхом. Она не водила машину, не выходила из дома после наступления

темноты и вела уединённый образ жизни. Из-за страха она не могла делать то, что хотела. Однажды она посетовала на свою несчастную жизнь другу-христианину, и тот сказал ей: «Ты можешь действовать вопреки страху».

Прочитав это, я почувствовала себя так, будто жила во тьме долгие годы и вдруг кто-то включил свет. Я поняла, в чём дело! Не нужно ждать, когда исчезнет страх, ведь этого может и не произойти. Я могу делать вопреки страху то, что хочу, или то, что говорит мне Бог.

Страх не сможет управлять нами, если мы поймём, что он собой представляет. Он неспособен навредить нам, поскольку всего лишь рисует картинки у нас в голове и внушает мысли о том, что с нами может случиться что-то плохое, если мы будем действовать.

Я знаю женщину, которая боялась летать на самолёте. Её муж часто ездил в поездки по работе, а их дети уже выросли и покинули дом, поэтому ей хотелось быть рядом с мужем. Она хотела ездить вместе с ним, но понимала, что не сможет из-за своей боязни полётов. Она оставалась дома, пока он ездил по всему миру. Так продолжалось много лет, но однажды она решила, что будет летать наперекор страху. Первые несколько полётов дались ей тяжело. Её трясло от страха, она задыхалась. Но она была настроена решительно. Сейчас она летает довольно часто и ей совсем не страшно.

Единственный способ быть свободным от страха — это смотреть ему в лицо, то есть действовать вопреки страху.

До тех пор пока сатане будет удаваться останавливать вас при помощи страха, он непременно будет этим пользоваться. Но если смотреть страху в лицо, со временем он исчезнет. На протяжении жизни вы будете сталкиваться

с новыми страхами, но не забывайте, что единственный способ быть свободным от страха — это смотреть ему в лицо, то есть действовать вопреки страху.

Я не призываю вас совершать глупости только ради того, чтобы доказать, что вы не боитесь. Я не очень хорошо плаваю, поэтому не буду прыгать в воду с высокой скалы. Некоторые страхи продиктованы здравым смыслом. Они защищают нас от причинения себе вреда. Мы знаем, что огонь обжигает, поэтому не засунем руку в пламя. Мы не будем ходить посередине оживлённой трассы, где нас легко может сбить машина. Я не имею в виду подобные ситуации. Я говорю о том, что, если Бог сказал вам сделать что-то, вы можете исполнить это, даже если будете чувствовать страх. Бог всегда с вами, поэтому вы сможете сделать то, что вам необходимо или хочется, если это, конечно, не противоречит Божьей воле, изложенной в Его Слове, и если не позволите страху остановить вас.

Маленькие и большие страхи

Быть смелым может также означать упорно продолжать что-то делать день за днём. Смелость — это способность не сдаваться, сколько бы времени ни понадобилось для того, чтобы одержать победу. Я не могу пообещать вам, что, если вы противостанете страху, он исчезнет за один день или даже за тысячу дней. Страх будет время от времени появляться. Помните, что свобода от страха подразумевает не его отсутствие, а отказ идти у него на поводу в своих решениях и поступках.

Страх появляется не только в критических ситуациях. Он всегда незримо присутствует в нашей жизни, ища возможности проявиться. Он может скрываться за смутными

опасениями или сомнениями. Возможно, вы хотите ребёнка, но боитесь, что не будете хорошим родителем, поэтому постоянно откладываете рождение ребёнка на потом. Возможно, вы хотите изменить цвет волос, но боитесь, что он вам не подойдёт, поэтому довольствуетесь своим нынешним цветом. Страху — как перед чем-то незначительным, так и перед чем-то важным, — следует давать отпор. Чем дольше вы позволяете ему присутствовать в вашей жизни, тем комфортнее он чувствует себя и тем привычнее он становится для вас. Порой мы настолько свыкаемся с чем-то, что забываем о том, что так быть не должно. Не позволяйте страху обосноваться в вашей жизни, чтобы со временем он не стал для вас чем-то естественным.

Не живите в страхе

Я выросла в атмосфере страха, и со временем страх стал моим привычным состоянием. Я и не подозревала, что можно жить иначе, пока Бог не подсказал мне, как обрести ту счастливую жизнь, которую Он приготовил для меня. Я постоянно жила со смутным чувством страха, причём не перед чем-то конкретным; страх просто был, и я не могла припомнить, когда его не было.

Однажды я прихорашивалась перед зеркалом и вдруг почувствовала тревогу. Я спросила у Господа: «Что за ощущение постоянно преследует меня?» К моему удивлению, Он сразу ответил мне: «Это плохое предчувствие».

Плохое предчувствие — это тревожное ожидание того, что в любой момент может случиться что-то плохое. В Библии сказано: «Все дни несчастного полны зла и омрачены [из-за тревоги и плохих предчувствий]» (Прит. 15:15, АМРС).

Когда Господь сказал мне это, я поняла, почему плохое предчувствие так легко овладевало мной. Со мной произошло много плохого. Отец подвергал меня сексуальному насилию, матери не было дела до меня, мне не разрешали ни с кем дружить и участвовать в школьных мероприятиях. Было много других огорчений и несправедливости. Я так привыкла постоянно разочаровываться, что боялась ждать от жизни чего-то хорошего. Поэтому всегда ожидала очередной неприятности или плохого отношения.

В Библии сказано, что, родившись свыше, мы возродились к живой надежде (1 Пет. 1:3). Какой бы ужасной ни была наша ситуация, у нас всегда есть надежда на перемены к лучшему. Иисус хочет, чтобы мы предвкушали что-то хорошее, а не жили в ожидании зла. Не нужно жить в страхе!

Не миритесь со страхом

Нам гораздо проще привыкнуть к ситуации, смириться с ней, чем решить её и двигаться дальше. Если кто-то издевается над вами, использует в своих интересах и манипулирует вами, перестаньте дрожать от страха и мириться с этим. Дайте отпор этому человеку.

Скорее всего, он разозлится, но чем дольше вы будете позволять ему вести себя подобным образом, тем хуже всё будет становиться. Вы скажете: «Я боюсь», а я скажу: «Действуйте вопреки страху», потому что Бог с вами. Попросите у Бога помощи и наставления, прежде чем что-то предпринимать, а когда настанет подходящий момент, действуйте, положившись на Бога.

Что, по-вашему, хуже: дать страху отпор или мириться с ситуацией всю оставшуюся жизнь? Как и большинство

Как и большинство задир, страх отступает, когда ему дают отпор.

задир, страх отступает, когда ему дают отпор.

Много лет я мирилась с мучившей меня болью в спине, дошло до того, что я уже еле передвигалась, и в конце концов я обратилась к врачу. Так же мы поступаем, и когда нас мучает страх. Мы миримся с ним, как с неким раздражителем, причиняющим нам дискомфорт, и однажды понимаем, что зря так долго терпели его и лишали себя радости жизни.

Такое произошло и с моей матерью. Она капитулировала перед страхом ещё в двадцать с небольшим лет и упустила возможность прожить счастливую жизнь. Она умерла в девяносто лет и, думаю, сожалела о своих решениях каждый день. Мама жила в своём крохотном мирке и постоянно пыталась угодить мужу, чтобы лишний раз не вызвать его гнев. Он умер раньше неё, так что она прожила несколько безмятежных лет до того, как покинуть этот мир. Я могла лишь порадоваться за неё. Она редко покидала свою комнату в доме престарелых, где жила в последние несколько лет перед смертью. Она оставалась там, потому что, как она говорила, ей нравится тишина и покой. Этого у неё не было никогда. Однако у неё всегда была возможность изменить свою жизнь. Ей нужно было лишь принять решение перестать мириться с жестоким обращением.

Мы всегда можем рассчитывать на помощь. Но мы должны захотеть её получить. В шестой главе Послания к Ефесянам, где речь идёт о духовной борьбе, сказано, что мы должны взять щит веры и угасить им все раскалённые стрелы лукавого (Еф. 6:16). Страх — это раскалённая стрела, выпущенная в нас врагом. Тот факт, что мы чув-

ствуем страх, не означает, что мы должны *жить* в страхе и позволять ему манипулировать нами. Мы можем противостоять страху при помощи веры. Даже когда мы чувствуем страх, мы можем действовать вопреки ему!

Вы сможете победить почти любой страх, если решитесь на это. Помните, страх существует только в уме.

Дейл Карнеги

Победите страх, сосредоточиваясь на правильных мыслях

У меня есть теория о том, что у страхов имеются крылья. Дело в том, что я боюсь птиц. Это очень странный, необоснованный страх перед загнутыми клювами и острыми когтями.

У моего отца тот же страх. Но его страх объясняется реальным случаем: в детстве на него напал петух. Он получил серьезные раны и был госпитализирован. Он рос со страхом перед птицами, считая их опасными. Он не доверял им и держался от них подальше.

Потом родилась я, и он, будучи хорошим отцом, защищал меня от птиц: не подпускал меня близко к птицам, а их — ко мне. Но посмотрите на их маленькие глазки-бусинки!

Мой отец — смелый и прекрасный человек. Он учил меня не бояться. Конечно, он передал мне свой страх ненамеренно. Но у страхов есть крылья. Даже если мы не осознаём это, наши переживания и действия влияют на наших детей, и страхи перелетают от одного человека к другому. Поэтому мы с птицами не были друзьями.

Я много путешествую и, к счастью, не боюсь пауков или змей, но только не птиц. У меня необъяснимый страх перед ними, но я научилась управлять им с Божьей помощью и сосредоточиваться на правильных мыслях. Я знаю, насколько мала вероятность того, что птица причинит мне вред, и, хотя я по-прежнему недолюбливаю пернатых существ, я уже не так сильно опасаясь их. Я решила не позволять страху управлять мной.

Я также решила, что не позволю своему страху «перелететь» на моих детей. Они прекрасно ладят с птицами, хотя я предпочитаю не посещать помещение с птицами, когда мы ходим в зоопарк. Я уже не боюсь их так сильно, как раньше, но и удовольствия они мне не доставляют.

— Джинджер

Я не буду бояться

Господь со мной; я не буду бояться.

Псалом 117:6

Написав «я не буду бояться», Давид не имел в виду, что не будет *чувствовать* страх, он сказал, что не позволит страху управлять его действиями. Каждому из нас было бы полезно перенять подобный настрой. Именно такое отношение и должно быть у христианина. Страх не от Бога, и мы должны решительно давать ему отпор в силе Святого Духа. Давать страху отпор означает не позволять ему влиять на наши действия.

Бог дал нам обещание: «Я с вами во все дни» (Мф. 28:20). Это одно из важнейших обещаний, данных в Божьем Слове. Бог обещает простить нас, если мы согрешим, и это замечательное обетование, но столь же прекрасно и Его обетование быть с нами. Какие бы места вы ни посещали прежде, Бог был там, и куда бы вы ни отправились в будущем, Бог будет и там. Он вездесущий, то есть присутствует везде одновременно. Он всё видит, всё знает и обладает всей властью. Он наш Отец, а мы Его дети, что очень радует. И Бог хочет, чтобы мы верили: нам нечего бояться, потому что Он с нами. Он благ, и Он всегда позаботится о Своих детях.

Советую вам больше просить Бога о том, чтобы Он при-
близил вас к Себе и явил вам Своё присутствие, нежели о том,
чтобы Он решил ваши проблемы. Бог
хочет помогать нам в бедах, но ещё
важнее для Него видеть наше стремле-
ние к Нему. Я говорю об этом ещё так:
«Желайте Божьего присутствия, а не
Божьих даров».

Желайте Божьего
присутствия,
а не Божьих даров.

Бог пообещал Давиду быть с ним; то же самое обеща-
ние Он дал Ною (Быт. 6:18), Аврааму и Саре (Быт. 17:7, 19;
Рим. 4:17), Иакову (Быт. 28:15), Иосифу и Марии (Мф. 1:23)
и Павлу (Деян. 18:10). Эти слуги Божьи могли ничего
не бояться, потому что Бог пообещал быть с ними, куда бы
они ни пошли. Это обетование придавало им сил в тёмные,
сложные времена. Давид говорит: «Если я пойду и долиною
смертной тени, не убоюсь зла, потому что Ты со мной; Твой
жезл и Твой посох — они успокаивают меня» (Пс. 22:4).

Обещание о Своём присутствии, которое Бог дал людям
в те стародавние времена, относится и к вам. Бог не обе-
щал, что у нас никогда не будет трудностей, но обещал быть
с нами в тяжёлые времена. Иисус назван Еммануилом, что
значит «с нами Бог» (Мф. 1:23), а раз так, мы можем быть
уверены, что наши проблемы однажды закончатся и благо-
даря им мы станем ещё сильнее.

Можно чувствовать Божье присутствие, не ощущая
Бога физически. Если мы чересчур полагаемся на свои
чувства, дьявол может воспользоваться этим и обмануть
нас. Бог ждёт от нас веры, свойственной маленьким детям
с их духовной восприимчивостью, которая несвойственна
многим взрослым. Дети готовы поверить в то, что кажется
невозможным.

Я слышала одну историю о маленькой девочке. У неё спросили, почему она верит, что Иисус живёт в её сердце. Она ответила: «Когда я кладу руку на сердце, я чувствую, как Он ходит внутри». Даже биение сердца может быть доказательством Божьего присутствия.

Я замечаю Божье присутствие повсюду, даже в мелочах, которые, впрочем, для меня очень важны, и это одна из самых замечательных сторон моих отношений с Богом. Когда мои дети звонят мне и говорят, что любят меня, я знаю, что это Божья любовь проявляется через них. Когда муж обнимает меня по утрам и говорит: «Как поживает моя детка?» — я знаю, что это Бог держит меня в Своих объятиях. Когда я иду в ресторан и менеджер отводит меня к моему любимому столику, я знаю, что это Бог «подмигнул» мне. Зачастую мы ждём каких-то грандиозных чудес и упускаем сотни маленьких чудес, которые постоянно происходят вокруг.

Если у вас появится привычка замечать Бога повсюду, вы будете обнаруживать Его в самых невероятных местах и ситуациях. Пусть вашим девизом будет фраза «Бог со мной». Бог говорит, что если вы взыщете Его, то найдёте (Иер. 29:13).

Если у вас появится привычка замечать Бога повсюду, вы будете обнаруживать Его в самых невероятных местах и ситуациях.

Иаков был ловким хитрецом. Обманом он присвоил себе право первородства, принадлежавшее его брату (Быт. 27:1–40). Следующие двадцать лет он скрывался от Исава, опасаясь, что тот убьёт его. Безусловно, Иаков не был духовным исполнителем и его нравственный облик не был безупречным, и всё же Бог дал ему сон, в котором он увидел лестницу, доходящую до неба. По этой лестнице поднимались и спускались Божьи ангелы (Быт. 28:10–22). Можно предположить, что

по этой лестнице Иаков мог бы подняться к Богу. Но на самом деле лестница означала, что Бог был готов спуститься к нему и помочь ему. Бог идёт нам навстречу и принимает нас такими, какие мы есть.

Проснувшись, Иаков понял, что этот сон от Бога, и сказал: «Истинно Господь присутствует на месте сём; а я не знал!» (Быт. 28:16). Самое обычное, ничем не примечательное место стало особым местом, где присутствует Бог. Очень печально, что мы не осознаём того, что Бог рядом с нами. Наша вера воспарила бы к новым высотам, если бы мы научились замечать Божье присутствие в самых обыденных аспектах повседневной жизни.

Очень печально, что мы не осознаём того, что Бог рядом с нами.

Необязательно идти в храм с витражными окнами, алтарём и крестом, чтобы найти Бога, потому что Он с вами прямо сейчас. Он находится рядом, когда вы идёте в магазин за продуктами, когда ведёте машину, оплачиваете счета, работаете за столом или играете в мяч с детьми. Богу недостаточно, чтобы мы уделяли Ему один час, навещая Его в церкви по воскресеньям. Осознав, что Бог всегда с нами, мы сможем освободиться от оков страха. Страх будет скрываться поблизости, ожидая возможности проникнуть в нашу жизнь. Мы будем по-прежнему слышать голос страха в своих мыслях и чувствовать его, но мы сможем действовать вопреки страху, потому что будем уверены: Бог с нами.

Отвлекающие факторы

Страх может прокрасться в наш разум, если мы забудем, что Бог с нами, и начнём во всём полагаться на свои силы.

Вспомните, Бог неоднократно говорил многим из Своих слуг: «Не бойся, ибо Я с тобой». Страх может быть не столь ярко выраженным, он может быть едва ощутимым и проявляться как беспокойство, опасения и даже зависть.

Давайте объясню. Предположим, женщина средних лет никогда не была замужем и её заветная мечта — встретить подходящего мужчину и стать его женой. Пока она ждёт своего шанса, её подружки одна за другой выходят замуж. Она ходит на их свадьбы и притворяется, что очень рада за них, но в глубине души завидует им. А корень зависти — страх перед тем, что она никогда не выйдет замуж. Обычно мы не завидуем кому-то, если у нас есть то же самое. Страх появляется, когда нам в голову закрадывается мысль о том, что нам чего-то не достанется, что мы никогда не получим желаемого.

Страх перед тем, что мы не получим желаемого — причина многих наших проблем. Он приводит к беспокойству, тревожности и придумыванию бесконечного количества планов, от которых нет толку. В книге Притчей 16:9 сказано, что человек строит планы, но Господь направляет его шаги. Неудивительно, что многие из *наших* планов не осуществляются так, как нам бы хотелось. Божьи пути и Божьи мысли превосходят наши пути и мысли (Ис. 55:8–9). Бог любит нас, поэтому, когда мы намерены следовать плану, который не принесёт нам ничего хорошего, Он заботливо вмешивается и препятствует его осуществлению, поскольку приготовил для нас кое-что получше.

Иисус сказал, что семя Божьего Слова, посеянное в нашем сердце, могут похитить суета и заботы (Мк. 4:14–19). Сатана боится, что мы духовно возрастём, если будем сосредоточены на главном и дадим Слову укорениться в нашем

сердце. Поэтому находит бесчисленные способы отвлечь наше внимание от Иисуса и Его Слова. Поразмышляйте об этом пару минут. Какие бесполезные занятия крадут ваше время и отвлекают от Божьего присутствия? Часто ли вы молитесь, если что-то отвлекает ваше внимание, нарушает планы и мешает достичь цели? Умение сосредоточиться на главном — возможно, один из наиболее важных навыков, особенно в современной культуре, которая высоко ценит многозадачность, постоянную занятость и стремление много трудиться.

Давайте вспомним историю о Марии и Марфе и посмотрим, что Иисус сказал об отвлекающих факторах. Марфа пригласила Иисуса к себе домой. Я уверена, она хотела Его послушать, но отвлеклась на приготовление пищи для дорогого гостя. Видимо, она не только готовила еду, но и прибирала в доме, чтобы во время Его пребывания у них всё было в полном порядке. А меж тем её сестра Мария сидела у ног Иисуса, что было удивительно, ведь в те времена, если кто-то сидел у ног раввина, это означало, что этот человек хочет быть его учеником. Ни у одного раввина никогда не было ученицы, а у Иисуса была.

Марфа расстроилась, ведь она выполняла всю работу по дому, пока Мария сидела и слушала Иисуса. Она пожаловалась на это Иисусу, и Он ответил ей, что она заботится и суетится о многом, а Мария избрала то, что важнее всего остального (Лк. 10:38–42).

Подразумевал ли Иисус, что Марфе не нужно работать? Нет, Он имел в виду, что она могла бы оставаться с Ним, даже занимаясь делами, а ещё лучше было бы отложить дела и заняться чем-то более важным, чем уборка и приготовление пищи. Марфа пригласила Иисуса к себе домой, но так

и не смогла побыть рядом с Ним, потому что о многом беспокоилась. У неё были добрые намерения, но она отвлеклась на что-то другое, как порой и многие из нас.

Смысл этой истории не в том, что не нужно *работать*, а в том, что не нужно *беспокоиться* и погружаться в каждодневные дела настолько, что не замечать Божье присутствие. Можно выполнять работу вместе с Иисусом, а не уходить в неё с головой, отвлекаясь от Него. Мы не можем думать о Нём каждую секунду в течение дня, но время от времени можем делать паузу, чтобы заметить Его присутствие и сказать: «Спасибо Тебе, Господь, за то, что никогда не покидаешь меня».

Можно выполнять работу вместе с Иисусом, а не уходить в неё с головой, отвлекаясь от Него.

Можно вспоминать и благодарить Бога за все случаи, когда Он ответил на наши молитвы, и за всё хорошее, что сделал для нас. Вчера мы с Дэйвом и нашей дочерью ходили на выступление пародиста Элвиса Пресли (да, мне нравится Элвис). Место нашей дочери было в другом ряду. Мы с ней помолились о том, чтобы место рядом с нами освободилось и мы могли бы сидеть рядом. В кассе мне сказали, что все билеты распроданы, так что, получается, я молилась о чём-то невозможном. Но потом оказалось, что в том ряду, где сидела наша дочь, было четыре свободных места, и мы все сели рядом. Совпадение? Вряд ли.

В тот вечер я поинтересовалась у дочери, поняла ли она, что Бог ответил на нашу молитву, и она сказала: «Конечно. Мы же молились о свободных местах». Зачастую мы ведём себя подобно девяти прокажённым, которых Иисус исцелил, но те забыли вернуться и поблагодарить Его за это (Лк. 17:11–19). Мы радуемся тому, что сделал Бог, но сатана

всячески отвлекает нас, чтобы мы забыли сказать: «Отец, спасибо, что ответил на молитву».

Есть хороший способ постоянно помнить о Божьем присутствии. Каждый день нужно находить пять минут, чтобы прокрутить в голове всё то, чем мы занимались накануне, и вспомнить все ситуации, когда Бог проявил Себя, но мы были слишком заняты, чтобы заметить это. Сегодня утром я именно так и поступила и вспомнила про вчерашний поход в театр. Я восхитилась добротой Бога и Его заботой даже о такой мелочи, как свободное место в театре.

Богу недостаточно нашего короткого посещения церкви в воскресное утро, Он хочет постоянно присутствовать в нашей жизни.

Бог хочет участвовать в нашей жизни и во всём, что мы делаем. Вот что значит жить с Богом. Ему недостаточно нашего короткого посещения церкви в воскресное утро, Он хочет постоянно присутствовать в нашей жизни. Он хочет, чтобы мы пребывали в Нём, то есть жили, находились, оставались в Нём и с Ним во всякое время. Без Него мы ничего не можем.

Я есмь лоза, а вы — ветви; кто пребывает во Мне, и Я в нём, тот приносит много плода; ибо без Меня не можете делать ничего.

Иоанна 15:5

Бог всегда на расстоянии одной мысли от нас. Думайте о Нём, говорите с Ним в течение дня. Осознание Его присутствия наполнит вас смелостью и уверенностью и прогонит всякий страх.

Страх побеждает людей больше, чем всё остальное.

Ральф Уолдо Эмерсон

Говорите о вере, а не о страхе!

До сих пор очень хорошо помню один случай в кабинете врача, который произошёл со мной в восьмилетнем возрасте. Моя младшая сестра сидела на медицинской кушетке, а я тихо ждала своей очереди на деревянном стуле.

Ей должны были сделать прививку. Медсестра вошла в кабинет, схватила шприц и пошутила: «Может, лучше уколём твою сестричку?» — «Да», — радостно закивала головой моя сестра. Комната наполнилась смехом. Медсестра и моя мама разрядили обстановку.

Но мне было не до смеха. Мне правда сделают укол? Я чувствовала запах спирта и ощущала стерильность кабинета. Я медленно сползла со стула на пол, лицо моё стало белым как мел, и я потеряла сознание.

Очнувшись, я услышала голос медсестры: «Кажется, девочке не нравятся иглы». «Да, девочке совсем не нравятся иглы!» — подумала я. Почему-то эти слова отпечатались в моей памяти. С того случая всякий раз, когда врач назначал мне уколы, я говорила: «Мне очень не нравятся иглы». Однажды мне понадобилось сдать кровь, и медсестре пришлось постоянно отвлекать меня разговорами. Пока у меня брали кровь, я трижды упала в обморок!

Девять лет назад я проходила осмотр у стоматолога и услышала самые страшные слова: «Вам нужно ставить пломбу». Я не спала по ночам, потому что боялась иголок, которыми будут пользоваться при лечении зуба. В той ситуации и во многих других мой страх усиливался словами, которые я твердила про себя: «Мне очень не нравятся иглы». Но недавно я почувствовала, что Бог подсказывает мне: пора

перестать повторять эти слова, сосредоточиться на Нём и уповать на Его силу, которая поможет мне справиться со страхом.

Вот уже три года, как я перестала терять сознание при сдаче крови. Мне наконец-то запломбировали зуб, который ждал лечения девять лет. Точнее, мне поставили две пломбы за один день. И у меня не было никаких проблем со сном.

— Рэйчел

Мысли и слова, полные страха

Не подстраивайтесь под образ жизни этого мира, но преобразайтесь, меняя своё мышление, и тогда вы сможете испытать Божью волю и убедиться в том, что она благая, угодная и совершенная.

Римлянам 12:2 (NIV)

Из Послания к Римлянам 12:2 явствует, что невозможно преобразиться (измениться), не изменив прежде своего мышления. Первые уроки, которые я усвоила, начав изучать Божье Слово, касались разума и мыслей. Мне повезло прочесть одну старую книгу о силе мыслей, о том, как дьявол превращает наш разум в поле сражения. Он воюет с нами, подбрасывая нам одну ложную мысль за другой, чтобы мы поверили в них, ведь тогда они будут управлять нами.

Много лет я верила в то, что противоречило Божьему Слову, и эти ложные убеждения воплотились в реальность.

Я поняла, что много лет верила в то, что противоречило Божьему Слову, и эти ложные убеждения воплотились в реальность. Приведу несколько примеров.

- Я верила, что виновата в том, что отец насиловал меня в детстве.
- Я верила, что у меня всегда будет второсортная жизнь из-за пережитого в детстве сексуального насилия.
- Я верила, что со мной что-то не так, и мысль «Что со мной не так? Что со мной не так? Что со мной не так?» бесконечно крутилась у меня в голове как заезженная пластинка.
- Я верила, что должна держать под контролем любую ситуацию и отношения, чтобы избежать боли и страданий.
- Я верила, что на каждом шагу меня подстерегает какая-нибудь неприятность, и жила в постоянном страхе и ожидании очередного разочарования, плохой новости или потери.
- Я верила, что мужчины будут бросать меня, а друзья отвергнут, ведь подобное со мной уже случалось.

Я верила во множество заблуждений, потому что была обманута. Быть обманутым означает поверить в ложь. Я верила в разного рода ложь, и это сформировало мою реальность. Думаю, не ошибусь, если скажу, что все мы порой принимаем ложь за истину. Заблуждения проникают в наш разум и превращаются в прочные установки. Любые мысли — правдивые и ложные, позитивные и негативные — способны формировать твердыни в нашем уме. Твердыня — это место, где наш враг, дьявол, укрепляет свои позиции с целью уничтожить благой замысел Бога для нашей жизни.

Изменение мышления требует времени и усилий. Только истина Божьего Слова способна ниспровергнуть ложь, в которую мы поверили. Если мы будем вникать в Божье

Слово, истина освободит нас (Ин. 8:32). Мало просто читать Библию — нужно следовать написанному в ней, и тогда шаг за шагом мы будем обретать свободу. Я изучаю Божье Слово более сорока лет и до сих пор обнаруживаю у себя те или иные заблуждения; с помощью Святого Духа я постигаю истину, чтобы освободиться от них.

Возможно, вы считаете, что ваши мысли ничего не значат, но на самом деле они являются важной движущей силой в вашей жизни. Мысли становятся словами, а слова формируют взгляды и влияют на поступки. Павел призывает колоссян сосредоточить свои мысли на вышнем, а не на земном (Кол. 3:2, АМРС). Отсюда можно сделать вывод, что мы можем выбирать, о чём думать. Мы не пленники всех мыслей, которые приходят нам в голову.

Эта же истина отражена и во 2-м Коринфянам 10:4–6, где сказано, что мы должны ниспровергать неверные мысли и представления и пленять их «в послушание Христу», то есть согласовывать свои мысли с Божьим Словом. Иначе говоря, мы способны отвергать мысль и сознательно заменять её другой. Мы не пленники собственных мыслей — мы сами способны пленить их.

Раньше я, как и многие люди, считала, что не могу контролировать поток мыслей. Я никогда не задумывалась о том, откуда они приходят. Я принимала все мысли, которые казались мне правдой, и в соответствии с ними выстраивала свою жизнь. А как насчёт вас? Как вы поступаете со своими мыслями? Возможно, так же, как и я когда-то. Большинству людей неведомо, что мысли могут разрушить их жизнь.

В 1995 году я написала книгу «Разум — поле сражения», она до сих пор является одной из самых популярных моих книг. В ней я даю действенные советы, которые уже помогли

многим людям. За эти годы к нам пришло много отзывов. Люди рассказывали о том, как изменилась их жизнь после того, как они узнали, что могут выбирать, о чём думать. Я всегда советую людям: думайте, о чём вам думать. В следующий раз, когда расстроитесь, огорчитесь или встревожитесь, проанализируйте, о чём вы думали в последнее время, и вы поймёте, что источник такого состояния — ваши мысли. А радостными делают нас радостные мысли.

Я написала ещё одну книгу о мыслях, где советую сознательно сосредотачиваться на тех мыслях, которые придают сил, такие как: «Я могу сделать всё, что нужно, благодаря укрепляющему меня Христу»; «Я люблю людей, и мне нравится помогать им»; «Я не буду бояться, потому что Бог со мной». Можно привести тысячи мыслей, подобных этим. Ежедневно напитывайте ими свой разум, они придадут вам сил и помогут стать тем, кем хочет видеть вас Бог, и делать то, чего Он ожидает от вас.

Устраивайте подобные «сеансы правильного мышления» каждый день. Сознательно думайте о том, что вы хотели бы изменить или сделать. В Божьем Слове сказано, что «каковы мысли в душе его, таков и он» (Прит. 23:7). Иными словами, куда идут мысли человека, туда следует и он. Наши мысли прокладывают нам путь и задают направление нашей жизни.

Неважно, сколько лет вы мыслили неправильно и тем самым создавали себе проблемы. Измените свой образ мыслей, и тогда вы тоже изменитесь. Советую вам поставить перед собой цель всегда выбирать позитивные мысли, полные надежды и веры. Думайте о людях хорошо, не будьте подозрительны, не сосредоточивайтесь на их недостатках, и тогда ваши отношения с окружающими станут намного лучше.

Воображение

Мы очень хорошо умеем воображать то, чего нет в реальности, и рисуем у себя в голове яркие картинки. Например, если я скажу «розовый слон», вы тут же представите себе розового слона. Сосредоточивайте своё воображение и мысли на чём-то прекрасном. Советую вам представлять себе что-то такое, что невозможно для вас, но что станет возможным с Божьей помощью. Спросите себя: «Чем я буду заниматься через пять лет?» Или: «К чему призывает меня Бог и как я могу изменить этот мир к лучшему?»

Бог наделил нас даром воображения и способностью мыслить и хочет, чтобы мы пользовались этим мудро. Люди, способные вообразить великое, совершают великое. Прежде чем появился автомобиль, кто-то вообразил, что его можно изобрести, а потом, вероятно, долго думал об этом. Кто-то придумал стул. Наверное, этому человеку надоело сидеть на камне и он подумал: «Можно же сидеть на чём-то получше, чем твёрдый камень, на чём-то мягком и удобном, чтобы можно было откинуться назад и расслабиться». И стал перебирать в голове различные варианты, пока не придумал сиденье с четырьмя ножками и спинкой.

У тысяч людей есть замечательные идеи, но они ничего не делают, чтобы воплотить их в жизнь. Недостаточно просто вообразить что-либо — нужно приложить усилия и попытаться реализовать это. Не стоит бояться пробовать что-то. Если хотите добиться успеха, будьте готовы к неудачам. Я слышала, Томас Эдисон терпел неудачу около двух тысяч раз, прежде чем изобрёл электрическую лампочку. Не знаю, правда ли это, но в любом случае лампочка не появилась

Если хотите
добиться успеха,
будьте готовы
к неудачам.

после первой же попытки. Эдисон не сдавался. Он сказал, что каждая неудачная попытка приближала его к удачной попытке. Потерпев неудачу, мы не становимся неудачниками. Пока человек продолжает предпринимать попытки, он не неудачник.

Когда Бог призвал меня к служению, Он сказал, что я буду ездить по всему миру и учить людей Его Слову. После этого я пять лет учила Библии около двадцати пяти человек, которые собирались у нас дома раз в неделю. Пока я учила эту небольшую группу, я представляла, как буду проповедовать огромному количеству людей. Так оно и вышло. Бесполезно молиться о великих свершениях, если думать или представлять что-то противоположное тому, о чём просишь Бога.

Чтобы получить желаемое, недостаточно просто вообразить это. Нужно согласовывать свои мысли и мечты с Божьим Словом и Божьей волей. Мы не сможем двигаться вперёд с Богом, если сначала не договоримся с Ним (Амос 3:3). А ваши мысли и мечты согласуются с тем, чего хочет Бог?

Мысли определяют наши слова,
отношение и поступки

Если мы принимаем наполненные страхом мысли, которые посылает нам дьявол, и начинаем прокручивать их в голове, они формируют у нас неправильные установки. Как бы мы ни старались скрыть своё негативное отношение к чему-либо, оно обязательно проявится в той или иной ситуации. Наши мысли и отношение выливаются в слова и поступки.

Если я всё время думаю о том, как сильно меня обидел тот или иной человек, если я боюсь, что он поступит так

снова, если планирую избегать встречи с ним, чтобы обезопасить себя и наказать его, то мысленно я уже готова к соответствующим поступкам. Например, я расскажу, как он со мной обошёлся, и мои слова испортят к нему отношение. И это печально, ведь, возможно, моему слушателю нравился этот человек.

Предположим, я пришла в церковь и ко мне подходит человек, который обидел меня (может быть, он даже не догадывается об этом), и дружелюбно приглашает на обед. Я не смогу вести себя как ни в чём не бывало и улыбаться. Мне будет нелегко скрыть своё негативное отношение к нему. Возможно, я не сдержусь и скажу о том, как плохо он со мной поступил, как мне больно и обидно, и так далее. Возможно, этот человек попросит прощения и скажет, что даже не понял, что обидел меня. Я пойду домой и поначалу буду считать, что наказала его. Но когда эмоции улягутся, я пойму, что огорчила Святого Духа, и ещё много дней буду испытывать чувство вины. А в следующий раз, когда увижу этого человека, буду чувствовать себя неловко. Мне захочется убежать и спрятаться, потому что именно такое желание и вызывает страх.

Но давайте придумаем другой вариант развития событий. Кто-то причинил мне боль, и дьявол подкидывает мне наполненные страхом мысли, дабы убедить меня в том, что этот человек поступил так нарочно и поступит так снова при любой возможности. Затем советует вычеркнуть этого человека из своей жизни и найти способ отомстить ему. Однако я изучала Божье Слово и помню, там сказано, что любовь верит в лучшее (1 Кор. 13:4–7). Поэтому я отбрасываю эту негативную мысль и думаю о том, что этот человек не осознаёт, что произошло. Возможно, он плохо себя

чувствовал, у него тяжёлый период в жизни, ему сообщили плохую новость или есть какая-то другая причина. И я решаю не обижаться на него и продолжаю проявлять любовь, потому что этого хочет от меня Иисус. У меня есть выбор, и ясно видно, какой выбор будет наилучшим.

Иисус сказал, что от избытка сердца говорят уста (Мф. 12:34). Люди оправдывают свои неуместные заявления, говоря: «Я не имел это в виду, я просто пошутил». Они обманывают себя, ведь, даже если они сожалеют о сказанном, эти слова отражают содержимое их сердца. Возможно, какие-то мысли и мнения уже давно притаились в их разуме, а они даже не осознают этого.

Чтобы победоносно идти вперёд и жить той жизнью, которую даровал нам Иисус, принеся Себя в жертву, мы должны осознать силу слов и с помощью Святого Духа научиться следить за своими словами. Начинать же следует с мыслей. Без Божьей благодати у нас не получится контролировать свои слова и мысли, но, если у нас есть такое стремление и мы попросим Бога помочь нам, Он непременно будет давать нам всё больше благодати.

Хочу рассмотреть два отрывка Писания, в которых говорится о силе слов. Для начала взглянем на Притчи 18:20–21:

От плода уст человека наполняется чрево его;
произведением уст своих он насыщается. Смерть
и жизнь — во власти языка, и любящие его вкусят
от плодов его.

Очень полезно поразмышлять над этими двумя стихами. Во-первых, наша удовлетворённость или неудовлетворённость жизнью в некоторой мере зависит от наших слов.

Мы не только произносим слова, мы слышим слова, которые произносим, и они питают нас. Есть выражение «ты съешь свои слова!». Оно означает «ты пожалеешь о сказанном». Мы едим свои слова в том смысле, что они проникают в наше сердце. Если это добрые слова, они приносят благословение. Если нет, они отравляют наше отношение, крадут у нас мир и радость. Как можно отравиться гнилой пищей, так можно отравиться и своими гнилыми словами.

Внимательно прочитайте второй стих и задумайтесь над его смыслом. «Смерть и жизнь — во власти языка». Представьте, собственными словами мы можем нести жизнь или смерть самим себе или другим людям! Мы вкушаем плоды своих слов.

Следующий отрывок — Иакова 3:2–10:

Ибо все мы много согрешаем. Кто не согрешает в слове, тот человек совершенный, могущий обуздать и всё тело. Вот, мы влагаем удила в рот коням, чтобы они повиновались нам, и управляем всем телом их. Вот, и корабли, как ни велики они и как ни сильными ветрами носятся, небольшим рулём направляются, куда хочет кормчий; так и язык — небольшой член, но много делает. Посмотри, небольшой огонь как много вещества зажигает! И язык — огонь, прикраса неправды; язык в таком положении находится между членами нашими, что оскверняет всё тело и воспаляет круг жизни, будучи сам воспаляем от геенны. Ибо всякое естество зверей и птиц, пресмыкающихся и морских животных укрощается и укрощено естеством человеческим, а язык укротить никто из людей не может: это —

неудержимое зло; он исполнен смертоносного яда. Им благословляем Бога и Отца, и им проклинаем человеков, сотворённых по подобию Божию. Из тех же уст исходит благословение и проклятие: не должно, братия мои, сему так быть.

Этот отрывок учит тому, что наши слова задают направление нашей жизни. Как я уже говорила, у Бога есть замыслы насчёт нас, но и у дьявола они тоже есть. Мы следуем тем замыслам, с которыми соглашаемся. Наши слова отражают содержимое нашего сердца. Если мы научимся слышать себя, мы заметим, что порой с нашего языка слетают неосторожные слова, открывающие наши подлинные мысли.

Невзирая на свои мысли, чувства и обстоятельства, говорите то же самое, что говорит Бог. Мы способны кардинально повлиять на своё будущее. Если мы будем говорить позитивные слова, согласующиеся с Божьим Словом, нас ждёт чудесное будущее.

Невозможно получить всё, что хочется, просто говоря об этом. Мы получим от Бога то, что Он хочет дать нам, если будем взаимодействовать с Ним. Если страх будет влиять на наши мысли и слова, мы помешаем собственному прогрессу. Мы будем поработаны своими же мыслями и словами. Вместо слов «я боюсь» говорите: «Я буду действовать вопреки страху».

Не молитесь о задачах, которые вам по силам. Молитесь о силе для выполнения своих задач.

Филлипс Брукс

С Богом всё становится возможным

Целых сорок лет я испытывал парализующий страх перед автобусами, самолётами и огромными толпами. Это мешало моей нормальной жизни. Хотя я понимал, что этот страх необоснован, мне не хватало смелости сделать первый шаг на пути к избавлению от него. Несколько лет назад я начал изучать всё, что в Божьем Слове говорится о страхе. Чем больше я узнавал, тем больше просил Бога помочь мне освободиться от страха.

Как-то меня попросили сопровождать детсадовскую группу, в которую ходила моя дочь, на экскурсии в яблонево́ый сад. Я знал, что придётся ехать на автобусе, да ещё с другими людьми. Я согласился, но молился о том, чтобы поездку отменили.

Настал тот самый день, и передо мной предстал огромный жёлтый монстр. Когда я зашёл внутрь и занял своё место, меня немного трясло. Я тут же начал вспоминать отрывки Писания, которые могли бы помочь мне, например, Псалом 90. Я едва слышно повторял их вслух. Через час мы приехали. Я чувствовал себя так, будто взобрался на гору!

Следующее испытание было гораздо серьёзнее. Я решил посетить христианскую конференцию, которая проводилась на стадионе в соседнем городе. Год за годом я подавал заявку на участие и в последнюю минуту отказывался. Но только не в этот раз.

В выходные мы с друзьями доехали на машине до того города, где будет проводиться конференция, но, когда нужно было садиться в маршрутный автобус, меня словно парализовало. Мне хотелось развернуться и уехать домой. Но я сказал себе: «Шон, если сейчас ты не сядешь в автобус, ты будешь бояться всю свою жизнь».

Я зашёл в автобус, и через несколько минут нас высадили у стадиона, битком набитого людьми. Спустя пять минут произошло чудо: я почувствовал, что *совершенно не боюсь!*

Примерно через год мне пришлось сдавать «выпускной экзамен». Я отправился в миссионерскую поездку в Индию. Я знал, что Бог побуждает меня туда ехать, но при этом я понимал, что мне придётся лететь на пяти самолётах и постоянно ездить на автобусах. Несколько раз мне хотелось повернуть назад, но Господь постоянно говорил мне: «Делай шаг за шагом вопреки страху».

Наконец я прибыл в один из самых оживлённых аэропортов мира. Я совершенно не нервничал. Бог доказал мне, что с Ним всё становится возможным.

— Шон

Я чувствую страх!

Когда я в страхе, на Тебя я уповаю.

Псалом 55:4

Чувство страха очень ощутимо. Страх может проявляться на физическом уровне и вызвать неконтролируемую дрожь в теле, потливость, учащённое сердцебиение, затруднение дыхания и другие симптомы. Но с этими проявлениями можно справиться, если помнить, что это лишь реакции нашего тела и что страх перед неприятностями обычно гораздо хуже, чем сами неприятности. Помните: страх сдерживает нас и препятствует нашему прогрессу.

Если боишься получить травму во время физических упражнений, то не будешь их выполнять. Я действительно получила травму во время занятий спортом, и этот случай надолго отбил у меня охоту тренироваться. Причина травмы была в том, что я старалась выполнить как можно больше упражнений за короткое время. Кроме того, у меня была неправильная поза во время упражнения с тяжёлым весом. В таком случае травма неминуема. Мне нужен был тренер, который научил бы меня правильно выполнять упражнения. Я нашла такого тренера и занимаюсь вместе с ним уже много лет. Регулярные занятия спортом принесли мне огромную пользу.

Страх может украсть у нас что угодно, если мы это допустим. Я не знаю, сколько ещё у меня страхов. Они пока не дают о себе знать, но Бог своевременно укажет мне на них. К счастью, Бог не сразу открывает всё, что нам нужно преодолеть, иначе мы были бы обескуражены и сдались бы заранее, даже не попытавшись победить.

