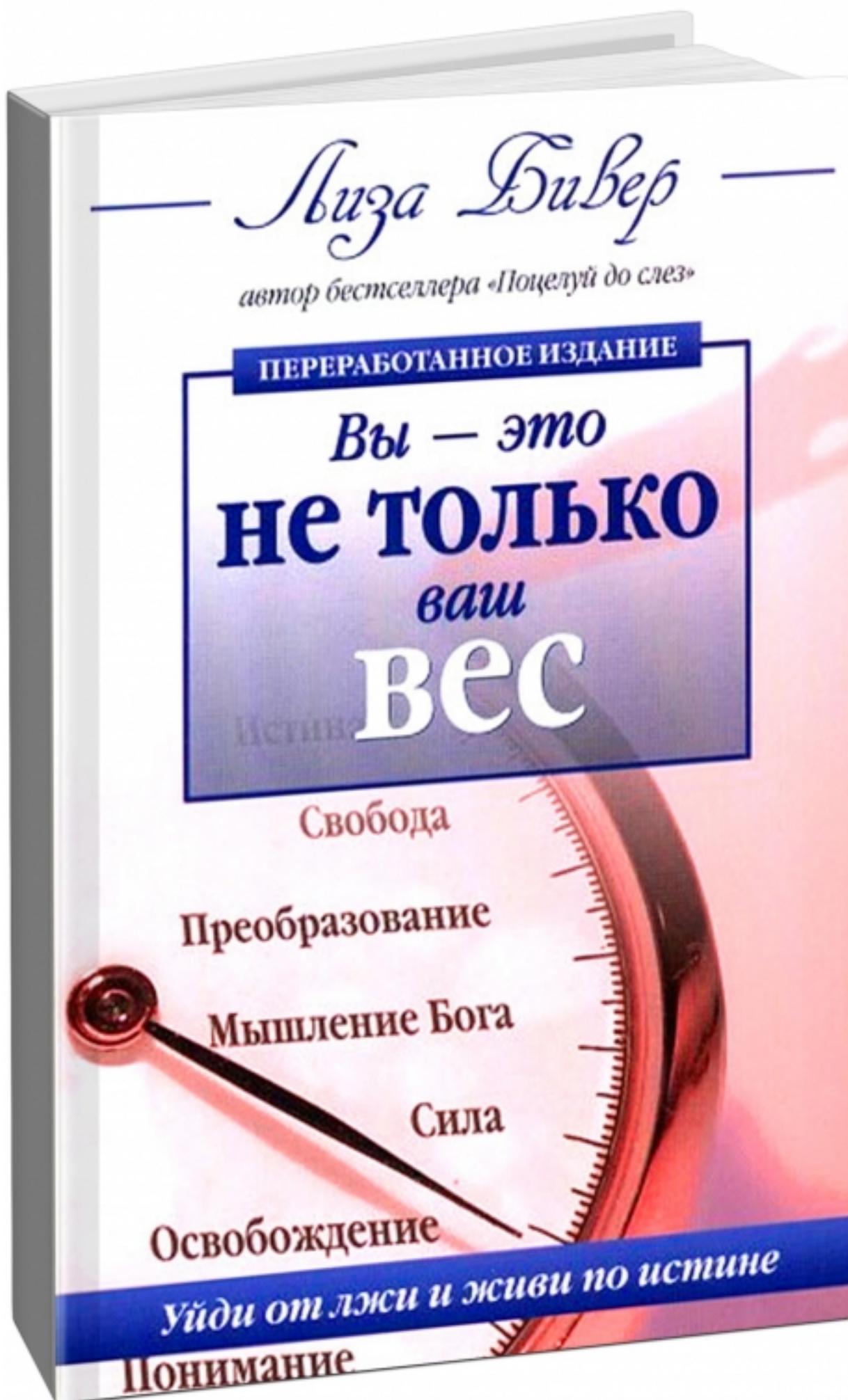


**Лиза Бивер**  
**Вы - это не только ваш вес**



# **ВЫ – ЭТО НЕ ТОЛЬКО ВАШ ВЕС.**

Каждый год более тысячи женщин умирает, лишившись всякой надежды завоевать одобрение со стороны окружающих, которое им никогда не достичь. Они претендуют на роль сильных и властных женщин с железной волей. Однако именно эта воля обворачивается против них, превращаясь в орудие самоуничтожения. Вероятно, ты знаешь кого-то, не имеющего порядка в питании. Возможно, такой человек сейчас держит в руках эту книгу.

Она посвящена каждой женщине, которая когда-либо сражалась за свой физический облик. Она предназначена для каждой, кто оказалась внутренне запутанной и связанной своим внешним видом. Эта книга развеет ложь, которая так долго держала тебя в рабстве. Это меч, который вкладывается тебе в руки, чтобы разрубить узлы и путы, связывающие тебя. Я сражалась своей собственной битвой и победила. Я стану твоим настоящим другом и поделюсь с тобой той Истиной, которая освободила меня.

## **ПРИЗНАТЕЛЬНОСТЬ**

Моему мужу Джону – ты никогда не принижал меня лишь до моего внешнего вида или моего веса, и я люблю тебя за это. Я так благословлена, что у меня есть такой муж, как ты, который поддерживает меня и напоминает мне о Божьей безусловной любви. Ты – мой лучший друг.

Моим четырем драгоценным сыновьям – Эддисону, Остину, Александру и Ардену. Спасибо за вашу поддержку. Я люблю вас так сильно, что невозможно выразить словами. Всегда знайте и цените истинную красоту. Оставайтесь сильными и свободными!

Тине – ты самая прекрасная женщина из всех, кого я знаю.

Персоналу JBM – спасибо, что смотрели за детьми и помогали по дому.

Глубокая признательность Тому Фрилингу и всему персоналу Creation House – вы побудили меня глубже исследовать эту тему. Ваша поддержка и ободрение значат для меня очень много.

Моему Небесному