В первые годы своего служения я просила Бога сделать так, чтобы меня приглашали выступать на конференциях или в церквях. Я молилась какое-то время, но ничего не происходило. И наконец я получила сразу два приглашения. Первое пришло из штата Колорадо. Передо мной должен был проповедовать один известный служитель, так что народу ожидалось очень много, и меня это обрадовало, ведь мне предстояло проповедовать перед большим количеством людей. Но получилось так, что этот проповедник отказался участвовать в конференции, и я осталась одна. Никто меня не знал, поэтому людей в зале было удручающе мало.

Сразу после этого я отправилась на конференцию во Флориду, куда меня позвали в последнюю минуту, чтобы я заменила служителя, который не смог приехать. Меня пригласили потому, что кто-то из организаторов знал человека, который знал другого человека, порекомендовавшего меня. Меня попросили провести семинар во второй половине дня. Я не входила в основной состав выступающих, но меня невероятно радовала сама возможность проповедовать там.

В тот вечер весь первый ряд был заполнен именитыми проповедниками: «доктор богословия такой-то», «епископ такой-то», «пророк из Африки», «преподобный такой-то» и тому подобное. И ещё была я, просто Джойс, без вся-

кого титула, неизвестная и никому не интересная. Я сидела там, потому что это был ответ на мою молитву. Я просто окаменела от страха. Я буквально не могла пошевелиться от сковавшего меня испуга. Я чувствовала себя маленькой, никчёмной и нелепой. Мне хотелось вернуться домой и больше никуда не ездить.

И вот это случилось. Перед выступлением основного проповедника организаторы конференции попросили всех, кто проводил семинары, подняться на сцену и рассказать присутствующим, о чём они будут говорить на следующий день. В течение всего дня я представляла себе, что на мой семинар точно никто не придёт.

Стоя на сцене, я была так напугана, что потеряла дар речи. Открыв рот, я смогла издать лишь писк. Представляете, как глупо я себя чувствовала? Мне нужно было принять решение: или собраться с духом и попробовать ещё раз в надежде на лучшее, или убежать со сцены (а мне очень этого хотелось) и как можно быстрее уехать обратно в Сент-Луис.

Я решила заговорить снова. До сих пор помню, что тема моего предстоящего семинара касалась Послания к Галатам 3:1–3. Я собиралась проповедовать о том, что мы сможем изменить себя не посредством дел, а только посредством Божьей благодати. На следующий день на моём семинаре яблоку негде было упасть. Все сидячие места были заняты, некоторые стояли в конце зала. Сейчас я проповедую, выступаю на конференциях, в церквях, на телевидении и радио. Страх пытался лишить меня моего предназначения и почти преуспел в этом. Но я дала ему отпор, и вы можете сделать то же самое. Не позволяйте страху останавливать вас, иначе вы упустите замечательные возможности, которые Бог приготовил для вас (Еф. 2:10).

Природа чувств

Сомневаюсь, что кто-либо из нас способен разобраться во всех своих чувствах, ведь это довольно загадочная часть нас. Чувства могут быть позитивными и негативными. Они появляются словно из ниоткуда и столь же внезапно исчезают. Они переменчивы и неуловимы.

Например, в церкви в воскресное утро пастор говорит о том, как важны дети и как остро церковь нуждается в добровольцах, готовых трудиться в детском служении. Я чувствую, что мне хочется взяться за это. Я ощущаю радостное волнение и хочу помочь. Я уверена, что смогу заниматься с детьми, пока будет идти утреннее служение, ведь я могу посещать послеобеденное служение. Возможно, поначалу мне будет это нравиться, но после того как мне придётся постоянно успокаивать плачущих малышей, менять памперсы и беседовать с неблагодарными или недовольными родителями, энтузиазма у меня поубавится и мне больше не захочется возиться с детьми.

Сомневаюсь, что кто-либо из нас способен разобраться во всех своих чувствах, ведь это довольно загадочная часть нас.

Люди, которые понимают, как важно брать на себя ответственность и держать слово, не будут обращать внимания на свои чувства и продолжат исполнять то, за что взялись. Но многие, к сожалению, больше не будут помогать в детской группе и объяснят тем, что это желание не от Бога. Мол, если бы Он призвал их к этому, им бы это точно понравилось. Я не считаю, что данное нам Богом призвание может сделать нас несчастными на всю оставшуюся жизнь. Но я уверена и знаю по собственному опыту, что Бог может давать нам задания, которые нам не захочется выполнять. Иногда Бог может устраивать нам экзамены, чтобы мы научились

выполнять обещанное. В Библии сказано, что богобоязненный человек «клятву хранит, пусть даже себе во вред» (Пс. 14:4, ESV). То есть если мы пообещали что-то сделать, а потом пожалели об этом, мы всё равно должны держать слово. Прежде чем соглашаться на что-то, лучше помолиться и подумать о том, готовы ли мы взяться за это дело.

В наше время люди любят рассуждать о своих чувствах. Мы придаём большое значение своим чувствам и во многом зависим от них. Однако немудро делать чувства или их отсутствие главным критерием для своих поступков и решений. Я написала книгу, в которой подробно исследую эту тему. Помимо страха, на наше поведение могут влиять множество чувств. Однако мы можем не позволять им управлять нашим поведением и решениями. Понимание ненадёжности и мимолётности чувств помогло мне перестать зависеть от них.

Задумайтесь о своей работе или деятельности. На данный момент я учу Божьему Слову вот уже сорок три года, и за все эти годы я приняла участие в огромном количестве мероприятий и конференций по всему миру. Как-то меня спросили, что я чувствую, когда думаю о том, как много мне приходится бывать в разъездах. Я ответила: «Я уже давно не задаю себе этот вопрос».

Если мы знаем, что занимаемся тем, чем должны, то неважно, что мы чувствуем. Если постоянно ориентироваться на свои чувства, вряд ли будешь доводить начатое до конца. Поначалу возможность ездить по миру окрыляла меня. Однако мой энтузиазм вскоре угас из-за постоянных упаковок и распаковок чемоданов, неудобных матрасов, заляпанных ковров, холодильников, которые замораживали любые продукты, доносящегося из соседних комнат

шума, громкой музыки из бара, который почему-то всегда оказывался прямо под моим окном, и прочих неудобств. Разумеется, не каждая моя поездка состояла из сплошного негатива. Были и прекрасные отели, но и от них устаёшь, потому что отель — всё же не дом родной.

За много лет я тысячи раз проповедовала в церквях и на конференциях. Недавно один человек спросил меня, радуюсь ли я предстоящей конференции. Когда я ответила «нет», он посмотрел на меня так, словно я совершила непростительный грех. Увидев, что он ошеломлён моим ответом, я поспе-

Каким бы делом мы ни занимались, как только пропадает чувство новизны, оно перестаёт быть для нас таким же захватывающим, как в начале.

шила объяснить, что, хотя я не чувствую эмоционального подъёма, я серьёзно отношусь к своим обязательствам и буду всю свою жизнь верно служить Богу и учить Божьему Слову. Если мы понимаем это и принимаем решение выполнять взятые на себя задачи, нравится нам это или нет, мы непременно достигнем успеха.

Каким бы делом мы ни занимались, как только пропадает чувство новизны, оно перестаёт быть для нас таким же захватывающим, как в начале. Если бросать дело, как только пропадает воодушевление, то так ничего и не доведёшь до конца. Апостол Павел пишет, что для него важнее всего завершить данное Богом задание:

Но всё это не имеет для меня никакого значения, и я не дорожу своей жизнью, только бы завершить мне свой путь с радостью.

Деяния 20:24 (АМРС)

Для Павла не имели никакого значения гонения, неудобства и трудности. Он был решительно настроен исполнить своё призвание возвещать благую весть о Божьей благодати. Он хотел делать это с радостью, а радость — это не просто эмоциональное возбуждение. Я радовалась тому, что приму участие в конференции, на которую меня пригласили. Я была счастлива из-за того, что люди узнают много нового. Но я не чувствовала эмоционального подъёма.

Радостные чувства могут наполнять нас энергией, но мы должны полагаться не на них, а на свою решимость и желание исполнить поручение Бога и верить в то, что Он даст нам необходимую энергию, чтобы справиться с заданием.

Зависимость от радостных эмоций является одной из причин большого процента разводов в современном обществе. Мы пристрастились к развлечениям и эмоциональному возбуждению, и, когда семейная жизнь перестаёт вызывать яркие эмоции, некоторые люди предпочитают найти нового партнёра, с которым им будет интереснее. Но и новые отношения, скорее всего, долго не продлятся. Когда Дэйв приходит домой, я не чувствую радостного трепета и моё сердце не бьётся чаще, но я глубоко люблю его и буду верна ему, «пока смерть не разлучит нас». На момент написания этой книги мы женаты уже пятьдесят три года. Подобное постоянство требует чего-то большего, чем просто радостные эмоции.

Нет ничего плохого в эмоциональном подъёме. Если мы его чувствуем, прекрасно. Но не нужно зависеть от этого, ведь эмоции переменчивы. Иисус сказал, что совершил то, для чего Отец послал Его (Ин. 17:4), но я сомневаюсь, что распятие вызывало у Него радостные эмоции. В Библии сказано, что Он, пренебрегая позором, претерпел смерть на кресте ради предстоящей Ему радости (Евр. 12:2).

Когда знаешь, что выполнил Божье поручение, действительно испытываешь радость. Мои родители жестоко со мной обращались и предавали меня, но, когда они составились, Господь велел мне позаботиться о них. После долгих и бесполезных споров с Богом я всё-таки согласилась. Я не знала, что мои родители проживут ещё тринадцать лет и мне придётся тратить много времени и денег, чтобы обеспечить им хорошую старость. Меня это не очень радовало, но я заботилась о них, потому что знала, что это правильно. Сейчас я счастлива, что исполняла поручение Бога до самого конца.

Если какое-то дело уже не вызывает у вас энтузиазма и не приносит вам радости, это не причина, чтобы сдаться.

Если какое-то дело уже не вызывает у вас энтузиазма и не приносит вам радости, это не причина, чтобы сдаться. Прелесть в том, чтобы бросить его, убедитесь, что Бог побуждает вас к этому. Каждый раз, когда Он поручает нам сложные задачи, одновременно с этим Он даёт благодать, чтобы мы могли исполнить их. Нашим ответом на все Его поручения всегда должно быть «да».

При принятии решений руководствуйтесь смелостью, а не тем, чувствуете вы страх или нет. Как написал Карл Уилсон Бейкер в короткой поэтической строке, «Смелость — это страх, который произнёс молитвы» и продолжил делать то, что требуется.

*Из всех лжецов в мире худшими порой бывают наши
собственные страхи.*

Редьярд Киплинг

Рычание тигра

Тигр — одно из самых величественных животных. На протяжении многих лет эти красивые существа ставили учёных в тупик. Устрашающий рёв вышедшего на охоту тигра парализует животное, которое его слышит. Эта способность тигра отличает его от других крупных представителей семейства кошачьих. Приблизившись к жертве, тигр грозно рычит. Вместо того чтобы спастись бегством, потенциальная жертва застывает на месте и вскоре становится обедом хищника.

В начале нынешнего столетия исследователи обнаружили, почему при нападении тигра не только животные, но и люди впадают в ступор, вместо того чтобы убежать. Тигр издаёт не только слышимые пугающие звуки, но также низкочастотные звуки, которые человеческое ухо неспособно уловить, и они воздействуют на психику человека.

Рычание тигра и его неслышные для нас низкочастотные звуки оказывают мощное и губительное действие на нашу психику и чувства. Человек моментально впадает в состояние транса и, хотя у него есть достаточно времени, чтобы убежать, стоит как вкопанный и становится лёгкой добычей для тигра.

Наши страхи зачастую действуют так же. Они парализуют нас, обездвиживают, несмотря на отсутствие непосредственной угрозы. Для того чтобы справиться с возможной опасностью или трудностью, нужно понять, что страх мешает грамотно действовать в подобных ситуациях.

Почему я боюсь?

Трезвитесь, бодрствуйте, потому что противник ваш дьявол ходит, как рыкающий лев, ища, кого поглотить.

1 Петра 5:8

О дьяволе легко забыть, ведь мы его не видим. Мы можем винить в своих проблемах себя, других людей, обстоятельства и даже Бога, но во многих случаях наши неприятности — дело рук дьявола. Он действует через людей и обстоятельства и является корнем многих наших проблем. Он наш противник, наш враг; он всегда противостоит нам, старается помешать исполнению благого Божьего замысла насчёт нас. В Иоанна 10:10 сказано, что дьявол приходит для того, чтобы украсть, убить и разрушить.

Когда я осознала, что сатана — вполне реальное существо и что он был источником многих моих проблем, это во многом изменило мою жизнь. Я была христианкой, но не одерживала побед. Я или принимала происходящее как Божью волю, или винила других людей, которые не делали меня счастливой. В своих проблемах я обвиняла кого и что угодно, только не дьявола. Я понимала, что дьявол существует, но не думала, что он может вредить мне.

Возможно, вы думаете, как и я когда-то. Прошу вас поразмышлять о приведённом выше стихе. Дьявол — наш противник, наш враг; он бродит повсюду, постоянно находится неподалёку и ищет любую лазейку, чтобы проникнуть в нашу жизнь и украсть у нас мир, радость и победу.

Павел призывает нас в Послании к Ефесеянам 4:26–27 не давать места дьяволу. Это говорит о том, что дьявол может получить доступ к нашей жизни — например, через гнев, который мы не пытаемся преодолеть. Есть и другие способы впустить его в свою жизнь.

Одна из лазеек дьявола — страх. На мой взгляд, это главное оружие, которое он пускает в ход против нас. Обычно мы считаем, что со страхом ничего не поделаешь и его нужно принять как данность. Мы уверены, что не можем двигаться вперёд или делать, что нам хочется, если это внушает нам страх. Много лет я считала себя трусливой из-за того, что много боялась, но я научилась действовать вопреки страху, и это умение принесло мне невероятные перемены. Мы трусы не потому, что чувствуем страх. Мы трусы лишь в том случае, если покоряемся страху, бездействуем, бежим или прячемся.

Страх —
главное оружие,
которое враг
пускает в ход
против нас.

Людям не нравится слышать о дьяволе, ведь это очень неприятное существо. Однако мы не поймём, как избавиться от страха, пока не осознаем, что источник всех страхов — дьявол.

Ведь Бог дал нам не духа страха, а духа силы, любви и самообладания.

2 Тимофею 1:7 (ESV)

Страх исходит не от Бога, а от дьявола. Бог даёт нам веру, а дьявол противодействует этому при помощи страха. Единственная сила, способная преодолеть страх, — это вера. Вера слышит и видит Бога и действует, даже когда страшно.

Итак, покоритесь Богу; противостаньте дьяволу,
и убежит от вас.

Иакова 4:7

Мы должны противостать дьяволу, иначе он внушит нам ложные мысли и с их помощью разрушит нашу жизнь. Нужно давать ему отпор, быть сильным и бодрствовать, чтобы он не поглотил нас.

Иисус противостал дьяволу, когда Пётр попытался отговорить Его идти на крест (Мф. 16:23). Он сказал ему: «Отойди от Меня, сатана! Не стой у Меня на пути». Через Петра дьявол попытался уговорить Иисуса послушаться Бога. Он часто использует близких нам людей, чтобы они сбили нас с истинного пути. Они не склоняют нас целенаправленно к непослушанию Богу, а пытаются заставить нас делать то, что нужно им, а не то, что нужно Богу или другим людям. Пётр не хотел, чтобы Иисус страдал и умер, поэтому уговаривал Его не ходить туда, где Ему грозит опасность. Однако Иисус упрекнул Петра, ведь Он знал, что его устами говорит дьявол, желая помешать осуществлению Божьего замысла.

Если мы хотим противостать дьяволу, нам нельзя идти на поводу у страха и поступать, как он велит. Если страх говорит: «У тебя это не получится, ты только выставишь себя на посмешище», — ответьте ему: «Всё могу в укрепляющем меня Иисусе Христе» (Фил. 4:13). Затем делайте то, что нужно, несмотря на страх.

Вы победите страх, посмотрев ему в лицо

Можно молиться о том, чтобы Бог избавил нас от страха, но зачастую, вместо того чтобы убрать чувство страха, Бог даёт нам мужество, чтобы мы могли посмотреть страху в лицо. Бог сказал Иисусу Навину не бояться и быть мужественным (И. Нав. 1:5, 9). Он предупредил Иисуса Навина, что страх попытается остановить его и помешать овладеть Землёй обетованной, но, если он проявит мужество, он одержит победу.

Страх будет господствовать над нами, пока мы не посмотрим ему прямо в глаза. Чем дольше мы будем избегать этого,

Современное общество поражено злом. Если мы никак не препятствуем этому, значит, мы соглашаемся с таким положением дел.

тем глубже он будет пускать корни в нашей душе и укреплять свои позиции. Современное общество поражено злом. Если мы никак не препятствуем этому, значит, мы соглашаемся с таким положением дел. Вы можете спросить, что же делать. Первое, что вы можете сделать, — это открыто выступить против зла, потому что молчание подразумевает согласие.

Каждый верующий имеет власть над сатаной

Не думайте, что только каким-то особенным верующим под силу преодолеть страх, а вам — нет.

Се, даю вам власть наступать на змей и скорпионов
и на всю силу вражью, и ничто не повредит вам.

Луки 10:19

Этот стих относится не к святым от макушки до пят, а ко всем верующим в Иисуса Христа. Бог дал нам силу и власть, но от этого не будет толку, если не пользоваться этим. Нужно сопротивляться дьяволу, обличать его и все его козни и отвергать ложь. Иисус всегда цитировал соответствующее место Писания, чтобы опровергнуть его ложь (Лк. 4:1–10). Давайте дьяволу отпор словами. В Библии сказано: «Пусть тот, у кого Моё слово, передаёт его верно» (Иер. 23:28, NIV).

Всякий раз, когда чувствуете страх, вспоминайте, что он исходит от дьявола. Единственный правильный страх — это благоговейный страх перед Богом, священный трепет перед Ним, глубочайшее почтение перед Его величием. В Писании он назван страхом Господним и страхом перед Господом. Страх перед Господом — это не страх перед возможной карой, не опасение того, что Бог причинит нам вред. Бог всегда благ, но наши глупые поступки и непослушание Ему могут впустить в нашу жизнь дьявола. Поэтому Писание призывает нас иметь благоговейный страх перед Богом, ведь это поможет нам не сойти с правильного пути и убережёт от опасной мысли, что слушаться Бога необязательно. Да, Господь прощает нам грехи, но всё же лучше поступать правильно. В книге Притчей 9:10 (NIV) сказано: «Страх перед Господом — начало мудрости».

В некоторых ситуациях мудрость проявляется в оправданной осторожности и разумном беспокойстве. Не следует играть с огнём, плавать на глубине (если вы не первоклассный пловец), оставлять незапертыми двери на ночь, игнорировать постоянную физическую боль или симптомы, переходить дорогу в неположенном месте. Многие люди сами навлекают на себя неприятности, потому что не прислушиваются

к здравому смыслу. Здравый смысл вообще не очень популярен в наши дни. На мой взгляд, мудрость — это здравый смысл, освящённый Богом. Бог дал нам мудрости, но, чтобы она помогала, ею нужно пользоваться.

Обоснованные страхи необходимы нам, они уберегут нас от того, что несёт реальную угрозу. А есть страхи, которые мешают нам исполнять своё призвание или осуществлять мечты, и эти страхи исходят от дьявола.

Хватит быть жертвой

У многих из тех, кому причинили боль или с кем поступили несправедливо, формируется менталитет жертвы, причём порой на всю оставшуюся жизнь. Призываю вас отказаться от подобного мышления. Если однажды вам причинили боль, не считайте себя жертвой, иначе дьявол воспользуется этим, и вам будут причинять боль снова и снова. Когда-то вы, возможно, были жертвой, но теперь вы Божье дитя, вы новое творение, старое прошло (2 Кор. 5:17). В детстве я подвергалась сексуальному насилию, но сейчас мне кажется, что это происходило с другим человеком. Я больше не безвольная жертва. Я новая личность во Христе, как и вы. Мы стали настоящими победителями благодаря Тому, кто любит нас (Рим. 8:37).

Божье Слово призывает нас не давать места дьяволу (Еф. 4:27). Можно давать ему место разными способами — например, через гнев, от которого мы не хотим избавляться, и нежелание прощать, а также через неверные мысленные установки. В течение многих лет, уже будучи христианкой, я часто злилась на людей, жалела себя и не умела прощать. Бог предлагал мне силу, но я понимала, что невозможно

получить Божью силу, сохраняя при этом негативное мышление. У меня были причины жалеть себя. Возможно, и у вас они есть. Но мы не имеем права так себя вести, потому что Своей смертью Иисус освободил нас от прошлого и подарил совершенно новую жизнь.

Невозможно получить Божью силу, сохраняя при этом негативное мышление.

Сатане нравится мучить нас

Многие страхи и фобии существуют лишь для того, чтобы приносить мучение. Список фобий огромен, и его невозможно здесь привести весь. Вот лишь несколько примеров: страх перед публичным выступлением, страх высоты, страх замкнутого пространства, страх толпы, страх перед клоунами, страх перед микробами, страх темноты, страх перед штормом, страх перед змеями и пауками. Джерри Сайнфелд как-то пошутил: «Одна из самых великих загадок для меня — это то, что женщина не боится вылить горячий воск себе на ноги и выдрать волосы с корнем, но при этом она боится пауков».

Есть очень странные современные фобии, например, номофобия. Это страх остаться без телефона или неспособность им воспользоваться. Мне очень жаль людей, которых мучают подобные страхи, но единственный способ преодолеть страх — посмотреть ему в лицо. Некоторым людям поможет курс психотерапии у специалиста. Я призываю вас не мириться со страхом и не позволять ему управлять вами.

Бог хочет благословить вас. Он хочет, чтобы у вас в сердце царили мир и радость. Почувствовав страх, доверьтесь Богу и действуйте вопреки страху.

Противостаньте страху. Страх не приведёт к положительному результату. Выберите веру и стремитесь к тому, во что верите.

Т. Д. Джейкс

Преодолеваю страх вместе с Богом

Сколько себя помню, я всегда боялась темноты. И когда я была маленькой девочкой, и когда уже стала подростком, я лежала ночью в кровати и прислушивалась к малейшему шороху. Иногда я звала родителей и просила их обойти дом и проверить, всё ли в порядке. Когда я наконец засыпала, легче мне не становилось. Меня мучили кошмары, и я часто просыпалась в ужасе.

Я убеждала себя, что, когда вырасту, это пройдёт. Но не прошло. Каждую ночь я, взрослая женщина, превращалась в ту маленькую девочку, которая съёживалась от страха под одеялом, прислушиваясь к ночным звукам.

Страх темноты мучил меня и после тридцати лет. Я постоянно будила мужа Тома и просила его проверить дом. Он всегда успокаивал меня. Мне было стыдно, но я не знала, что делать. Я была уверена, что хуже быть не может, но однажды Тома попросили на работе выходить в ночные смены. И я столкнулась со своим величайшим страхом — остаться одной в темноте.

Примерно в это же время я начала развивать более близкие отношения с Богом. Я спросила Его, что мне делать со своим паническим страхом. Никогда не забуду Его ответ: «Мы будем преодолевать страх темноты вместе».

Господь сказал мне заучить наизусть отрывки из Писания, связанные со страхом. Сидя на кровати, я молилась и проговаривала вслух эти места Писания от своего лица: «Бог дал мне не духа страха, а духа силы, любви и здравомыслия! Когда я лягу спать, я не буду бояться; и когда усну, мой сон будет приятен» (2 Тим. 1:7; Прит. 3:24).

Я молилась, наполняла свой разум Божиим Словом и как можно чаще произносила вслух отрывки Писания. Со временем Бог сотворил чудо — избавил меня от власти страха, который так долго был моим попутчиком. Сейчас, по прошествии многих лет, я могу наконец сказать: «Я не боюсь темноты!»

— Донна

Противоядие от страха

В любви нет страха, но совершенная любовь прогоняет его, потому что страх связан с наказанием. Тот, кто боится, не достиг совершенства в любви.

1 Иоанна 4:18 (NIV)

Вы уже знаете, что одна из причин, по которым не нужно бояться, заключается в том, что Бог всегда с нами. Ещё одна причина в том, что Бог любит нас совершенной любовью. Если мы позволяем страху управлять нами, значит, нам нужно лучше узнать о Его любви.

Бог любит нас и потому хочет заботиться о нашем благополучии и помогать нам. Мы можем чувствовать себя уверенно и ничего не опасаться, зная, что Бог любит нас всегда, в любой ситуации. Апостол Павел призывает нас укорениться в Божьей любви, чтобы никакие беды не могли отделить нас от неё:

Кто отлучит нас от любви Божией: скорбь, или теснота, или гонение, или голод, или нагота, или опасность, или меч?... Но всё сие преодолеваем силою Возлюбившего нас. Ибо я уверен, что ни смерть, ни жизнь, ни Ангелы, ни Начала, ни Силы, ни настоящее,

ни будущее, ни высота, ни глубина, ни другая какая тварь не может отлучить нас от любви Божией во Христе Иисусе, Господе нашем.

Римлянам 8:35, 37–39

Заметьте, Павел уверен в том, что ничто неспособно отделить нас от Божьей любви. Мы можем положиться на этот факт. Чем чаще вы будете размышлять о том, как сильно Бог любит вас, тем проще вам будет справляться со страхами. Мы говорим другим, что Бог любит их, но сами почему-то с трудом верим в то, что Он любит нас. Дьяволу не хочется, чтобы вы знали о том, что Божья совершенная любовь постоянно изливается на вас, ведь это знание делает вас сильнее, бесстрашнее, решительнее и увереннее.

Неуверенность

Неуверенные люди сосредоточены на самих себе. Они постоянно обеспокоены тем, что думают о них окружающие, а их страхам нет числа. Они неспособны строить хорошие отношения с другими, потому что для них важнее производить на людей хорошее впечатление, нежели по-настоящему дружить с ними.

Когда я общаюсь с неуверенными в себе людьми, мне печально видеть, что их поступки, мнения и решения продиктованы их опасениями и нерешительностью. Они отвергают

возможности из-за страха не справиться, а другие люди, видя их сомнения и растерянность, понимают, что не могут на них положиться. Лекарство от неуверенности — принятие Божьей любви. Она,

Лекарство от неуверенности — принятие Божьей любви.

подобно бальзаму, исцеляет душу. На мой взгляд, это единственное действенное средство. Все хотят быть любимыми, но зачастую мы ищем любовь не там и игнорируем Божью любовь, которая постоянно изливается на нас (Рим. 5:5).

Мы часто слышим о том, что Бог любит нас, но прислушиваемся ли мы к этим словам и осознаём ли чудесную силу Его любви? Понимание умом сильно отличается от принятия сердцем и от искренней веры. Помню, как я становилась перед зеркалом, смотрела себе в глаза и громко говорила: «Джойс, Бог любит тебя!» Я размышляла над этими словами и говорила их себе вслух до тех пор, пока эта истина не укоренилась во мне.

Если вы не получили того ответа на свои молитвы, на который надеялись, если вам причинили боль, вы понесли потери или с вами случилась трагедия, говорили ли вы Богу: «Боже, неужели Ты меня не любишь?» Я говорила это, как и многие, но больше я так не говорю, поскольку знаю, что ничто неспособно отделить нас от Божьей любви.

Если мы не чувствуем уверенности, нас одолевают страхи, многие из которых связаны с нами самими. Наши отношения с самими собой чрезвычайно важны, поэтому мы должны стремиться к тому, чтобы эти отношения были здоровыми. Если мы не любим себя и постоянно чувствуем вину из-за своих недостатков, мы никогда не сможем получать удовольствие от жизни. Более того, мы обязаны любить себя. Кто-то, прочитав эти слова, возмутится, решив, что я говорю об эгоизме и эгоцентризме. Религия уделяет слишком много внимания грехам, и мы порой забываем, что прощены Богом и стали новым творением во Христе. Разумеется, мы должны сожалеть о своих грехах и стремиться не грешить, но даже в худшие моменты нашей жизни Бог

Религия уделяет слишком много внимания грехам, и мы порой забываем, что прощены Богом.

продолжает любить нас. Принять Его любовь означает любить себя, не впадая в крайности и избегая эгоизма.

У меня была подруга, которая ненавидела себя. Помню, однажды она попросила пастора нашей церкви помолиться за неё. Он поинтересовался, за что именно нужно помолиться, и она сказала: «Я ненавижу себя». Пастор сделал пару шагов назад, строго посмотрел на неё и спросил: «Как ты можешь такое говорить? У тебя нет никакого права ненавидеть себя, потому что Иисус перенёс невероятные страдания ради Своей великой любви к тебе. Ты должна поблагодарить Его за это. Прими Его любовь и полюби себя».

Мы должны бескорыстно помогать другим, а не думать лишь о собственных интересах, но это не означает, что мы не должны любить себя. Я обнаружила любопытную закономерность: чем больше я ценю и принимаю себя, тем больше мне хочется забывать о себе и помогать другим. Настоятельно советую вам примириться с собой и ценить себя как уникальную личность, сотворённую Богом.

Есть разница между самовлюблённостью и любовью к себе. Бог сотворил нас и любит совершенной любовью. Любить себя — значит принимать Божью любовь. Бог ценит нас и хочет, чтобы и мы ценили себя. Вы когда-нибудь делали комплимент человеку, который неспособен принять чьи-то добрые слова и сказать спасибо? У меня был подобный случай. Это похоже на пощёчину. Я думаю, Богу тоже неприятно, когда мы не принимаем Его любовь, потому что считаем, что не заслужили её.

Иисус пришёл искупить нас именно потому, что мы не можем стать настолько хорошими, чтобы заслужить

Божью любовь. В Библии сказано, что Божья любовь излилась в сердца наши Духом Святым (Рим. 5:5). Пророк Малахия говорит, что Бог изливает на нас Свои благословения до избытка (Мал. 3:10). Бог щедр, и Он просит нас лишь об одном — любить Его и принимать Его доброту и любовь.

Возможно, вы считаете, что должны лучше вести себя и меньше грешить, чтобы Бог любил вас и благословлял, однако чем больше вы принимаете Его любовь, тем больше любви будете возвращать Ему. Любовь будет побуждать вас повиноваться Богу. Мы слушаемся Бога не ради того, чтобы заслужить Его любовь, а в ответ на Его любовь, которой мы совершенно недостойны.

Общаясь со своими друзьями, детьми и внуками, я много раз замечала, что даже такая мелочь, как прыщ, может вызвать беспокойство и недовольство собой, и меня это огорчало. Я каждый раз убеждала людей в том, какие они прекрасные и особенные, как сильно их ценят и любят, но они были настолько поглощены своими недостатками, что не желали ничего слышать. Когда я думаю о том, что чувствует Бог, видя такое, мне становится грустно от того, что многие из Его детей отвергают Его любовь.

Примите Божью любовь, ведь она может исцелить вас, избавить от неуверенности и дать вам мужество решительно идти вперёд и делать всё необходимое вопреки страху.

Вы злитесь на себя?

Я знаю одну женщину, которая всегда была недовольна. Выглядело так, будто её раздражают окружающие, но на самом деле она злилась на себя. От неё постоянно исходило

напряжение, и находиться рядом с ней было неприятно. Она была перфекционисткой с огромным списком требований к себе. Всякий раз, когда ей не удавалось соответствовать собственным ожиданиям, она злилась. Она была довольна только тогда, когда выполняла всё намеченное на день и могла поставить галочку рядом с каждым пунктом в своём списке дел. В тех редких случаях, когда у неё всё получалось и она весь день вела себя идеально, она чувствовала себя прекрасно и гордилась собой. Так она и балансировала между гордостью за себя и чувством вины. Гордостью, если всё получалось, и чувством вины, если что-то не получалось. Вам это знакомо? Многие люди загоняют себя в тиски, подобно этой женщине, не понимая, что невозможно заслужить Божью любовь и одобрение. Какими бы идеальными мы себе ни казались, нам всегда будет чего-то не хватать. Иисус умер за нас, когда мы были ещё грешниками, чтобы мы осознали, что неспособны заработать Его любовь (Рим. 5:6–8).

Бог, богатый милостью, по Своей великой любви, которою возлюбил нас, и нас, мёртвых по преступлениям, оживотворил со Христом...

Ефесеям 2:4–5

Божья любовь — безвозмездный дар, а доказательством этой любви служит то, что Бог послал Своего единственного Сына Иисуса искупить наши грехи и пострадать вместо нас.

Я понимаю, почему многие не любят себя и сомневаются в себе, ведь я тоже через это прошла. Внешне я не казалась неуверенным человеком, но внутри я была именно такой. Мне хотелось, чтобы муж ценил меня превыше всего на

свете и постоянно находился рядом со мной. Его это угнетало. Он видел, как я пытаюсь манипулировать им. На людях я скрывала свою истинную натуру и легко подстраивалась под запросы и ожидания окружающих.

Помню, мой муж Дэйв однажды спросил меня: «Почему ты становишься совсем другим человеком рядом со своим отцом?» Я даже не подозревала об этом, пока он это не сказал, но он был прав. Находясь рядом с отцом, я вела себя иначе, потому что чувствовала страх и неуверенность. Я так и не поговорила с ним открыто о том, как он поступил со мной. А мне необходимо было сделать это, чтобы обрести свободу быть собой рядом с ним. Прошло немало времени, прежде чем я почувствовала готовность к разговору, но даже когда это произошло, я дрожала от страха, опасаясь его возможной реакции. Я могу точно сказать, что действовала вопреки страху. Хотя он отреагировал не слишком доброжелательно, для меня это был серьёзный шаг. Мой страх перед отцом ослаб, как только я смогла посмотреть этому страху в лицо. Какое-то время спустя я снова поговорила с ним о его жестоком обращении со мной. В итоге он всё же раскаялся и принял Иисуса своим Спасителем.

Уверенность во Христе

Бог даёт нам возможность чувствовать себя уверенно. Вот что о Нём сказано в Писании:

Извлёк меня из страшного рва, из тинистого болота,
и поставил на камне ноги мои и утвердил стопы
мои.

Псалом 39:3

Мы не сможем освободиться от чего-либо, если так и будем придумывать себе оправдания.

Бог — наш избавитель, но мы не избавимся от проблемы, если отказываемся признать её или используем как опору для манипуляций. Я часто слышу от людей: «Ничего не могу поделать, я не уверен в себе». Они используют эту фразу как отговорку, чтобы не делать того, что от них ожидается. Мы не сможем освободиться от чего-либо, если так и будем придумывать себе оправдания.

Мы приняли Иисуса своим Спасителем не только для того, чтобы пойти на небеса после смерти, но и для того, чтобы обрести свободу и быть победителями, пока мы здесь, на земле. Если Бог освободил нас от прошлого и залечил наши раны, это прославляет Его имя. Мы становимся свидетельством Его благодати. Он настоящий специалист в исцелении разбитых сердец и придании мужества боязливым.

Апостол Пётр оказался настолько не уверен в себе и труслив в опасной ситуации, что трижды отрёкся от Христа, утверждая, что даже не знаком с Ним (Лк. 22:54–62). Однако позже, после того как на него сошёл Святой Дух, он смело проповедовал на улицах Иерусалима, и около трёх тысяч человек присоединились в тот день к церкви (Деян. 2:41). Какая удивительная перемена! Это говорит о том, какими трусливыми мы можем быть, когда полагаемся лишь на себя, и какими смелыми мы становимся, когда уповаем на Иисуса и Его благодать.

Вы можете на всю жизнь остаться человеком робким и боязливым, если не примете твёрдое решение преодолеть страх и неуверенность и стать таким человеком, каким видит вас Бог. Укрепляйтесь Господом и могуществом силы

Его (Еф. 6:10). Воспринимайте себя как сильного человека, а не слабого, боязливого и неуверенного. Относитесь к себе как к человеку, которого Бог любит безусловной любовью, который ценен в Его глазах и дорог Ему. Очень важно то, что вы о себе думаете. Бог много для нас сделал, но, если вы в это не верите, вы не сможете заявить свои права на Его дары и обетования. Мы можем получить что-то от Бога, только если верим Ему и Его Слову. Наш же страх и неуверенность открывают двери для дьявола.

Бог не хочет, чтобы вы были неуверенны. Неуверенность — это не качество характера и не то, с чем нужно смириться. Осознайте, как сильно Бог любит вас, потому что это лекарство от неуверенности. Это придаст вам смелости.

Божья любовь к нам не зависит от уровня нашего совершенства. Бог есть любовь. Он любит нас, потому что благ и потому что хочет любить. Что бы вы ни делали, это не помешает Богу любить вас. Это может помешать вам принимать Его любовь, но она присутствует всегда, способная исцелять и освобождать нас, невзирая ни на что.

Бог не хочет, чтобы вы были неуверенны. Неуверенность — это не качество характера и не то, с чем нужно смириться.

*Храбр не тот, кто не боится, а тот, кто побеждает
страх.*

Нельсон Мандела

Петь, несмотря на страх

Страх может нанести удар в самых неожиданных ситуациях и самым странным образом. Если бы кто-то сказал мне двадцать лет назад (когда мне было всего восемнадцать), что однажды я буду бояться петь, я бы ни за что не поверила!

В то время я жила в Индонезии, где родилась и выросла. С раннего детства я пела в хоре, и это приносило мне невероятное удовольствие. Затем я стала петь профессионально, работала с популярными музыкальными группами и выступала на телевидении. Пение было моей страстью.

В двадцать с небольшим я переехала в США, где познакомилась со своим будущим мужем. Через какое-то время у нас родилась красавица-дочка, и на несколько лет я отодвинула пение на задний план.

Несколько лет назад я почувствовала, что Бог побуждает меня снова петь и стать лидером группы прославления. Меня охватили сомнения. Я сказала Богу: «Если Ты хочешь, чтобы я это сделала, пусть пастор сам подойдёт ко мне и попросит об этом». Думаю, вы догадываетесь, что было дальше. Как-то раз после воскресного служения пастор подошёл ко мне и сказал: «Я слышал, что ты хорошо поёшь. Не хочешь ли петь в группе прославления?»

Я ответила, что согласна, но в душе запаниковала. Я не пела уже много лет и опасалась, что будет совсем не просто снова к этому вернуться. Кроме того, петь эстрадные песни — это одно, а вести прославление — совсем другое.

В течение следующих двух лет я была лидером группы прославления в нашей церкви, и это полностью изменило мою жизнь. В первую очередь, это

повлияло на мои отношения с Богом. Они стали более глубокими и приносят мне истинное удовольствие.

Смелое решение снова выйти на сцену, притом что я не была уверена в успехе, придало мне уверенности и в других вопросах. Вскоре после этого я согласилась на новую должность на работе, которая влекла за собой больше ответственности. Это решение открыло для меня новые возможности.

Могу честно сказать, что я уже не та, кем была прежде. Я стала смелее и увереннее, и я готова пробовать что-то новое. Всё это началось, когда я решила петь вопреки страху.

— Мелани

Живите смело

*Нечестивый бежит, когда никто не гонится за ним;
а праведник смел, как лев.*

Притчи 28:1

На небесах нет дефицита силы, и у Бога не бывает кризиса. В чём бы мы ни нуждались, у Него всегда всего в избытке. Иов сказал: «Вот, Бог велик, и мы не можем познать Его» (Иов 36:26).

Сталкиваясь с трудной задачей или возможностью сделать что-то совершенно новое, мы задумываемся о том, хватит ли нам сил справиться с этим. Это в корне неверный вопрос. Нам следует спросить: «Боже, Ты сможешь это сделать?» Бог не просит нас что-то делать — Он хочет Сам действовать через нас.

Уверяю вас, вы сможете исполнить всё, что велит вам Бог, независимо от сложности задачи и наличия у вас необходимого опыта, если будете уповать на Него и осознавать Его силу и величие. Не дайте дьяволу украсть у вас благословения с помощью страха. То, что невозможно для людей, возможно для Бога (Лк. 18:27).

...Не видел того глаз, не слышало ухо, и не приходило то на сердце человеку, что приготовил Бог любящим Его.

1 Коринфянам 2:9

В этом стихе говорится, что мы неспособны даже отдалённо представить себе, что Бог сделает для нас и через нас, если мы будем любить Его и верить Ему. Вера рождает смелость, а смелость ведёт к успеху. Смелость — это ответ на страх. Страх непременно придёт, но вера прогонит его. Петру нужно было выйти из лодки, прежде пойти по воде (Мф. 14:29). Иисусу Навину и священникам нужно было войти в Иордан, прежде чем вода расступилась (И. Нав. 3:5–17). Нам часто придётся делать шаги веры, несмотря на страх. Каждый смелый шаг всё больше будет приближать нас к заветной цели.

Апостол Павел молился о том, чтобы верующие ефесяне прозрели и увидели, как безмерно величие Божьей силы в них (Еф. 1:18–19). Нам всем это необходимо. Павел не просил Бога избавить верующих от трудностей и притеснений. Он молился о том, чтобы они познали силу, дарованную им во Христе. Нередко слышишь истории о людях, которые

Перестаньте думать, что вы ничего не можете, ведь вам дана сила, чтобы совершить всё что угодно!

жили как нищие, а после их смерти у них находили миллионы долларов, спрятанные в матрасе. Давайте не будем подражать миллионерам, живущим в нищете, и вести себя так, будто у нас ничего нет, хотя в действительности Бог даёт нам огромные ресурсы. Перестаньте думать, что вы ничего не можете, ведь вам дана сила, чтобы совершить всё что угодно!

Посредством действующей в нас силы Бог может сделать неизмеримо больше всего того, о чём мы просим или помышляем (Еф. 3:20). Заметьте, согласно этому стиху, Бог использует силу, которая действует *в нас*. Он не делает это вместо нас.

Пока мы не поймём, что полагаться нужно на Божью силу, а не на человеческие усилия, мы будем ограничены

своим пониманием того, на что мы способны, и дальше этого не продвинемся. Но с нашим партнёром Богом всё становится возможным. Мы способны не только преодолевать трудности, но и совершать нечто великое.

Я знаю одних молодых родителей, которые воспитывают две пары близнецов, а у их старших мальчиков аутизм. Я не устаю поражаться их способности справляться с этим. Я знаю ещё одну семейную пару, воспитывающую особого ребёнка, который требует круглосуточной заботы, и меня это также изумляет. Мы смотрим на людей, которым выпали тяжёлые испытания, и думаем: «Не представляю, как это можно выдержать». Они не просто справляются, а делают это с улыбкой на лице. Они не жалуются и, несмотря на большую занятость, находят время помочь другим.

Недавно я слушала выступление одной женщины, у которой после инсульта начались серьёзные проблемы со здоровьем. Ей пришлось тяжело, но она настаивала на том, что прожила хорошую жизнь.

Как им это удаётся?

Как людям удаётся справляться с такими суровыми испытаниями? Иногда я не могу выдержать и пары часов, чтобы не пожаловаться на какую-нибудь мелочь, которая меня беспокоит. Но бывает и так, что я успешно преодолеваю серьёзные трудности, и никто об этом не знает, кроме самых близких людей.

Ответ на вопрос о том, как людям удаётся справляться с трудными ситуациями, таков: они делают это благодаря Божьей благодати (силе). Благодать — это данная Богом сила, способность и благосклонность. Благодать — это когда Бог

делает что-то для нас и помогает нам, даже если мы этого не заслужили. Благодать — это Божье помазание, Божье благоволение и сила Святого Духа; всё это даётся нам по причине наших слабостей и отсутствия у нас необходимых способностей. Апостол Иаков пишет, что Бог даёт нам ещё больше благодати (Иак. 4:6). У Бога нет недостатка в благодати, но иногда мы перестаём принимать её. Мы можем получить столько благодати, сколько необходимо, и у Бога всё равно останется её в избытке. Бог хочет вам помочь. Так почему бы вам не дать Ему такую возможность?

Мы принимаем благодать посредством веры, а не страха. Можно сказать, вера — это вилка, посредством которой мы подключаемся к Божьей силе. Мы спасены благодатью через

Вера — это вилка, посредством которой мы подключаемся к Божьей силе.

веру (Еф. 2:8) и жить должны так же. Вера не покупает Божьи благословения. Вера — это рука, которая простирается к Богу и принимает всё то, что Иисус приобрёл для нас и милостиво предлагает нам.

Для того чтобы лучше это понять, представьте лампу. Электричество, от которого загорается лампа, находится в розетке. Лампа не включится сама по себе, её нужно подключить к источнику энергии. Если мы не воткнём вилку в розетку, лампа не загорится, но это не означает, что электричества нет. Просто лампа не подсоединена к нему. Лампа даст свет, но сначала её нужно подключить к розетке.

А вы подключены к розетке?

В Расширенном переводе Библии в Послании к Колоссянам 1:4 говорится, что «услышав о вере вашей [вашем стремлении всем

своим существом к Богу, абсолютном доверии Ему и уверенности в Его силе, мудрости и доброте]». Мне нравится это толкование слова «вера». Оно указывает на то, что Бог достаточно силен, чтобы совершить всё что угодно, достаточно мудр, чтобы понимать, как это осуществить, и достаточно добр, чтобы сделать это даже для тех, кто этого не заслуживает. В чём заключается наша роль? Уповать на Бога, всецело полагаться на Него, смиряться, просить помощи и понимать, что без Иисуса мы не можем ничего (Ин. 15:5). Сами по себе мы ничто, но во Христе мы всё.

Как только вы по-настоящему поймёте, кто вы во Христе, и осознаете силу, которая доступна вам через Него, страх больше не будет управлять вашей жизнью и решениями. Советую вам начинать свой день с Бога и каждое утро говорить себе, что без Него вы ничто и что глупо пытаться своими силами осуществить всё запланированное на этот день. Вы выбьетесь из сил и к вечеру будете совершенно измотаны.

У Бога есть план получше. Он предлагает нам отдых, если мы доверимся Ему (Мф. 11:28). Это не отдых *от* работы, а отдых *во время* работы. Апостол Павел сказал, что он трудился больше всех остальных в служении, но трудился не один — Божья благодать действовала в нём и через него. Конечно, Павел принимал решения, предпринимал действия и не позволял страху останавливать его, но он знал, что без Божьей благодати не справился бы. Павел подключился к Божьей силе. У нас есть точно такая же возможность. Мы можем быть постоянно подключёнными к Божьей силе.

Короткое замыкание у верующих

Некоторые люди просят у Бога силу и благодать, но затем теряют или блокируют её. Что вызывает короткое замыкание?

Если произошло короткое замыкание, значит, ток пошёл по другому маршруту из-за повреждений в проводке или электрической цепи. Это привело к тому, что выбило пробки или сработал распределительный электрощит. Иногда такое происходит и с верующими. Если в доме не работает розетка, причина может быть в коротком замыкании, и нужно заменить перегоревшую пробку или заново включить электрощит. Тогда электрический ток снова побежит по проводам.

Порой мы чувствуем, как что-то останавливает поток Божьей силы, и эти препятствия необходимо устранить, ведь они приводят к короткому замыканию, из-за которого Божья сила не может свободно течь к нам. Этих препятствий намного больше, чем те три примера, которые я привела ниже, но и этого хватит, чтобы уловить суть.

1. Жалобы

Скажем, вы попросили у Бога силу и благодать для выполнения сложной задачи и получили просимое. У вас всё получается, но потом вы стали жаловаться на то, что вам тяжело. По Своей доброте Бог даёт нам благодать, и она должна пробуждать в нас чувство благодарности, иначе произойдёт короткое замыкание и остановит поток Божьей силы. Если хотите, чтобы у вас всегда была эта сила, не забывайте о благодарности. «Будьте благодарны Богу и говорите Ему об этом» (Пс. 99:4, АМРС). Благодарность — залог силы.

Я заметила благодарность в той женщине, которая перенесла insult и рассказывала о своей тяжёлой, но хорошей жизни. Хотя ей многое даётся с трудом и у неё много проблем, она благодарна за каждую мелочь, которая у неё получается. Она не ворчит и не сетует на жизнь, а благо-

дарит за всё. Поэтому к ней постоянно течёт поток Божьей силы. Благодарность — одно из самых важных качеств, но мы почему-то быстро о ней забываем.

Павел написал верующим не полагаться на свои силы даже в вопросе духовного роста, а просить Бога о помощи, а также призывал их делать всё без недовольства, пререканий и жалоб (Фил. 1:12–14).

В ветхозаветной книге Даниила есть история о молодом человеке по имени Даниил, обладавшем великой силой. Даже когда его жизнь висела на волоске, он находил в себе силы не идти на уступки (Дан. 1:8; 6:11–12). Слуги царя бросили его в львиный ров, но он верил, что Бог защитит его (Дан. 6:16–23). Даниил трижды в день молился Богу и громко восхвалял Его возле открытого окна (Дан. 6:10). Даже узнав, что из-за этого его могут бросить на съедение львам, он продолжал трижды в день открыто молиться и благодарить Бога. Угрозы не испугали его и не заставили отказаться от своей практики. Его наполняла вера и благодарность, и эти два духовных качества наделяли его силой.

2. Жалость к себе

Если перед нами стоят трудные задачи и у нас возникло чувство жалости к себе, то это может стать причиной короткого замыкания, в результате которого к нам перестанет течь Божья сила. Можно быть или несчастным, или сильным, но быть тем и другим одновременно не получится. Жалость к себе сродни идолопоклонству, потому что побуждает нас смотреть только на себя, сосредоточиться исключительно на своих чувствах и думать о том, как несправедлива к нам жизнь.

Качество жизни человека в немалой степени зависит от его отношения к происходящему. Например, два человека неожиданно столкнулись с необходимостью сделать дорогостоящий ремонт. Один из них жалеет себя, жалуется и негодует, а другой благодарит Бога за то, что у него будет достаточно денег на ремонт. Проблема у обоих одна и та же, и качество их жизни зависит не от самой *проблемы*, а от их *отношения* к ней.

Ваше отношение к чему-то зависит только от вас. Никто против вашей воли не навязет вам негативного отношения. Когда проходишь тяжкие испытания или сталкиваешься с несправедливостью, жалость к себе лишь усугубит и без того

Можете ли вы искренне радоваться за тех, кто получает благословения, в то время как вы страдаете?

нелёгкую ситуацию. Она приводит к разочарованию, а порой и к депрессии. Она способна вызвать у нас зависть и злость по отношению к тем, у кого нет таких проблем, как у нас. Можете ли вы искренне радоваться за тех, кто получает благословения, в то время как вы страдаете?

3. Жажда славы

Некоторые люди, получив от Бога благодать (силу, помощь, дары, способности), совершают великие дела или успешно справляются со сложными задачами. Поначалу они благодарны Богу, но потом начинают присваивать себе Его заслуги.

Прекрасный пример можно найти в той же книге Даниила. Вавилонский царь добился величия благодаря Божьей благодати и регулярно воздавал Богу славу и благодарил Его за свои успехи. Но потом велел воздвигнуть себе памятник и начал хвалиться своими достижениями. В результате

он потерял своё царство и жил подобно дикому животному, пока не смирился и не раскаялся в своём грехе. Когда присваиваешь славу, принадлежащую исключительно Богу, к тебе перестаёт течь Божья сила.

Бог сказал через пророка Исаию, что не отдаст Своей славы другому (Ис. 48:11). Апостол Павел написал, что никакая плоть не должна хвалиться перед Богом (1 Кор. 1:29). А Давид говорит в Псалме 35:12: «Да не наступит на меня нога гордыни».

Почувствовав приближение гордыни, бегите к Богу и благодарите Его за благодать, которую Он вам дал. Гордыня приводит к короткому замыканию и лишает доступа к силе. Безусловно, есть и много других причин короткого замыкания. Например, скрываемый грех. Если Бог указывает вам на грех, послушайтесь и незамедлительно покайтесь. Бог печётся о наших интересах. К счастью, живущий в нас Святой Дух всегда помогает нам, когда мы послушно следуем за Богом.

Оставайтесь подключённым к источнику силы, и вы с удивлением обнаружите, сколько всего замечательного Бог может совершить через вас!

ЧАСТЬ 2

Посмотрите страху в лицо

*Вера шагает на первую ступеньку, даже когда не видит
всей лестницы.*

Мартин Лютер Кинг

Прощай, страх

Долгие годы я была послушной марионеткой своих страхов. Я боялась, что со мной случится что-то плохое, боялась пораниться, иногда боялась даже выйти из дома. Но больше всего я боялась летать.

Я летала на самолёте несколько раз, когда была моложе. В начале полёта со мной всё было в порядке, но потом у меня случался приступ паники. На глаза наворачивались слёзы, мне было тяжело дышать.

Когда я вышла замуж и родила детей, я совсем перестала летать. Я решила, что теперь слишком многое стоит на кону и я не могу позволить, чтобы со мной что-то случилось. К счастью, у меня понимающий муж. Вместо того чтобы лететь в отпуск на самолёте, мы садились в машину и ехали тысячи миль, любуясь прекрасными пейзажами.

Через десять лет такой жизни у меня в голове что-то щёлкнуло. Я подумала: «Мишель, ты действительно готова упускать столько возможностей? Ты можешь и дальше идти на поводу у страхов, но что это за жизнь?»

Бог — моя сила и опора, и я ничего не смогла бы без Него. Но Он объяснил мне, что не будет ни к чему меня принуждать. Мне самой нужно было сделать первый шаг. Я подумала, что первый шаг будет ужасно сложным. Мы запланировали поездку, купили билеты, и вот настал день вылета. Я была напугана, но мне обязательно нужно было сделать это, чтобы обрести свободу.

Как только объявили посадку, у меня началась паника. Мне вдруг показалось, что из зала ожидания выкачали весь воздух. Но я всё же встала и медленно пошла, делая один шаг за другим, пока не оказалась

внутри самолёта. Не скажу, что я получила удовольствие от полёта, но я знала, что худшее уже позади.

Понемногу я обретала больше уверенности и стала пробовать делать то, чего раньше боялась. До сих пор бывают дни, когда страх пытается остановить меня. Но как только я делаю первый шаг, остальные шаги даются легче, и я постепенно расширяю границы своего мира.

— Мишель

Шаг за шагом

Господь укрепляет шаги человека, находящего радость в Нём.

Псалом 36:23 (NIV)

Читая эту книгу, вы, возможно, думаете о страхе, который мешает вам добиться желаемого. Вы бы хотели действовать вопреки страху, но вас обескураживает даже сама мысль о первом шаге. Если это так, я вас понимаю. Я чувствовала то же самое, когда Бог сказал, что вскоре мне придётся откровенно поговорить с отцом о том, как он насиловал меня в детстве. Когда Бог велел мне уйти с работы и посвятить себя изучению Писания для предстоящего служения, я не очень торопилась с этим, хотя и мечтала об этом. Я могу назвать множество других похожих ситуаций, так что поверьте, я понимаю, как может подавлять страх. Страшит даже сама мысль о том, чтобы посмотреть страху в глаза!

Лучший способ достигнуть чего-то — делать один шаг за другим, не думая обо всех остальных шагах, которые придётся сделать позже. Бог даёт нам достаточно благодати для каждого дня и хочет, чтобы мы доверяли Ему. В Божьем Слове сказано, что Господь будет изгонять пред нами врагов

мало-помалу (Втор. 7:22). Я не сразу преодолела страх перед отцом даже после того, как откровенно поговорила с ним. Но в течение многих лет я упорно делала то, к чему побуждал меня Бог, а не то, что диктовали мне мои страхи. Я одерживала одну маленькую победу за другой, пока наконец не смогла честно сказать, что избавилась почти от всех страхов. Я говорю «почти», потому что есть ещё один страх, преследующий меня всю жизнь, и мы с Богом продолжаем работать над этим.

Большинство людей пытаются прогнать свои страхи посредством молитв. Они просят: «Боже, избавь меня от этого страха, чтобы я мог исполнить то, что Ты мне велишь». Я делала то же самое много лет, но Бог не отвечал на эти молитвы. Он ответил мне, только когда я начала молиться так: «Боже, пожалуйста, дай мне мужество делать шаг за шагом и выполнять то, что от меня требуется».

Знаменитый метод анонимных алкоголиков «день за днём» заключается в том, чтобы преодолевать пагубную зависимость каждый день, не заглядывая слишком далеко вперёд. Глобальные задачи могут приводить в замешательство, но, если жить одним днём и делать один шаг за другим, легче поверить в то, что справишься.

Пребывайте

Если с Божьей помощью мы хотим обрести свободу в чём бы то ни было, то должны идти к ней неотступно. В Библии часто встречается слово, на которое не всегда обращаешь внимание, но оно играет важную роль, и нам следует помнить о нём. Это слово «пребывайте». Пребывать означает «постоянно находиться, оставаться». В Писании сказано,

что, если мы будем пребывать в Божьем Слове, мы познаем истину, и истина сделает нас свободными (Ин. 8:31–32). Свобода не придёт автоматически только потому, что мы читаем Слово. Свободу обретёшь, только если пребывать в Слове. Если обращаться к Слову от случая к случаю или когда оказываешься в беде, толку будет мало.

Свободу обрести можно, но, для того чтобы сохранить её, необходимо познавать Бога и Его замыслы, а также менять своё мышление. Чтобы стать врачом, понадобятся годы учёбы. То же самое относится и к христианам, желающим жить победоносной жизнью.

Я глубоко изучаю Божье Слово вот уже больше сорока трёх лет и могу сказать, что освободилась от многого из того, что меня мучило. Я освободилась даже от беспокойства по поводу того, что я ещё не от всего освободилась. Я понимаю, что отправилась в путь длиною в жизнь и не должна останавливаться, сдаваться, отступать. Я стремлюсь ко всему хорошему, что ждёт меня впереди. В жизни действует правило: мы или идём вперёд, или отступаем назад, но мы не остаёмся на одном месте.

Я не должна
останавливаться,
сдаваться,
отступать.

Павел призывает колоссян: «Молитесь с неослабным усердием и постоянством, бодрствуйте [в своих молитвах], будьте настойчивы и возносите благодарение» (Кол. 4:2, АМРС). В письме к Тимофею, своему ученику и сыну в вере, он пишет: «А ты пребывай в том, чему научен и что тебе вверено, зная, кем ты научен» (2 Тим. 3:14). А вот что он пишет галатам о порабощении греху: «Итак, стойте в свободе, которую даровал нам Христос, и не подвергайтесь опять игу рабства» (Гал. 5:1).

Павел хорошо знал, что свободу нужно не только завоевать, но и сохранить. Он понимал, что это не разовое событие, а пожизненное обязательство день за днём поступать правильно. О человеке, который потерял обрётённую свободу или вернулся к прежней греховной жизни, христиане говорят «он отпал от веры». Не думаю, что падение происходит ни с того ни с сего. Мы постоянно делаем тот или иной выбор, тысячи раз, в больших и малых вопросах. Если постоянно делать правильный выбор, то сохранишь обрётённую свободу.

Путь начинается с первого шага. Бог говорит нам сделать первый шаг. Сделайте шаг веры, потом ещё один и ещё один и каждый раз думайте только об одном шаге. Если сосредоточиться на том, каким долгим и трудным может оказаться ваш путь, то проиграете, даже не начав сражение. Помните, что вам необязательно исполнять в одиночку то, что сказал Бог. Он всегда будет рядом, будет придавать вам сил и ободрять на каждом шагу. Если сейчас перед вами стоит сложная задача, не бойтесь, потому что Бог с вами.

Как правильно начать

Я много лет знала, что если я хочу иметь отменное здоровье и жить долго, то мне нужны физические нагрузки, силовые упражнения и упражнения для тренировки сердца. Моя писательская деятельность вынуждает меня подолгу сидеть. Недавно мой врач сказал мне, что, по мнению медиков, сидячий образ жизни — это новый рак. Речь не о том, что такой образ жизни приводит к раку, а о том, что он вызывает множество проблем со здоровьем.

Он посоветовал выполнять определённые упражнения, если мне приходится проводить много времени за компьютером.

Например, вставать и двигаться каждые сорок пять минут, делать приседания у стены в течение сорока секунд. Особенно он рекомендовал мне приседания, поскольку у меня бывают боли в спине. Если вы не знаете, что такое приседания у стены, то поверьте, это непросто. Нужно прижаться спиной к стене, медленно опуститься вниз, скользя спиной по стене, пока колени не согнутся под прямым углом, и оставаться в таком положении от сорока пяти секунд до минуты или больше, если вам нравится боль. Вы почувствуете, как горят ваши квадрицепсы, но это полезно.

Мы сидим в машине, сидим перед компьютером, сидим, когда говорим по телефону, сидим перед телевизором, сидим в очереди, сидим во многих других ситуациях. Наш образ жизни устроен максимально комфортно. Мы предпочитаем подняться на лифте или на эскалаторе, чем пройти несколько лестничных пролётов пешком. Большинство из нас крайне мало двигаются, а потом, старея, мы удивляемся, куда подевались наша гибкость и энергия, почему у нас болят суставы, почему мы постоянно плохо себя чувствуем.

Долгое время я придумывала отговорки, чтобы не заниматься спортом. Я не представляла, как выкраивать время для физических упражнений, учитывая, как много мне приходится бывать в разъездах. Кроме того, я слишком занята, чтобы ходить в спортзал трижды в неделю. Я несколько раз пробовала заниматься дома самостоятельно и всегда получала травмы. Это стало ещё одной причиной, чтобы отказаться от тренировок. Но однажды у меня появилась мысль, и я знаю, что она была от Бога. (Не каждая мысль приходит от Бога, но некоторые мысли действительно посылает Он. Это один из Его методов общения с нами. И та конкретная мысль пришла мне от Бога.) Когда я прокручивала в голове

все свои отговорки, меня внезапно осенило: «Просто делай то, что можешь, и не беспокойся о том, чего не можешь. Лучше хоть что-то, чем ничего!»

Я внимательно посмотрела на себя в зеркало, оценила состояние своего тела и отметила, что оно заметно ухудшилось. Бог дал понять, что мне не хватит сил для служения Ему в последние десятилетия моей жизни, если я не приму меры. Для меня очень важно завершить дело, порученное мне Богом, поэтому я обратилась к тренеру. Я хотела, чтобы он показал мне некоторые упражнения, которые я смогу выполнять дома, а потом я снова приду к нему, и он покажет мне новые упражнения. Когда я приступила к тренировкам, то есть сделала первый шаг, я заметила изменения в своём теле и почувствовала такой прилив энергии, что мне хотелось заниматься ещё больше. Это было в 2005 году, и сейчас я занимаюсь с тренером три раза в неделю, кроме тех случаев, когда моё состояние не позволяет этого. Мы всегда сможем найти время на то, что нам действительно хочется.

Просто делай то,
что можешь, и не
беспокойся о том,
чего не можешь.
Лучше хоть что-то,
чем ничего!

Какая бы задача перед вами ни стояла, сделайте первый шаг, и каждый следующий шаг будет даваться вам легче. Бог откликается, когда мы совершаем действия, а не когда бездействуем.

Предположим, вы боитесь темноты и спите с включённым светом, хотя вам уже пятьдесят лет. Вашему мужу приходится спать в другой комнате, потому что он не может уснуть при свете. Вы хотите выключить свет, но боитесь темноты с самого раннего детства. Начните свой путь к свободе с малого: выключите свет на пять минут и ложитесь в постель.

Если больше вам не выдержать, снова включите свет. На следующую ночь выключите свет на шесть минут и так далее. Даже если вам понадобится два года, чтобы преодолеть страх темноты, это лучше, чем не преодолеть его никогда. Медленный прогресс лучше, чем никакой. Если же вас устраивает сон со светом, то, возможно, вам не нужно ничего менять. Бог любит вас независимо от того, выключаете вы свет или оставляете включённым.

Бог откликается, когда мы совершаем действия, а не когда бездействуем.

Я боюсь змей и не собираюсь брать их в руки даже на секунду или играть с ними. У меня нет такого желания, и мне это не нужно. Кроме того, Бог сказал Еве в Едемском саду, что Он положил вражду между ней и змеем (Быт. 3:15).

Также меня не интересуют прыжки с парашютом. Если бы мне пришлось прыгнуть, я бы испугалась. Но я не собираюсь этого делать. Однако у меня было множество других страхов, и Бог дал понять, что мне нужно преодолеть их. Поэтому я сосредоточилась на них.

У меня был страх не угодить людям, и для меня было важно освободиться от него. Я боялась, что Бог недоволен мной, и от этого страха тоже нужно было избавиться. Ещё я всегда боялась, что недостаточно стараюсь. Я могла бы перечислять дальше, но думаю, вы уже уловили суть.

Если какой-то страх мешает вам исполнять своё призвание или слушаться Бога, не придумывайте отговорки и не миритесь с ним до конца жизни. Сделайте первый шаг на пути к избавлению от него, потом ещё один и ещё один. Не сдавайтесь, пока не обретёте полную свободу, сколько бы времени для этого ни понадобилось. Пока вы пытаетесь, вы не неудачник.

Бездействие порождает сомнения и страх. Действие порождает уверенность и мужество. Если хочешь победить страх, не сиди дома и не рассуждай. Выйди из дома и действуй.

Дейл Карнеги

Преодолела сомнения

В течение многих лет я профессионально пела и добилась популярности. Карьера певицы всегда была моей главной мечтой. Я была уверена, что это моё призвание от Бога. Меня пугала мысль о том, что с моим голосом может что-то случиться. Как-то я болела ларингитом, и всё это время меня мучили страхи.

В самом расцвете моей карьеры врачи обнаружили у меня злокачественную опухоль рядом с голосовыми связками. Я понимала, что мне предстоит операция по её удалению. Не было никаких шансов на то, что хирургическое вмешательство не повлияет на мой голос. Врачи прямо сказали мне, что мой голос уже никогда не будет прежним.

Я старалась сохранять веру в Бога, но меня одолевали сомнения. В итоге я отдала всю ситуацию в Божьи руки. Я решила, что моё счастье заключается не в голосе, а в том, что я знаю Иисуса. Я перестала переживать о последствиях операции и возложила свои тревоги на Бога.

Врачи оказались правы. Мой голос действительно изменился. Но шёл процесс исцеления. Я делала специальные упражнения, тренировала голосовые связки, и вскоре голос вернулся. А по прошествии времени он стал ещё лучше!

Пройдя это испытание, я научилась не сомневаться в Боге и всегда ставить Его на первое место, зная, что Он позаботится обо мне наилучшим образом.

— Синди

Противостаньте сомнениям и нерешительности

Он же сказал им: «Почему вы так расстроены? Откуда сомнения в ваших сердцах?»

Луки 24:38 (NIV)

Сомнение — это ещё одно название для страха. Я иногда говорю, что сомнение — это страх низкой интенсивности. Хотя сомнение проявляется не так очевидно, как некоторые страхи, тем не менее оно является разновидностью страха. Например, мы сомневаемся в Боге, потому что боимся, что Он не окажет нам необходимую помощь. Мы сомневаемся, что способны слышать Его голос и принимать правильные решения. Возможно, мы разочаровались в друге или родственнике и сомневаемся, что можно доверять этому человеку. Или, предположим, мы попросили о чём-то Бога, но не получили этого и теперь сомневаемся в Нём. Но если Бог не дал нам просимого, то, возможно, это был не лучший вариант для нас.

Бог хочет, чтобы мы имели непоколебимую веру в Него, а сатана стремится сделать так, чтобы нами управляли различные страхи. Сегодня, к примеру, я работала над этой книгой в самолёте. Рейс задерживался, и я могла опоздать на важную встречу. Я испугалась, что моё опоздание заста-

вит понервничать человека, который будет меня ждать. Но мы всё-таки прилетели вовремя. Нам нужно наблюдать за собой постоянно, ведь дьявол пытается навязать нам какой-нибудь страх при каждой удобной возможности. Суть этой истории в том, что я почувствовала страх, хотя писала книгу о страхах.

Греческое слово, переведённое в Новом Завете как «сомневаться», означает «быть в безвыходном положении», «быть без необходимых ресурсов», «быть смущённым, растерянным, быть в замешательстве». «Сомневаться» также означает «стоять на развилке», то есть быть неуверенным в том, какой путь избрать.

Иногда от людей, которые сомневаются, можно услышать фразу: «Я нахожусь в подвешенном состоянии». Это значит, что они не понимают, чего ожидать; ситуация кажется им запутанной и туманной. В таком состоянии у людей метаются мысли. Они решают что-то сделать, потом начинают сомневаться в своём решении и делают что-то другое. Какое-то время спустя они уже не уверены в правильности своих действий и возвращаются к первоначальному решению. Так может продолжаться долго, и в конечном счёте они совсем запутаются и решат вообще ничего не делать.

Чтобы освободиться от страхов, нужно преодолевать сомнения, а чтобы стать смелым, нужно проявлять веру. Дьявол посылает сомнения, чтобы подкосить нашу веру. Не знаю, как вам, а мне очень не нравится, когда я сомневаюсь и не могу принять решение.

Бог пообещал Аврааму, что у него с женой появится ребёнок, но они были слишком стары для деторождения (Быт. 18:11). Требовалось чудо, и они уповали на Бога, но время шло, а обещание всё ещё не исполнилось. Павел пишет,

что, пока Авраам ждал, «недоверие и сомнения не поколебали его веру в Божье обещание, но он был твёрд и черпал силу в вере, воздавая славу и хвалу Богу» (Рим. 4:20, АМРС).

У Иаира были все основания сомневаться, пока он ждал, что Иисус придёт к нему домой и исцелит его умирающую дочь (Мк. 5:22–23). Иисус пообещал ему исцелить её, но по дороге Его остановила женщина, нуждавшаяся в исцелении, и Он помог ей. Представляю, как переживал отец и как сильно хотел, чтобы Иисус поторопился. Возможно, его одолевала сомнения, успеет ли Иисус спасти его дочь. Но пока Иаир ждал Иисуса, пришли слуги и сообщили ему, что его дочь умерла. Иисус услышал это и сказал: «Не бойся, только веруй» (Мк. 5:36). Такие простые слова, но для человека, оказавшегося в тяжёлой ситуации, не так просто их исполнить.

Часто ли вы позволяете сомнениям лишить вас веры?

Часто ли вы позволяете сомнениям лишить вас веры? Иногда это происходит так быстро, что мы не успеваем заметить, что дьявол украл у нас хорошую возможность. Всех нас время от времени одолевают сомнения, так что не вините себя, когда это происходит с вами.

Главное — дать им отпор и, по примеру Авраама, не позволить недоверию и сомнениям поколебать вашу веру в Бога.

Легко находить оправдания своим сомнениям. Сатана будет рад помочь нам оставаться нерешительными и неуверенными и предоставит убедительные причины для сомнений. Однако Бог может сделать для нас неизмеримо больше того, о чём мы просим или помышляем (Еф. 3:20). Всё, что нужно, — это попросить с верой.

Но да просит с верою, нисколько не сомневаясь, потому что сомневающийся подобен морской волне, ветром

поднимаемой и развеваемой. Да не думает такой человек получить что-нибудь от Господа. Человек с двоящимися мыслями не твёрд во всех путях своих.

Иакова 1:6–8

Сомнение в себе

Сомнение в себе — одна из самых серьёзных проблем. Пожалуй, мы больше сомневаемся в себе, чем в Боге. Многие из нас уверены в том, что с Богом возможно всё, но мы сомневаемся в том, что Он сделает невозможное именно для нас. Мы сомневаемся в том, что именно мы можем слышать Бога. Мы сомневаемся в своих решениях, и это угнетает нас, ведь каждый день приходится принимать множество решений. Среди них есть мелкие и незначительные, а есть и те, от которых зависит наша дальнейшая жизнь.

Порой единственный способ выяснить, прав ты или нет, — это быть готовым рискнуть и ошибиться. Удивительно, но даже когда мы поступаем неправильно, Бог может обратить это во благо (Рим. 8:28). Я уверена, что большую часть опыта мы приобретаем, учась на своих ошибках.

Единственный способ научиться слышать Бога — это пробовать. Мы учимся посредством Божьего Слова и собственного опыта. Я до сих пор учусь слышать Бога и покупаю любую книгу, в которой эта тема рассматривается на основании Писания. Я уже многое знаю о том, как слышать Божий голос, но хочу укрепить свою веру в этом вопросе, а для этого нужно постоянно читать и изучать Божье Слово.

Я уверена, что большую часть опыта мы приобретаем, учась на своих ошибках.

Подумайте, как часто к вам приходят такие мысли:

Не нужно было этого делать.
Не следовало этого говорить.
Зря я это купил.
Зачем я только туда пошёл!
Не стоило этого есть.
Я молился мало и не так, как нужно.
Я провожу слишком много времени в магазине.
Я слишком много говорю.
Нужно вести себя потише.
Зря я не высказал своё мнение.
Я плохой родитель.
У меня плохо получается принимать решения.

Если хотите принимать правильные решения, перестаньте говорить, что у вас это плохо получается. Говорите себе, что вы умеете ясно слышать Божий голос и принимать верные решения.

Вы тираните себя и делаете себя несчастным, если постоянно думаете о том, как вам следовало или не следовало поступить, чтобы избежать неприятных последствий. Сатане нравится снова и снова напоминать нам об ошибках. Бог же

Если мы уверены, что поступаем правильно, но в итоге оказываемся неправы, Бог продолжает любить нас, как прежде, и в случае необходимости готов оказать нам помощь.

даёт нам подсказки — например, когда мы идём в неверном направлении, у нас появляется плохое предчувствие или мы теряем мир в сердце. Это может уберечь нас от ошибки. Если мы уверены, что поступаем правильно, но в итоге оказываемся

неправы, Бог продолжает любить нас, как прежде, и в случае необходимости готов оказать нам помощь.

Если хотите слышать Бога и следовать водительству Святого Духа, начните с веры в то, что вы можете слышать Божий голос и что Бог говорит с вами. Затем будьте готовы подчиниться Его воле, а пока ждёте изменений, сохраняйте веру и не забывайте благодарить Его. Иисус молился: «Отче! благодарю Тебя, что Ты услышал Меня» (Ин. 11:41). Он не сомневался в том, что Отец слышит Его, и поблагодарил за это. Советую вам делать то же самое после молитвы. Говорите себе о том, что Бог слышит вас и вы слышите Его, — это укрепит вашу веру.

Иисус сказал «Отче! благодарю Тебя, что Ты услышал Меня». Возможно ли, что Он сказал вслух о Своей вере для того, чтобы опровергнуть ложь сатаны (который, вероятно, убеждал Иисуса, будто Бог не слышит Его)? Думаю, да. Будучи нашим Первосвященником, Иисус проходил те же испытания, что и мы. Автор Послания к Евреям пишет, что Иисус способен сострадать нам в наших немощах и понимает, что мы чувствуем, «потому что подобно нам, искушён во всём, кроме греха» (Евр. 4:15). Он сталкивался с такими же трудностями и так же подвергался нападкам дьявола, как и мы.

Страх — опасный враг, под какой бы личиной он ни скрывался, но с Божьей помощью мы способны распознать ложь дьявола и дальше идти вперёд вместе с Богом. Мы ведём духовную войну, но, как сказано в Божьем Слове, нам уже дарована победа, нам лишь нужно жить с этой победой каждый день. Так что вот ещё одна истина, о которой полезно регулярно напоминать себе: «Мне дарована победа».

Возможно, вы никогда не считали сомнение разновидностью страха, но это действительно так. С сомнениями следует бороться. Замечательно, если вы просите Бога подсказывать

Можете ли вы представить себе, что дети, которым велели пойти поиграть, боятся того, что они будут играть неправильно?

вам правильное направление и поправлять вас, когда вы на грани принятия неверного решения, однако не бойтесь, что вы *всегда* будете ошибаться. Бог дал нам свободу воли, а это значит, Он хочет, чтобы мы думали, планировали, выбирали и проявляли мудрость. Во многих ситуациях Бог не ждёт, чтобы мы поступили только так и никак иначе. Он даёт нам свободу выбора; главное, чтобы наш выбор не противоречил тому, что сказано в Его Слове. Один человек привёл очень хороший пример: когда он говорит своим детям пойти поиграть, ему неважно, где они будут играть, — у себя в комнате или во дворе. Они могут взять игрушки или поиграть в мяч на улице. Для него важно, чтобы они поиграли, а как именно — это их выбор. Можете ли вы представить себе, что дети, которым велели пойти поиграть, боятся того, что они будут играть неправильно? Бог говорит, чтобы мы приходили к Нему, словно дети (Мф. 18:3), а это значит, что мы должны полностью доверять Ему.

Страх ошибиться

Страх совершить ошибку является корнем сомнений в себе и нерешительности. Вы убережёте себя от ненужных страданий, если поймёте, что плохие решения не делают вас плохим человеком. Бог любит нас несмотря на то, что мы не всегда поступаем правильно, поэтому не нужно бояться ошибок. Люди, которые совершают что-то великое, поначалу сталкивались с неудачами, но отказывались признавать поражение, понимая, что попробовали несколько вариантов, и они не сработали.

Когда я записываю телепрограмму и делаю ошибку, продюсер говорит: «Ничего страшного, мы исправим». Редакторы вырежут это при подготовке программы к эфиру. Бог тоже может «отредактировать» наши ошибки. У Него есть прекрасное техническое оснащение, чтобы исправить положение дел. Если вы ошиблись, попросите Бога обратить эту ситуацию во благо (Рим. 8:28).

Ещё один хороший совет, как быть, если совершил ошибку, — признать её и жить дальше, не боясь решать новые задачи. Я обнаружила, что люди начинают больше уважать меня, когда я признаю свои ошибки, а не пытаюсь скрыть их или найти себе оправдание.

Нужно проще относиться к ошибкам, и тогда страх перед ними исчезнет. Все ошибаются, так что делайте всё, что в ваших силах, и верьте, что Бог будет учить вас на вашем жизненном пути.

Если вам нужно принять решение, помолитесь об этом, обдумайте все возможные варианты, взвесьте все плюсы и минусы и затем смело принимайте решение. В некоторых случаях вы будете ошибаться, но гораздо чаще будете принимать правильные решения, ведь вы мудрее, чем вам кажется. У вас ум Христов, а внутри вас живёт Святой Дух (1 Кор. 2:16; Ин. 4:17). Каждое утро вставайте с постели с мыслью о том, что у вас есть огромное преимущество, ведь с вами Бог.

Я обнаружила, что люди начинают больше уважать меня, когда я признаю свои ошибки, а не пытаюсь скрыть их или найти себе оправдание.

Бог за вас, поэтому не имеет значения, кто против вас или что о вас думают (Рим. 8:31). Живите смело, живите для Бога и наслаждайтесь жизнью, которую Он вам дал. Не позволяйте сомнениям и нерешительности лишить вас мира и радости.

Благодарность смотрит в прошлое, любовь — в настоящее; страх, жадность, похоть и честолюбие смотрят вперёд.

Клайв Стейплз Льюис, «Письма баламута»

Отбрасывая страх

Когда мне было одиннадцать лет — я тогда была в пятом классе, — нам сообщили, что вскоре состоится набор в группу чирлидеров. Я долго ждала этого дня. Я усердно отработывала акробатические трюки, чтобы подготовиться к просмотру, но не знала, чего конкретно ожидать и каковы требования к участникам.

В первый же день просмотра меня охватил страх. Я выяснила, что моими соперницами будут не только десять-пятнадцать девочек из моего класса, но и ученицы шестого и седьмого классов, которые уже входят в состав команды. Я также узнала, что маты для акробатических прыжков совсем не похожи на те, к которым я привыкла, и что никто не поможет мне, если у меня не получится кувырок.

Тренер должен был оценить наши умения. Он сказал, что, если мы не умеем совершать кувырки, можно даже не выходить. Я так и просидела всё это время в первом ряду. Когда папа заехал за мной после просмотра, я села в машину и расплакалась. Он спросил меня, в чём дело, и я ответила: «Я не стала показывать трюки. Я испугалась, что упаду и получу травму». Папа подбодрил меня и напомнил, что впереди ещё два дня просмотра. Он сказал, что нам обоим нужно помолиться, чтобы я смогла победить страх. Он поинтересовался, что ещё меня беспокоит, и я призналась: «Я боялась, что опозорюсь, если упаду на глазах у старших девочек и тренера». Папа сказал: «Иногда нужно действовать наперекор страху». Мы помолились по пути домой, и мне стало лучше, хотя я всё ещё нервничала.

На следующий вечер папа снова забрал меня после просмотра. Я выбежала ему навстречу, бросилась

в его объятия и крепко обняла. «Ну как ты?» — спросил папа. «Ура! Я сделала всё, как ты говорил и как мы помолились. Я победила страх, и у меня всё получилось!»

Я попала в команду, но главное, я усвоила важный урок — иногда нужно действовать вопреки страху!

— Софи

Перестаньте сожалеть о прошлом и опасаться будущего

*Пусть глаза твои смотрят прямо, взгляд твой пусть
будет устремлён вперёд.*

Притчи 4:25 (NIV)

Моисей спросил Бога, какое у Него имя, и Бог ответил ему: «Я есмь Сущий» (Исх. 3:14). Когда ученики находились в лодке во время бури, они увидели Иисуса, идущего к ним по воде, и их охватил страх. Иисус сказал им: «Мужайтесь! Я есмь! Не бойтесь!» (Мф. 14:27, АМРС).

Бог присутствует в каждый момент времени, здесь и сейчас; Он не называет Себя «Я был» или «Я буду». Он вседущий, то есть присутствует одновременно повсюду. Если мы будем сожалеть о прошлом или опасаться будущего, мы упустим всё хорошее, что Бог дарует нам сегодня. Самый значимый момент вашей жизни — это настоящий момент. Проживите его сполна, присутствуя в настоящем.

Самый значимый
момент вашей
жизни — это
настоящий
момент.

Мы все совершали ошибки в прошлом и совершим немало ошибок в будущем. Мы все сталкивались с несправедливостью в прошлом, и, скорее всего, в будущем нам тоже этого не избежать, но беспокоиться об этом сейчас — пустая трата времени. Сегодня мы можем попросить Бога взять наше прошлое и исправить его, «переработать», превратить во что-то хорошее. Люди придумали множество способов перерабатывать мусор и делать из него вещи, пригодные для употребления. Наверное, люди, которым пришли эти идеи, гордятся своей изобретательностью, но Бог занимается «переработкой мусора» с незапамятных времён. Он берёт кусочки наших разбитых сердец и жизней и создаёт из них что-то совершенно новое и полезное.

Апостол Павел сказал, что Бог избирает для Своего Царства немудрое, немощное, уничижённое и ничего не значащее в этом мире, чтобы никакая плоть не хвалилась пред Ним (1 Кор. 1:26–31).

Во взрослую жизнь я вступила с множеством травм. Моё сердце было разбито, моя душа была изранена, у меня был комплекс неполноценности и напрочь отсутствовала уверенность в себе. Что-то внутри (сейчас я понимаю, что это был Бог) подсказывало мне, что я могу добиться чего-то значительного, но это казалось мне невозможным, и мой разум отгонял подобные мысли. Вдобавок к этому сатана постоянно внушал мне, что я никчёмное, бесполезное существо. Он старался навязать мне мысль о том, что у меня всегда будет второсортная жизнь, потому что я «испорченный товар» из-за того, что в детстве подвергалась насилию.

К счастью, чем больше я познавала Бога через Его Слово, чем больше замечала, как Он меняет меня и мою жизнь, тем лучше понимала, что сатана — лжец и что моя жизнь

в настоящем не зависит от моего прошлого. То же самое относится и к вам. Ваше прошлое не определяет вашу дальнейшую жизнь. Как сказано в нижеприведённом стихе, Бог хочет, чтобы мы оставили прошлое позади и жили настоящим:

Забудьте о прежнем и о минувшем не размышляйте.
Вот, Я делаю новое! И оно уже появляется; неужели вы не понимаете? Я проложу дорогу в степи,
реки — в пустыне.

Исаия 43:18–19 (NIV)

До сих пор помню, как меня обрадовал этот отрывок Писания, когда я впервые его прочитала. Он дарит надежду всякому, кто хочет начать жизнь с чистого листа. Бог пообещал, что у тех, кто уверовал во Христа, прежнее прошло и пришло что-то совершенно новое (2 Кор. 5:17). Постоянные сожаления о прошлом указывают на наше неверие в то, что Бог достаточно силён, чтобы разобраться с нашим прошлым и дать нам новую жизнь. Бог может это сделать. Не могу не поделиться с вами несколькими отрывками Писания, в которых говорится об этом обещании:

По милости Господа мы не исчезли, ибо милосердие
Его не истощилось. Оно обновляется каждое утро;
велика верность Твоя!

Плач Иеремии 3:22–23

Братия, я не почитаю себя достигшим; а только, забывая заднее и простираясь вперёд, стремлюсь к цели, к почести высшего звания Божия во Христе Иисусе.

Филиппийцам 3:13–14

Ибо вот, Я творю новое небо и новую землю,
и прежние уже не будут воспоминаемы и не придут
на сердце.

Исаия 65:17

Когда мы уверовали во Христа, наша жизнь не изменилась в один миг. Мы не стали выглядеть иначе, наша ситуация внезапно не улучшилась, но у нас есть Божье обещание о том, что перемены возможны. Мы становимся новой духовной глиной, и Бог лепит из нас новую личность по Своему подобию (Рим. 8:29). Только представьте это колоссальное изменение. Мы уже не те, что были когда-то; мы — новая личность, обладающая природой и характером Иисуса, и это удивительное преображение.

Сила надежды

Бог хочет, чтобы мы всегда были полны надежды, но это невозможно, если постоянно сожалеть о своём прошлом и опасаться будущего. Надежда — это радостное ожидание чего-то хорошего. По словам апостола Петра, Бог возродил нас к живой надежде (1 Пет. 1:3). Роберт Шуллер пишет: «Пусть ваши надежды, а не раны, определяют ваше будущее».

Моя жизнь была полна разочарований, пока мне не перевалило за тридцать. Мне часто причиняли боль, со мной поступали несправедливо. Я перестала надеяться на хорошее, потому что боялась в очередной раз разочароваться. «Зачем всё это?» — думала я. Мои сожаления о прошлом не только разрушили моё настоящее, но и омрачили моё восприятие будущего. Однако мои отношения с Богом

и данные в Его Слове обещания изменили мои ожидания. Сейчас у меня есть надежда. Я часто говорю: «Начало моей жизни было не очень хорошим, но конец её будет отличным». Это может стать и вашим девизом.

Хороший библейский пример — Саул.

Он был первым израильским царём, и, хотя Бог избрал его в цари, он обладал мятежным нравом. Однажды Бог сказал пророку Самуилу, что сожалеет о том, что поставил Саула царём. Самуил расстроился и взывал к Господу целую ночь (1 Цар. 15:10–11). Бог разочаровался в Сауле и велел Самуилу перестать печалиться о нём и помазать на царство другого человека (1 Цар. 16:1). Мне всегда нравилась основная идея этой истории. Здесь показан образец того, как следует себя вести, когда всё складывается не так, как мы надеялись. Нужно раскаться, погоревать о своей неудаче, но затем снова действовать и пробовать что-то новое. Люди могут ошибаться, но у Бога всегда есть новый план.

Начало моей жизни было не очень хорошим, но конец её будет отличным.

Что бы вы ни сделали, как бы с вами ни поступили, у Бога всегда найдётся способ, как всё исправить. Прошу вас, никогда больше не позволяйте дьяволу лишить вас надежды! Надежда — отличный источник вдохновения. Она помогает нам просыпаться каждое утро с мыслью о том, что мы служим благому Богу, у которого есть прекрасный план для нас.

В декабре 2017 года у меня резко ухудшилось физическое состояние. До этого я была довольно крепкой и выносливой, но внезапно почувствовала упадок сил. Моя энергия куда-то делась. Я всегда верила в силу молитвы и молилась каждый день, порой по несколько раз; я просила Бога исце-

лить меня и помочь решить проблему со здоровьем. Врачи диагностировали у меня адреналиновую усталость, вызванную стрессом от чрезмерных нагрузок, которым я подвергала себя в течение долгого времени. Доктор, которому я доверяла и с которым давно была знакома, предписал мне физический и внутренний покой в течение полутора лет. Также он предупредил меня, что я уже никогда не смогу трудиться, как прежде. Для меня это было потрясением. Мне совсем не хотелось отдыхать полтора года, но я так плохо себя чувствовала, что выбора у меня не было.

Я очень нуждалась в Божьей помощи. У меня было много обязательств, которые нужно было выполнять, и Бог давал мне необходимую для этого энергию. Однако мне пришлось внести существенные изменения в свой образ жизни. Многие люди молились за меня, и я старалась сохранять позитивный настрой и верить, что ситуация вот-вот начнёт меняться к лучшему. Дни сменяли друг друга, но моё состояние оставалось прежним. Иногда в голову лезли мрачные мысли, но я знала, что нельзя терять надежду. Прошло почти полтора года, и внезапно я почувствовать себя намного лучше. Поначалу моё самочувствие улучшалось всего на несколько дней, а потом снова ухудшалось, но через несколько месяцев моё хорошее самочувствие стало стабильным и у меня появилось достаточно сил выполнять всё, что от меня требуется.

Почему мне понадобилось ждать полтора года? Почему Бог не ответил на мои молитвы раньше? Не знаю. Мы часто задаём вопрос «почему?», но редко получаем ответ. Доверие подразумевает, что некоторые наши вопросы останутся без ответа.

Мой собственный опыт убедил меня в том, что, сколько бы нам ни пришлось ждать ответа от Бога, сдаваться

нельзя. Пока мы ждём полного решения своей проблемы, Бог даёт нам сил держаться. Пусть эта история вдохновит вас и поможет не терять надежду. Сделайте надежду своей привычкой, и тогда вы избавитесь от страха перед тем, что ваша жизнь никогда не станет лучше.

Бог называет Себя «Я есмь». Он всемогущ, и Он хочет, чтобы вы жили в настоящем, а не в прошлом или будущем. Заболев, я сожалела, что не заботилась о себе надлежащим образом, пока моё состояние не вынудило меня к этому. Но я знала, что сожаления только усугубят моё состояние, поэтому раскаялась и попросила Богу учить меня и исцелить.

Постоянно горюя о прошлом, вы упустите то, что Бог приготовил вам на сегодня. Сегодня — это всегда самый важный день в вашей жизни. Это единственный день, насчёт которого вы уверены. Так проживите его по максимуму и верьте, что Бог позаботится о вашем прошлом и будущем.

Прогоните опасения

Людям свойственно ошибаться. Совершили мы ошибку давным-давно или всего пять минут назад, она уже в прошлом. Не тратьте драгоценные моменты настоящего на сожаления о прошлом, страх перед будущим, чувство вины, обиду, непросщение и на любой другой негатив, который может лишить вас радости сегодняшнего дня. Как я написала в первой главе, вы можете выбрать, какой будет ваша жизнь, поэтому советую вам сделать такой выбор, который даст Богу возможность участвовать в вашей жизни.

Как я уже упоминала, опасения являются разнообразностью страха. Опасение — это страх не справиться с каким-то

делом или не получать от него никакого удовольствия. Неизвестность пугает. Ты не видишь чёткого сценария

Если бы Бог писал детективы, то о жизни каждого из нас Он мог бы написать целую книгу.

и не понимаешь, как всё будет происходить в будущем. Если бы Бог писал детективы, то о жизни каждого из нас Он мог бы написать целую книгу. Бог обещал позаботиться о нас, но не раскрыл детали, что, как и когда Он будет делать.

Мы можем опасаться чего угодно, от выхода на пенсию до необходимости помыть посуду. Но всякое опасение отнимает у нас энергию. Если даже поход в магазин или пробки по дороге на работу вызывают у нас опасения, это означает, что мы заранее решили, что не справимся. Но мы справимся с любым делом, если будем выполнять его вместе с Богом и ради Его славы.

Например, вы можете решить прибраться в доме, потому что хотите порадовать Бога и показать Ему, как хорошо вы заботитесь о том, что Он дал вам. Или вы можете постоянно твердить о том, как вас пугает уборка и как вам не хочется этим заниматься. И в таком случае за уборку вы возьмётесь с плохим настроением. Всё делайте с хорошим настроением, ведь плохое настроение не избавит вас от необходимости этим заниматься.

Как я уже упомянула, больше четырнадцати лет я занимаюсь с тренером трижды в неделю. Я часто замечаю, что меня пугает мысль о предстоящей тренировке, но понимаю, что раз уж я всё равно буду это делать, лучше постараться получить от этого удовольствие.

Почувствовав опасения, сразу же попросите Бога дать вам благодать, которая поможет справиться с задачей,

и позитивный настрой. Бог отвечает на молитвы, но для этого нужно помолиться. Просите Божьей помощи во всех своих делах, и они будут даваться вам гораздо легче.

Бог велел израильтянам не опасаться своих врагов (Втор. 20:1). Иисус сказал, что вор пришёл лишь для того, чтобы «украсть, убить и разрушить», а Он пришёл, чтобы мы «имели жизнь и наслаждались ею» (Ин. 19:10, АМРС). Как можно наслаждаться жизнью, если опасаться того, что необходимо делать? Взгляните на следующее место Писания:

Что бы вы ни делали, делайте это от всего сердца,
как если бы вы трудились для Господа, а не для
людей.

Колоссянам 3:23 (NIV)

Мы не будем делать что-то от всего сердца, если нам это не нравится. Сатана использует различные методы, чтобы помешать нам получать удовольствие от повседневной жизни. Многие из этих методов настолько хитры и незаметны, что мы неспособны распознать их, если только Бог не укажет нам на них. Долгие годы моя жизнь была полна сожалений и опасений, пока Бог не дал мне понять, что из-за этого я не живу в настоящем. Бог — это «Я есмь». Это значит, что Он присутствует в данный момент. Если мы хотим жить в Его присутствии, нам нужно сосредоточиться на настоящем, а не на прошлом или будущем.

Конечно, мы все строим планы на будущее, и книга Притчей призывает нас разумно распоряжаться тем, что у нас есть, и обдумывать свои решения (Прит. 16:9; 27:23), но это совсем не означает, что нужно опасаться будущего. Позаботьтесь заранее о достойной пенсии, но не нужно

беспокоиться об этом. Откладывайте деньги на образование или на свадьбу ребёнка, но не переживайте из-за этого.

Если хотите быть счастливым, не живите прошлым и не беспокойтесь о будущем. Сосредоточьтесь на том, чтобы полноценно жить в настоящем. Не отказывайтесь от счастья и не откладывайте его на потом.

Врачи обнаружили, что важно жить сегодняшним днём и сосредоточиваться на том, что происходит сейчас. Это называется практикой осознанности. Это открытие не ново, ведь об этом говорил ещё Соломон. В книге Екклесиаста 4:17 сказано: «Наблюдай за ногою твоюю...» В других переводах этот фрагмент звучит так: «Сосредоточь свой разум на том, что делаешь». Мне не всегда это удаётся, потому что обычно, делая что-то одно, я уже обдумываю другое. Но я молюсь о том, чтобы научиться этому, и Бог мне помогает. От некоторых привычек не так просто избавиться, но, если мы проявим рвение и постоянство, мы сможем измениться с Божьей помощью.

Сегодняшний день очень важен. Этот день сотворил Господь, так давайте радоваться и веселиться сегодня (Пс. 117:24)!

Одно из величайших открытий, которые делает человек, один из самых больших сюрпризов для него — обнаружить, что он в состоянии сделать то, о чём со страхом думал, что ему это не по силам.

Генри Форд

Как я преодолевала страх оставаться одной

С самого детства я панически боялась оставаться в помещении одна. Я не спускалась в подвальный этаж за корзиной с постиранным бельём. Я не могла оставаться одна дома даже пять минут, когда мама переходила дорогу, чтобы поговорить с соседями. А мне в то время было уже двенадцать! Это был страх перед тем, что со мной может случиться что-то плохое и меня никто не защитит.

Этот страх появился у меня в восемь лет после просмотра фильма о привидениях, и со временем этот страх укоренялся во мне всё глубже. Я постоянно требовала защиты и внимания от семьи и друзей, умоляла их пойти со мной в то или иное место, постоянно находиться рядом и участвовать во всём, что я делаю.

И вот мне стукнуло двадцать с небольшим. Хотела бы я верить, что мне просто нравится постоянно находиться среди людей, но в глубине души я понимала, что скована страхом и нуждаюсь в Божьей помощи. Я осознавала свою зависимость от людей и понимала, что мне постоянно необходимо видеть рядом с собой родственника, соседа по комнате, мужа, только бы не оставаться одной.

Что будет, если я останусь одна? На меня кто-то нападёт? Со мной случится что-то плохое? Если я буду одна, будет ли это означать, что никто не любит меня и не хочет быть рядом со мной? Этот страх вгонял меня в дрожь и лишал сна.

Как только я признала наличие страха, у меня сразу появилось множество возможностей что-то изменить, стать смелее и начать делать что-то в одиночку. Скорее всего, такие возможности были и раньше, но рядом со мной всегда кто-то был или я заставляла

кого-нибудь быть рядом. Самым серьёзным испытанием для меня стал переезд в другой штат, к которому побуждал меня Бог. Я понимала, что останусь без поддержки семьи и друзей, что там у меня нет ни одного знакомого и мне придётся доверять Богу каждой клеткой своего существа.

За шесть с половиной лет я много раз самостоятельно посещала курсы и заводила там друзей. Я одна ходила в магазин, на приём к врачу, в автомастерскую. Мне даже пришлось праздновать День благодарения и Новый год одной, но не потому, что меня никто не любил и не приглашал к себе, а потому, что Бог хотел чему-то научить меня.

Я постепенно преодолевала страх. Он ещё не исчез окончательно, но могу уверенно сказать, что, если бы я не признала его наличие и не отдала его в Божьи руки, я бы не смогла прожить в квартире почти полтора года совершенно одна.

— Меган

Наберитесь смелости и будьте сильным

*Но израильтяне набрались смелости, приободрились
и снова выстроились в боевой порядок на том месте,
где стояли в первый день.*

Судьи 20:22 (АМРС)

Бог предлагает нам смелость, а сатана предлагает страх. Выбор за нами. Мне нравится, что израильтяне набрались смелости. Меня это наводит на мысль, что смелость всегда нам доступна, нужно лишь взять её. Если набраться смелости, страх не сможет проникнуть в наше сердце, для него там просто не окажется места.

Обычно мы пытаемся избавиться от возникшей проблемы, но мне кажется, следует разобраться в её причинах. Я написала книгу о привычках, в которой предлагаю довольно необычный подход. Я советую людям сосредоточиться на выработке хороших привычек, которые автоматически вытеснят плохие привычки. К примеру, если мне нужно сбросить лишний вес и я постоянно думаю о том, какие продукты для меня *вредны*, это лишь усилит моё желание употреблять их. Но если я сосредоточусь на здоровой и *полезной* пище, я буду делать правильный выбор и в итоге сброшу лишние килограммы.

Если я постоянно буду думать о своих недостатках, их только прибавится, а если я сосредоточусь на том, как сильно Бог изменил меня за это время, то я буду уверена, что Он изменит меня ещё больше.

То, на что устремлено наше внимание, будет меняться и развиваться. Если я хочу сфотографировать Дэйва, а фокус навожу на дерево, то я получу фотографию дерева, а не Дэйва. Сфокусируйте внимание на том, чтобы стать смелым, а не на том, чтобы избавиться от страха, и вы станете храбрее и решительнее, чем раньше. Понадобится время, чтобы перестроить мышление, но ваши усилия оправдают себя. Не тратьте энергию на что-то бесполезное, что не приведёт к желаемому результату. Борьба со страхом лишь укрепит его, а не поможет от него избавиться. Лучше смело посмотрите страху в лицо и сделайте то, от чего он вас отговаривает.

Не молитесь лишь о том, чтобы страх исчез. Молитесь о том, чтобы Бог дал вам смелости, решительности и уверенности. Неправильное мышление приводит к поражению, а правильное мышление приводит к победе. В Послании к Римлянам 12:2 сказано, что мы не сможем жить той замечательной жизнью, которую уготовил нам Бог, если не обновим свой ум Божьим Словом.

Не молитесь лишь о том, чтобы страх исчез. Молитесь о том, чтобы Бог дал вам смелости, решительности и уверенности.

В первые годы своего следования за Богом я постоянно выпрашивала у Него то, что Он уже мне дал. Я тогда ещё не знала, что всё это уже принадлежит мне как верующей во Христа. Бог даровал мне это по Своей благодати, но я этого не осознавала и пыталась получить то, что мне уже было дано. Я пыталась заслужить Божью любовь, но Бог любил

меня уже тогда, когда я ещё жила во грехах (Рим. 5:8). Я старалась быть праведной в глазах Бога, поэтому пыталась поступать правильно, но только разочаровывалась в себе, потому что, сколько бы правильных поступков я ни совершала, я всегда что-нибудь делала неправильно. Но потом я поняла, что я уже праведна в Его глазах, потому что Иисус взял на Себя мои грехи и взамен даровал мне Свою праведность (2 Кор. 5:21). Я усвоила множество других уроков и перестала просить у Бога то, что Он уже мне дал.

Бог поручил Иисусу Навину перевести израильтян через реку Иордан в Землю обетованную. В книге Иисуса Навина 1:9 Бог велит ему: «Будь сильным и смелым, не бойся и не ужасайся» (NIV). Заметьте, сначала Он сказал «будь сильным и смелым», а уже потом «не бойся».

Можно одновременно испытывать страх и быть смелым, и от того, что перевесит, будут зависеть ваши действия. Царице Есфирь наверняка было страшно, когда Бог велел ей попросить царя о помощи и тем самым спасти свой народ. Она постилась, молилась и в результате нашла в себе смелость исполнить поручение Бога (Есф. 4:16–5:3). Её храбрость превозмогла страх. Чувство страха может не исчезнуть окончательно, но, если мы будем уповать на Бога и просить Его дать нам смелости, у нас будет достаточно сил справиться с любой задачей и мы будем действовать вопреки страху. Смелость смотрит страху в лицо и идёт вперёд.

Ободрение

Обычно смелости нам придают чьи-то ободряющие слова. Моисей сказал Иисусу Навину те же слова, которые

Бог повторит ему немного позже. Похоже, ему нужно было услышать их не один раз.

Будьте сильными и смелыми, не бойтесь и не страшитесь их, потому что Сам Господь, Бог твой, пойдёт с тобой; Он никогда тебя не оставит и не покинет.

Второзаконие 31:6 (NIV)

Моисей воодушевил Иисуса Навина. Позже Бог повторил ему те же слова, чтобы придать ему смелости. Сатана же делает всё, чтобы лишить нас силы духа и помешать получить от Бога смелость, которую Он всегда готов нам дать. Бог не создал нас трусливыми и не дал нам духа страха. Он предлагает нам храбрость, веру, мужество, уверенность, и мы должны пользоваться ими. Чем чаще мы пользуемся тем, что даёт нам Бог, тем сильнее это становится.

Когда Иисус Навин вёл народ в Землю обетованную, ему неоднократно приходилось проявлять твёрдость и мужество. Куда бы они ни шли, им нужно было победить врагов, чтобы овладеть территорией. Возможно, проблемы идут к вам нескончаемой вереницей, но не забывайте, что Бог с вами. Он будет неизменно приводить вас к победе, если вы последуете за Ним. Наверное, порой вам кажется, что вашим страданиям нет конца, но Бог знает, что это изменится, и Ему точно известно когда.

Вы Божье дитя, вы дороги Ему. Павел сказал, что мы «не приняли духа рабства, чтобы опять жить в страхе, но приняли Духа усыновления, Которым взываем: «Авва, Отче!»» (Рим. 8:15). «Авва» — это ласковое обращение к отцу, как наше «папочка». Мы приблизились к Богу через кровь Иисуса Христа (Еф. 2:13) и стали сонаследниками Ему. Бог

усыновил нас и наделил полными правами как Своих сыновей и дочерей (Рим. 8:15–17; 2 Кор. 6:18).

Давайте фокусироваться не на том плохом, что внушает нам страх, а на том, кем является наш Отец, и помнить, что Он на нашей стороне, а потому нам нечего бояться.

Каждого из нас Бог призывает ободрять других. Святой Дух — наш Утешитель. Он живёт в нас, чтобы помогать нам, утешать и ободрять. Он также хочет подбадривать через нас и других людей. Вместо того чтобы на пару с сатаной лишать людей уверенности и мужества, давайте убеждать их в том, что они всё могут с помощью Христа. Никто из нас по своей воле не разрешил бы сатане использовать себя как орудие, однако зачастую ему это удаётся. Он навязывает нам разные мысли, представления, суждения о способностях и решениях других людей, и если мы не взяли себе за правило никого и никогда не лишать надежды и уверенности в себе, то мы будем высказывать свои мысли вслух, не понимая, что в этот момент дьявол использует нас в своих целях. Наши слова обладают силой. В книге Притчей 18:21 сказано, что смерть и жизнь находятся во власти языка, поэтому нужно говорить лишь те слова, что ведут к жизни.

На заре моего служения многие люди выражали неодобрение и отговаривали меня, утверждая, что женщина не должна служить и что у меня ничего не выйдет, но Бог придавал мне смелости как лично, так и через тех немногих людей, которые поддерживали меня. Они были на моей стороне и желали мне добиться успеха. Их слова очень меня воодушевляли и помогли пережить трудные времена, когда мне казалось, что мои недоброжелатели всё-таки оказались правы. Ободрение очень важно. Нужно ободрять

других как можно чаще. Некоторым людям легко воодушевлять и подбадривать других, это для них естественно. А тем людям, которым это даётся с трудом, следует намеренно прилагать усилия и воодушевлять. Раньше моим первым порывом было отыскать

Бог сказал мне, что первый порыв обычно исходит от моей плотской природы, поэтому сначала мне нужно привести свои порывы в соответствие с Божьим Словом, а уже потом давать им волю.

у людей недостатки и сфокусироваться на проблемах, но Бог сказал мне, что первый порыв обычно исходит от моей плотской природы, поэтому сначала мне нужно привести свои порывы в соответствие с Божьим Словом, а уже потом давать им волю.

Апостол Павел в своих посланиях неоднократно призывал верующих ободрять друг друга. Вот один из моих любимых стихов:

Умоляем вас, братья и сёстры, вразумляйте праздных и ведущих себя неподобающе, ободряйте упавших духом, поддерживайте слабых, со всеми будьте терпеливы.

1 Фессалоникийцам 5:14 (NIV)

Бывают ситуации, когда нужно вразумлять, предостерегать и упрекать людей, но также следует ободрять робких и растерянных, поддерживать слабых (Ис. 35:3–4). Удивительно, сколько сил способны придать ободряющие слова, сказанные в нужный момент. Недавно один человек прислал мне сообщение со словами: «Бог хочет подбодрить тебя и сказать, что ты находишься в нужном месте в нужное время». В течение следующих дней я несколько раз перечитывала это

сообщение. Недавно мы внесли некоторые изменения в мой график, и эти слова поддержки придали мне сил и убедили в том, что мы поступили правильно. Получив подтверждение, что я нахожусь именно там, где должна быть, я почувствовала себя увереннее.

Порой то, что мы говорим человеку, кажется нам вполне обыденным, а для него это может быть настоящим чудом. Одно можно сказать наверняка: вы не ошибётесь, если искренне кого-то подбодрите.

Размышляйте и провозглашайте

Писание призывает нас постоянно размышлять над прочитанным. Подобно тому как мы тщательно пережёвываем пищу, чтобы усвоились питательные вещества, так мы должны размышлять над Словом, чтобы максимально воспринять учение и извлечь пользу. Постоянно прокручивайте в голове слова Писания, мысленно возвращайтесь к ним снова и снова.

Пусть слова этой книги закона всегда будут у тебя на устах; размышляй над ними день и ночь, чтобы в точности исполнять всё написанное. Тогда ты будешь процветать и иметь успех.

Иисус Навин 1:8 (NIV)

Бог дал Иисусу Навину и израильтянам наставления, которым они должны были следовать, готовясь войти в Землю обетованную. Он велел им провозглашать Его Слово вслух и размышлять над ним. Это помогло бы им послушно исполнять его. Остановитесь и задумайтесь над

этой важной истиной. Размышление над Словом и провозглашение его вслух принесёт вам больше пользы, чем вы способны вообразить.

Вот пример того, что вы можете провозглашать вслух и о чём размышлять ежедневно:

Я Божье дитя. Бог любит меня. Он всегда со мной, поэтому я не буду бояться. Я всё могу в укрепляющем меня Иисусе Христе. Когда я чувствую себя слабым, Он ободряет меня и помогает идти вперёд. Во Христе я смел, мужествен и уверен. Ни одно орудие, сделанное против меня, не будет успешно, поскольку Тот, кто во мне, больше того, кто в мире.

Это провозглашение составлено из разных фрагментов Писания. Такой подход очень действенный. Произносите это вслух дважды в день в течение месяца, и вы почувствуете себя гораздо лучше и обретёте уверенность в себе и своих способностях.

Согласно Евангелию от Марка 4:24, необходимо вникать в то, что мы слышим. Какую меру размышлений и изучения мы уделяем услышанной истине, такую же меру добродетели и знания получим. То есть чем больше мы провозглашаем вслух прочитанные или услышанные слова Писания, чем больше размышляем над ними, тем большую важность они для нас обретут и тем больше добрых плодов принесут. Просто слышать что-то не значит усвоить это. Слышать и знать — это не одно и то же. Люди могут десять лет ходить в церковь каждое воскресенье и слушать Божье Слово, но продолжают жить так, будто никогда его не слышали. Они просто получают информацию, которая не приносит им

никакой пользы, потому что они не размышляют над услышанным и не вникают в это.

Пасторы и учителя не сделают нас духовно сильными, если мы не будем исполнять свою роль. Например, слушая проповедь, записывайте ссылки на места Писания, которые прозвучали. Дома найдите каждый стих, прочитайте его вслух и подумайте о том, что он означает лично для вас. Некоторые полагают, что достаточно просто ходить в церковь. Но если просто сидеть на служении, это не сделает тебя сильным христианином, ведь ты не станешь машиной только потому, что сидишь в гараже.

Каждый раз, когда вы размышляете о смелости, вы берёте верх над страхом. Хочу ещё раз напомнить: молитесь не просто о том, чтобы Бог избавил вас от страха, а о том, чтобы Он дал вам смелости и уверенности.

Смелость идёт на риск

Смелость не боится рисковать, пытаться и отказывается бездействовать. Мы, бывает, говорим: «Почему никто ничего с этим не делает?» А вдруг мы и есть те люди, которые должны это сделать? Бездействие не поможет достигнуть результата.

Бездействие
не поможет
достигнуть
результата.

Иногда между смелостью и глупостью проходит тонкая грань, поэтому следует проявлять благоразумие. Но это не значит, что нужно бояться всего нового. Не бойтесь рисковать. Вы не узнаете, на что способны, если не будете пытаться. Пусть страх перед неудачей не мешает вам пробовать новое.

Мы слишком долго размышляем и всё взвешиваем и в результате отказываемся что-либо делать, даже не попро-

бывав. Пётр попросил Иисуса велеть ему пойти к Нему по воде. Он вышел из лодки и пошёл по воде, но затем обратил внимание на сильный ветер, испугался и стал тонуть (Мф. 14:28–31). Когда Иисус сказал Петру «Иди», тот сделал шаг веры, но, как только он задумался о том, что делает, в его сердце пробрался страх и нанёс ему поражение.

Обычно я действую инстинктивно. Я не привыкла всё просчитывать и анализировать. Конечно, я думаю, прежде чем что-то предпринять, но, если в глубине души понимаю, что могу это сделать и Бог хочет этого от меня, я действую незамедлительно. Я знаю, что дьявол постарается помешать мне сделать что-то хорошее и полезное. Я признаю, что бывали случаи, когда мне следовало тщательно всё взвесить, прежде чем действовать. Это уберегло бы меня от проблем. Но моя решительность и готовность действовать принесли мне всё-таки больше пользы, нежели вреда.

Иногда я обращаюсь к кому-нибудь за советом или пытаюсь понять, что другие люди думают о моих намерениях, но я не тот человек, который нуждается в одобрении нескольких человек, прежде чем что-то сделать. Порой, когда мы стараемся выслушать как можно больше людей, мы окончательно запутываемся, потому что у каждого своё мнение.

Я понимаю, что мы все разные и вы отличаетесь от меня. Возможно, вам нужно больше времени на размышления, чем мне. Прекрасно. Я лишь прошу вас не думать слишком долго о том, что может пойти не так, иначе вы убедите себя не делать этого.

Бог направляет нас или посредством Своего Слова, или посредством духовного различения (голоса Святого Духа). Духовное различение — это знание, появляющееся внутри нас, которое порой может вступать в конфликт с нашим

рациональным пониманием. Бывали случаи, когда я без всякой видимой причины чувствовала, что нам не стоит сотрудничать с тем или иным человеком, потому что это приведёт к серьёзным проблемам. Но я не хотела быть слишком строгой или подозрительной и принимала его в штат сотрудников. В результате это приводило к какой-нибудь проблеме, например, к ссорам, а один раз — к воровству. Гораздо мудрее доверять своему сердцу (своему духу), нежели чувствам или логике.

Часто ли в ответ на ваш вопрос вам говорят: «Ну, первое, что приходит на ум...»? По-моему, последнее, чем нужно руководствоваться, — это тем, что случайно пришло в голову нам или кому-то другому. Если нужен правильный ответ, копните чуть глубже, а не принимайте первый попавшийся вариант.

Завершая эту главу, хочу ещё раз напомнить вам, что смелость сильнее страха. Лекарство от страха всегда одно и то же: «Будь сильным и смелым, потому что Бог с тобой».

*Каждый раз, когда мы смотрим в лицо своим страхам,
мы обретаем силу, мужество и уверенность в своих
действиях.*

Теодор Рузвельт

Преодолеваю неуверенность

Я боюсь быть уязвимой. Разве это не парадокс — открыто говорить об уязвимости? Признать наличие страха для меня не проблема. Но в те моменты, когда я чувствую себя уязвимой, мне действительно нелегко. Типичные фобии, такие как страх змей, пауков, тараканов, страх утонуть или страх высоты, меня не волнуют.

Меня трудно назвать застенчивой девушкой. Я дружелюбная, общительная (болтливая), независимая, активная и неугомонная. Я одна из восьми детей в семье, где всегда царил оптимистичный настрой. Я могу смело вмешаться в разговор и открыто обсудить что угодно.

Однако дела сердечные, такие как любовь, доверие, близость, глубокая привязанность, внушают мне страх и дрожь. А причина тому — мои душевные травмы, прошлые ошибки, недостатки характера и неудачи. Дают о себе знать моя неуверенность и неуравновешенность, и это приводит к физическим проявлениям. Сердце начинает бешено колотиться, я ёрзаю на стуле, меня тошнит, волосы встают дыбом. В голове с огромной скоростью проносятся мысли. Мне не хочется говорить о себе. Я начинаю переживать из-за того, что уже сказала, и беспокоюсь, сохранят ли мои слова в тайне. Могу ли я быть уверена в том, что к этому отнесутся с уважением, что меня не отвергнут? Как теперь будет относиться ко мне этот человек? Из-за подобных вопросов я решила не сближаться с людьми, ведь моя открытость делает меня уязвимой, и, если кто-то захочет навредить мне, я буду беззащитна.

Забавно, но меня тянет к откровенным людям. Я восхищаюсь тем, что они способны признавать

свои неудачи, говорить о своём разбитом сердце, о том, как снова проявили слабость. Они выставляют напоказ свои недостатки. Я изумлена, что сдержанность им не свойственна. Я чувствую себя особенным и заслуживающим доверия человеком, когда друг делится со мной чем-то личным. Для меня большая радость и честь, что я могу выслушать и поддержать его.

«Они победили его кровию Агнца и словом свидетельства своего» (Отк. 12:11). Божье Слово обладает силой. Оно исцеляет. Даёт нам чувство безопасности и уверенности. Я выбираю Божье Слово, а не страх. Данная Богом смелость помогает мне преодолевать страх. Я больше не боюсь быть уязвимой.

— Отем

Обретите чувство безопасности и уверенности

*И будешь спокоен, ибо есть надежда; ты ограждён,
и можешь спать безопасно. Будешь лежать, и не будет
устрашающего.*

Иов 11:18–19

Отсутствие чувства безопасности и неуверенность являются симптомами страха, а их источник — дьявол. Если есть эти две проблемы, многого не добьёшься. Бог даёт нам чувствовать безопасность и уверенность в Нём, а дьявол стремится украсть у нас и то и другое.

Подобно многим людям, я долгое время была уверена, что должна сама о себе позаботиться, особенно принимая во внимание, что в детстве я подвергалась насилию. Мне казалось, что в целом мире нет никого, кто мог бы помочь мне. Я всегда была начеку, всегда ждала очередной неприятности. Родителям я не доверяла, а когда обратилась за помощью к родственникам, они предпочли не вмешиваться. В то время тема инцеста была под запретом. Он случался во многих семьях, но никто об этом не говорил. Это было

настолько отвратительно, что людям было неприятно даже думать об этом, а тем более вмешиваться в ситуации, связанные с инцестом.

Я видела, что меня никто не любит, а когда мы нелюбимы, мы не чувствуем себя в безопасности и страдаем от неуверенности в себе. Когда мне исполнилось восемнадцать, я вышла замуж за первого мужчину, который проявил ко мне интерес. После пяти лет супружеской жизни, в течение которых муж постоянно изменял мне и несколько раз уходил от меня, я развелась с ним, но чувство незащищённости и неуверенности в себе только усилилось. Я отчаянно нуждалась в любви и, как большинство травмированных людей, искала её не там, где следует. Я начала встречаться с пьющим человеком и приближалась к очередной катастрофе, но затем познакомилась с Дэйвом, с которым в браке уже пятьдесят три года.

Дэйв был первым человеком, который проявил ко мне безусловную любовь, но моя душа была изранена и ожесточена, и я не знала, как любить и принимать любовь. Я жила в постоянном страхе перед очередной неудачей. Я была уверена, что со мной всегда будет происходить что-то ужасное. В тот вечер, когда Дэйв собирался сделать мне предложение, он сказал мне, что хочет обсудить важный вопрос, прежде чем отвезти меня домой. Я подумала: «Вот оно. Сейчас он скажет, что больше не хочет со мной встречаться». Я не ожидала от жизни ничего хорошего, но появление Дэйва стало одним из самых прекрасных событий. Он не только любил меня безусловной любовью, но и проявлял характер Христа. Первые годы нашего брака были непростыми из-за моих вспышек гнева и негативного настроения, но он остался со мной.

Когда я встретила Дэйва, он был духовно сильным христианином, и мы вместе регулярно ходили в церковь. Но только через несколько лет я смогла отдать свои травмы в Божьи руки, чтобы Бог исцелил меня. В конце концов я поняла, насколько сильна и совершенна Божья любовь ко мне, и это дало мне чувство безопасности и уверенности.

Твёрдо уповал я на Господа, и Он приклонился ко мне и услышал вопль мой; извлёк меня из страшного рва, из тинистого болота, и поставил на камне ноги мои и утвердил стопы мои.

Псалом 39:2–3

Перестаньте слушать ложь

Дьявол пытается внедрить в наш разум разные лживые мысли, и, если мы поверим им, они станут нашей реальностью. Возможно, он убедил вас в том, что вы застенчивый человек, которому недостаёт уверенности в себе, и с этим ничего не поделаешь. Возможно, вы смирились с чувством незащищённости. Обычно мы принимаем всё, что делает нас несчастными, убеждая себя, что такова жизнь и по-другому быть не может. Мы даже не пытаемся сопротивляться этому. Вы когда-нибудь задумывались о том, что ложь,

Вы когда-нибудь задумывались о том, что ложь, в которую вы поверили, негативно повлияла на вашу жизнь?

в которую вы поверили, негативно повлияла на вашу жизнь? Я никогда об этом не думала, пока не начала изучать Божье Слово. Я с удивлением обнаружила, что Бог хочет дать мне жизнь, которая будет гораздо лучше той, что у меня была.

Я выросла в атмосфере страха и не знала ничего другого. Страх был моим постоянным спутником. Он проявлялся по-разному, в том числе через чувство незащищённости и неуверенность. Кроме того, я боялась бедности и нужды, боялась, что подумают обо мне люди, боялась, что Бог злится на меня из-за моих ошибок и неудач, и так далее. У меня было много страхов, я их даже не осознавала, потому что они были со мной всю жизнь. Возможно, это относится и к вам.

Изучая Божье Слово, обращайтесь внимание на то, какую жизнь Бог хочет вам дать. Если вы до сих пор так не живёте, избавьтесь от ложных убеждений, которые навязал вам дьявол. Побеждайте их по очереди посредством Божьей истины. Иисус не раз говорил, что хочет, чтобы в нас пребывала Его совершенная радость (Ин. 15:11; 16:24; 17:13). Если вам недостаёт радости, значит, вы не живёте той замечательной жизнью, которую приготовил для вас Бог.

Бог не хочет, чтобы мы беспокоились. Беспокойство происходит из чувства незащищённости, из страха перед тем, что о тебе никто не позаботится, и коренится во лжи дьявола. Бог обещал позаботиться о нас, если мы будем доверять Ему.

Имейте нрав несребролюбивый, довольствуясь тем, что есть. Ибо Сам сказал: не оставлю тебя и не покину тебя, так что мы смело говорим: Господь мне помощник, и не убоюсь: что сделает мне человек?

Евреям 13:5–6

Бог верен, Он не лжёт, и Он всегда Тот же. Он обязательно исполнит обещанное, но мы должны доверять Ему, чтобы получить от Него ту замечательную жизнь, которую Он нам предназначил. Развитие близких и доверительных

отношений с Богом требует времени. Регулярно изучая Его Слово и общаясь с Ним, вы будете духовно возрастать.

Для того чтобы в нашей жизни что-то изменилось, мы должны познавать истину, а истина содержится в Божьем Слове. Его Слово и есть истина! Иисус сказал, что Он есть путь, истина и жизнь (Ин. 14:6). Чем больше нам открывается истина, тем больше мы способны принять от Бога. Мы уже не будем довольствоваться своей прежней жизнью.

Если у вас нет чувства защищённости, если вам не хватает уверенности, не нужно с этим мириться. Покоритесь Богу, противостаньте дьяволу, и он убежит от вас (Иак. 4:7). Если уже долго тебя что-то мучает и ты не знал, что можно освободиться от этого, то как же радостно осознавать, что Бог хочет для тебя совсем другого и что жизнь, которую Он запланировал для тебя, неизмеримо лучше той, что у тебя была! Но знание истины — это лишь первый шаг. Дальше нужно следовать этой истине.

Проявляйте веру

Если хотите избавиться от чувства незащищённости и от неуверенности, то ключ к этому — довериться Богу и следовать за Ним, смело берясь за то, что пугало вас прежде. Возможно, раньше вам не хватало уверенности для продвижения по службе. Перестаньте бояться и напишите заявление о переводе на более высокую должность, если считаете, что у вас есть необходимая квалификация. У вас может не получиться с первого раза, но не теряйте уверенности в том, что Бог приготовил для вас именно то, что вам нужно, и продолжайте пробовать. В конце концов появится самый подходящий для вас вариант.

Если вы одиноки, потому что не чувствуете себя достаточно уверенно, чтобы с кем-то подружиться, сделайте простой шаг — станьте дружелюбны. Не сидите и не ждите, когда вас куда-то пригласят, сами приглашайте других. Начинайте общение первым. Вполне возможно, некоторые из этих людей так же одиноки, как и вы. Чем чаще будете проявлять веру, тем сильнее она будет становиться. Вера — это уверенность в Боге. Вера — это «осуществление ожидаемого и уверенность в невидимом» (Евр. 11:1). Иными словами, если вы верите, что однажды что-то произойдёт, то сначала вера в это поселяется в вашем сердце, а затем становится реальностью в самое подходящее, с точки зрения Бога, время.

Чем чаще
будете
проявлять веру,
тем сильнее
она будет
становиться.

Просите Бога исполнить ваши желания и восполнить нужды. В Его Слове сказано: «Не имеете, потому что не просите» (Иак. 4:2). Бог способен сделать неизмеримо больше того, о чём мы просим или помышляем (Еф. 3:20). Чего бы вы ни попросили, для Бога это не будет слишком сложно. Если то, о чём вы просите, не принесёт вам пользы, Он может и не дать вам этого. Однако в нужный момент Он даст вам нечто гораздо лучшее.

Меня всегда воодушевляет приведённый ниже стих. Думаю, он ободрит и вас.

Поэтому говорю вам: о чём бы вы ни молились и чего бы ни просили, верьте, что уже получили это, — и будет вам.

Марка 11:24 (NIV)

Сначала мы верим, а потом получаем. В этом стихе не поясняется, сколько времени может пройти между просьбой

и ответом на неё. Обычно ответа приходится ждать, и период ожидания становится испытанием нашей веры. Однако в нужное время Бог ответит на нашу молитву, если то, о чём мы просили, не противоречит Его воле.

Вера обладает невероятной силой, и эта сила помогает нам победить страх. Сила веры приводится в активное состояние через молитву, провозглашение и действие. Вера приходит в активное состояние, когда мы просим Бога помочь нам, когда произносим Божье Слово вслух. Если мы хотим получить что-то от Бога, то наши слова не должны расходиться с Его словами. И третий способ привести веру в активное состояние — действовать.

Всякий раз, когда вы получаете ответ на свои молитвы, ваша уверенность укрепляется. То же самое происходит, когда вы делаете шаг веры и добиваетесь успеха. Чем больше у вас уверенности, тем сильнее ваше чувство безопасности. Видя, что Бог делает для вас, вы не только восхищаетесь этим, но и чувствуете защищённость. Мы верим в Божью безусловную любовь к нам, потому что Он неоднократно говорит о ней в Своём Слове. Кроме того, мы видим, как Божья любовь к нам проявляется в больших и маленьких делах.

Апостол Павел молился о том, чтобы ефесяне могли в полной мере постичь глубину Божьей любви (Еф. 3:17–19). Ожидайте и замечайте проявления Божьей любви. Не упустите ни единой мелочи, которую Он для вас делает. Бог часто действует через людей, поэтому когда кто-то делает для вас что-то хорошее, знайте, что это Бог показывает вам Свою любовь. А также почаще вспоминайте все случаи, когда Бог ответил на ваши молитвы.

Ожидайте
и замечайте
проявления
Божьей любви.

Сегодня утром Дэйв поранил спину и едва мог двигаться. Мы помолились, затем он принял противовоспалительный препарат и приложил лёд. Через пять часов его состояние намного улучшилось. Ему ещё трудно полностью выпрямиться, но всё же мы получили ответ на молитву!

Однажды я почувствовала сильную боль в глазу. Я помолилась, и через какое-то время мне в голову пришла мысль о том, что это связано с шеей, поскольку у меня болело ещё и ухо с той же стороны. Я положила под шею грелку, и вскоре глаз перестал болеть. Ещё один пример ответа на молитву.

Бог действительно чудесен, но, к сожалению, хотя Он много лет делал для нас нечто подобное, мы не воздавали Ему честь и хвалу за это. Сейчас я понимаю, что подобные случаи — это свидетельство того, что Бог участвует в моей повседневной жизни и показывает мне Свою любовь. Я прошу вас: замечайте Божью любовь, это укрепит вашу веру и даст вам уверенности и чувство безопасности.

С Богом вы в безопасности

Чувство безопасности — это состояние, при котором человек ощущает себя защищённым от угроз и опасностей. Мне очень не хватало этого в детстве. Я никогда не чувствовала себя защищённой. Однако Бог дал мне чувство защищённости, и теперь я ощущаю себя в безопасности, потому что верю в Его обещание о том, что Он всегда будет заботиться обо мне. Он обещает позаботиться и о вас.

Спокойно ложусь я и сплю, ибо Ты, Господи, един
даёшь мне жить в безопасности.

Псалом 4:9

Мне нравится этот стих. Когда я была ребёнком, я никогда не могла спокойно уснуть. Я опасалась, что отец может зайти в мою комнату в любой момент и засунуть свои руки туда, где им не место. Сейчас, когда я ложусь спать, я чувствую себя в полной безопасности.

В современном мире у нас много поводов для беспокойства и чувства незащищённости. Уровень насилия постоянно растёт. В новостях часто говорят о массовой стрельбе в магазинах, кинотеатрах и школах. Многие спрашивают: «Почему Бог не уберёт всех этих людей?» Могу признаться, что я не знаю ответа на этот вопрос, но я не хочу, чтобы всё плохое, происходящее в мире, мешало мне замечать хорошее. Если слушать только средства массовой информации и праздные разговоры, то покажется, будто нет никаких новостей, кроме негативных. В мире происходит много хорошего, но дьявол не хочет, чтобы мы видели и обсуждали это.

Я не хочу, чтобы всё плохое, происходящее в мире, мешало мне замечать хорошее.

Никто нам не гарантировал, что с нами никогда не случится ничего плохого, однако Бог дал обещание всегда быть рядом с нами, утешать и ободрять нас (Пс. 22:4; Ис. 41:10).

Бог велит нам в Своём Слове не огорчаться из-за злодеев, потому что они скоро будут скошены, как трава. Нужно уповать на Господа и делать добро (Пс. 36:1–3). Давайте фокусировать внимание на том, что говорит Бог, а не на том, что навязывает мир.

Как прекрасно чувствовать себя в безопасности и иметь уверенность! Это не означает, что мы не будем сталкиваться с проблемами, но мы сможем преодолевать их и находить безопасное укрытие в Господе. Бог обещает быть с нами в трудных ситуациях:

Не бойся, ибо Я искупил тебя, назвал тебя по имени твоему; ты Мой. 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 43:1–2

Период прохождения испытаний не назовёшь приятным, но обещание Бога помочь нам всё преодолеть вселяет надежду, уверенность и чувство безопасности. Это подарки нам от Бога, и мы не должны оставлять их запечатанными. Пришло время действовать, сделать шаг вперёд и показать дьяволу, как велик наш Бог!

ЧАСТЬ 3

Мысленные установки,
которые помогут освободиться
от страха

*Любовь — это универсальный ключ, открывающий
врата счастья и запирающий врата ненависти, зави-
сти, а главное, врата страха.*

Оливер Уэнделл Холмс-старший

Страх — это лжец

Было всего полвосьмого утра, а я уже чувствовала, как накатывает привычная волна тревоги и страха. Всякий раз, когда мой муж Эд отправлялся в поездку, по ночам меня охватывала паника. Я думала: «Почему вдруг это стало происходить? Он бывает в разъездах уже много лет, почему вдруг я стала бояться?» Я воспользовалась своим обычным методом: отогнала страх, приняла мелатонин и помолилась. Единственное, что могло меня хоть немного успокоить, — это запереть дверь в спальню.

После тревожной ночи я чувствовала стыд и досаду. Как я могу говорить другим о вере в любящего Бога и о силе молитвы, если боюсь каких-то выдуманных чудовищ? Я чувствовала себя не настоящей верующей, а притворщицей, которая не имеет никакого права рассуждать о жизни во Христе. Я не смогла набраться смелости и рассказать кому-нибудь о своём страхе, в том числе Эду.

Как только на горизонте замаячила очередная поездка мужа, я решила поговорить с психологом, к которому обращалась несколько лет назад. Она участливо меня выслушала и посоветовала попросить Бога исцелить меня от травм и обид, уходящих корнями в прошлое. Я рассказала ей о стыде и досаде, которые испытываю из-за своих ночных страхов. Она спросила меня: «Джоан, помнишь, ты рассказывала мне, что в детстве брат что-то говорил тебе перед сном?» Меня вдруг озарило: «Да! Он говорил: запри свою дверь покрепче, а то неизвестно, что может прийти мне ночью в голову».

Психолог объяснила мне, что в детстве я ничего не могла поделать со своим страхом. Но сейчас Эд стал для меня самым надёжным человеком, и, когда

его нет дома, ко мне возвращается прежняя модель поведения: беспомощность, стыд, непрекращающийся страх. Для меня запираение двери было привычным ответом на привычную ложь.

Через несколько месяцев я перестала запираеть дверь на ночь и даже оставляла её открытой нараспашку. Я победила ложь, внушавшую мне страх, истиной о том, что любящий Бог даровал мне победу. Мне нечего бояться, ведь я нахожу покой в Его любви.

— Джоан

Вы можете любить, не испытывая страха

Свобода от страха полюбить кого-то

В любви нет страха [в любви его не существует], но совершенная (полная, зрелая) любовь прогоняет страх и не оставляет следа от ужаса.

1 Иоанна 4:18 (АМРС)

Многие люди боятся любить из-за страха, что им причинят боль. Любовь подразумевает ранимость и уязвимость, и это пугает тех, кто уже любил прежде и столкнулся с болью, предательством или жестокостью со стороны человека, заявлявшего о своей любви. Отец постоянно говорил о том, как сильно любит меня, но эта любовь позволяла ему подвергать меня сексуальному насилию. Мать тоже говорила, что любит меня, но отказалась помочь мне. Мой первый муж утверждал, что любит меня, но изменял мне. Когда я встретила Дэйва, я не понимала, что такое любовь. Я не умела любить и принимать любовь.

Только после того как я научилась принимать Божью любовь и доверять Богу, я наконец начала верить людям, которые говорили, что любят меня. Я не буду убеждать вас в том,

что любящие вас люди никогда не причинят вам боль. Это может случиться, и не раз. Увы, люди часто обижают и подводят друг друга, но Божья благодать даёт нам силы прощать и продолжать развивать отношения. Я очень люблю Дэйва, но порой он может расстроить или разочаровать меня. Когда такое случается, я иду к Богу и получаю от Него утешение и исцеление. Я знаю, что Дэйв любит меня и что он причиняет мне боль ненамеренно.

Многие наши обиды проистекают из неоправдавшихся ожиданий. Мы ждём от человека, что он сделает для нас то-то, но он ведь может даже не догадываться об этом. Мы часто обижаемся на кого-то и говорим: «Я *ожидала* от тебя большего!» Или: «Я *не ожидал* от тебя такого!» Или: «Я *ожидала*, что ты это сделаешь». В Божьем Слове сказано, что любовь верит в лучшее (1 Кор. 13:4–7). Помните об этом, и вы избежите себя от ненужных страданий.

Многие наши обиды проистекают из неоправдавшихся ожиданий.

Когда мы перестанем позволять страхам влиять на наши решения и поступки, мы сможем любить бесстрашно. Даже опасаясь и боясь, мы способны сделать шаг веры. Я часто говорю: «Смело иди вперёд и выясни, что тебя ждёт».

Не отстраняйтесь от людей, не становитесь отшельником, думая, что это единственный способ быть в безопасности. Обособленность приведёт к одиночеству и не даст вам прожить насыщенную, интересную жизнь. Мы нуждаемся друг в друге. И хотя мы все разные, мы дополняем друг друга в этой жизни.

В Библии сказано, что совершенная Божья любовь изгоняет страх (1 Ин. 4:18). Принимая Божью любовь, мы обретаем мужество любить других. Миллионы людей отчаянно

нуждаются в любви. Мы можем попросить Бога: «Пожалуйста, Господь, действуй меня». Пусть Божья любовь наполнит вас и изливается на окружающих. Исцелившая нас Божья любовь может исцелить через нас и других людей.

Без любви нет жизни

Мы знаем, что мы перешли из смерти в жизнь, потому что любим братьев; не любящий брата пребывает в смерти.

1 Иоанна 3:14

Братьями в этом стихе названы те, кто принадлежит к Божьей семье благодаря своей вере в Бога. Это очень важный библейский стих, на котором следует заострить внимание. Задумайтесь над ним. Если мы не любим, мы находимся в плену у смерти. Это не значит, что мы мертвы. Это значит, что у нас нет подлинной жизни, нет радости и мира в сердце. Мы похожи на ходячих мертвецов. Мы просто существуем, и наше существование бессмысленно. Мы созданы для любви, поэтому никогда не сможем быть по-настоящему счастливы без неё. Дик Ван Дайк, знаменитый американский актёр, которому уже далеко за девяносто, сказал, что независимо от возраста, «нам всем нужно иметь какое-то занятие, кого-то любить и на что-то надеяться». Я бы добавила, что нам всем также нужен Бог, но в целом я согласна со словами Ван Дайка.

В Первом послании Иоанна есть прекрасные стихи о любви. Например: «Бога никто никогда не видел. Если мы любим друг друга, то Бог в нас пребывает, и любовь Его совершенна есть в нас» (1 Ин. 4:12). «Пребывать» означает

Любовь приходит от Бога, принимается нами, проходит через нас и возвращается к Богу, а также изливается на людей.

жить, находиться, оставаться. Бог есть любовь, поэтому, когда мы проявляем любовь к людям, это говорит о присутствии Бога. Его любовь достигает в нас совершенства. Это означает, что любовь проходит полный цикл. Любовь приходит от Бога, принимается нами, проходит через нас и возвращается к Богу, а также изливается

на людей. «Будем любить Его, потому что Он прежде возлюбил нас» (1 Ин. 4:19).

Каковы бы ни были цели нашего пребывания на земле, наша главная цель — дать Божьей любви течь через нас. «А заповедь Его та, чтобы мы веровали во имя Сына Его Иисуса Христа и любили друг друга, как Он заповедал нам» (1 Ин. 3:23). Если нам хочется знать, чего Бог ждёт от нас, то данный стих суммирует все Его ожидания. Вы можете спросить: «А как насчёт послушания Богу? Разве это не самое важное?» Дело в том, что если мы любим Бога и людей, то послушание будет нашим естественным побуждением. Возможно, нам следует больше сосредоточиться на том, что мы должны делать (любить Бога и людей), чем на том, чего мы делать не должны (грешить). На чём мы фокусируемся, то мы и делаем. Павел посоветовал галатам поступать по духу, и тогда они не будут исполнять вожелений плоти (Гал. 5:16), а не наоборот: «Не исполняйте вожелений плоти, и тогда вы сможете поступать по духу».

Сфокусируйтесь на Боге и Его сильной любви к вам. Сфокусируйтесь на любви к Нему и людям, и многие ваши проблемы просто исчезнут. Слишком часто мы фокусируемся на том, что другие (включая Бога) могут и должны делать

для нас, но нужно больше думать о том, что мы можем сделать для Бога и людей. Иногда мы ставим на первое место менее важное, а важное отодвигаем подальше. Нам не помещает всё поставить на свои места.

Когда молитесь, не начинайте с зачитывания списка того, что хотите получить от Бога. Лучше поблагодарите Его за то, что Он уже сделал для вас, а затем спросите, что вы могли бы сделать для Него и для людей. Подумайте, кого бы вы могли чем-то порадовать, и сделайте это. Чем меньше вы будете заикливаться на себе, тем счастливее станете.

Христианская жизнь должна быть подобна быстрой реке, а не затхлому болоту. Всякое благо, которое даёт нам Бог, должно изливаться через нас на других людей. Для Бога очень важно, чтобы мы имели любовь друг к другу, потому что благодаря этому мир сможет познать Его (Ин. 13:35). Писание призывает любить не только своих братьев (братьев и сестёр по вере, христиан), но и всех людей, даже тех, кого любить совсем не просто. Любовь — это не чувство, которого нужно дожидаться; это отношение к людям. Возможно, нам не очень хочется помогать в беде человеку, который причинил нам боль, но Бог проявил бы к нему любовь, а Он хочет, чтобы мы были Его представителями на земле.

Требование любви

Любовь к людям возможна лишь в том случае, если мы откажемся от эгоизма, не будем заботиться только о собственных интересах и стремиться всегда получить желаемое. Что касается меня, я привыкла добиваться того, что хочу. И если я не буду осторожна, то на пути к цели могу проигнорировать чувства и желания других людей. По своей природе

я далеко не альтруист, и я не люблю жертвовать своими интересами, такова моя натура, но я научилась отказываться от эгоизма и ставить интересы других людей выше своих. Когда мне в голову приходит мысль: «А как же я?», я прогоняю её с помощью одного очень полезного отрывка из Послания к Филиппийцам:

Не делайте ничего из эгоистичных побуждений или из тщеславия. Будьте смиренными и считайте других выше себя, заботясь не только о своих интересах, но и об интересах других.

Филиппийцам 2:3–4 (NIV)

Хочу пояснить: речь не о том, что нужно считать других людей лучше себя, а о том, что они так же важны для Бога, как и мы, а потому следует относиться к ним соответствующим образом. Не нужно думать, что мы лучше всех остальных. Апостол Павел говорит об этом так: «Не думайте о себе более, нежели должно думать» (Рим. 12:3).

«Не думайте о себе более, нежели должно думать» (Рим. 12:3).

Этот стих также не означает, что мы вообще не должны думать о собственных желаниях и интересах, а должны делать только то, что хотят от нас другие. Человек с подобным подходом может легко стать объектом манипуляций. Наша цель — следовать водительству Святого Духа и каждый день просить Бога помочь нам не быть эгоистичными и охотно приходить на помощь людям.

При желании можно легко заметить, кому и как помочь. Не стоит слишком долго размышлять об этом или спрашивать у Бога, хочет ли Он, чтобы мы так поступили. Напри-

мер, если вы находитесь в магазине и за вами в очереди стоит пожилой человек, у которого всего два товара, а ваша тележка заполнена доверху, пропустите его вперёд без особых раздумий. Я уверена, Иисус поступил бы именно так. Если видите женщину на последних месяцах беременности, которая идёт к своей машине, толкая впереди себя тележку и держа за руку малыша, тут же предложите ей помощь, доведите тележку до машины и переложите пакеты с продуктами в багажник. Если впереди идущая вас женщина роняет сумочку и оттуда высыпается всё содержимое и катится в разные стороны, человеческая доброта должна подсказать вам помочь ей собрать рассыпавшиеся предметы. Подобные поступки называют спонтанными проявлениями доброты. Это поступки, которые мы совершаем просто потому, что это правильно.

Чтобы перестать слишком много думать о себе и своих желаниях, нужно перевести фокус внимания на других людей. Если всегда и везде мы будем искать возможность что-то отдать, послужить, помочь, это нанесёт смертельный удар по нашим плотским, эгоистичным привычкам, по нашей заикленности на себе и оживит наш дух.

Иногда Бог помещает нас в сложные обстоятельства, чтобы испытать. Например, Он делает это, когда мы спешим. Нам приходится решать, что для нас важнее: успеть сделать всё намеченное или проявить доброту к человеку, который нуждается в этом.

Один из самых главных наших страхов — страх не получить желаемого. Поэтому мы стремимся держать под контролем обстоятельства, людей, а порой и Бога. Нужно больше думать о том, что дать другим, а не о том, что получить от них. Это поможет нам стать счастливыми людьми, которые

Один из самых главных наших страхов — страх не получить желаемого.

вызывают улыбку на лице Бога. Если бы все люди стали проявлять доброту, пусть даже в мелочах, мир бы изменился.

Некоторым людям трудно
помочь

Некоторым людям очень трудно помочь. Они нуждаются в помощи, но боятся принять её, не желая оказаться у кого-то в долгу. Отказ в ответ на искреннее желание помочь приводит в замешательство. Это всё равно что получить пощёчину. Появляется такое чувство, будто тебя отвергли.

Помню, однажды в «Старбаксе» мне захотелось заплатить за стакан кофе, который покупала женщина, стоявшая передо мной в очереди. Она испуганно посмотрела на меня и наотрез отказалась от моего предложения. Думаю, из-за того что в современном обществе спонтанные проявления насилия стали нормой, она испугалась, потому что не знала моих истинных мотивов. Я сочувствую людям, которые не умеют принимать помощь или подарки. После того случая я заметила, что, когда у меня возникает желание сделать что-то подобное, я чувствую страх. Поэтому я действовала вопреки страху. Не нужно переставать делать что-то хорошее из-за того, что некоторые люди не умеют принимать добро. Давайте будем побеждать спонтанные акты насилия спонтанными проявлениями доброты.

Разрушайте стены

Когда кто-то причиняет мне боль, первое моё побуждение — воздвигнуть невидимую стену между собой и этим

человеком. Я думаю: «Я больше не дам тебе возможность обидеть меня. Я вычеркну тебя из своей жизни, и ты больше не навредишь мне». Но Бог хочет, чтобы мы давали людям второй шанс, ведь Он Сам даёт нам второй, третий, четвёртый шанс. Иисус заплатил за нашу свободу ценой Своих страданий, и, если мы хотим познать великую тайну, что значит любить и быть любимым, нужно быть готовым к страданиям. Бог станет нашей защитной стеной, если мы перестанем возводить собственные стены и будем всецело доверять Ему. Думаю, невозможно избежать боли, когда любишь кого-то, но Иисус — наш Целитель; Он живёт в нас, врачует наши раны и исцеляет разбитые сердца (Пс. 146:3).

Бесстрашная любовь побеждает нашего противника, сатану, который старается сейчас изо всех сил посеять среди людей такую вражду и ненависть, какую мы никогда ещё не видели. Надо давать ему отпор. Зло можно победить только добром (Рим. 12:21). Жизнь в любви — это форма духовного сражения. Жизнь в любви принесёт нам подлинное счастье, ведь Сам Иисус сказал: «Блаженнее давать, нежели принимать» (Деян. 20:35).

Страх быть отвергнутым проистекает из желания получить одобрение других людей. Не основывайте свою самооценку на их мнении.

Харви Маккей

Страх, которого я не предвидел

В юности вся моя жизнь вращалась вокруг спорта. Как только один спортивный сезон подходил к концу, тут же начинался следующий. В школе я смотрел, как старшеклассники играют в футбол, матчи обычно проводились в пятницу вечером, и я думал: «Когда-нибудь я стану одним из них!»

Спортивные достижения были единственным связующим звеном между мной и отцом. Он никак не выражал любовь ко мне. Он гордился мной только тогда, когда я добивался успехов в учёбе или спорте. Но учёба не была моей сильной стороной, поэтому спорт был единственной возможностью заслужить его одобрение.

Когда я перешёл в девятый класс, я собирался стать членом футбольной или баскетбольной команды школы и верил, что у меня всё получится. За несколько дней до отбора у меня заболело колено, и я пошёл к врачу. Врач посмотрел на меня сквозь очки и произнёс три слова, которые привели бы в ужас любого спортсмена: «Тебе нужна операция». Меня сильно расстроил этот вердикт, но я напомнил себе, что мне ещё четыре года учиться в школе. Я не откажусь от мечты всей своей жизни, а просто немного подожду.

Но когда я перешёл в одиннадцатый класс, у меня заболело и другое колено. Опять то же самое: серьёзная операция, запрет заниматься спортом, попытка сохранить позитивный настрой. И тогда мной стал овладевать страх: смогу ли я когда-нибудь реализовать свою мечту, ради которой так много трудился? Будут ли у меня друзья, если я не смогу заниматься спортом? Что подумает папа? Будет ли он гордиться мной? Будет ли любить меня?

Хотел бы я сказать, что тогда я в последний раз испытал страх или что это была моя последняя операция, но это не так. Мне пришлось много раз преодолевать страх оказаться ненужным и страх неизвестности (ведь я лишился того, что любил), но одновременно с этим мне нужно было обрести чувство безопасности и понимание того, что смысл моей жизни во Христе, а не в моих талантах и способностях.

— Дэйвис

Примите себя

Свобода от страха быть отвергнутым

Слушающий вас Меня слушает, и отвергающий вас Меня отвергается; а отвергающий Меня отвергается Пославшего Меня.

Луки 10:16

Я бы хотела рассмотреть в этой книге как можно больше конкретных страхов, но понимаю, что вряд ли это возможно, поэтому выбрала те страхи, с которыми, на мой взгляд, сталкивается большинство людей. Есть множество фобий, которые варьируются от распространённых до крайне необычных. Кто-то боится высоты, кого-то пугают бабочки или плохая погода. Но источник у всех страхов один — дьявол. Надо давать отпор страху сразу, как только он появляется. Чем дольше мы миримся с ним, тем больше он укореняется в нас и тем сложнее от него избавиться.

Мой личный опыт

Отвержение пустило глубокие корни в моей душе, потому что много лет меня никто не любил. Бог сотворил нас для

Бог сотворил нас для принятия и любви, а не для издевательств и отвержения.

принятия и любви, а не для издевательств и отвержения. Сталкиваясь с отвержением, будьте уверены, что Иисус знает, как вам тяжело, ведь Его тоже отвергли некоторые члены Его семьи, ученики и религиозные вожди того времени. Сатана хотел, чтобы боль отвержения помешала Иисусу завершить то, ради чего Отец послал Его на землю.

Он был презрен и умалён пред людьми, муж скорбей и изведавший болезни, и мы отвращали от Него лицо своё; Он был презираем, и мы ни во что ставили Его.

Исаия 53:3

Думаю, ни одного из нас никогда не отвергали и не отвергнут так, как отвергали Иисуса, но отвержение не изменило Его. Он знал, что Он Божий Сын, знал, для чего пришёл на землю, и устремлял взор на Отца, а не беспокоился о том, как к Нему относятся. Нам нужно брать с Него пример.

Под укоренившимся отвержением я имею в виду, что человека столько раз отвергали, что страх перед отвержением влияет на всё, что он делает. Люди, испытывавшие отвержение, несчастны. Они убеждают себя в том, что все их отвергают, что их не любят, что они никому не нравятся, хотя на самом деле это не так. Мэрилин Монро однажды сказала: «Иногда мне кажется, что вся моя жизнь — сплошное отвержение». Странное заявление для популярной кинозвезды. Как она могла чувствовать себя отвергнутой, если столько людей восхищались ею, хотели с ней познакомиться, сфотографироваться или получить автограф?

У Мэрилин было трудное детство. Мать страдала от психического заболевания, отца не было. Девочка жила то в сиротских приютах, то у очередных опекунов. Став взрослой, она так и не избавилась от боли отвержения, которую испытала в те годы своей жизни. Говорят, Мэрилин Монро была глубоко несчастным человеком. У неё постоянно были романы с мужчинами, многие из которых были женаты. Умерла она в возрасте тридцати шести лет от передозировки барбитуратов.

Интересно, что самыми популярными фильмами, в которых снималась Монро, были комедии. Я слышала истории об известных комиках, которые были веселы во время выступлений, но в повседневной жизни были несчастны и страдали от депрессии. Они играли роль для публики, заставляя их радоваться и смеяться, но в жизни были совсем не радостными.

Одной из таких знаменитостей, которые веселили людей на сцене, а вне сцены были совсем не жизнерадостны, была Люсиль Болл. По слухам, в реальной жизни она была очень грубой и неприятной актрисой, и никому не нравилось иметь с ней дело. У неё был тяжёлый характер, она была противоречивой личностью и страдала от неуверенности в себе, а это явный признак укоренившегося отвержения.

Я знаю людей, которые постоянно шутят. Они комментируют всё происходящее вокруг, считая свои комментарии смешными, но зачастую они заходят слишком далеко и раздражают окружающих. Люди играют роль шутников, потому что глубоко внутри очень не уверены в себе и боятся, что окружающие отвергнут их, если поймут, какие они на самом деле. Я также знаю и по-настоящему весёлых людей. Юмор — свойство их характера, а не маска, за которой они скрывают свои проблемы.

Я тоже страдала от укоренившегося отвержения. Меня отвергали не только члены семьи. Отвержение сопровождало меня на жизненном пути. Думаю, одна из причин, по которым меня отвергали, заключается в том, что у меня был сложный характер из-за травм, нанесённых в детстве. Я была не очень приятным в общении человеком. Когда я познакомилась с Дэйвом, он принял меня такой, какой я была, а до этого я не знала, что такое истинное принятие.

Бог никогда не отвергнет вас

В Иоанна 6:37 Иисус сказал, что всякого приходящего к Нему Он не изгонит и не отвергнет. Мы можем опереться на этот библейский стих и с его помощью избавиться от страха, что Бог может по какой-либо причине отвергнуть нас. Бог любит нас безусловной любовью, но нам нелегко осознать эту истину. Чаще всего мы не получаем что-то просто так — мы должны соблюсти определённые условия. Но в отношениях с Богом всё иначе. Бог есть любовь, и Его любовь к нам не зависит от нашего поведения.

Иисус сказал, что всякого приходящего к Нему Он не изгонит и не отвергнет.

Одна из самых важных истин, которые нам нужно усвоить, — это то, как сильно Бог любит нас и какими Он нас видит. Уверившись в Его любви, мы не допустим, чтобы боль отвержения и страх перед людьми диктовали нам, как поступить.

В своей книге «Размышления об оборванцах» Бреннан Мэннинг рассказывает историю о том, как священник приехал в Ирландию в гости к своим родственникам. Полюбовавшись закатом над озером Килларни, священник посмотрел на своего дядюшку и заметил широкую

улыбку на его лице. «Дядя Шимус, вы выглядите очень счастливым», — сказал он ему. Тот ответил: «Так и есть». — «Почему?» — поинтересовался священник. «Потому что я очень нравлюсь Отцу Иисуса», — ответил дядя.

Может показаться, что слова этого человека исполнены гордыни. «Кем он себя возомнил?» — подумает кто-то. Однако апостол Иоанн не раз называл себя любимым учеником Иисуса (Ин. 19:26; 20:2; 21:7, 20). Он был так уверен в Божьей любви, что отождествлял себя с ней. Он не называл себя просто учеником, апостолом или евангелистом. Он называл себя учеником, которого любил Иисус. Все мы можем говорить о себе то же самое и будем правы! Мы можем сказать: «Я нравлюсь Богу», «Бог хранит меня, как зеницу ока» (Пс. 16:8), «Я любимчик Бога», и всё это будет правдой. Для Бога мы вовсе не безлика толпа. В каждом из нас Он видит уникальную личность, и к каждому из нас у Него индивидуальный подход.

Чем больше мы размышляем о любви Бога к нам и Его прекрасных словах о нас, которые мы находим в Писании, тем больше растёт наша уверенность, и мы перестаём бояться отвержения или неодобрения окружающих.

Бог говорит, что сотворил нас, а дьявол пытается убедить нас в том, что мы случайность или ошибка. Бог собственной рукой соткал каждого из нас во чреве матери по Своему образу (Пс. 138:13; Быт. 1:26–27). Сама мысль об этом восторгает меня! Бог дорожит каждым из нас, все мы драгоценны в Его глазах. Завершив процесс творения мира, а также Адама и Евы, Бог сказал: «Хорошо весьма» (Быт. 1:31). Для Бога мы хорошие. Мы не всегда совершаем хорошие поступки, но как Его творение мы очень хорошие.

В Библии говорится, что мы не должны думать о себе больше, чем следует (Рим. 12:3). Но не нужно и уничижать

себя. Не надо впадать в крайности. Сами по себе, без Христа, мы ничто, но в Нём мы все прекрасные личности с дарованными Богом способностями и талантами. Все люди отличаются друг от друга. У всех нас уникальные гены и неповторимые отпечатки пальцев. Я читала, что невозможно отыскать двух человек с абсолютно идентичным узором радужной оболочки глаза.

Славлю Тебя за то, что я так поразительно, так превосходно сотворён; чудесны дела Твои, и душа моя вполне сознаёт это.

Псалом 138:14 (NKJV)

Давиду было хорошо известно, как поразительно и превосходно он сотворён. Он знал, что он не какое-то бесполезное и ничтожное существо. Он признавал себя Божьим творением, и это внушало ему такое благоговение, что он не мог подобрать слова. Глядя на то, что говорили о себе патриархи, ученики и апостолы, могу точно сказать, что большинство из нас далеки от понимания того, насколько мы чудесны в Божьих глазах.

Самооценка многих людей в немалой степени основана на мнении о них других людей. Хороший ли я? Нравлюсь ли я людям? Кто-нибудь меня любит? Оправдываю ли я ожидания семьи и друзей? Мы жаждем увидеть одобряющий кивок или услышать несколько добрых слов, чтобы убедиться в том, что нас принимают. Очень печально, что мы постоянно ищем одобрения окружающих, ведь у нас уже есть одобрение Бога.

В книге жизни, то есть в Божьем Слове, имя Петра — человека, который трижды отрёкся от Иисуса и отрицал, что

знаком с Ним, — упоминается рядом с именем Иоанна, называвшего себя учеником, которого любил Иисус (Мф. 26:69–75; Ин. 20:2). Имя Марии Магдалины, женщины, из которой изгнали семь бесов, упомянуто рядом с именем другой Марии, матери Иисуса, которую ещё называют Пресвятой Девой Марией (Лк. 1:26–35, 48; 8:2). Наши с вами имена записаны рядом с именами тех, кто был распят, сожжён у столба или растерзан львами за отказ отречься от веры.

Сеансы позитивного мышления

Хочу дать совет, который может вам показаться странным, но, если вы последуете ему, это принесёт вам ощутимую пользу. Знаете ли вы, что у вас есть способность думать выборочно, а не прокручивать все мысли, которые приходят вам в голову?

Апостол Павел призывает ниспровергать любые замыслы, мудрствования, теории, доводы и высокомерные заявления, которые не согласуются с Божьим Словом (2 Кор. 10:5). Это указывает на то, что мы способны избавляться от ненужных мыслей и выбирать нужные.

Советую вам каждый день устраивать себе пятиминутные сеансы размышлений, во время которых думайте о себе так, как думает о вас Бог. Размышляйте над нижеприведёнными утверждениями, основанными на Писании, и проговаривайте их вслух:

Советую вам каждый день устраивать себе пятиминутные сеансы размышлений, во время которых думайте о себе так, как думает о вас Бог.

- Я зеница Божьего ока (Пс. 16:8).
- Я поразительно и превосходно сотворён (Пс. 138:14).

- Бог торжествует обо мне с ликованием (Соф. 3:17).
- Я дорог и драгоценен в глазах Бога (Ис. 43:4).
- Мне дан ум Христов (1 Кор. 2:16).

Начните с предложенных утверждений, затем добавьте новые. Вот вам домашнее задание: найдите библейские стихи, в которых говорится о том, как вы чудесны. Читайте их, размышляйте над ними, проговаривайте эти истины вслух. Это изменит ваше самовосприятие и поможет смотреть на окружающих людей под другим углом.

Многие слишком часто думают о негативных словах, которые говорили им люди на протяжении жизни. Помню, мой отец постоянно твердил: «Ты никогда ничего не добьёшься». В детстве, когда я совершала ошибки, мне говорили, что я ничего не делаю как надо. В подростковом возрасте у меня был лишний вес, и меня никто не приглашал на свидания и танцы. Но даже если бы такой парень и нашёлся, отец всё равно не позволил бы мне пойти. Всё это заставляло меня чувствовать себя никчёмной и незащищённой. Когда я стала старше, друзья говорили мне, что с моим характером лучше не заниматься служением.

Я так привыкла к отвержению, что постоянно ждала, кто следующий меня отвергнет. Я была уверена, что со мной что-то не так. Если даже мой собственный отец хотел секса со мной, значит, проблема была во мне, ведь отцы других девочек так себя не вели. По крайней мере так мне казалось в детстве. Я думала, что я единственная девочка в мире, с которой происходит подобное. Уже потом я узнала, что таких случаев, к сожалению, слишком много, а поднимать эту тему стыдятся и боятся.

На протяжении многих лет у меня в голове звучала одна и та же пластинка: «Что со мной не так?» Не могу описать,

что я почувствовала, узнав, что Иисус забрал мои грехи и взамен дал мне Свою праведность, то есть правильное положение перед Богом (2 Кор. 5:21)! Мне больше не нужно было пытаться понять, что со мной не так. И вам тоже не нужно этого делать. Если вы не всегда поступаете правильно, часто ошибаетесь, не похожи на других, это не значит, что с вами что-то не так. Вы имеете большую ценность для Бога, вы созданы Им, и у Него прекрасные замыслы насчёт вас. Поэтому стряхните с себя все сказанные вам негативные слова и стремитесь стать лучше.

А вы верите?

Темой урока была теория эволюции. Учитель спросил ученика по имени Томми, видит ли он траву на школьном дворе.

— Да, вижу.

— Выйди на улицу, посмотри наверх и скажи нам, видел ли ты небо, — сказал учитель.

Томми вышел, посмотрел, вернулся и сказал:

— Да, видел небо.

Учитель спросил:

— А Бога видел?

— Нет, Бога не видел.

Учитель сказал:

— Это я и хочу вам объяснить. Мы не можем видеть Бога, потому что Его не существует.

На уроке присутствовала одна шестилетняя девочка. Она попросила разрешения у учителя задать Томми несколько вопросов. Учитель разрешил, и девочка спросила:

— Томми, видишь дерево во дворе?

— Да, вижу.

— А траву видишь?

— Да, вижу.

— А небо видишь?

— Да, вижу.

— А учителя видишь?

— Да, вижу.

Мальчику уже надоели её вопросы, но девочка не унималась:

— А мозг учителя видишь?

— Нет, не вижу.

— Значит, у него нет мозга. Его не существует.

А вы верите тому, что говорит Бог, хотя не видите этого? Согласно 2-му Коринфянам 5:7, «мы ходим верою, а не видением». Вера считает фактом то, чего ещё не видит, но что обязательно произойдёт в нужное время. Возможно, в нас ещё не проявились все замечательные качества, о которых сказано в Божьем Слове, но, если мы будем пребывать в нём, они проявятся. Мы преобразимся в образ Христа (2 Кор. 3:18; Рим. 8:29). Верующие должны сначала поверить, прежде чем увидеть, а неверующие хотят сначала увидеть, прежде чем поверить. Мы, Божьи дети, способны многое видеть духовными глазами, и увиденное духовными глазами более реально для нас, чем то, что мы видим физическим зрением.

Всем своим существом я верю, что Иисус умер за мои грехи и воскрес из мёртвых. Я не была свидетелем того, как это произошло, но я знаю без тени сомнения, что это истина. По этой причине я посвятила свою жизнь тому, чтобы делиться этой истиной с другими. Я не видела Бога, но я постоянно вижу плоды своей веры в Него и служения Ему. И я точно знаю: до Иисуса моя жизнь была полностью разрушена, а сейчас она прекрасна!

С учётом всего сказанного в этой главе мы видим, что у нас нет причин бояться быть отвергнутыми, потому что Бог любит нас и Он на нашей стороне. Смотрите на себя глазами Бога. Пусть Его мнение о вас значит для вас гораздо больше, чем мнение всех остальных.

Кто близок к Богу, тот не будет бояться людей.

Леонард Равенхилл

Как я перестала беспокоиться о том, что обо мне думают

Дегустация тортов, список гостей, расходы, примерки — вся эта подготовка к свадьбе сводит с ума! На протяжении всей помолвки я упускала из виду самое главное — мой предстоящий брак. Мы с моим женихом были молоды и влюблены. Мне казалось, что раз он ходит в церковь, он будет прекрасным мужем. А до этого у меня была череда неудачных отношений. Практически каждый мужчина в моей жизни обращался со мной плохо, поэтому, когда я стала христианкой и начала встречаться с парнем из церкви, я была уверена, что он лучший мужчина на свете.

Моя семья и наставники из церкви предупреждали меня, что ни к чему хорошему наши отношения не приведут. Он был из тех, кто заботится в первую очередь о себе. Это не делало его ужасным человеком, но такой подход не годится для брака.

В глубине души я понимала, что не должна выходить за него, но я была напугана. Я боялась остаться одна. Боялась потерять любимого человека. Боялась, что выброшу на ветер кучу денег. Боялась поставить себя в неловкое положение. Как я объясню приглашённым друзьям, что всё отменяется? Эта мысль угнетала меня.

Но потом я вспомнила о том, насколько я драгоценна во Христе. В книге Иеремии 29:11 Бог обещает дать нам «будущность и надежду». Он хочет, чтобы я была счастливой, но, если я выйду замуж за человека, который думает только о себе, я не буду счастливой.

И я решила действовать вопреки страху.

Я написала своему жениху длинное письмо, вернула кольцо и тем самым сделала гигантский прыжок

веры, доверившись Богу. Я была разбита, но не переставала уповать на Бога. И — о чудо! Он пришёл на помощь. Мои невероятные друзья поддерживали меня и напомнили, что я не одна. Вместо подготовки к свадьбе, отнимавшей у меня много времени, я стала заниматься делами церкви и общины, и у меня впервые появилось ощущение нужности. Произошло ещё нечто удивительное — мой бывший жених сделал то же самое! Он полностью изменил свою жизнь и посвятил себя служению другим, а не заботе о своих интересах.

Проведя целый год порознь, мы снова начали встречаться, и ещё через год я наконец вышла замуж за мужчину моей мечты. Он сделал меня счастливой, как Бог того и хотел для меня. Сейчас мы оба служим в церкви молодёжными пасторами и помогаем другим преодолевать страхи и прийти к такой жизни, о которой сказано в книге Иеремии 29:11. Всё это благодаря тому, что я решила действовать, преодолевая страх.

— Джули

Вы можете быть самим собой

**Свобода от страха перед тем, что
подумают, скажут или сделают
окружающие**

*Боязнь пред людьми ставит сеть; а надеющийся на
Господа будет безопасен.*

Притчи 29:25

Изначально я планировала поговорить в одной главе и о страхе быть отвергнутым, и о страхе перед тем, что думают, говорят и делают окружающие, ведь эти два страха очень похожи. Но потом решила, что страх перед мнением, словами и поступками других людей является настолько серьёзной проблемой, что заслуживает отдельной главы. Подозреваю, что люди сталкиваются с этим страхом гораздо чаще, чем с остальными. Нет ничего плохого в стремлении нравиться людям, это плохо в том случае, если из-за этого мы позволяем им манипулировать нами. Этот страх может появиться у любого, но особенно ему подвержены люди, которые имеют душевные травмы и которые подверглись жестокому обращению.

Если мы боимся, что подумают, скажут или сделают окружающие, то, дабы понравиться им, мы пытаемся всячески

угодить им и делаем всё, что они хотят от нас. Когда-то у меня был начальник-деспот. Я боялась разозлить его, поэтому старалась никогда не перечить ему и вести себя так, будто он во всём прав.

Мой отец был злым и раздражительным, он держал в страхе меня и мою мать. Мы жили в постоянном напряжении, боясь его разозлить, потому что не хотели, чтобы он вышел из себя. Поэтому я всегда боялась разозлить кого-нибудь, и окружающим было легко мной манипулировать.

У меня была вспыльчивая подруга, и я всегда старалась выполнять то, что она мне говорила, даже если мне совсем не хотелось. Корнем моего стремления всем угождать был страх кого-нибудь разозлить. Я боялась, что люди могут сказать мне или обо мне, сделать мне или подумать обо мне; так же сильно я боялась вспышек гнева. Я до сих пор чувствую себя неуютно рядом с человеком, которого легко разозлить, но я не поддаюсь этому страху.

Порой мы идём у людей на поводу, потому что у них есть то, что нам нужно, и мы не получим этого, если будем им перечить. Мы боимся спорить или быть честными с теми, от кого в той или иной мере зависит наше будущее. Например, сотрудник из-за страха потерять работу мирится с тем, что начальник плохо с ним обращается или чрезмерно нагружает работой. Желая быть принятыми сверстниками, подросток может совершать плохие поступки, хотя понимает, что так поступать нельзя. Если мы доверимся Богу, Он будет определять наше будущее, и тогда никто не сможет лишить нас уготованного Богом будущего.

Подумайте: возможно, вы тоже идёте у кого-то на поводу из-за страха, что этот человек о вас подумает, скажет или сделает. Если да, решите положить этому конец. Не стоит

мириться с этим, ведь страх — это ловушка, в которой вы не будете счастливы. Вспомните приведённый в начале главы стих: «Боязнь пред людьми ставит сеть; а надеющийся на Господа будет безопасен» (Прит. 29:25).

Не упустите то лучшее,
что приготовил вам Бог

У Бога есть замысел насчёт каждого из нас, причём замечательный замысел. Его замысел — лучшее, что может быть. Однако, если мы стремимся угождать людям, а не Богу, мы упустим то, что Он приготовил нам, и будем довольствоваться тем, что предлагают люди.

У Бога есть предназначение для каждого из нас, особая миссия в Его Царстве. Но чтобы исполнить своё предназначение, мы должны прекратить стремиться к популярности и одобрению со стороны окружающих и сосредоточиться на выполнении данного Богом призвания. Нам хочется, чтобы нас любили, принимали, хвалили, чтобы нами восхищались, но нельзя допустить, чтобы это желание привело нас к непослушанию Богу.

Павел был одним из величайших апостолов. Он написал приблизительно две трети Нового Завета. Он сказал, что не стал бы апостолом и не познал бы радости служения Господу, если бы стремился к популярности (Гал. 1:10).

Не побоюсь сказать, что миллионы людей упустили своё истинное предназначение из-за страха перед тем, что подумают, скажут или сделают окружающие. Помню, каждый раз, когда Бог собирался перевести меня на следующий уровень в служении, дьявол противился этому, пуская в ход неодобрение со стороны людей, которых я боялась потерять. Это причиняло мне невероятную боль, пока я не поняла, что за

их неодобрением стоит сатана, потому что хочет помешать мне исполнять Божью волю.

Когда я стала вести уроки Библии у себя дома, мои родственники и друзья, считавшие, что женщина не должна учить Библии, отвернулись от меня. Бог изменил мою жизнь, а когда у меня появились более тесные и доверительные отношения с Ним, больше всего на свете мне захотелось исполнять Его волю. Я была уверена, что самые близкие люди порадуются за меня, но всё оказалось иначе.

Миллионы людей упустили своё истинное предназначение из-за страха перед тем, что подумают, скажут или сделают окружающие.

Мне стало ясно, что, если я пойду за Богом, я потеряю некоторых друзей. За всю свою жизнь я сталкивалась с этим несколько раз. Думаю, вы тоже. Чтобы подавлять нас, сатана часто использует страх отвержения, неодобрение или страх перед тем, что подумают другие и как они поведут себя с нами.

Обретите свободу

Многим упомянутым в Библии героям веры приходилось преодолевать страх перед людьми, чтобы исполнить Божью волю.

К примеру, Моисей боялся, что ему не поверят, если он скажет, что Бог послал его в Египет вывести оттуда евреев. Он был косноязычен (Исх. 4:10; 6:30), и даже после того как Бог пообещал подсказывать ему нужные слова (Исх. 4:12), он пытался убедить Его, что не подходит для этой роли, и умолял послать кого-нибудь другого (Исх. 4:13).

В конце концов Бог разгневался на Моисея и сказал: «Разве нет у тебя Аарона брата, Левитянина? Я знаю, что

он может говорить... ты будешь ему говорить и влагать слова в уста его, а Я буду при устах твоих и при устах его и буду учить вас, что вам делать; и будет говорить он вместо тебя к народу...» (Исх. 4:14–16). Эта ситуация показывает, насколько велико у Бога терпение.

В некоторых случаях Моисей сам передавал народу слова Бога. Отсюда можно сделать вывод, что он всё-таки преодолел страх говорить перед большим количеством людей. Моисей быстро понял, что, если Он будет повиноваться Богу, всегда найдутся те, кому не понравится его решение быть послушным Ему. Когда Моисей вывел израильтян из Египта и вёл их по пустыне в Землю обетованную, они роптали на протяжении всего пути. Что бы ни делали Бог и Моисей, люди находили новые поводы для недовольства. Я прочитала, что десяти процентам людей мы никогда не будем нравиться, как бы мы ни старались. Мне это очень помогло, так как в очередной раз подтвердило одну простую мысль: если я буду следовать за Богом, всегда найдутся люди, которые не будут одобрять меня и мои решения.

Однажды Иосифу приснился сон, в котором Бог открыл ему его предназначение. Он рассказал сон братьям, и они из зависти продали его в рабство (Быт., гл. 27). Бог поставил Давида на царство, но Саул (который в то время был царём) позавидовал Давиду, возненавидел его и в течение многих лет пытался убить его. Моисей, Иосиф и Давид исполнили своё предназначение, и для этого им пришлось преодолеть страх перед людьми.

Они были настоящими героями веры, но и у них были страхи, которые они смогли победить. То же самое способны сделать и мы. У апостола Петра наверняка был страх перед мнением других людей, ведь он трижды отрёкся от Иисуса

(Лк. 22:54–62), когда члены синедриона допрашивали Иисуса и Понтий Пилат приговорил Его к смерти. В этой тяжёлой ситуации Иисус очень нуждался в поддержке учеников, но Пётр подвёл Его. И всё же Иисус простил его, и впоследствии Пётр стал бесстрашным апостолом.

Из этих историй мы видим, что страх перед тем, что подумают, скажут или сделают другие, может овладеть каждым человеком независимо от того, насколько он близок к Богу. На примере этих людей мы видим и то, что можем справиться со страхом и стать смелыми.

Будьте собой

Вы можете или быть собой, или быть тем, кем хотят видеть вас другие. Это зависит только от вас.

Вы можете или быть собой, или быть тем, кем хотят видеть вас другие. Это зависит только от вас. Вы можете радоваться тому, что верны себе и исполняете данное Богом призвание, а можете дрожать и заискивать перед окружающими. Павел призывает нас всё делать от всего сердца, как для Господа, а не для людей, зная, что наша награда от Господа (Кол. 3:23–24).

Сами того не замечая, мы можем оказаться в ловушке угождения людям. Желание угодить людям свойственно человеческой натуре. Более того, Сам Бог велит нам: «Никто не ищи своего, но каждый пользы другого» (1 Кор. 10:24). Однако, если стоит выбор, кому угодить — людям или Богу, нужно выбрать Бога.

Если вы делаете что-то для других, но это не приносит вам радости и у вас нет особого желания, задумайтесь о своих мотивах. Предположим, Бог побуждает вас помочь кому-то.

Вам это не очень нравится, но вы проявляете послушание, так как хотите угодить Богу. Это хороший мотив. А если вы помогаете кому-то только потому, что боитесь разозлить этого человека или быть отвергнутым им, то у вас неправильный мотив, и Богу это не нравится.

Давным-давно я посещала церковь, в которой была небольшая «элитная» группа. Тех, кто состоял в этой группе, приглашали на определённые мероприятия, рекомендовали в качестве членов церковного совета, ими восхищались, и они были прекрасно информированы обо всём происходящем в церкви. Этим людям было хорошо известно и то, что происходит в жизни большинства прихожан. Мне захотелось войти в эту группу. Я тогда ещё не понимала, что единственной причиной этого желания была моя неуверенность в себе и стремление самоутвердиться. Обычно в таких группах есть лидер. И в этой группе была женщина, которая всем заправляла. Для того чтобы стать одной из них, я должна была ей понравиться.

Я стала делать ей комплименты, в основном неискренние, и постоянно предлагала свою помощь. Через какое-то время меня приняли в группу. Я была счастлива, но сейчас я понимаю, что Бога эта ситуация не радовала. Ведь когда Бог призвал меня стать учителем Библии, эта женщина одна из первых осудила и отвергла меня и принялась злословить обо мне за моей спиной. Я добила её расположением, выполняла всё, что она мне говорила, но, как только я сделала то, что ей не понравилось, она ополчилась на меня.

Чтобы угодить этой женщине, мне приходилось предавать саму себя. Все люди, с которыми мы общаемся, чего-то ожидают от нас, поэтому, если мы пытаемся постоянно всем угождать, это приведёт лишь к замешательству, чрезмерному

утомлению, досаде и унынию. Прежде чем что-либо предпринять, сделать тот или иной шаг, важно рассказать об этом Богу в молитве. В книге Притчей 3:6 сказано: «Во всех путях твоих познавай Его, и Он направит стези твои».

Мотив — это причина, *почему* мы делаем то или иное, и для Бога наши мотивы очень важны. Добрые дела нужно делать не для того, чтобы тебя увидели, похвалили и хорошо о тебе думали. Их нужно делать из послушания Богу и из любви к Нему и окружающим. Бог пообещал, что наши добрые дела принесут нам хорошие плоды (Лк. 6:38), однако делать добрые дела ради получения плодов — тоже неверный мотив. Верный мотив — искреннее желание помочь людям и проявить послушание Богу. Чистые мотивы всегда приводят к Божьим благословениям, а нечистые — нет.

Бывает, я огорчаюсь, когда не получаю благодарности от людей, для которых что-то сделала. И тогда я вспоминаю, что это может быть проверкой. Возможно, Бог хочет убедиться, что я помогаю другим от чистого сердца, а не ради их похвалы или хорошего отношения ко мне.

Обменяйте боязнь на близость

Из-за множества друзей человеку не миновать беды,
но есть и такой друг, который ближе брата.

Притчи 18:24 (NASB)

В этом стихе чётко сказано, что, пытаясь дружить со всеми подряд, мы навлечём на себя беду. Если же нашим лучшим другом будет Иисус, Он никогда нас не разочарует, не оставит и не покинет, даже если мы сделаем то, что Ему не понравится. Он обличит нас, но не отвергнет.

Перед этой главой я привела слова Леонарда Равенхилла, которые снова хочу вам напомнить: «Кто близок к Богу, тот не будет бояться людей». Почему? Потому что близость с Богом вносит ясность в нашу жизнь и помогает видеть всё таким, как оно есть. Близость с Богом поможет нам исследовать своё сердце и распознавать свои мотивы. Близость с Богом поможет нам не поддаваться чужим угрозам, манипуляциям и попыткам держать нас под контролем.

Давид был возлюбленным сыном Бога (Пс. 59:7; 107:7). Он всегда хотел лишь одного — пребывать в присутствии Бога и созерцать красоту Его во все дни жизни своей (Пс. 26:4). Этот стих оказал на меня большое влияние. Я осознала, что стремлюсь ко многому, а следует только к одному — жить в Божьем присутствии.

«Кто близок
к Богу, тот
не будет
бояться людей».
(Леонард
Равенхилл)

Конечно, мне бы хотелось этого, но я не просила об этом и не искала этого. Получается, что это значило для меня не так уж много.

Я трудилась для Бога в служении и, честно говоря, очень гордилась собой. Однажды Бог напомнил мне, что, хотя я горжусь тем, что служу Ему, я не уделяю Ему время, а для Него это важно. Всё, что мы делаем для Бога, ничего не значит, если мы не ставим Его на первое место.

Иисус сказал, что, если мы будем искать прежде всего Царства Небесного, всё остальное приложится нам (Мф. 6:33). А у вас Бог на первом месте? Что для вас важнее — Он или то, что вы у Него просите? Если бы вам пришлось от всего отказаться ради того, чтобы Бог был с вами, вы бы отказались? А я? Мы не знаем этого наверняка, пока не окажемся в такой ситуации, но я надеюсь, у меня достаточно близкие

отношения с Иисусом, чтобы сделать правильный выбор. Я прекрасно понимаю, что без Него я буду несчастной и потерянной.

Чем дольше мы служим Богу, тем больше узнаём и тем больше растём духовно. Если что-то из того, что вы читаете, не укладывается у вас в голове, если вы думаете, что никогда не сможете соответствовать каким-то стандартам, — это ложь дьявола. Каждый день уделяйте время Иисусу, и каждый раз вы будете чему-то учиться, узнавать что-то новое и всё больше нуждаться в Его присутствии. Сейчас я даже не представляю, как могла столько лет ходить в церковь и совершенно не думать о Боге до следующего служения, ограничиваясь короткими молитвами перед едой и перед сном. Неудивительно, что, хотя я была христианкой и исправно посещала церковь, в моей жизни царил хаос. Чтобы уберечь от разрушения себя и свою жизнь, нужно проводить с Богом как можно больше времени.

Проводить время с Богом означает беседовать с Ним, благодарить за доброту, которую Он к тебе проявил, молиться о том, что тебя беспокоит, задавать Ему вопросы, возникающие в процессе изучения Слова, делиться с Ним своими переживаниями, желаниями и планами. Это может показаться непростой задачей, ведь ты говоришь с Тем, кого не видишь, но Бог видит нас, и Ему нравится, когда мы просим Его участвовать во всём, чем занимаемся. Вы не видите Бога физическим зрением, но можете увидеть то, что Он совершил для вас и окружающих. Замечая всё, что Он для нас делает, мы всё больше тянемся к Нему и всё сильнее жаждем общения с Ним.

Посещение церкви раз или несколько раз в неделю может превратиться в рутину, в привычку, но, если добавить

к этому регулярное близкое общение с Богом, наши отношения с Ним станут более захватывающими и сокровенными. Следуя за Богом каждый день, нужно быть готовым к сюрпризам. Он может сказать нам сделать то, что никогда не приходило нам в голову.

Жизнь в Духе и по Духу — это совершенно новый и увлекательный образ жизни! Если вы устали всё держать в своих руках, искать друзей, угождать всем вокруг, пусть эта истина станет для вас поворотным моментом. Одна фраза Бога может изменить вашу жизнь. Если вы верите, что Бог может говорить с вами со страниц этой книги, то отбросьте страх перед тем, что скажут, подумают или сделают другие, и сосредоточьтесь на дружбе и близком общении с Богом.

Людьми более правит страх, нежели благоговение.

Аристотель

Потрясающий Бог!

Если бы кто-то сказал мне, что однажды я буду бояться Бога, я бы рассмеялась. Меня с детства учили любить Его, и я верила, что Он мой Отец, к которому я всегда могу обратиться и который хочет для меня самого лучшего.

Однако в какой-то момент эта вера пошатнулась. Произошло событие, которое люди называли Божьей волей. После перенесённой утраты я задумалась о том, что Бог, возможно, наказал меня за плохое поведение или за грехи. Я боялась, что Он снова сделает что-нибудь такое, что причинит мне боль. В тот период я боялась Бога так же сильно, как люди боятся тех, кто переполнен гневом, или тех, кто несёт угрозу их безопасности или благополучию. Я уже не чувствовала, что Он мой защитник.

Благодаря Его неослабевающей любви я поняла с течением времени, что в той ситуации действительно проявилась Божья воля. Бог помог мне справиться с утратой, восстановил меня, исцелил мою рану и сделал меня сильнее. И тогда страх перед Ним, страх в негативном смысле, превратился в страх в библейском смысле. Библейская фраза «страх перед Господом» означает благоговейный трепет и глубокое преклонение перед Божьим могуществом, потрясающим воображение.

Страх перед Богом — это священный трепет, это восхищение. Бог восхищает нас Своей мудростью, любовью, прощением, исцелением, освобождением и готовностью обратить всё происходящее нам во благо (Рим. 8:28). Если же мы испытываем перед Ним страх в негативном смысле этого слова, мы лишаем себя всех этих благословений. Боясь Его, мы чувствуем разочарование и замешательство. Но

зная, какой Он на самом деле, мы чувствуем библейский священный трепет и восторг и говорим: «Бог, Ты потрясающий!»

— Бет

Обменяйте страх на страх

Свобода от ненужных страхов

Страх перед Господом — это начало мудрости, познание Святого — это понимание.

Притчи 9:10 (NIV)

Согласно книге Притчей 9:10, мы не знаем ничего, если у нас нет самого главного — благоговейного страха перед Богом. Всем страхам следует давать отпор. Но есть один страх, и он гораздо важнее, чем мы можем себе представить. Это благоговейный страх перед Богом, и этот страх способен избавить нас от всех прочих мучающих нас страхов. Мы можем обменять все страхи на этот один-единственный страх.

Некоторых людей это приводит в замешательство, ведь им так много говорили о том, как сильно Бог любит их, как Он милостив и добр. Они не понимают, почему нужно бояться Его. Они знают, что нужно избавляться от страхов, и, когда им говорят о страхе перед Богом, принимают эти слова в штыки.

Благоговейный страх перед Богом отличается от всех остальных страхов. Это не страх в привычном понимании этого слова, то есть это не боязнь и не испуг. Благоговейный страх — это почтение, священный трепет; это когда мы

говорим себе: «Я знаю, что Бог всемогущ и Его слова имеют вес. Он благ, Он любит меня и всегда будет заботиться обо мне». То есть ударение делается на почтении и благоговении, а не на обычном понимании страха. Когда Бог говорит: «Поступай вот так, и Я благословлю тебя», мы можем быть уверены, что если послушаемся Его, то получим благословения. А когда Бог говорит: «Не делай этого, это ни к чему хорошему не приведёт», мы должны понимать, что Он знает, о чём говорит, и Он ни для кого не будет делать исключений.

Джой Доусон в своей книге «Навсегда потерянные для заурядности» пишет: «Страх перед Господом означает, что мнение Бога о наших поступках для нас гораздо важнее мнения людей». Мне очень нравится это высказывание. Если нас больше заботит, что думает о наших поступках Бог, нежели что думают люди, мы не будем бояться людей, потому что боимся Бога.

Бог может простить любого человека за совершённый грех. Бог может простить бессчётное количество раз. Однако, если мы упорно продолжаем делать плохое и при этом рассчитываем на хороший исход, то проявляем неуважение к Божьим заповедям. Ни к чему хорошему это не приведёт.

Современному миру очень не хватает благоговейного страха перед Богом. К сожалению, его не хватает и многим христианам. Каждой церкви нужны проповеди на эту тему как минимум один–два раза в год, потому что люди не размышляют о тех истинах, которые не упоминаются, даже если они важны для христианской жизни.

Я знаю одну прекрасную женщину, ей около пятидесяти. Она почти всю жизнь посещает церковь и занимается слу-

жением, но, когда я говорю ей о благоговейном страхе перед Господом, это приводит её в замешательство. Она считает, что мы не должны бояться Бога. Я абсолютно с ней согласна, но только если имеется в виду страх в его привычном понимании. Мы не должны бояться Божьего гнева, отвержения или наказания, но мы должны понимать, что Он серьёзно относится к Своему Слову, а потому не можем следовать лишь тем стихам, которые нам нравятся, а остальные игнорировать.

Я могу легко найти в Ветхом Завете как минимум тридцать два стиха, в которых сказано о страхе перед Богом. И эти стихи нельзя игнорировать. Нужно понять их и подумывать о том, как исполнять их.

Джон Ньютон (1725–1807), написавший известный христианский гимн «О, благодать», хорошо понимал, что такое благоговейный страх перед Богом. Вот строчки из этого гимна:

Сперва внушила сердцу страх,
Затем — дала покой.
Я скорбь души излил в слезах,
Твой мир течёт рекой.

Он обменял все свои страхи на один страх! Откровение о Божьей благодати освободило его от страхов и внушило благоговейный страх перед Богом. Джон Ньютон был капитаном работоргового судна. Однажды его корабль попал в страшный шторм и потерпел крушение. Оказавшись на краю гибели, Ньютон впервые помолился. Впоследствии он стал христианином. Он раскаялся в своём образе жизни и был удивлён, когда чудесная Божья благодать даровала

Откровение
о Божьей
благодати
освободило
его от страхов
и внушило
благоговейный
страх перед
Богом.

ему прощение. Потом он начал выступать против работорговли и стал священником англиканской церкви. До того как уверовать в Бога, Джон Ньютон не видел ничего плохого в том, чтобы торговать рабами ради наживы. Но, уверовав в Бога, он понял, что это неправильно. Ему было бы страшно продолжать этим заниматься, потому что он не хотел огорчать Бога благодати.

Как бы мы вели себя в присутствии королевы Елизаветы II? Она даже не моя королева, но я бы не стала вести себя рядом с ней глупо или неподобающе. Я проявила бы почтение, зная, что нахожусь в присутствии важного человека. Как только мы осознаем, что постоянно находимся в присутствии Бога, что Он видит нас и знает всё, что мы делаем, мы будем вести себя лучше — не потому, что будем бояться Его наказания, а потому, что будем относиться к Нему с почтением.

Неподобающее поведение

В наши дни люди стали всё больше беспечными и непринуждёнными. Они носят непринуждённую повседневную одежду, непринуждённо ведут себя с начальниками и родителями, беспечно относятся к своим обещаниям и опаздывают на встречи. Беспечность люди приносят с собой и в церковь.

Задам несколько вопросов, которые дадут вам пищу для размышлений. Можно ли писать сообщение своему другу во время проповеди? Мы бы хотели, чтобы кто-то посту-

пил так с нами, если мы потратили много времени и сил на подготовку проповеди, которая призвана помочь людям? Если мы верим, что Бог говорит с пастором и через него, не является ли грубостью с нашей стороны слушать его невнимательно?

Можно ли ходить по залу во время служения и отвлекать людей, которые поклоняются Богу или слушают проповедника? Иногда можно опоздать, но, если это превращается в привычку, задумайтесь над тем, что лежит в основе подобного поведения. Возможно, вам недостаёт почтения к Богу.

А как вы относитесь к тому, что человек покидает зал, в то время как пастор призывает людей покаяться в грехах и принять Христа? Если человеку очень нужно уйти пораньше, ему следовало сесть в последнем ряду, чтобы никого не побеспокоить. Я сама нередко наблюдала на конференциях, как люди (порой, сотни человек) вставали и шли к выходу, в то время как я говорила о вечности и призывала принять Христа. Испортить подобный момент — значит поступить грубо прежде всего по отношению к Богу, ведь спасение — это самое важное решение в жизни человека. Это грубо и по отношению к людям, которые готовы откликнуться на призыв, и к тем, кто внимательно слушает или молится, и к тому, кто ведёт служение.

Если вы сидите в середине ряда и беспокоите двадцать человек только потому, что вам захотелось выйти и попить воды, можно ли назвать это почтительным отношением к Богу? Конечно, если возникла непредвиденная ситуация, нужно выйти, но мешать ходу служения из-за какой-то мелочи — это неправильно. Лично я считаю это грубым поведением. В Библии сказано, что любовь не груба (1 Кор. 13:4–5, NIV). Подумайте, как изменилось бы общество, если бы люди

перестали вести себя грубо. Грубость — плод эгоизма; люди ведут себя грубо, потому что их заботят только собственные интересы и не волнуют желания и нужды окружающих.

Я принадлежу к старшему поколению и понимаю, что могу показаться старомодной, но я считаю, что нельзя отказываться от чего-то важного из-за желания идти в ногу со временем.

Писание подтверждает мысль о том, что те, кто не боится Бога, обычно не уважают других людей.

В одном городе был судья, который Бога не боялся
и людей не стыдился.

Луки 18:2

Помню времена, когда уважение к людям и хорошие манеры не позволяли мужчинам употреблять грубые, непристойные слова в присутствии женщины. Каким бы негодяем ни был мужчина, он вёл себя пристойно в присутствии женщин, особенно незнакомых. Я рада, что жила в те времена, когда слово мужчины что-то значило, когда существовало понятие чести, а исполнение долга считалось важным. Этих принципов придерживались даже не христиане.

У нас должен быть благоговейный страх перед Богом. Этот страх не позволит нам плохо поступать с другими, ведь для Бога важны все люди.

Мы относились с уважением к людям, облечённым властью: к полицейским, судьям, учителям, начальникам, пасторам и так далее. Бог так сильно любит людей, что послал в мир Своего Сына умереть за их грехи и взять на Себя наказание, которое они заслужили. Поэтому у нас должен быть благоговейный страх перед Богом. Этот

страх не позволит нам плохо поступать с другими, ведь для Бога важны все люди.

Многие ли люди стремятся сейчас всё делать наилучшим образом? Большинство довольствуется посредственностью. Недавно на конференции я говорила о важности всё делать наилучшим образом. После проповеди ко мне подошёл известный учитель Библии, который с детства ходил в церковь, ему сейчас около тридцати пяти лет, и сказал: «Никогда не слышал ничего подобного. Это изменит всю мою жизнь». Человек ходил в церковь всю жизнь, и за все эти годы там ни разу не проповедовали о стремлении всё делать наилучшим образом! Мы должны добиваться наилучших результатов в своём деле, ведь наш Бог совершенен во всём (Мф. 5:41).

Благоговейный страх и сила

Церкви по всей Иудее, Галилее и Самарии в ранний период истории христианства жили в мире и укреплялись. Поскольку верующие имели страх перед Господом и получали утешение от Святого Духа, их численность возрастала (Деян. 9:31, NIV). Я заметила здесь важный момент: они имели страх перед Господом, и их численность возрастала. Судя по всему, страх перед Господом и рост церкви идут рука об руку. Возможно, нам следует больше бояться Бога и меньше рассуждать о том, что делать, чтобы церковь росла.

Мы не раз слышали об известных служителях, замешанных в финансовых махинациях. Некоторые признавались в супружеских изменах, пристрастии к порнографии, злоупотреблении властью, манипулировании и плохом обращении с людьми. При этом они продолжали стоять за кафедрой и учили других, как жить. Этого бы не происходило, имея

эти служители страх перед Господом. Они бы не совершали подобные грехи, а если бы и совершили, то бы раскаялись, оставили свой пост и просили Бога очистить их и изменить.

Ной построил ковчег, поскольку относился к Богу с глубоким почтением (Быт., гл. 6). Авраам был готов принести сына в жертву, когда Бог велел ему это. Но затем Господь сказал ему: «Не поднимай руки твоей на отрока и не делай над ним ничего, ибо теперь Я знаю, что боишься ты Бога и не пожалел сына твоего, единственного твоего, для Меня» (Быт. 22:12). Безусловно, христиане проявляли бы больше послушания, будь у них такой же страх перед Господом. Эти сильные мужи Божьи вершили великие дела, потому что испытывали благоговейный страх перед Богом.

Апостол Пётр приводит простые правила христианской жизни: «Всех почитайте, братство любите, Бога бойтесь, царя чтите» (1 Пет. 2:17). Мы живём в отчаянные времена. Люди нуждаются в Боге больше, чем когда-либо, но не считают, что можно найти Его в церкви. Как разрешить эту ситуацию? Разве люди, нуждающиеся в Боге, не должны приходить в церковь? Некоторые приходят, но быстро разочаровываются, видя, что слова многих христиан расходятся с делами.

Есть множество прекрасных церквей, которые достойно представляют Бога, и можно лишь порадоваться и похвалить их за это. Они не дают угаснуть факелу надежды. Однако недостаточно, чтобы только некоторые христиане и некоторые церкви являли миру Христа своим поведением. Это должны быть все христиане и все церкви.

Если у вас вялая жизнь или служение, задумайтесь, есть ли у вас в сердце благоговейный страх, почтение и трепет перед Богом.

Два вида страха

Джон Ньютон написал строки о том, что благодать избавила его от страхов и научила страху. Я понимаю замешательство некоторых людей при упоминании о страхе перед Богом, ведь многие из них пострадали из-за неправильного понимания страха перед Богом.

Мартин Лютер различал два вида страха перед Богом: раболепный страх и сыновний. Раболепный страх испытывает, например, заключённый по отношению к надсмотрщику, который имеет власть наказывать и пытаться его. Это также рабское и лживое преклонение слуги перед своим хозяином, который может поступить с ним как угодно. Сыновний страх — это такой страх, который ребёнок испытывает к любящим родителям; он очень любит их и стремится угодить им. Такой благоговейный страх настолько силен, что удерживает человека от неправильных поступков, чтобы не огорчить родителей.

Благоговейный страх перед Богом избавит от поработивших нас неправильных страхов. Апостол Иоанн написал, что, увидев Бога, он «пал к ногам Его, как мёртвый» (Отк. 1:17–18). Ясно, что он был полон благоговейного страха и трепета перед Ним.

Благоговейный страх перед Богом избавит от поработивших нас неправильных страхов.

Давид говорит, что поклоняется перед святым храмом Бога и славит Его имя (Пс. 137:2). Мы должны познавать не только огромную *любовь* Бога, но и Его великую *силу*.

У Меня отмщение, Я воздам, говорит Господь. И ещё:
Господь будет судить народ Свой. Страшно впасть
в руки Бога живого!

Евреям 10:30–31

Почему страшно впасть в руки Бога? Потому что Он видит всё так, как оно есть. Видит насквозь любое притворство и ложь. Видит всё, что мы делаем, и всё знает о нас. Но всё равно любит нас, а если у нас что-то не в порядке, то из любви к нам поможет признать это и изменить. Своим притворством можно одурачить людей, но не Бога. Он хочет, чтобы мы были чисты во всём, и помогает нам в этом.

Бог слишком сильно нас любит, чтобы закрывать глаза на наши грехи. Он непременно поможет нам избавиться от них, даже если ради этого Ему придётся провести нас через тяжёлые ситуации. Мне нравятся обличения Святого Духа. Я вижу в этом свидетельство Божьей любви, а не причину для гнетущего чувства вины. Если мы совершаем грех, неправильно мыслим или плохо с кем-то поступаем, Бог укажет на наше неподобающее поведение. И это очень хорошо, ведь мы сможем исправить свои ошибки и недостатки, которых не замечали. Давайте попросим Бога открыть нам глаза и уши, чтобы мы могли ясно видеть и слышать Его и преисполниться благоговейного страха перед Ним.

Богатство приносит не большое состояние, а скромные потребности.

Эпиктет

Как я преодолел своё «а вдруг»

В мой сороковой день рождения мы с женой сидели во дворе нашего дома. Я сказал ей: «Нам нужно наконец решить, как мы будем растить детей». К тому времени мы были женаты уже несколько лет и не раз говорили о детях, но к серьёзному решению так и не пришли.

Мой великолепный план состоял в том, что жена будет работать дома и воспитывать детей. Она же предлагала мне бросить работу и заниматься детьми. С финансовой точки зрения, в этом было разумное зерно, но как я мог пойти на такое? Что подумают люди о мужчине, который ушёл с работы и сидит дома с детьми, в то время как жена работает и содержит семью? Жена советовала мне перестать беспокоиться о том, что подумают обо мне миллионы незнакомых мне людей, и думать лишь о том, смогу ли я это сделать. Я знал, что смогу, если сумею побороть страх перед чужим мнением.

Прошло семь месяцев. Жена была беременна нашей дочерью. Я собирался написать заявление и в конце года уйти с работы. Я предупредил начальника за три месяца до увольнения и все эти три месяца был парализован страхом.

Мне в голову постоянно лезли мысли: «А вдруг Селеста потеряет работу и у нас не будет дохода? А вдруг я не справлюсь? Я ведь ничего не знаю о том, как растить детей! А вдруг что-нибудь случится с ребёнком и я не смогу найти работу? А вдруг... А вдруг... А вдруг...»

Мой последний день на работе был очень тяжёлым. Страх просто душил меня. Тем не менее я должен был действовать вопреки страху. В конце концов, это

был единственный способ осуществить то, к чему побуждал меня Бог.

Я девять лет занимался воспитанием двух наших детей. Это была самая трудная, самая изматывающая работа из всех, что у меня были. Но совершенно точно эти девять лет были лучшими в моей жизни!

— Чак

Не нужно беспокоиться о финансах

**Свобода от страхов,
связанных с деньгами**

Бог мой да восполнит всякую нужду вашу, по богатству Своему в славе, Христом Иисусом.

Филиппийцам 4:19

Павел написал эти слова людям, которые были его верными партнёрами в служении. Они получали от него наставления, любовь, доброту, а он получал от них финансовую поддержку, позволявшую ему продолжать трудиться для них и для других людей.

В Библии есть много отрывков, в которых говорится о нашей обязанности давать пожертвования и о том, какие благословения это нам приносит. Если мы делаем это регулярно и с правильными мотивами, Бог будет всегда восполнять наши нужды. Павел пишет: «Если мы посеяли среди вас духовное семя, то разве мы не вправе пожать у вас материальный урожай?» (1 Кор. 9:11, NIV).

Я могла бы привести множество библейских стихов, обещающих благословения тем, кто щедро жертвует, но сосредото-

точусь на одном отрывке, в котором это отражено наиболее полно:

При сём скажу: кто сеет скупо, тот скупо и пожнёт; а кто сеет щедро, тот щедро и пожнёт. Каждый уделай по расположению сердца, не с огорчением и не с принуждением; ибо доброхотно дающего любит Бог. Бог же силён обогатить вас всякою благодатью, чтобы вы, всегда и во всём имея всякое довольство, были богаты на всякое доброе дело, как написано: расточил, раздал нищим; правда его пребывает в век. Дающий же семя сеющему и хлеб в пищу подаст обилие посеянному вами и умножит плоды правды вашей, так чтобы вы всем богаты были на всякую щедрость, которая через нас производит благодарение Богу.

2 Коринфянам 9:6–11

Всё просто и ясно. Если исполнять сказанное в этом отрывке, можно получить обещанные благословения и не переживать из-за денег, потому что Божье Слово истинно. Если у вас есть страхи, связанные с деньгами, щедро сейте вопреки страху, и вы убедитесь в том, что Бог верен Своему Слову. Увидев, как Он заботится о вас, вы избавитесь от груза постоянных переживаний и забот.

Кроме того, распоряжайтесь деньгами мудро. Возможно, ваши финансовые трудности вызваны тем, что вы не благодарили, не помогали другим и не проявляли мудрости в денежных вопросах. Но это легко исправить. Каждый раз, когда вы поступаете правильно, вы исправляете какие-то из последствий своих плохих поступков. Бог прощает нам все

грехи и ошибки незамедлительно и полностью, но порой нам требуется время, чтобы устранить негативные последствия своих решений.

Каждый раз, когда вы поступаете правильно, вы исправляете какие-то из последствий своих плохих поступков.

На самом деле это хорошо, ведь если бы человек легко избавлялся от последствий своего неправильного поведения, то с такой же лёгкостью снова совершал бы похожие ошибки. Бог мудр и всегда радеет о нашем благе, но делает это тогда, когда считает нужным. Может показаться, что Он медлит, однако Он всегда идеально просчитывает сроки. Мы не понимаем, почему нам приходится ждать, но для этого есть веская причина, и Бог обернёт нам всё во благо, если мы любим Его и послушны Ему (Рим. 8:28).

Молитва и доверие Богу

Советую вам молиться о своих финансах регулярно, а не только тогда, когда вам не хватает денег или у вас появляются непредвиденные расходы. Просите Бога благословлять ваши инвестиции, защищать ваши сбережения, подсказывать хорошие идеи, способные принести доход, и покровительствовать во всём, чем вы занимаетесь. Упуйте на Бога, верьте, что Он исполнит ваши нужды, и преодолите боязнь нехватки денег.

Нет ничего плохого в том, чтобы молиться о деньгах или просить Бога благословить вас в финансовом плане. Как-то я разговаривала с женщиной, которая очень боялась потерять работу из-за низких продаж. Она работала в магазине. Я посоветовала ей попросить Бога направить к ней добро-

желательных покупателей. Она была христианкой тридцать лет и молилась о многом, но удивилась моим словам: «А разве можно молиться о деньгах?» Я заверила её, что можно. Надеюсь, она последовала моему совету и не просто сохранила работу, но и стала самым лучшим продавцом. Она лишала себя финансовых благословений, поскольку была уверена, что Богу нет никакого дела, какой у неё доход. Это не так, Богу есть дело до всего, что касается нас. Не нужно бояться просить Его помочь в любом вопросе.

Иисус учил Своих последователей молиться так: «Хлеб наш насущный дай нам на сей день» (Мф. 6:11). Нам нужно молиться о своём пропитании. В Библии много сказано о богатстве, жадности, умении быть довольным, сбережениях, распоряжении деньгами и о том, что нужно быть щедрым. Но прежде всего надо искать Бога, и тогда всё остальное приложится нам. Он даст нам то, в чём мы нуждаемся и чего хотим (Мф. 6:33).

Утешайся Господом, и Он исполнит желания сердца
твоего.

Псалом 36:4

В Библии около пятисот стихов о молитве, менее пятисот стихов о вере и больше двух тысяч стихов, относящихся к финансам. Бог даёт множество наставлений, связанных с деньгами, потому что о людях многое говорит то, как они распоряжаются деньгами.

Например, Иисус сказал, что если мы верны в малом, то будем верны и во многом (Лк. 16:10). Если понаблюдать, как люди распоряжаются тем малым, что у них есть, можно понять, как они будут распоряжаться, если этого

у них будет больше. Некоторые люди думают: «Будь у меня больше денег, я бы давал щедрые пожертвования на Божье дело». Но если человек не желает отдать часть того, что у него есть, он не станет щедрее, даже если его состояние приумножится.

В Божьем Слове сказано, чтобы мы не беспокоились о пропитании, а уповали на Бога. Он даст нам всё необходимое, благословит во всяком деле, пошлёт успех и процветание (Пс. 1:3; 117:25).

Вот один из моих любимых стихов, призывающих не беспокоиться о деньгах:

Ибо [Бог] Сам сказал: «Я ни при каких обстоятельствах не покину тебя, не откажусь от тебя и не оставлю без поддержки. Я ни в коем случае не брошу тебя в беспомощном состоянии и не подведу тебя (не перестану держать за руку). [Ни за что!]

Евреям 13:5 (АМРС)

Мои страхи, связанные с деньгами

Когда я была подростком, мне приходилось зарабатывать деньги на личные расходы. Родители кормили и одевали меня, но, если я хотела что-нибудь купить себе, я должна была сама находить на это деньги. Даже став взрослой, я была уверена, что никто не будет оказывать мне материальную помощь. Я постоянно переживала из-за нехватки денег и боялась потерять работу. Я всегда откладывала небольшие суммы на непредвиденные расходы. Это разумный подход, но иногда я впадала в крайности. Я очень боя-

лась лишиться сбережений. Если мне приходилось тратить из того, что я отложила, я нервничала.

Я сэкономила на всём, не тратила на себя много и покупала лишь самое необходимое. У моего же мужа не было никаких страхов и переживаний из-за денег. Он вырос в бедной семье, но его мать всегда была полна веры. Дэйв неоднократно видел, как Господь помогает им решить финансовые проблемы, поэтому не боялся, что Бог оставит нас без помощи.

Однажды Дэйв сказал мне, что я верю только в свои скромные сбережения и что Бог не улучшит наше материальное положение, пока я не преодолею страх. Он был прав. Я больше доверяла своему банковскому счёту, нежели Богу. Сколько бы денег у нас ни было, Дэйв никогда не боялся тратить их на что-то важное или просто покупать то, что хотелось. Я завидовала его свободе в финансовом вопросе, и, пока я не стала действовать вопреки страху, я оставалась в рабстве. Мне нужно было не только откладывать деньги, но и тратить их. С того времени, как мы поженились, мы исправно отдавали десятину от всего дохода, но нам едва хватало на жизнь, и это продолжалось до тех пор, пока я не победила страх оказаться без денег.

Я ни в коем случае не предлагаю вам бездумно тратить деньги, только чтобы доказать себе, что вы не боитесь расстаться с ними. Я говорю о том, что если мы боимся тратить деньги, если они не радуют нас, то Бог не станет нам их давать.

У Дэйва был интересный подход к распоряжению финансами. Он говорил: «Какую-то часть отложи, какую-то потрать, а какую-то раздай в пределах возможного, и Бог расширит эти

пределы». Я согласна с ним и советую вам взять этот метод на вооружение.

Я знаю одного молодого мужчину, у него есть жена и двое детей. Его отношение к деньгам напоминает мне мой прежний подход. Мать воспитывала его одна и не получала помощи от своего бывшего мужа-алкоголика. Им с матерью постоянно не хватало денег. А потом мать снова вышла замуж за очень хорошего человека. Однако мой знакомый так и не выбрался из нужды, в которой жил с детства. Познакомившись с моим учением о деньгах, он немного изменил свой подход к деньгам, но ему по-прежнему трудно расставаться с ними. Ему хочется откладывать их, а не тратить. Он не получает радости от своих денег, но Бог хочет, чтобы мы относились к деньгам иначе.

Господь — Пастырь мой;
я ни в чём не буду нуждаться!

Возможно, вам знаком Псалом 22. Некоторые люди даже учат его наизусть. «Господь — Пастырь мой; я ни в чём не буду нуждаться» (Пс. 22:1). Слово «нуждаться» означает здесь «испытывать нужду, нехватку». Страх нехватки (боязнь того, что у тебя не будет всего необходимого) — это, возможно, один из наиболее распространённых и серьёзных страхов. В нас от природы заложено стремление к самосохранению, и мы стараемся, чтобы у нас и дорогих нам людей было всё необходимое.

У нас, Божьих детей, есть особая привилегия: уверенность в том, что Бог позаботится о нас. Он неоднократно призывал нас не беспокоиться. Однако я знаю по собствен-

ному опыту, что исполнить это не так легко. Бог не говорил, что не нужно работать, Он сказал не беспокоиться.

Чтобы избавиться от страха нехватки, нужно что-то делать — например, жертвуйте часть денег, даже если вам страшно; тратьте, как вам подсказывает Святой Дух, даже если вам страшно; молитесь вместо того, чтобы опасаться. Корри Тен Бум сказала: «Беспокойство не избавит твоё завтра от печали; оно лишит радости твоё сегодня».

Деньги — не единственное, чего мы боимся лишиться. Нам необходимо многое: мудрость, сила, благоволение, творческие способности и многое другое, и чего-то из этого нам иногда не хватает. Но если мы будем уповать на Бога, Он даст нам всё необходимое, не только деньги. Будьте благодарны Богу за всё, что у вас есть, ожидая того, о чём вы Его просили. Помню, как-то я жаловалась в молитве на то, как у нас всё плохо с финансами, и Бог ответил: «Зачем Мне давать тебе больше, если ты жалуешься даже на то, что у тебя уже есть?»

Зачем Богу давать вам больше, если вы жалуетесь даже на то, что у вас уже есть?

Не бойтесь просить Бога обо всём, в чём вы нуждаетесь и чего желаете, но будьте благодарны за то, что Он вам уже дал. Регулярно задумывайтесь о том, как вы благословлены, ведь так легко сосредоточиться на том, чего вам не хватает, игнорируя то, что у вас есть.

Бог изобилия

Не думаю, что Бог хочет, чтобы мы жили в скудости. Одно из Его имён в Ветхом Завете — Эль Шаддай, что значит «Бог изобилия». Как-то я слушала проповедника, который

говорил о земле скудости, земле умеренности и земле изобилия, и мне его проповедь показалась поучительной. Если долгое время ты жил в земле скудости, ты не сможешь сразу же войти в землю изобилия. Сначала придётся пройти через землю умеренности. Это означает, что Господь даст тебе всё необходимое, но не так много, как тебе хотелось бы. Это земля проверки; это важная территория, где ты продолжаешь верно отдавать и уповаешь на Бога, зная, что в нужное время Он даст тебе изобилие.

Важно, что это произойдёт именно в нужное время. К счастью, Бог слишком сильно любит нас и не даст того, что помешает нам ставить Его на первое место. Когда я молюсь о том, чтобы Господь обеспечил меня, я прошу Его дать мне ровно такое количество ресурсов, которым я смогу мудро распорядиться и по-прежнему отдавать Ему первое место в своей жизни. Материальное способно отдалить нас от Бога, и лучше не допускать этого.

Будьте щедры

Быть щедрым означает оказывать бескорыстную помощь, охотно отдавать, делиться благами с другими. Щедрый человек делает больше необходимого и ищет любую возможность помочь другим и порадовать их. Предлагаю вам регулярно спрашивать у Бога, кому и как вы могли бы помочь или чем порадовать. Сегодня утром я спросила у Него, кого я могу приободрить, и сразу же вспомнила об одной женщине и позвонила ей. Мы побеседовали, и в конце она сказала, что ей очень приятно, что я нашла время позвонить. И только что я получила от неё сообщение: «Вы лучшая! Ваш сегодняшний звонок так много значит для меня!»

Всё, что от меня потребовалось, — потратить немного времени, а для неё это оказалось важно.

Щедрость не всегда связана с деньгами. Она может выражаться в том, чтобы выслушать человека, проявить участие, помочь делом. Чем чаще мы это делаем, тем меньше в нас эгоизма. Одна из причин, по которым Иисус пришёл в этот мир, — научить нас жить не только ради себя (2 Кор. 5:15). Самый несчастный человек в мире — тот, кто заиклен лишь на собственной персоне. Такие люди ставят во главу угла свой комфорт, свои нужды и желания. Они плохо поступают с другими, чтобы получить желаемое. Подобное поведение не угодно Богу. Он хочет, чтобы мы сеяли доброе семя — помогали другим, — и тогда Он произведёт щедрый урожай из посеянных нами семян. Перестаньте беспокоиться и думать только о себе и позвольте Богу позаботиться о вас. Выполняйте то, что ожидается от вас, и доверьте Богу то, что по силам только Ему.

Самый несчастный человек в мире — тот, кто заиклен лишь на собственной персоне.

Живите без долгов

Для того чтобы добиться стабильного финансового положения, важно избегать долгов. Если вы уже оказались в долгах, не мешкая принимайте меры, чтобы избавиться от них. Наличие долга означает, что вы потратили больше, чем заработали. Если сегодня вы растрчиваете завтрашнее богатство, то завтра будете жить в нужде. Учитесь терпению и покупайте что-либо только тогда, когда на это есть деньги.

На некоторые серьёзные покупки, например, на покупку дома или машины, можно взять кредит и выплачивать его

несколько лет. Но даже машину можно купить без кредита, если откладывать деньги каждый месяц. Если вы совершаете ежемесячные платежи по ипотеке, старайтесь платить чуть больше фиксированной части основного долга. Это поможет вам сэкономить на процентах, взимаемых банком.

Писание призывает нас не оставаться должными никому ничем, кроме взаимной любви (Рим. 13:8). Также там говорится: «Богатый господствует над бедным, и должник делается рабом заимодавца» (Прит. 22:7).

Если дьявол пытается убедить вас, что вам никогда не выбраться из долгов, что уже слишком поздно что-то делать, не слушайте его. Он хочет, чтобы вы сдались, даже не попробовав что-то предпринять. Если вы всерьёз возьмётесь за избавление от долгов, Бог поможет вам. Но Он не будет ничего делать, если вы так и будете транжирить деньги направо и налево и совершать незапланированные и бесполезные покупки. Если вы залазили в долги много лет, не ожидайте, что выберетесь из них в одночасье. Скорее всего, на это уйдёт немало времени, вам придётся больше работать и не делать поспешных покупок, но в итоге ваше усердие и терпение окупятся. Избавившись от долгов, вы будете меньше переживать из-за нехватки денег. Долги давят, вызывают беспокойство и тревогу. Уверена, вам это не нужно. Поэтому советую уже сегодня начать что-то делать, чтобы сократить долги. Даже если вы можете делать совсем немного, постоянство и нежелание сдаваться помогут вам обрести финансовую свободу.

Пусть ваш выбор отражает ваши надежды, а не ваши страхи.

Нelson Мандела

«Действуй вопреки страху» — отличный принцип, которому не всегда легко следовать

После того как четырнадцать лет я проработал в служении, которое просто обожал, у меня появилось ощущение, что Бог указывает мне новое направление. Мне не хватил слов, чтобы описать, как сильно я любил свою работу и какое удовлетворение она мне приносила.

Время шло, и то моё смутное ощущение превратилось в побуждение, которое невозможно было игнорировать. Я знал, что должен следовать Божиим указаниям. В тот день, когда у меня созрело твёрдое решение идти за Богом, мной овладел страх.

Вместо того чтобы всецело положиться на Бога, я стал прислушиваться к своему страху. Гордиться тут нечем, конечно, но я начал придумывать причины, по которым это решение не могло прийти от Бога. Я напоминал Богу: «Ты Сам привёл меня сюда! Я тружусь в служении. Вся моя жизнь строится вокруг этого служения».

Страх обычно проявляется у меня в виде вопросов: «А вдруг я сам всё это выдумал?», «А вдруг я совершу непоправимую ошибку?», «Как я скажу жене и детям, что мы бросим насиженное место и отправимся в другую часть страны?»

Вы спросите, как мне удалось отбросить эти вопросы и преодолеть страх? Дело в том, что я работал в «Служении Джойс Майер». Я трудился на конференциях, которые она проводила, и как-то я услышал в её проповеди такие слова: «Бог хочет, чтобы вы выходили из зоны комфорта и исполняли Его совершенную волю, а не оставались на одном месте, довольствуясь тем, что есть». Отлично. Я это запомнил.

На следующей конференции она сказала: «Принимать серьёзные решения непросто, но, если вы просите Бога о многом, будьте готовы расти и много трудиться. Если не уверены в чём-то, выясните, что вас ждёт. Если страшно, действуйте вопреки страху. Ваши чувства изменчивы, а Божьи обетования — нет».

Наконец я сказал: «Да, Боже, я слышу Тебя!» Слова, которые я услышал, приглушили мои страхи, но я не избавился от них полностью. Для этого мне понадобилось пребывать в Божьем Слове и максимально довериться Богу. Постоянно в течение четырнадцати лет слышать фразу «действуйте вопреки страху» — это одно, и совсем другое — последовать этому. Мало было просто подумать: «Да, Джойс! Кому-то важно об этом слышать», теперь пришло время и мне самому так поступить. Сейчас я думаю, что было бы печально, если бы после всех этих лет, в течение которых я слышал это прекрасное учение, я нашёл бы способ уклониться от своего призвания. Действовать вопреки страху для меня было не одним из вариантов, а единственным вариантом. И я это сделал!

— Мэтт

Верьте, что всё хорошее у вас впереди

Свобода от страха перед будущим

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

Нам всем хотелось бы знать, что готовит нам будущее. Мы можем предположить, в какой сфере мы будем работать, но в целом Бог не посвящает нас в детали того, что ждёт нас в будущем. Он просто говорит, что Его намерения направлены нам на благо, а не на зло. А будущее, которое Он нам приготовил, наполнено надеждой.

Страх перед будущим — один из наиболее распространённых. В его основе лежит боязнь неизвестного. Нам хочется заранее знать, что с нами произойдёт. Самый древний и самый сильный страх — страх перед неизвестным. Нам не нравятся непредвиденные перемены. Мы предпочли бы иметь чёткий план своей жизни со всеми одобренными

нами деталями, но такого плана у нас никогда не будет. Желать чего-то, чего никогда ни у кого не было и не будет, — бесполезная трата времени и энергии. Бог говорит: «Тебя ждёт хорошее будущее. Доверься Мне!»

Одна из центральных тем Библии — доверие Богу. Мы постоянно встречаем на её страницах слова «верить», «доверять», «уповать» — ведь только так мы сможем получать от Бога то, о чём просим и что Он хочет нам дать. Вера, доверие и упование помогут развить близкие, прочные отношения с Ним, которые не пошатнутся даже в самых тяжёлых обстоятельствах. Доверие Богу устранил беспокойство, в том числе о будущем. Доверие наполнит наше сердце превосходящим понимание миром, а нашу жизнь — радостью. Без доверия наша душа не найдёт себе покоя.

Самый древний и самый сильный страх — страх перед неизвестным.

Мы не знаем точно, что случится через пять минут, тем более через год или больше. Бог велит доверять Ему и жить одним днём. Однако на практике доверять Богу не так легко, как в теории.

У некоторых людей были прекрасные родители, которые всегда заботились о них и оберегали их. Но не у всех из нас было такое детство, поэтому фундамента доверия, на котором можно было бы строить свою жизнь, заложено не было. Большую часть жизни нам приходилось самим о себе заботиться. Даже те, у кого замечательные родители, рано или поздно начинают жить самостоятельно. Непросто перестать зависеть от чьей-то помощи и поддержки. Нужно учиться возлагать свои заботы на Бога. Принять подобное решение и следовать ему действительно сложно, но это единственная возможность жить той чудесной жизнью, которую

Бог приготовил для нас. Без умения отдавать все тревоги и волнения в Божьи руки мы всегда будем чем-то обеспокоены, всегда будем переживать из-за того, что может с нами случиться.

Развивая отношения с Богом, мы узнаём, что Он хочет, чтобы мы доверяли Ему, уповали и полагались на Него во всём. Это не означает, что от нас ничего не требуется и Бог всё сделает за нас. Это означает, что мы должны доверять Ему больше, чем себе или другим. Уповайте на Его защиту, обеспечение, силу и мудрость и на то, что Он позаботится о вашем будущем. Вы можете расслабиться, ведь Бог знает всё, что вас ожидает. Он пойдёт впереди вас и подготовит для вас путь.

Господь Сам пойдёт пред тобою, Сам будет с тобою,
не отступит от тебя и не оставит тебя, не бойся и не
ужасайся.

Второзаконие 31:8

Если вы собираетесь взять детей в горы и знаете, что некоторые участки маршрута могут быть опасными, то вы пойдёте туда первым, чтобы убедиться, что детям ничего не грозит. Мы Божьи дети, и Бог делает для нас то же самое.

Страх перед неизвестным

Предположим, кто-то сказал вам: «Мне нужно с тобой поговорить. Давай встретимся или побеседуем по телефону на следующей неделе». Как бы вы отреагировали? Вы бы предвкушали этот разговор, ожидая услышать что-то хорошее? Или беспокоились бы, не расстроили ли вы чем-нибудь этого человека?

Допустим, начальник оставляет вам в понедельник сообщение, в котором назначает встречу на пятницу в четыре часа. Чем будут наполнены ваши мысли все эти дни — верой или страхом? Вы будете бояться увольнения? Или надеяться, что вас повысят в должности или прибавят зарплату?

Человеческая природа подталкивает нас к негативным мыслям, но мы можем отвергнуть их и выбрать позитивный настрой. Легко можно подхватить вирус или простуду, но можно выбрать здоровье. Сатана постоянно подбрасывает нам негативные мысли, которые легко можно подхватить, если не быть внимательным и осторожным, но можно выбрать позитивные мысли и сосредоточиться на них.

Человеческая природа подталкивает нас к негативным мыслям, но мы можем отвергнуть их и выбрать позитивный настрой.

Пока вы будете ждать намеченной на пятницу встречи, ваши мысли насчёт того, что скажет вам начальник, определяют то, какой окажется для вас эта неделя. Во многом это зависит от характера и темперамента человека. Дэйв более терпелив и спокоен, чем многие люди, и никогда ни о чём не беспокоится. Ему несложно было бы подождать до пятницы и не волноваться по поводу предстоящей беседы. Он мог бы даже не думать об этом до момента встречи с начальником. Я же, напротив, довела бы себя до отчаяния, пытаясь догадаться, о чём со мной будет говорить.

До того как уверовать в Иисуса, я постоянно всё просчитывала и анализировала, но, когда Он пришёл в мою жизнь и предложил мне другой вариант — доверять Ему, — я начала учиться этому. И учусь до сих пор, хотя уже и преуспела в этом.

Люди так сильно хотят знать, что с ними произойдёт, что готовы тратить немалые суммы на ясновидящих и гадалок, которые утверждают, что могут предсказывать будущее. Согласно сайту IBISWorld.com, существует около девяноста четырёх тысяч компаний, предлагающих подобные услуги, и совокупно они приносят около двух миллиардов долларов прибыли в год.

Я была бы не против, чтобы люди платили мне столько денег за то, что я поведаю им о будущем! И моё предсказание о будущем было бы для всех одинаковым: «Поверьте в Бога, и вас ждёт прекрасное будущее». Иногда вам будет нелегко, но жизнь с Богом — лучший вариант из всех возможных. Печально, что люди тратят так много денег на разговоры с теми, кто претендует на знание будущего, ведь можно совершенно бесплатно общаться с Богом.

Бог запрещает людям обращаться к медиумам, колдунам и предсказателям. Его оскорбляет, что мы прибегаем к подобным методам, чтобы выяснить будущее, ведь оно неизвестно никому, кроме Него.

Не обращайтесь к вызывающим мёртвых, и к волшебникам не ходите, и не доводите себя до осквернения от них. Я Господь, Бог ваш.

Левит 19:31

Не должен находиться у тебя проводящий сына своего или дочь свою через огонь, прорицатель, гадатель, ворожея, чародей, обаятель, вызывающий духов, волшебник и вопрошающий мёртвых; ибо мерзок пред Господом всякий, делающий это, и за сии-то мерзости Господь, Бог твой, изгоняет их от

лица твоего; будь непорочен пред Господом, Богом твоим; ибо народы сии, которых ты изгоняешь, слушают гадателей и прорицателей, а тебе не то дал Господь, Бог твой.

Второзаконие 18:10–14

Немало христиан прибегает к услугам предсказателей, ясновидящих и экстрасенсов, не подозревая, что Бог запрещает это. Когда-то я работала с одной девушкой, которая ходила в парикмахерскую только тогда, когда было благоприятное время для стрижки волос с точки зрения астрологии. Она много говорила мне об астрологических картах и знаках зодиака, и меня это увлекло. В то время я уже была христианкой, но ещё не полностью посвятила свою жизнь Богу. Я чувствовала, что мне чего-то не хватает, а дьявол только и ждал возможности заполнить эту пустоту тем, что могло бы отравить мою жизнь. К счастью, ему не удалось вовлечь меня с помощью этой девушки во что-то неправильное, потому что Бог коснулся моего сердца, и мои отношения с Ним стали более глубокими и доверительными.

В Библии действительно говорится о знамениях на солнце, луне и звёздах, которые будут предшествовать второму пришествию Иисуса (Лк. 21:25). Звёзды — великолепное творение, и у них есть своя роль, отведённая им Богом. Мы не должны искать у них совета или пытаться определять по ним, что нас ждёт. Когда люди, увлекающиеся астрологией, спрашивают у меня, под каким знаком зодиака я родилась, я обычно говорю: под знаком Креста. Это прекрасная возможность рассказать кому-нибудь о том, что ты получаешь советы от Бога и что они могут поступать так же.

Люди прилагают большие усилия, чтобы выяснить, что их ждёт. Но Бог не зря не раскрывает нам будущего. Знай мы обо всём, что с нами будет, нам было бы неинтересно жить. Бог любит тайны, как и многие из нас. Не нужно искать эти тайны, ведь самая большая из них — наше собственное будущее. Она раскрывается постепенно, день за днём, и дарит нам множество сюрпризов. Безусловно, мы будем сталкиваться с болью и разочарованиями, но, если мы будем доверять Богу, Он перемешает всё это с хорошими событиями и в результате всё происходящее станет одним большим благословением.

В детстве я подвергалась сексуальным домогательствам со стороны отца, а матери не было до меня дела, но Бог исцелил мою израненную душу и сейчас даёт мне возможность помогать другим людям, которые тоже перенесли страдания. Мой первый муж постоянно изменял мне, был лжецом и вором, но после него в моей жизни появился Дэйв. Он стал прекрасным мужем, и мы с ним счастливы в браке уже сорок три года. Если вы сейчас страдаете, если с вами поступили несправедливо, поверьте, вас ожидает что-то хорошее; Бог обязательно благословит вас.

Мне кажется, за навязчивым желанием знать своё будущее скрывается страх. Главным образом люди интересуются этим потому, что хотят избежать страданий и несчастий.

Наша боль кричит: «Это уже слишком! Это невозможно терпеть!» Но Бог кричит ещё громче: «Я здесь, Я рядом! У Меня отличный план для тебя, так что не сдавайся!»

По собственному опыту знаю, что даже в разгар страданий нужно продолжать верить, что непременно случится что-то хорошее. Это даст Богу возможность вмешаться и явить Свою чудесную силу.

В незнании нет ничего плохого

Богу пришлось долго учить меня не переживать из-за незнания того, что и когда будет происходить. Апостол Павел говорит:

Ибо я рассудил быть у вас не знающим ничего,
кроме Иисуса Христа, и притом распятого.

1 Коринфянам 2:2

Хотелось ли Павлу узнать что-то, что Бог ему ещё не открыл? Павел был очень умным и образованным человеком; его без преувеличения можно назвать мыслителем. Многие из нас тоже «мыслители», которые любят всё анализировать и просчитывать, вместо того чтобы отдать всё в Божьи руки и поверить, что Бог позаботится о нас или поможет найти решение.

Однажды — я уже работала над этой книгой — я обедала с одной женщиной; она не знала, о чём будет эта книга. Я поинтересовалась, что чаще всего заставляет её нервничать, и она тут же ответила: «Страх перед неизвестностью». Я рассказала, что пишу книгу о страхе и как раз сейчас работаю над главой, посвящённой страху перед будущим. Она призналась, что её преследуют тревожные мысли о пенсии и возможной нехватке денег. Она не замужем и материально поддерживает двух членов семьи. Один из них в преклонном возрасте, а у второго проблемы с психикой. У неё сезонная работа и нефиксированный доход, поэтому она никогда точно не знает, сколько получит. Рассчитывать она может только на Бога. Как она мне сказала, она постоянно беседует с Отцом о своей ситуации, и это помогает ей сохранять спокойствие.

Необязательно
знать своё
будущее, если
знаешь Того,
кто его знает.

Мне понравилось, что эта женщина говорит со своим Небесным Отцом и это помогает ей успокоиться. К счастью, мы все можем говорить с Ним. Он наш Утешитель, и Он даст нам самые лучшие советы. Необязательно знать своё будущее, если знаешь Того, кто его знает.

Люди испытывают различные страхи в зависимости от своей жизненной ситуации. Одинокий человек испытывает страхи, которые неведомы тому, кто состоит в браке. Страхи, которые свойственны родителям, непонятны тому, у кого нет детей. Но у всех нас есть возможность доверять Богу и действовать вопреки страхам и независимо от обстоятельств. Нужно идти вперед, даже если трясутся поджилки, а внутри всё холодеет.

Когда-то я была очень любопытной. Меня интересовали дела других людей, всё, что происходит на работе, в церкви, у соседей, в школе, в которую ходят мои дети, и во всех остальных местах. А сейчас мне хочется знать только то, что имеет ко мне отношение и помогает делать своё дело. Всё остальное перегружает мой мозг и раздражает душу. Я смотрю в будущее с надеждой, но для меня оно всё равно остаётся загадкой. Даже если нам кажется, что мы всё просчитали и у нас всё под контролем, это не так. Бог полон сюрпризов. Я была и страдающим подростком, и разведённой женщиной с ребёнком на руках, и официанткой, и менеджером по кредитам, и офисным работником, и домохозяйкой, и замужней женщиной с четырьмя детьми, и наконец учителем Библии и автором более ста книг. Работая официанткой, я даже в самых смелых фантазиях не могла представить, что однажды буду заниматься тем, чем занимаюсь

сейчас. Поверьте, ваше будущее может быть гораздо интереснее, чем вы можете себе представить, если вы отправитесь к нему вместе с Богом и попросите Его направлять вас.

Страх ещё не раз побеспокоит вас, но помните, что Бог с вами, а значит, вы со всем справитесь, даже если придётся наступить страху на горло.

*Но теперь, увидев невидимого, я не боюсь того, что
может сделать мне человек.*

Энн Хатчинсон

Не бойтесь пробовать что-то новое

Все семнадцать лет, пока я работала в одной крупной компании, меня не покидало чувство страха. Каждые несколько лет компания сокращала штат сотрудников. Я не раз задумывалась об увольнении, но очень боялась перемен.

Шли годы, и я всё чаще чувствовала беспокойство. Мне была неинтересна моя работа, и я не получала от неё никакого удовольствия. Я понимала, что эта работа мне больше не подходит, и у меня назрел вопрос: «Боже, чего Ты ожидаешь от меня? Чем я должна заниматься?»

Бог дал мне чёткое указание уволиться из компании. Он распахнул передо мной двери, и мне нужно было решиться переступить порог. Боялась ли я? Ещё как! Я была в ужасе от того, что мне предстояло шагнуть в неизвестность. Какую работу мне искать? А вдруг я не найду работу в ближайшее время? Как мне оплачивать счета?

Бог не объяснил, когда и какие возможности у меня появятся. Он просто сказал: «Доверься Мне».

В этот полный страхов период ожидания я наткнулась на телепередачу Джойс Майер и стала смотреть её ежедневно. Она часто повторяла, что мы должны действовать несмотря на страх, и я почувствовала, что новый образ мыслей придаёт мне сил. Бог менял меня, и страхи постепенно уходили.

Прошло три года и десять месяцев (я вела подсчёт), и Бог вывел меня из «зала ожидания» и дал мне новую работу. Она находилась в шести штатах и одиннадцати часах езды от моего дома. Раньше я боялась преодолевать значительно меньшие расстояния, чтобы попасть на собеседование. В этот раз у меня была какая-то сверхъестественная смелость.

Я поняла, что чем больше я доверяю Богу, тем меньше становится мой страх, а потом он и вовсе исчез. В тот день, когда я упаковала вещи, загрузила в багажник машины и отправилась в путь, я чувствовала не страх, а радостное волнение и надежду в преддверии чего-то нового. Я была готова к ожидавшему меня приключению. Я начала действовать и больше не боялась.

— Ребекка

Доверяйте Богу в любой ситуации

Свобода от страха перед возможными неприятностями

Призови Меня в день беды, и Я спасу тебя, а ты прославишь Меня.

Псалом 49:15 (NIV)

Бедой может быть любая неприятная ситуация, а также всё то, что создаёт нам трудности, неудобство; вызывает беспокойство, тревогу, мучение, раздражение, досаду, недовольство; приносит заботы, смятение, переживания; приводит к панике, огорчению, страданиям. Всего этого нам очень хотелось бы избежать, но не получается.

Иисус предупреждал, что в мире у нас будут невзгоды, и советовал не отчаиваться, потому что Он победил мир (Ин. 16:33). Ещё Он сказал, что оставляет нам Свой, особенный мир, не такой, какой могут дать на земле, а *Свой мир!* И добавил: «Да не смущается сердце ваше и да не устрашается» (Ин. 14:27). Если человек получает всё, что хочет, и его жизнь складывается удачно, то его сердце, как ему кажется, наполняет мир. Однако Божий мир совсем другой.

Он может наполнять нас даже тогда, когда всё идёт не так и когда на нас обрушиваются трудности, беды и страдания.

Павел написал Тимофею о том, что в последние дни наступят тяжкие времена, и перечислил признаки этих времён, которые мы и наблюдаем сегодня. Вот эти признаки: «...люди будут самолюбивы, сребролюбивы, горды, надменны, зло-речивы, родителям непокорны, неблагодарны, нечестивы, недружелюбны, непримирительны, клеветники, невоздержаны, жестоки, не любящие добра, предатели, наглы, напыщенны, более сластолюбивы, нежели боголюбивы» (2 Тим. 3:2–4). Сейчас это всё проявляется гораздо чаще, чем в предыдущие годы, и многие люди напуганы происходящим в мире. В Библии сказано, что из-за страха у людей будет останавливаться сердце (Лк. 21:26, NKJV).

Иисус предупредил нас о грядущих бедствиях не для того, чтобы напугать, а чтобы подготовить. Тем, кто верит в Иисуса, не нужно бояться, ведь Он не только заранее рассказал о том, какими тяжёлыми будут последние времена, но и обещал позаботиться о нас и не допустить испытаний сверх наших сил (1 Кор. 10:13).

Неверующие живут в страхе, ведь нередко в новостях можно увидеть, как люди просто пошли в магазин и стали жертвами человека, открывшего стрельбу по прохожим. За последние несколько лет в нашей стране были случаи массовых убийств в школах, колледжах, кинотеатрах, концертных залах, торговых центрах, ночных клубах, церквях, на корпоративах, военной базе, военно-морской верфи и в других местах. Большинство людей стали случайными жертвами. Они были убиты или ранены только потому, что оказались в поле зрения стрелка. Помимо этого, совершались террористические акты, самым ужасным из которых стала трагедия

11 сентября, когда террористы атаковали башни-близнецы Всемирного торгового центра в Нью-Йорке и здание Пентагона. В результате погибло 2 996 человек.

В мире много вражды, ссор, конфликтов и ненависти. Я могла бы ещё долго писать об ужасной обстановке в мире, но мне хочется убедить вас, что, несмотря на всё происходящее, не нужно жить в страхе. Нужно быть мудрым, осторожным и внимательным к происходящему вокруг; нельзя оставлять незапертыми двери и бросать маленьких детей без присмотра в общественных местах; нужно оставаться здравомыслящим. Но ещё раз повторю: не нужно жить в страхе.

Не убоюсь зла

Страх — это тупик, а вера всегда видит будущее. Страх не видит выхода, а вера знает, что Бог покажет выход. Псалмопевец Давид говорит: «Не убоюсь зла» (Пс. 22:4). С христианской точки зрения, Бог считает злом любые действия, мысли или мнения, которые противоречат Его характеру или воле.

Сатана — воплощение зла, и все его дела злонамеренны. Но бояться не нужно, потому что Бог направляет нас, помогает сохранять мир и радоваться жизни даже посреди всех невзгод и потрясений.

Страх — это тупик, а вера всегда видит будущее.

А тот, кто слушает меня [Мудрость], будет жить в безопасности, с твёрдой надеждой и будет спокоен, не страшась зла.

Притчи 1:33 (АМРС)

В Библии есть немало историй о том, как Бог защищал Свой народ, а нечестивые погибали из-за бедствий. Бог послал ангелов в Содом и Гоморру предупредить Лота и его семью о надвигающейся каре и велеть им покинуть город, обречённый на уничтожение (Быт. 19:12–16). Бог навёл потоп на землю, но спас Ноя и его семью, потому что они жили праведно (Быт. 7:1–5). Он обрушил десять казней на Египет за грехи египтян, но уберёг Свой народ, живший в земле Гесем (Исх., гл. 8, 9).

У нас нет причин сомневаться в том, что Бог защитит нас, верящих в Него, от господствующего в мире зла. Это не значит, что нас минуют несчастья, испытания и страдания, но Бог будет оберегать нас. В четвёртой главе Евангелия от Марка Иисус отчитал учеников за то, что они испугались бури. Он хотел, чтобы они доверяли Ему.

Павел сказал, что перед ним открыта великая и широкая дверь, и вместе с тем появилось много противников (1 Кор. 16:9). Сатана использует беды, чтобы заставить нас отказаться от возможностей, которые даёт нам Бог. Но мы должны твёрдо верить, а не отступать в страхе (Евр. 10:39).

Апостол Иаков пишет, что мы должны сохранять терпение посреди испытаний и бедствий (Иак. 1:2–3). Терпение — это плод духа, который вырабатывается только благодаря испытаниям. Ни одна мышца нашего тела не станет больше или сильнее без нагрузки. Наша вера подобна мышцам — её тоже нужно тренировать, чтобы она росла и становилась сильнее.

Испытания веры

Я не знаю, какие испытания вы сейчас проходите. У кого-то может быть хороший период в жизни. У кого-то серьёзные трудности. А у кого-то произошла трагедия. Возможно, вы пере-

несли тяжёлую утрату или лишились работы, вместе с пенсионными льготами и страховкой. Возможно, вы болеете, страдаете от депрессии или забота о престарелых родителях отнимает у вас много сил. Легко доверять Богу, когда нет проблем. Совсем другое дело — доверять Ему в трудных ситуациях, когда приходится делать над собой усилие, порой несколько раз в день.

Сатане удаётся рисовать мрачные картины в нашем воображении и убеждать в том, что впереди нас ждут проблемы и несчастья. Но давайте переведём фокус внимания на Иисуса, ведь Он обещал никогда не покидать нас. Он наш Утешитель (2 Кор. 1:3–4) и наша сила.

В Божьем Слове неоднократно повторяется, что наша вера будет подвергаться испытаниям:

Возлюбленные! огненного искушения, для испытания вам посылаемого, не чуждайтесь, как приключения для вас странного.

1 Петра 4:12

О сём радуйтесь, поскорбев теперь немного, если нужно, от различных искушений, дабы испытанная вера ваша оказалась драгоценнее гибнущего, хотя и огнём испытываемого золота, к похвале и чести и славе в явление Иисуса Христа.

1 Петра 1:6–7

В этих стихах ясно сказано, что огненные испытания служат проверкой нашей веры. Возможно, это неприятно слышать, но в этом есть и плюсы. Если мы проходим испытания и не перестаём доверять Богу, то мы растём духовно, а наша прошедшая проверку вера становится сильнее.

Настройтесь

Поскольку мы заранее знаем, что придётся проходить трудности, нам необходимо настроиться и поверить, что мы будем сильны во Христе и с Его помощью выстоим. Если мы морально подготовимся и решительно настроимся держаться до конца и всё преодолеть вместе с Богом, нам будет гораздо легче проходить трудности.

Дэйв обожает гольф. Как-то я спросила его, что он будет делать, когда не сможет больше играть, и он ответил: «Я уже подумал об этом и решил, что всё равно буду радоваться жизни».

В молодости у Дэйва часто были мигрени. Он всегда боялся, что в любой момент у него заболит голова. Однажды Господь сказал ему не бояться и радоваться жизни, несмотря на боль. Дэйв последовал этому совету. Каждый раз, чувствуя приближение мигрени, он говорил «я не боюсь», и боль проходила. Если сатана увидит, что мы не попадаем на его уловки, он остановится и будет ждать другой подходящей возможности.

Чтобы пережить трудные времена, меняйте своё мышление, размышляя над Божьим Словом и проговаривая вслух отрывки из него. Предлагаю вам выполнить домашнее задание: в течение следующего месяца произносите несколько раз в день слова апостола Павла:

Я могу всё в укрепляющем меня Иисусе Христе [я готов ко всему и способен справиться со всем благодаря Тому, кто наделяет меня внутренней силой; благодаря Христу у меня есть всё необходимое для этого].

Филиппийцам 4:13 (АМРС)

Это поможет вам направить свои мысли в правильное русло и заранее настроиться на победу.

Мы всё можем преодолеть силой Возлюбившего нас (Рим. 8:37), и, если мы верим в это, нам не нужно бояться зла. Испытания и беды временны, и возлюбивший нас Бог может всё обратить нам во благо (Рим. 8:28).

Многие из тех, кто перенёс серьёзную болезнь, говорят, что она заставила их задуматься о том, что действительно важно. После выздоровления они изменились к лучшему.

Если ваша проблема настолько серьёзна, что никто кроме Бога неспособен помочь вам, это заставит вас стремиться к Нему с небывалым рвением. Говорят, мы созреваем для чуда тогда, когда проблема настолько велика, что только Бог способен с ней справиться.

Мы созреваем
для чуда
тогда, когда
проблема
настолько
велика, что
только Бог
способен с ней
справиться.

Все наши проверки и испытания не несут угрозу нашей жизни. Они могут расстраивать или раздражать нас, но посредством них Бог укрепляет нашу веру и развивает в нас терпение. Возможно, Он делает это для того, чтобы мы имели больше сострадания к людям, попавшим в беду. Как бы то ни было, если мы сохраняем правильный настрой и доверяем Богу, Он сделает так, что в итоге это принесёт нам пользу. Пусть враг и замышляет против нас зло, Бог обратит это в добро (Быт. 50:20).

Мучительная и прекрасная

В моей жизни, как и в жизни многих, было много боли. Я пережила сексуальное насилие, развод, выкидыш, рак груди, две операции по замене бедренных суставов, операцию на спине, операцию по удалению костного нароста,

отвержение, одиночество, критику и клевету. Мной овладевал страх, сомнения, тревога, самокопание, зависть, неуверенность, гнев, обиды — и это только начало длинного списка. Да, моя жизнь была мучительной, но в то же время прекрасной. Если посмотреть на мою жизнь целиком, то я могу сказать, что она невероятна! Удивительна! Чудесна! Хотела бы я вернуться в прошлое и убрать всю боль? Нет. Потому что, не перенеси я столько страданий, я бы не смогла ценить всё хорошее, что есть в моей жизни сейчас.

Даже сексуальное насилие, которому я подвергалась в детстве, каким бы ужасным и греховным это ни было, помогло мне стать той, кем я являюсь сегодня. Даже на секунду я не допускаю мысли о том, что ради какой-то цели Бог замыслил кошмар, через который я прошла, но Он обратил это во благо.

То, как наша боль сказывается на нас, отчасти зависит от нашего отношения к происходящему. Мы можем или ожесточиться, или стать лучше. Ваше отношение зависит только от вас, и ни от кого другого.

Я встречала людей, у которых были не такие уж и большие трудности, но они очень обиделись на жизнь и полны жалости к себе. Также я знаю других людей, которые перенесли настоящую трагедию, но остались добрыми, отзывчивыми и не жалуются. Это, наверное, самые благодарные люди, которых я встречала.

Они сделали правильный выбор: распорядиться жизнью по максимуму, а свои раны использовать на пользу себе и другим. Они оставили прошлое позади и устремились к тому, что ждёт их впереди.

Возможно, сейчас, читая эту книгу, вы поняли, что вам нужно изменить своё отношение к жизни. В таком случае попросите Бога помочь вам. Идите к этой цели неотступно день

за днём и не сдавайтесь, пока не одержите победу. Если жизнь преподнесла вам лимоны, испеките из них лимонный пирог и украсьте взбитыми сливками. Вы можете победить дьявола на его же поле, если будете играть по Божьим правилам. Не расстраивайтесь и не беспокойтесь из-за людей, которые творят беззаконие, уповайте на Господа и делайте добро (Пс. 36:1–3).

Филиппийцам 1:28 (АМРС) — прекрасное место Писания, в нём ясно сказано, как, с точки зрения Бога, нужно реагировать на козни дьявола:

И [даже на миг] не позволяйте своим недоброжелателям и противникам запугать и утратить вас, ведь для них это [ваше упорство и бесстрашие] будет предзнаменованием (доказательством и печатью) их [неминуемой] гибели, а для вас предзнаменованием [ясным знаком и свидетельством] освобождения и спасения, и это от Бога.

Этот стих очень помог мне. Вспоминайте его, размышляйте над ним, вдумывайтесь в его смысл, и вы тоже извлечёте из него большую пользу. Наше упорство и бесстрашие перед нападающим на нас врагом — ясное предзнаменование его неминуемой гибели, а для нас — это ясный знак и свидетельство грядущего избавления. Дьявол видит, что не может победить вас, а Бог, видя, что вы верите Ему, избавит вас.

Это не будет длиться вечно

Никакие ваши трудности не будут длиться вечно. Вспомните о тех трудностях, которые вы уже перенесли. Они закончились, а вы, я верю, стали мудрее и сильнее, чем прежде.

Страх перед возможными проблемами хуже, чем сами проблемы. Можно годами чего-то бояться, а справиться с этим всего за пару месяцев. Одна беременная женщина как-то призналась мне, что панически боится боли при родах. Я постаралась её утешить и убедить не бояться, потому что, пусть ей и будет больно, она забудет о своих страданиях, как

Зависимость от комфорта мешает нам обрести свободу и достичь желаемого.

только возьмёт на руки своё прекрасное дитя. Разумеется, она справилась с этим, а впоследствии родила ещё одного ребёнка. Нет смысла бояться неизбежного. Если вы решили стать врачом, вам придётся много лет учиться в институте и ординатуре, зато после учёбы вы сможете работать врачом всю оставшуюся жизнь.

Будьте готовы пройти любые испытания, чтобы стать тем, кем хотите, и получить то, что хотите. Если хотите сбросить вес, у вас получится, если вы ограничите себя в еде, пока объём вашего желудка не уменьшится. Зависимость от комфорта мешает нам обрести свободу и достичь желаемого. Нужно сжать волю в кулак и не ожидать, что нам будет всё даваться легко. Нам дана Божья сила. Это означает, что мы способны сделать всё, что потребуется, и при этом сохранять позитивный настрой и ничего не бояться.

Первым делом разрешите мне высказать твёрдое убеждение, что единственное, чего нам следует бояться, — это страха, безрассудного, безликого, неоправданного ужаса, который парализует усилия, необходимые для превращения отступления в наступление.

Франклин Д. Рузвельт

Кто защитит мою семью?

Один из самых больших моих страхов — оказаться неготовым к какой-нибудь катастрофе или, например, к вторжению грабителя в мой дом. Я привык всё планировать и просчитывать, поэтому беспокоюсь из-за того, что может возникнуть непредвиденная ситуация.

Я не могу назвать себя человеком, готовящимся к выживанию в экстремальных условиях, — у меня в подвале нет запасов питьевой воды и коробок с полуфабрикатами. Но я всегда стараюсь заранее позаботиться обо всём, что может произойти.

За эти годы я пришёл к выводу, что мой страх продиктован стремлением защитить и обеспечить свою семью. Как мужчина я несу ответственность за её безопасность и благополучие. Это постоянно давит на меня. Я должен обеспечивать семью, а для этого мне нужна стабильная работа. Я должен позаботиться о душевном спокойствии семьи, а для этого мне нужно проводить с ней время и быть хорошим мужем и отцом. Я должен позаботиться о её безопасности как внутри нашего дома, так и за его стенами.

Я христианин, и меня всегда учили во всём доверять Богу, потому что Он о нас печётся. Я говорю, что доверяю Богу, и верю, что Он даст нам всё необходимое, но порой мои мысли и дела расходятся со словами. Как мне найти золотую середину: верить, что Бог восполнит все мои нужды, даже в случае катастрофы, и защитит мою семью, но также и делать всё необходимое, чтобы подготовиться к любым ситуациям?

Постоянная тревога и страх сводят меня с ума, а мысли выходят из-под контроля. Я могу так накрутить

себя, что у меня начинаются боли в желудке, а страх может привести к болезням.

Я понимаю, что не всё в моей власти. Я не могу находиться рядом с женой и детьми круглые сутки, чтобы защитить их. Я не всегда могу обеспечить их материально. Но Бог может это сделать. Он великий. Мне нужно больше доверять Ему. Он знает, что у меня в сердце, знает, что я стараюсь изо всех сил. Я не должен бояться того, что делаю недостаточно, потому что у Бога всё под полным контролем.

— Майк

Обретите покой

**Свобода от страха того,
что вы делаете недостаточно**

*Ибо благодатью вы спасены через веру, и сие не от вас,
Божий дар: не от дел, чтобы никто не хвалился.*

Ефесянам 2:8–9

Однажды мы провели опрос в нашем офисе. Мы поинтересовались у людей, о чём бы они спросили Иисуса, окажись Он ненадолго рядом с ними. На первом месте был вопрос: «Как мне понять, что я делаю достаточно?» Меня тоже долго преследовал этот же вопрос, но я и не подозревала, что он волнует так много людей. Моё навязчивое стремление делать достаточно проистекает, наверное, из неуверенности, причиной которой было сексуальное насилие со стороны отца. В течение многих лет я пыталась доказать окружающему миру свою состоятельность и ценность. К счастью, истина Божьего Слова освободила меня от этого. Тем не менее даже сейчас меня порой мучают угрызения совести, если, на мой взгляд, мне не удалось достаточно поработать в какой-то день.

После того как мне заменили бедренный сустав, рядом со мной несколько дней находилась дочь. Они с Дэйвом

заботились обо мне, но мне постоянно хотелось *что-то сделать!* Дочь спросила меня: «Почему ты никак не угомонишься?» Я ответила, что не хочу облениться. Она странно посмотрела на меня и расхохоталась: «Если кому-то это и грозит, то уж точно не тебе!» Ей прекрасно известно, что я всегда стараюсь сделать всё, что от меня требуется.

Я очень ответственный человек. Возможно, это отчасти объясняет мою неутомимость и стремление сделать достаточно. Однако главным образом это проистекает из моего страха огорчить Бога своим недостаточным усердием. Этот страх поселился во мне в детстве из-за отца: он считал, что развлечения не приносят никакой пользы, и был доволен мной, только когда я была занята делом. Помню случаи, когда мне доставалось даже за смех. Отец был несчастным человеком и очень злился, когда рядом кто-то радовался и веселился.

Возможно, вас тоже мучает страх того, что вы делаете недостаточно, но у вас не было трудного детства. Наоборот, у вас были прекрасные родители, вы знали, что они вас любят, вы хорошо учились в школе, и у вас было много поводов для радости. И вы хотите понять: «Почему я так устроен? Почему я чувствую вину, когда отдыхаю?» Наверное, потому, что современное общество навязывает идею о том, что наша ценность пропорциональна тому, сколько мы трудимся и зарабатываем. Неосознанно мы усваиваем это мнение, и оно негативно влияет на нас.

Почему
я чувствую
вину, когда
отдыхаю?

Бог дарует нам искупление

Бог дарует нам искупление и восстанавливает всё, чего лишил нас дьявол. Для христиан слово «искупление» подразумевает,

что Иисус искупил и освободил нас ценой Своей крови. Бог возвратил мне то, чего я лишилась в детстве и в тех неблагополучных отношениях, которые у меня были позже, а также освободил меня от страха, что я делаю недостаточно.

Если и у вас есть такой же страх, Бог готов освободить вас. Христос искупил нас, чтобы мы были свободными (Гал. 5:1). Любой страх — это рабство, и Бог хочет избавить нас от него. Но чтобы освободиться от проблемы, сначала нужно признать её существование. Бывает, людей (возможно, и вас тоже) всю жизнь преследует какой-то страх, и они даже не понимают, что он безоснователен. Не бойтесь, что вы делаете недостаточно. Ведь, как бы вы ни старались, этого никогда не будет достаточно. Именно поэтому Иисус пошёл на крест, и никакие другие жертвы нам не нужны. Жертва Иисуса была совершенной и окончательной, и нам ничего не нужно добавлять к ней. Никакое количество дел не заставит Бога любить вас больше, чем Он уже любит вас.

Эта истина помогла мне понять, почему меня не покидало чувство вины, когда я отдыхала или смотрела телевизор. Бог сказал мне, что я чувствую себя виноватой потому, что считаю, будто не заслуживаю отдыха, пока не переделаю все дела. Такой подход — тупик, ведь, сколько бы дел мы ни сделали, они всё не заканчиваются. Нужно хорошо поработать в течение дня, а вечером спокойно отдыхать и развлекаться, чтобы набраться сил и бодрости для предстоящего дня.

Разумеется, нужно дисциплинировать себя и стараться выполнять всё необходимое, а не лениться. Работа важна, но не менее важен и отдых.

Приняты Богом

Мы приняты Богом через веру в Иисуса Христа. Поэтому нам не нужно совершать достаточное количество хороших дел или приносить жертвы, чтобы Бог принял нас. В мире признание нужно заработать, но у Бога всё не так.

Не нужно задаваться вопросами: «Достаточно ли я молюсь? Достаточно ли я читаю Библию? Не много ли я смотрю телевизор? Достаточно ли пожертвований я отдаю? Достаточно ли я добр к людям?» Каждый раз, когда у вас возникает мысль: «Достаточно ли я?...», ответ должен быть один: «Да, достаточно» благодаря Иисусу, умершему за вас и воскресшему. Если Бог велит вам что-то сделать, исполните это незамедлительно, помня о том, что повиноваться нужно из любви к Нему, а не для того, чтобы заслужить что-то. Святой Дух подскажет нам, когда нужно больше работать, больше учиться или делать что-то лучше, но Он также хочет, чтобы мы откладывали работу и отдыхали.

Беспокойство из-за того, что Бог может разочароваться в нас или разгневаться, — это разновидность страха. Причём это один из наиболее мучительных страхов, поскольку из-за него мы не можем отдыхать, не испытывая при этом вину. Если бы у вас было трое детей и они приходили бы к вам каждое утро с вопросом: «Что нам сегодня сделать для тебя, чтобы ты нас любил (-а)?», вы бы наверняка огорчились из-за того, что они не верят в вашу любовь и стараются заслужить её с помощью каких-то дел. Мы бы предпочли, чтобы дети делали для нас что-то хорошее потому, что хотят этого, а не для того, чтобы заслужить нашу любовь.

Мы хотим получать от Бога ответы на свои молитвы, и Бог отвечает, но не потому, что мы идеальные. Мы молимся во имя Иисуса, то есть на основании того, кем является Иисус,

а не на основании того, кем являемся мы. Иначе мы бы молились во имя своё.

Я сделаю всё [Я Сам дам вам всё], чего бы вы ни попросили во имя Моё [на основании того, кто Я есть], чтобы Отец был прославлен и возвеличен через Сына. Да, всё, что вы попросите во имя Моё [на основании того, кто Я есть], Я сделаю для вас.

Иоанна 14:13–14 (АМРС)

Иисус предлагает
всем изнурённым прийти к Нему

Иисус сказал, что все изнурённые от тяжёлого труда и обременённые могут прийти к Нему, и Он даст им покой (Мф. 11:28, NKJV). Прочтите этот стих внимательно. Там не сказано: «Придите ко Мне, и Я дам вам список дел, которые необходимо выполнить». Если мы изнурены, Иисус предлагает нам покой, который восстановит наши умственные, душевные, физические и духовные силы. Мы нуждаемся в таком полноценном отдыхе, и Бог готов дать нам его.

В Евангелии от Матфея 11:29 Иисус сказал нам взять на себя Его иго и научиться у Него. Иисус не отдыхал *от* работы, Он отдыхал *во время* работы, и мы можем научиться тому же. Употреблённое в греческом оригинале Нового Завета слово «покой» означает «отдых». Это не просто отдых от трудов, это состояние души; это умение выполнять необходимую работу, сохраняя при этом веру и покой, не утомляясь и не поддаваясь страху.

Вознёсшись на небеса, Иисус послал на землю Святого Духа помогать нам. Он хочет, чтобы мы обращались к Нему

за помощью во всех своих делах. Если мы исполняем Божью волю, Святой Дух даёт нам благодать, и мы со сверхъестественной лёгкостью справляемся со всем, что от нас требуется. Но если мы отчаянно пытаемся добиться чего-то своими силами и постоянно боимся, что делаем недостаточно, мы утомляемся из-за непосильного бремени. Если это относится и к вам, у вас есть приглашение Иисуса прийти к Нему и обрести Его особый покой.

Все требования Бога были удовлетворены Иисусом Христом. Он пришёл на землю, приняв облик человека, чтобы сделать для нас то, чего мы бы никогда не смогли сами. Взамен Он просит нас верить в Него, доверять Ему и в знак доверия проявлять послушание. Если мы поймём и поверим, что Иисус всё сделал из любви к нам, а не из-за наших дел, то будем делать всё необходимое с радостью, необыкновенной лёгкостью и из любви к Нему.

Все требования
Бога были
удовлетворены
Иисусом
Христом.

Труд от чистого сердца

Единственный труд, который угоден Богу, — это труд от чистого сердца. Что это означает на практике?

1. Труд для Бога должен проистекать из любви к Нему.
2. Труд для Бога должен проистекать из желания проявить послушание Ему и Его Слову.
3. Труд для Бога, должен сопровождаться верой и упованием на Бога.
4. Труд для Бога не должен выполняться ради того, чтобы люди его заметили и одобрили; не должен выполняться

ради их похвалы, восхищения или признания. Для Бога важна чистота наших мотивов, а значит, она должна быть важна и для нас.

Согласно Библии, Бог, оценивая наши дела, подвергнет их испытанию огнём, и награду получают только те из нас, чьи дела совершались с чистыми мотивами. Все остальные дела сгорят, и те, кто совершал их, потерпят урон; они всё равно спасутся, однако останутся без награды (1 Кор. 3:12–15).

Я люблю Господа и хочу получить награду, когда приду на небеса. Поэтому я всегда исследую своё сердце, чтобы выявить, с чистыми ли мотивами я тружусь для Господа. Порой мы обманываем себя и по-настоящему не знаем, что творится в нашем сердце, поэтому я часто прошу Бога дать мне знать, нет ли у меня неправильных мотивов.

Псалмопевец Давид просил Бога испытать его и проверить побуждения его сердца, чтобы увидеть, не идёт ли он опасным путём (Пс. 138:23–24). С нашей стороны было бы мудро поступать так же. Бог знает помышления нашего сердца лучше нас самих. Нас уже не ждёт *осуждение* (Рим. 8:1), но мы должны прислушиваться к *обличению* Святого Духа, чтобы понимать, какие наши поступки неуютны Богу. Слово «обличение» несёт положительный смысл. Для меня это один из способов, которыми Бог проявляет любовь ко мне и оберегает меня от беды.

Мы должны молиться, благодетельствовать, изучать Божье Слово и совершать добрые дела не для того, чтобы заслужить Божье одобрение. Оно у нас уже есть, поскольку мы верим в Него. Он послал Своего Сына на землю умереть ради нас, когда мы были ещё грешниками (Кол. 2:13–14; Рим. 5:8), поэтому очевидно, что Он любит нас безусловной любовью и Его любовь не зависит от наших добрых дел.

Не будьте слишком строги к себе

Мир и дьявол предъявляют к нам слишком много требований. Не нужно помогать им своей излишней строгостью к себе. Бог милостив! Если мы будем принимать Его милость, то будем милосердны к другим. В самом начале своего пути с Богом я поняла причину, по которой мне трудно было проявлять милосердие к окружающим: я не принимала милость от Бога. Не отдашь другим то, чего у тебя нет. Примите от Бога милость и прощение за свои грехи, ошибки и неудачи, и вам будет легче снисходить к слабостям других.

Слабости есть у всех. Иисус хорошо это понимает, ведь Он Сам подвергался искушениям, как и мы. Разница в том, что Он никогда не поддавался им и не грешил (Евр. 4:15). Слабость и нечестивость — это абсолютно разные проявления. Ни один рождённый свыше человек не является нечестивым, потому что в нём Божья природа. Божий характер и Божий Дух вложены в дух рождённого свыше человека, и он не может продолжать сознательно грешить (1 Ин. 3:9). Время от времени мы проявляем слабость. Мы порой грешим и не всегда соответствуем Божьим ожиданиям. Но совсем другое дело быть человеком нечестивым, погрязшим в грехах.

Люди, воспитывающие детей с ограниченными возможностями, не требуют от них того же, чего требовали бы от детей, не имеющих таких ограничений. Бог знает, что все люди обладают врождёнными слабостями. Мы постепенно преобразуемся в образ Иисуса Христа «от славы в славу» (2 Кор. 3:18), и Бог понимает, что мы пока находимся в процессе. Иисус, наш милосердный Первосвященник, понимает наши слабости и недостатки и хочет, чтобы с таким же пониманием мы относились к другим людям.

Я называю страх орудием мучений в руках сатаны. Если мы поддаёмся страху, он лишает нас радости. Страх мучает нас, потому что угрожает нам карой или бедствием, но по вдохновению Святого Духа апостол Иоанн написал: «В любви нет страха, но совершенная любовь изгоняет страх» (1 Ин. 4:18). Совершенна и безусловна только любовь Бога, и именно она изгоняет страх из наших сердец. Если мы поверим, что Он всецело принимает нас, исчезнет бесследно страх того, что мы недостаточно хороши для Него.

Сомневаясь в том, что Бог доволен нами по причине одной лишь нашей веры в Иисуса, мы сами навлекаем на себя множество неприятностей. За время трёхлетнего служения Иисуса на земле с небес дважды раздался голос, сказавший: «Вот Сын Мой возлюбленный, которым Я весьма доволен» (Мф. 3:17; 17:5, ESV). Иисус не отверг эти слова Своего Отца. А если бы отверг, это привело бы к серьёзным проблемам. Бог любит нас и доволен нами. Он не всегда доволен нашим поведением, ведь мы всё ещё растём духовно, но Он доволен нами как людьми, которые любят Его и хотят поступать правильно.

Советую вам почаще говорить себе: «Бог доволен мною». Поверьте в это всем сердцем. Говорите это вслух, когда вы одни. Это поможет вам обрести уверенность и освободит от страха перед тем, что вы делаете недостаточно.

*Имейте достаточно храбрости, чтобы довериться
любви ещё один раз и всегда ещё один раз.*

Майя Анжелу

Страх близости из-за травмы в прошлом

Я боюсь заводить новых друзей или завязывать новые отношения. Даже если отношения начинаются с воодушевления и радости, вмешивается мой разум и вселяет в меня беспокойство, сомнения и недоверие.

Когда я был подростком, у родителей настал сложный период. Мать узнала об изменах отца. Раскол внутри нашей маленькой семьи повлиял и на наши отношения с родственниками и друзьями. Когда стало известно о разладе в семье, начали вскрываться и другие неприятные факты.

Мы в семье привыкли говорить честно и открыто. Инициатором откровенных разговоров была мама. Отец был более тихим и замкнутым человеком. Некоторые из его качеств я замечаю сейчас в себе.

Я часто обсуждал происходящее с матерью, а не с отцом. Он всегда или молчал, или менял тему. Это привело к тому, что многие мои вопросы остались без ответа, а некоторые мучают меня до сих пор.

Шли годы, и я понял, что не хочу следовать по стопам отца. Это и стало той почвой, на которой вырос мой страх близких отношений. Я хочу строить отношения с людьми, но страх постоянно блокирует мои попытки.

Мне бы хотелось искренне поговорить с отцом и получить ответы на свои вопросы, чтобы по возможности избежать похожих ошибок. Я вижу, какую боль и шрамы оставило в моей душе то, что происходило тогда. Однако мысль о том, чтобы открыто обсудить это с отцом, приводит меня в ужас.

Я знаю, что мне нужно отдать это в руки Иисуса. Я намерен выбрать свободу вместо страха и попросить Его дать мне мудрости и смелости преодолеть застарелый страх, мешающий мне строить полноценные отношения с людьми.

— Эшли

Стройте здоровые отношения

**Свобода от страха
доверять Богу и людям**

Твёрдого духом Ты хранишь в совершенном мире, ибо на Тебя уповает он.

Исаия 26:3

Боязливые люди не умеют доверять другим. Они живут в постоянном стрессе, потому что всё время пытаются убежать себя от чего-то, максимально себя обезопасить и не допустить, чтобы кто-то обманул их или использовал в своих интересах. Люди, которые подверглись жестокому обращению, которых обидели, предали или бросили, особенно подвержены этому страху. Воспоминания о пережитой боли вынуждают их жить в режиме самообороны. Они не умеют доверять, расслабляться и радоваться жизни.

Ни у кого из нас нет гарантий, что мы избежим боли и разочарований. Однако Бог дал нам обещание, что, если мы будем доверять Ему, Он будет судить справедливо и будет нашим защитником.

В первую очередь, нужно развивать близкие и доверительные отношения с Богом, а уже потом мы сможем доверять

людям. В Писании есть множество отрывков, где говорится о доверии Богу. Доверять кажется простым делом, но у нас это плохо получается. Доверие подразумевает, что некоторые наши вопросы останутся без ответа, что мы не всегда будем знать, что и когда сделает Бог, чтобы помочь нам. Мы должны возлагать свои заботы на Него и верить, что Он печётся о нас (1 Пет. 5:7).

Мы созданы для взаимоотношений, а не для одиночества. Однако страх перед тем, что с нами плохо поступят или обманут, заставляет нас избегать близких отношений и держаться с людьми на расстоянии. Даже если мы завязываем с кем-то отношения, мы стараемся держаться на безопасном расстоянии от этих людей. Мы впускаем их в свою жизнь, но избегаем настоящей близости с ними и доверия.

Мы созданы для взаимоотношений, а не для одиночества.

БЛИЗОСТЬ С БОГОМ

Иисус умер не для того, чтобы у нас появилась новая разновидность религии, а для того, чтобы мы могли иметь близкие, глубокие, доверительные отношения с Богом. Когда Иисус пришёл на землю, облечённый в человеческую плоть, Он имел близкие отношения со многими людьми; Ему это удавалось потому, что у Него всегда были глубокие отношения с Отцом.

Бог уже приблизился к нам во Христе и предлагает нам приблизиться к Нему: «Приблизьтесь к Богу, и приблизится к вам» (Иак. 4:8). Мы можем открыть Ему своё сердце, не боясь быть отвергнутыми. Он уже знает о нас всё. Он заранее знает, что мы сделаем или скажем. Один из способов

развивать близкие отношения с Богом — говорить с Ним обо всём без утайки. У нас всё равно не может быть никаких секретов от Бога, так зачем что-то скрывать от Него?

Вы можете говорить с Богом и слышать Его. Он говорит с нами различными способами, но вы можете научиться распознавать Его голос. Иисус сказал, что те, кто принадлежит Ему, знают Его голос (Ин. 10:3–4).

Апостол Павел пишет, что он твёрдо намерен познать Бога и силу Его воскресения (Фил. 3:10, АМРС). Он не просто хотел узнать что-то *о Боге*, он намеревался *познать Самого Бога*. Многие знают о Боге, что-то слышали о Нём и, возможно, верят в Его существование, но они не впустили Его в своё сердце и не уповают на Него во всех своих делах.

Близкие, доверительные отношения с Богом освободят вас от мучительных страхов и негативных моделей поведения, избавят от тяжкого бремени забот и помогут жить той прекрасной жизнью, которую Бог замыслил для вас.

Никто не позаботится о нас лучше, чем Бог. Он ждёт, что мы попросим Его об этом. Иисус всегда доверял Отцу заботу о Себе. Терпя жестокое обращение и несправедливые обвинения, Он не переставал уповать на Отца:

Будучи злословим, Он не злословил взаимно; страдая, не угрожал, но предавал то Судии Праведному.

1 Петра 2:23

Представьте, какую радость и свободу вы обретёте, когда вам больше не придётся постоянно заботиться о себе и защищать себя из-за страха перед болью, обманом или предательством! Насколько легче вам будет жить, если вы перестанете думать о том, как отомстить своим обидчикам! Вы почувству-

ете себя свободным, если, вместо того чтобы продумывать, как снова не попасться в ловушку, вы отдадите всё в Божьи руки и будете уповать на то, что в нужный момент Бог восстановит справедливость.

Много лет назад меня обидело несколько женщин. Прошло десять лет, прежде чем они извинились. Помню, как одна из них призналась мне: «Бог сказал нам, что мы были неправы. Мы не должны были так говорить о тебе и так поступать. Мы просим прощения». Бог восстановил справедливость. Пусть это случилось не так быстро, как мне бы хотелось, но период ожидания не прошёл даром. За это время Бог преподавал мне множество ценных уроков насчёт прощения обидчиков, молитвы за врагов и любви к людям, которых трудно любить.

За свою жизнь я неоднократно видела, как Бог вступает за меня, я верю, что и дальше будет. Вероятно, такое было и с вами, а если нет, то с сегодняшнего дня доверяйте Богу, а не упуйте только на себя.

Действительно ли мы можем доверять Богу?

Мы можем доверять Богу — в этом нет никаких сомнений! Он не всегда даёт нам то, что мы хотим, но обычно по той причине, что приготовил для нас что-то получше. Мы часто торопимся, но Бог никуда не спешит. Он всё делает вовремя. Ему важнее произвести в нас качественные изменения, а не быстрые.

Мы часто торопимся, но Бог никуда не спешит.

Многие люди не уверены в том, что Бог будет о них заботиться. Единственный способ выяснить это — попробовать. Мой собственный опыт и Божье Слово убеждают меня в том,

что Богу можно доверять, однако потребовалось немало времени, чтобы я перестала во всём полагаться на себя и доверяла Богу. Могу точно сказать, что Он никогда меня не подводил и часто удивлял, превосходя мои ожидания.

Последние два дня я беспокоилась из-за одной ситуации, хотя знала, что толку от моих беспокойств мало. Дважды Бог тихонько прошептал мне: «Я Сам обо всём позабочусь», но я всё равно не находила себе места. Сегодня утром ситуация разрешилась, причём довольно легко. Проблема была не такой серьёзной, как мне показалось, и я вновь убедилась в верности Бога.

Бог верен. Он не лжёт. Мы можем доверять обещаниям, которые находим в Его Слове, а их там больше пяти тысяч. Он справедливый Бог, а это значит, что Он всегда восстанавливает справедливость в нашей жизни. Если мы будем доверять Ему, Он вернёт нам утраченное и возместит ущерб, который мы понесли из-за несправедливости.

Ибо Я, Господь, люблю правосудие, ненавижу грабительство с насилием, и воздам награду им по истине, и завет вечный поставлю с ними.

Исаия 61:8

В Божьем Слове сказано, что, если мы смиримся под крепкую руку Бога, Он вознесёт нас в своё время (1 Пет. 5:6). Смириться означает не превозноситься, вести себя скромно и покорно. Нашей плоти не нравится вести себя скромно; она предпочитает ставить себя превыше всего и всем управлять.

Иисус сказал ученикам, что больший из них должен быть «как меньший, и начальствующий — как служащий» (Лк. 22:26). Иными словами, по-настоящему великие люди

склоняются в смирении перед могучей рукой Бога и не идут на поводу у своих желаний. Они не стремятся пролезть вперёд любой ценой, а ждут, когда Бог возвысит их. Они не боятся, что кто-то обманет или обидит их, потому что доверяют Богу и знают, что Он защитит их и позаботится о них.

Если мы боимся доверять другим, потому что они могут причинить боль, мы будем несчастны. Мы будем выбиваться из сил, чтобы удержаться наверху, всё время быть первыми, главными, правыми, лучшими, держать всё под контролем, раздавать приказы, соревноваться со всеми, сравнивать себя и свои достижения с другими людьми и с тем, чего добились они. Если мы будем полагаться на себя в том, что под силу только Богу, то так и будем изнурять себя, добиваясь минимальных результатов, пока не смиримся перед Богом.

Как это применить на деле? Давайте представим, что я играю в гольф с Дэйвом, и он играет не очень хорошо. Он начинает показывать недовольство, потому что расстроился из-за неудачной игры. Как я должна реагировать? Я могу возмущаться (что я частенько и делаю). Я могу подумать: «Ты не можешь так вести себя и считать, что это сойдёт тебе с рук!» Моя ветхая природа склоняет меня к мысли: «Если я ничего не скажу и не сделаю, он и дальше будет так поступать, а мне это не нужно». Или я могу помолиться за Дэйва и поверить, что Бог уладит эту ситуацию. Какой из двух вариантов поможет сохранить мир?

Если вы делаете выговор человеку, который ведёт себя грубо или неуважительно по отношению к вам, это правильно. Но в каких-то случаях можно проявить и снисхождение к обидчику, помня о том, что мы сами не всегда ведём себя идеально. Если мы доверимся водительству Святого Духа в подобных ситуациях, Он всегда будет подсказывать, как себя вести.

Когда Иисуса обвиняли в чём-то плохом, Он зачастую даже не отвечал. Он знал, что в нужное время Бог разберётся с Его обвинителями. Он был уверен в любви Отца, и Ему не нужно было защищаться, ведь Он точно знал, что Бог вступится за Него.

Следуйте за Иисусом

Ученики Христа призваны усердно следовать по Его стопам и вести себя так же, как Он. Апостол Павел подражал Христу, то же самое ожидается и от нас. Некоторые люди, которым Павел помог, воздали ему злом. Он писал:

Александр медник много сделал мне зла. Да воздаст ему Господь по делам его! Берегись его и ты, ибо он сильно противился нашим словам. При первом моём ответе никого не было со мною, но все меня оставили. Да не вменится им! Господь же предстал мне и укрепил меня...

2 Тимофею 4:14–17

Павел многим пожертвовал и перенёс множество тягот и лишений, чтобы помогать людям. Можно представить, как ему было больно, когда никто не поддержал его в трудную минуту. Заметьте, Павел простил этих людей, в результате чего Господь встал рядом с ним и придал ему сил. Я бы предпочла, чтобы на моей стороне был Бог, а не люди, а вы?

Если выбрать Божий путь вместо того, чтобы следовать собственным побуждениям, в нашей жизни всё будет складываться наилучшим образом. Кроме того, мы избежимся от страха, что нас кто-то обманет или причинит нам

боль. Люди, которые боятся, что с ними плохо поступят, неспособны ждать Божьей защиты, когда с ними плохо поступают. Их переполняют эмоции, и они начинают действовать под влиянием своих обид и страхов, вместо того чтобы смириться и уповать на Бога.

Люди, которые боятся, что с ними плохо поступят, неспособны ждать Божьей защиты, когда с ними плохо поступают.

Доверие к людям

Мы всегда и во всём можем доверять Богу, но людям не всегда можно доверять целиком и полностью. Да, нужно доверять другим и не быть чересчур подозрительным, но, из-за того что у всех людей есть слабости и недостатки, не нужно всецело полагаться на них. Люди неидеальны, и время от времени они будут причинять нам боль. Если у нас нереалистичные ожидания от людей, они неизменно будут подводить и разочаровывать нас.

Близость и тесное общение важны, но важна и мудрость во взаимоотношениях с другими. Есть то, чего не стоит доверять никому, кроме Бога. Что касается меня, у меня нет причин не доверять человеку, если он не сделал ничего, чтобы подорвать моё доверие, и всё же я не могу доверять людям настолько, насколько доверяю Богу. Иисус не относился к ученикам с недоверием, но Он «не вверял Себя им», потому что понимал человеческую природу и знал, как могут вести себя люди (Ин. 2:24). Полного доверия достоин лишь Бог, но и с людьми у нас могут быть близкие, глубокие отношения. Более того, невозможно в полной мере радоваться жизни без таких отношений с членами семьи и друзьями.

Я советую вам не обособляться от окружающих из-за страха, что они причинят вам боль. Развивайте близкие отношения с Богом и не бойтесь сближаться с людьми. Если боитесь этого, действуйте вопреки страху. Если у вас не получилось построить с кем-то хороших отношений, это не означает, что и с другими не получится. Бог отобрал людей, которые могут стать вашими близкими друзьями, так что попросите Его направлять вас. Пусть никакие страхи не мешают вам доверять!

*Не бойтесь отказываться от хорошего в пользу
отличного.*

Джон Рокфеллер

Аттракцион «Катапульта»

Когда мне было восемь или девять лет, я очень боялся высоты. Я был уже достаточно высоким, чтобы кататься на американских горках. Помню, папа повёз меня, брата и сестру во Флориду, в парк аттракционов. Он усадил нас в машину и привёз в город, где мы увидели местную достопримечательность — гигантскую адскую машину под названием «Катапульта».

Эта высоченная конструкция из железа грозно нависала надо мной. Между двумя столбами были натянуты толстые резинки, удерживающие небольшую капсулу, в которой помещалось два человека. Помню, каким маленьким я себе казался, когда смотрел, как капсула с людьми резко взлетает вверх и парк наполняется громкими криками ужаса и восторга.

Я хотел отойти подальше, но увидел усмешку на лице отца. Его осенила идея. Угадайте, кому предстояло лезть в капсулу следующим. Точно!

Я пытался придумать отговорку. Я не был готов побороть свой страх. Что может быть хуже, чем упасть с неба? Я знаю ответ: когда стреляют в небо, как из рогатки, а в рогатке находишься ты. Отец сказал: «Дело твоё, но потом не жалея об упущенной возможности».

Спустя пару минут меня пристегнули ремнями безопасности внутри крошечной капсулы. Я так крепко схватился за поручни, что у меня побелели пальцы. Следующие тридцать секунд пролетели, словно в тумане: щелчок механизма, огромная сила давит на меня, капсула стремительно взлетает, отец смеётся внизу, а я отчаянно цепляюсь за жизнь... Потом всё закончилось.

Когда мы коснулись земли, я вздохнул с облегчением. Я был окрылён и гордился собой. Мой страх

полностью не исчез, но я смог побороть его. Я доверился отцу, когда мне было страшно, и он не подвёл меня. В результате у меня появилось счастливое воспоминание, и я немного вырос в собственных глазах. В тот день я прокатился на «Катапульте» ещё три раза.

Сейчас я вспоминаю эту историю всякий раз, когда оказываюсь в трудной ситуации. Как только у меня возникает сомнение или страх, я стараюсь выбрать веру — не в земного, а в Небесного Отца. Я не всегда знаю, каким будет результат, пока парю в неизвестности, полный страха и неуверенности, но, как только мои стопы касаются земли, я оглядываюсь назад и вижу, что всё это время Бог был со мной.

— Шайло

Положитесь на обещание вечной жизни

Свобода от страха смерти

И таким образом полностью и окончательно освободить тех, кто из-за [гнетущего] страха смерти всю свою жизнь находился в рабстве.

Евреям 2:15 (АМРС)

Слову «смерть» в Полном толковом словаре Вайна даётся такое определение: «отделение души (духовного аспекта человека) от тела (физического аспекта), что приводит к прекращению его жизнедеятельности и превращению в прах». В большинстве словарей слово «смерть» означает просто прекращение существования, однако, согласно словарю Вайна, смерть в библейском смысле не означает, что мы перестаём существовать, а просто наш организм прекращает жизнедеятельность. Тело перестаёт существовать, но душа остаётся. Наша душа — это наш внутренний мир с его чувствами, желаниями, мыслями, фантазиями, волей. Можно сказать, что это и есть настоящие мы. Итак, когда мы умираем, только наше тело перестаёт существовать, но не мы сами.

У верующих есть Божье обетование о том, что, когда наша земная жизнь подойдёт к концу, мы получим новое, прославленное тело. Мы придём на небеса, где и будем пребывать с Богом вечно! Похоже, небеса — это чудесное место.

И отрёт Бог всякую слезу с очей их, и смерти не будет уже; ни плача, ни вопля, ни болезни уже не будет, ибо прежнее прошло.

Откровение 21:4

Мы не можем существовать в физическом мире без тела из плоти и крови. Поэтому Бог послал Своего Сына, чтобы Он помог нам избавиться от страха смерти, умерев вместо нас и заплатив за наши грехи. Для этого Иисусу понадобилось физическое тело. Он чувствовал то же самое, что чувствуют люди, поскольку имел человеческое тело, но, находясь в этом теле, Он в полной мере оставался Богом. То, что Иисус умер за нас, не означает, что мы не умрём, просто теперь мы можем не бояться смерти, ведь мы знаем, что произойдёт с нами в тот миг, когда наша душа оставит бренное тело: мы увидим Бога лицом к лицу. Для тех, кто принял Иисуса своим Спасителем и Господом, радость вечной жизни в Его присутствии будет настолько прекрасной, что это даже трудно представить.

Никому из нас не хочется умирать раньше времени, но смерть не должна нас пугать. Она означает, что мы покинем наш временный земной дом и отправимся в вечный дом на небесах. Не стоит забывать, что наше пребывание на земле временно. Этот мир не является нашим

Мы знаем, что произойдёт с нами в тот миг, когда наша душа оставит бренное тело: мы увидим Бога лицом к лицу.

настоящим домом, поэтому мы никогда не будем удовлетворены жизнью здесь на все сто процентов. В глубине души мы стремимся находиться в Божьем присутствии в атмосфере совершенного мира и любви. Бог вложил вечность в сердце человеческое (Еккл. 3:11). Даже люди, которые не верят в Бога, стремятся к ней. Они просто не знают, что это такое. Они стараются заполнить пустоту в душе деньгами, успехом, земными благами. Даже христиане порой увлечены этим, по крайней мере пока не поймут, что им нужно не больше благ, а больше Иисуса.

Нет ничего плохого в том, чтобы наслаждаться тем, что предлагает нам земная жизнь, но не нужно забывать о том, что Бог важнее всего. *Всегда ставьте Бога на первое место, и после смерти вы окажетесь в правильном месте.*

Каждый человек однажды умрёт, поэтому глупо постоянно жить в страхе перед тем, что неизбежно. Тех людей, которые знают, что они попадут на небеса, не должен мучить страх смерти, но, к сожалению, мучает.

Апостол Павел говорил о смерти

Павел пишет: «Ибо для меня жизнь — Христос, и смерть — приобретение» (Фил. 1:21). Он был готов умереть в любой момент, когда Господь захочет забрать его. Но при этом он хотел остаться и помогать людям. Он говорит: «Разрываюсь между двумя желаниями» (Фил. 1:23, KJV). Павел хотел уйти из этого мира и быть с Христом, и для него это было бы лучше всего. Но также он понимал, что оставаться на земле важнее для людей, которым он служил (Фил. 1:23–24). Совершенно ясно, что Павел не боялся смерти.

Я заметила, что чем старше я становлюсь, тем больше мне хочется покинуть этот мир с его страданиями и бедами и пойти к Господу. Однако, подобно Павлу, я хочу оставаться на земле столько, сколько будет угодно Богу, и завершить миссию, которую Он мне поручил. Я хочу пройти своё поприще до конца, но смерти я не боюсь.

Когда Павел писал коринфянам о смерти и воскресении, он объяснил им, что семя, брошенное в землю, умирает, перестаёт существовать, а потом оно воскресает и вырастает из земли как нечто совершенно иное (1 Кор. 15:36–38). Не знаю, как вам, а мне не терпится узнать, каким будет моё новое, прославленное тело. Наверное, у него не будет целлюлита и мне не придётся подсчитывать калории, а ещё оно не будет уставать, простужаться или нуждаться в операции по замене бедренного сустава.

Как насчёт ада?

Никому не хочется думать об аде. Если вы приняли Иисуса своим Спасителем и Господом, то вам и не нужно думать об этом, разве что лишний раз порадоваться, что вы не попадёте туда. А неверующим стоит об этом задуматься.

Многим людям кажется, что ада не существует, потому что они не верят, что любящий Бог может осудить кого-то на вечные муки в таком ужасном месте. Но дело в том, что Бог никого туда не посылает. Люди добровольно избирают эту участь, живя так, как им хочется.

Да, Бог есть любовь, но Он также справедлив. Грех требует жертвы искупления, поэтому Иисус пришёл и принёс в жертву Самого Себя, чтобы заплатить за наши грехи (Ис. 53:5–12; Еф. 5:2; 1 Ин. 4:10). Он заплатил наш долг вместо нас. Он понёс

наказание, которое заслужили мы. Иисус сделал это для каждого живущего и каждого, кто будет жить на земле, но, для того чтобы принять этот дар, мы должны поверить в Него и в то, что Он сделал для нас. Бог не желает, чтобы хоть кто-то погиб (2 Пет. 3:9), но те, кто отказывается поверить в Него, сами обрекают себя на ад.

Я знаю, что это очень неприятная тема, и мне неприятно писать об этом, но мы должны знать о существовании такого ужасного места, как ад. Я где-то читала, что в четырёх Евангелиях шестьдесят раз упоминается об аде, и всё это слова Самого Иисуса.

Например, Иисус говорит об аде: «Там будет плач и скрежет зубов» (Лк. 13:28). Похоже, это действительно место страданий. Мы понимаем, что такое плач, но что такое скрежет зубов? Когда человек сильно сжимает челюсти, это вызывает скрип, или скрежет зубов. Обычно это происходит непроизвольно, когда испытываешь сильную боль. В других библейских отрывках говорится, что ад наполнен огнём (Мф. 25:41; Мк. 9:43; Иуд. 7). В книге Откровение сказано, что нераскаявшиеся грешники будут брошены в озеро огненное (Отк. 20:15).

В притче о небесах и аде Иисус сказал, что находящиеся в аду души видят тех, кто на небесах (Лк. 16:19–31). В этой притче рассказывается о богаче, который одевался в самую дорогую и изысканную одежду и каждый день устраивал пышный пир. А у его ворот лежал нищий по имени Лазарь, весь покрытый язвами. Он был рад питаться даже объедками со стола богача. Собаки подходили к нему и лизали его язвы. И вот умер нищий, и ангелы отнесли его на небо к Аврааму. Богач тоже умер, и похоронили его. Находясь в аду, богач терпел ужасные муки. Как-то раз он поднял

глаза и увидел вдали Авраама, а рядом с ним Лазаря. Он закричал: «Отец Авраам, смилуйся надо мной и пошли Лазаря, чтобы тот обмакнул в воду кончик пальца и охладил мой язык, потому что я ужасно мучаюсь в этом огне» (Лк. 16:24, АМРС).

Как следует из этой притчи, находившийся в аду человек видел тех, кто на небесах. Думаю, быть в аду и постоянно видеть то, чего ты лишился, — это невообразимая мука. Богач наслаждался жизнью на земле, совершенно не заботясь о тех, кто страдал, и теперь нёс заслуженное наказание. А бедняк получил награду: он оказался на небесах.

Небеса и ад существуют. Ад — это то место, куда совсем не хотелось бы попасть. Поэтому очень важно принимать правильные решения, пока у нас есть такая возможность.

Небеса и ад существуют. Ад — это то место, куда совсем не хотелось бы попасть. Поэтому очень важно принимать правильные решения, пока у нас есть такая возможность.

Воскресение

Иисус умер вместо нас и понёс наказание, которое полагалось нам за наши грехи. К счастью, эта история не заканчивается Его смертью. На третий день после смерти и погребения Он воскрес (Лк., гл. 24). Смерть не смогла удержать Его и не удержит нас, если мы верим в Иисуса. Смерть не имела над Ним власти и не имеет власти над нами, кроме той, какую мы сами даём ей из-за своего страха.

Мусульмане верят в учение пророка Мухаммеда. Он умер. Буддисты верят в учение человека по имени Сиддхартха Гаутама, также известного как Будда. Он умер. Многие другие

религии основывают своё учение на вере в того, кто умер, но христиане верят в Иисуса, который жив!

Верующим не нужны доказательства воскресения Христа, это доказательство есть в нашем сердце. Но тем, кто не верит в это, полезно знать, что подобные доказательства существуют. Об этом свидетельствовали многие ученики Христа и римские воины, охранявшие гробницу. Они своими глазами видели пустую гробницу, брошенное погребальное полотно и платок, которым была обвязана голова Иисуса, аккуратно свёрнутый и лежащий отдельно (Ин. 20:6–7).

Имел ли какое-то значение тот факт, что платок был свёрнут? Недавно я прочитала прекрасную статью, в которой даётся интересное объяснение. Иисус приводил в Своём учении многие пословицы и культурные особенности того времени, чтобы точно донести до слушателей смысл Своих слов. В то время на стол обычно накрывала прислуга. Слуга не смел прикасаться к столу, пока господин не закончит трапезу. Господин пользовался платком во время еды, вытирал руки и лицо, потом комкал его и бросал на стол, это означало, что трапеза завершена. Если же он аккуратно сворачивал платок, слуга не должен убирать со стола. Свёрнутый платок означал: «Я ещё вернусь».

Может быть, Иисус оставил такое же послание ученикам? Думаю, такой вариант возможен. Обычно Иисус делал всё не просто так, и свёрнутый платок мог означать что-то конкретное. Он обещал вернуться за нами, поэтому смерть не означает конец нашего существования.

Да не смущается сердце ваше; веруйте в Бога, и в Меня веруйте. В доме Отца Моего обителей много. А если бы не так, Я сказал бы вам: Я иду приготовить место

вам. И когда пойду и приготовлю вам место, приду
опять и возьму вас к Себе, чтобы и вы были, где Я.

Иоанна 14:1–3

Многие люди всю жизнь панически боятся смерти. Уильям Рэндольф Хёрст был баснословно богатым человеком. Он построил себе особняк и заполнил его изысканными предметами. Гости в его доме должны были строго следовать одному правилу: не упоминать в его присутствии о смерти. Каждую ночь он боялся, что умрёт во сне. Его страх никак не помешал смерти однажды прийти к нему. Однако он помешал ему радоваться жизни.

С другой стороны, мы знаем, что множество других людей, например, апостол Павел, были готовы расстаться с жизнью в любой момент. Отец ранней Церкви Иоанн Златоуст, проводивший реформы в Церкви, навлёк на себя гнев императрицы Евдоксии, и она не раз отправляла его в изгнание. Он говорил: «Чего же страшиться мне? Смерти? Но я скажу: жизнь моя — Христос, а смерть — приобретение».

Давайте устремим взор на ожидающие нас небеса и перестанем бояться смерти. Когда мы покинем землю, наша жизнь только начнётся.

Когда мы
покинем
землю, наша
жизнь только
начнётся.

Чего мы боимся — смерти или
умирания?

Думая о предстоящей мне смерти, я понимаю, что совсем не боюсь самой смерти, но я надеюсь, что умирание не будет слишком болезненным. Однажды я летела на маленьком самолёте с ещё одним человеком. Внезапно самолёт начал

резко снижать высоту. Пилот ничего не объяснил, и мы подумали, что разобьёмся. Мы взялись за руки и приготовились встретиться с Иисусом. Могу признаться, что у меня всё же промелькнула мысль: «Надеюсь, не будет слишком больно».

Думаю, большинство из нас надеются, что умрут во сне без всяких мучений и очнутся на небесах. Или что Бог заберёт нас к Себе в один миг, и нам не придётся долго болеть и страдать. Да и почему бы не надеяться на это? Тем не менее, каким бы ни был для нас процесс умирания, Бог будет с нами и приведёт нас домой.

Я слышала множество историй о том, как люди на смертном одре говорили: «Иисус уже пришёл за мной. Мне пора уходить». Каждому из нас придётся однажды умереть. Мы можем чувствовать страх перед неизвестным, но у нас есть Божье обещание о воскресении и небесах, и это повод для радости!

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ КОММЕНТАРИИ

Чтобы вырасти и стать самим собой, требуется немало мужества.

Эдвард Каммингс

Каждый из нас чего-то боится, но не нужно позволять страхам диктовать нам решения и управлять нашей жизнью. Вряд ли получится полностью избавиться от страха, но мы можем и должны ему сопротивляться. Если вам нужно действовать, а вы боитесь, то наберитесь смелости и сделайте шаг веры. Я бы не смогла заниматься тем, чем занимаюсь сейчас, если бы не сделала смелый шаг, когда Бог побудил меня к этому, хотя страх кричал мне в лицо: «У тебя ничего не получится!» Как говорится: «Если что-то не получается сразу, пробуй снова и снова». Могу заверить вас: если что-то не получается с первого раза, это нормально! Продолжайте пробовать, пока не получится.

В завершение книги хочу призвать вас не бояться того, что вы отличаетесь от других, и не дать этому страху украсть у вас вашу уникальность. Чтобы всегда оставаться самим собой, поймите, что вы никогда не сможете стать кем-то другим. Вы уникальны, вы единственный в своём роде человек. Ральф Уолдо Эмерсон писал: «Кто хочет быть истинным собой, тот не должен подстраиваться под других». Не нужно тратить время и силы на то, чтобы подстраиваться под других и пытаться быть на кого-то похожим.

Люди хотят быть свободными личностями, но при этом боятся быть не такими, как все. Почему? Потому что, вероятно,

они не соответствовали чьим-то требованиям или ожиданиям, и поэтому их отвергли.

Мы боимся, что люди нас отвергнут, поэтому пытаемся приспособиться к ним. Кому-то приспособленчество приносит чувство защищённости. Но Иисус, апостол Павел и другие люди, добившиеся чего-то великого, не были приспособленцами. Мы должны уподобляться Христу, а не подстраиваться под мир (2 Кор. 3:18; Рим. 12:2).

Мне кажется, что если мы преодолеем страх быть не такими, как все, и станем теми, кем мы действительно являемся, то мы сможем совладать с любым страхом. Я молюсь о том, чтобы эта книга всегда помогала вам. Станьте смелым и наслаждайтесь жизнью!

ВДОХНОВЛЯЮЩИЕ ОТРЫВКИ ИЗ ПИСАНИЯ,
КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ПРЕОДОЛЕТЬ СТРАХ

Ничто так не помогает преодолевать страх и действовать ему вопреки, как сила Божьего Слова. Советую вам читать эти отрывки, размышлять над ними и заучивать их наизусть, чтобы вы легко могли вспомнить их в те моменты, когда в ваше сердце проникнет страх.

В любви нет страха, но совершенная любовь изгоняет страх, потому что в страхе есть мучение. Боящийся несовершен в любви.

1 Иоанна 4:18

Ведь Бог дал нам не духа страха, а духа силы, любви и самообладания.

2 Тимофею 1:7, ESV

Вот Я повелеваю тебе: будь твёрд и мужествен, не страшись и не ужасайся; ибо с тобою Господь, Бог твой, везде, куда ни пойдёшь.

Иисус Навин 1:9

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

Ныне же так говорит Господь, сотворивший тебя, Иаков, и устроивший тебя, Израиль: не бойся, ибо

Я искупил тебя, назвал тебя по имени твоему; ты
Мой.

Исаия 43:1

Ибо я уверен, что ни смерть, ни жизнь, ни Ангелы,
ни Начала, ни Силы, ни настоящее, ни будущее, ни
высота, ни глубина, ни другая какая тварь не может
отлучить нас от любви Божией во Христе Иисусе,
Господе нашем.

Римлянам 8:38–39

Господь за меня — не утрашусь: что сделает мне
человек?

Псалом 117:6

Мир оставляю вам, мир Мой даю вам; не так, как
мир даёт, Я даю вам. Да не смущается сердце ваше
и да не устрашается.

Иоанна 14:27

Когда я в страхе, на Тебя я уповаю.

Псалом 55:4

Господь Сам пойдёт пред тобою, Сам будет с тобою,
не отступит от тебя и не оставит тебя, не бойся и не
ужасайся.

Второзаконие 31:8

Твёрдого духом Ты хранишь в совершенном мире,
ибо на Тебя уповает он.

Исаия 26:3

Все заботы ваши возложите на Него, ибо Он печётся о вас.

1 Петра 5:7

Господь — свет мой и спасение моё: кого мне бояться?
Господь — крепость жизни моей: кого мне страшиться?

Псалом 26:1

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

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

Вы уже уверовали в Иисуса?

Бог любит вас! Вы уникальная, необыкновенная, ни на кого не похожая личность, созданная Богом, и у Него есть для вас особое призвание и особые цели. Благодаря отношениям со своим Творцом, Богом, вы сможете обнаружить свой собственный путь, который принесёт вашей душе подлинное удовлетворение.

Независимо от того, кто вы, что делали раньше и в какой ситуации находитесь сейчас, Божья любовь и благодать сильнее ваших грехов и ошибок. Иисус добровольно отдал Свою жизнь ради того, чтобы вы могли получить от Бога прощение и обрести новую жизнь с Ним. Он ждёт, когда вы попросите Его стать вашим Спасителем и Господом.

Если вы готовы впустить в свою жизнь Иисуса и следовать за Ним, то вам нужно лишь попросить Его простить ваши грехи и помочь вам начать жизнь с чистого листа. Для этого произнесите приведённую ниже молитву:

*Господь Иисус, спасибо за то, что отдал за меня
Свою жизнь и простил мне грехи, чтобы я мог
иметь личные отношения с Тобой. Я искренне
сожалею обо всех своих ошибках и знаю, что Ты
поможешь мне жить правильно.*

*В Твоём Слове, в Послании к Римлянам 10:9,
сказано: «Ибо если устами твоими будешь
исповедовать Иисуса Господом и сердцем
твоим веровать, что Бог воскресил Его
из мёртвых, то спасёшься». Я верю, что
Ты Сын Божий, и исповедую Тебя своим*

Спасителем и Господом. Прими меня таким, какой я есть. Измени моё сердце, сделай меня таким, каким Ты хочешь меня видеть. Я хочу жить для Тебя, Иисус, и я благодарен Тебе за возможность начать новую жизнь.

Я люблю Тебя, Иисус!

Как чудесно осознавать, что Бог так сильно любит нас! Он хочет иметь близкие и глубокие отношения с нами, которые будут развиваться и укрепляться каждый день благодаря нашим молитвам и изучению Библии. Мы хотим поддержать вас и помочь на этом этапе вашей новой жизни — жизни во Христе.

Пожалуйста, посетите страницу joycemeyer.ru/newlife, где можно бесплатно заказать книгу Джойс «Самое важное решение в вашей жизни». У нас также есть множество бесплатных онлайн-материалов, которые помогут вам духовно расти и получить всё то, что приготовил для вас Бог.

Поздравляем вас с началом вашей новой жизни во Христе и ждём вашего отклика.

Джойс Майер — учитель Библии с мировым именем и практическим подходом. Книги Джойс, вошедшие в списки бестселлеров журнала New York Times, помогают миллионам людей обрести надежду и исцеление через Иисуса Христа. Её программы «Жизнь, полная радости» и «Ответы на каждый день с Джойс Майер» транслируются в Интернете, по телевидению и на радиостанциях по всему миру.

«Служение Джойс Майер» давно уже стало международным. Джойс учит людей на важные темы, делая ударение на том, как применять Божье Слово в повседневной жизни. Стилль её учения искренний и доверительный; она делится собственным опытом, чтобы другие люди могли извлечь уроки из того, через что прошла она.

Джойс — автор более ста книг, переведённых на сто с лишним языков. Более 65 миллионов экземпляров её книг были распространены по всему миру. В числе самых известных её книг, переведённых на русский язык, — «Окажите себе услугу — научитесь прощать», «Несокрушимое доверие», «Смотрите в будущее с надеждой», «Скажи им: Я люблю их», «Разум — поле сражения».

Стремление Джойс помогать страждущим привело к появлению миссионерской организации «Рука надежды», которая является одним из направлений деятельности «Служения Джойс Майер». «Рука надежды» оказывает гуманитарную помощь по всему миру, такую как: предоставляет бедным бесплатное питание и медицинскую помощь, открывает и финансирует детские дома, помогает жертвам природных бедствий, спасает жертв торговли людьми и даёт им возможность пройти реабилитацию. Миссия «Рука надежды» делает и многое другое, а самое главное — благовествует людям и рассказывает о любви Христа.

НАШИ КОНТАКТЫ:

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, если вам нужна молитвенная поддержка.

Россия

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

jm@joycemeyer.ru

На сайте «Служения Джойс Майер»
вы сможете найти много полезных
материалов для духовного роста.

joycemeyer.ru

Электронные книги Джойс Майер можно
заказать бесплатно на странице сайта:

joycemeyer.ru/ebooks

Программы Джойс Майер на разных языках
можно смотреть на сайте:

tv.joycemeyer.org

Вопреки страху

ПОЙМИТЕ ПРИРОДУ СТРАХА.

ДАЙТЕ ОТПОР СТРАХУ.

ИЗМЕНИТЕ СВОЁ МЫШЛЕНИЕ!

Если какие-то обстоятельства внушают вам страх, будет мудро с вашей стороны спросить у Бога почему. Подождите, пока Он ответит. А ответить Он может немедленно или же спустя время. Но если вы действительно стремитесь понять себя, вы познаете истину, и истина сделает вас свободным (Иоанна 8:32).

Настоятельно советую вам не поддаваться страху и не мириться с ним. Не нужно постоянно обвинять других людей в своих несчастьях. Возьмите на себя ответственность за свои проблемы, доверьтесь Богу, и Он осветит тьму (обескураживающие вас ситуации). Поняв природу страха и его действие, вы сможете освободиться от него.

Первая часть этой книги поможет вам понять, что такое страх и как он влияет на вашу жизнь. Вторая часть поможет дать отпор страху. В третьей части вы узнаете, какие ментальные установки помогут вам освободиться от распространённых страхов, с которыми сталкиваются многие люди. Я молюсь о том, чтобы, читая и изучая эту книгу, вы обрели свободу от страха.

– ДЖОЙС МАЙЕР, ИЗ ВВЕДЕНИЯ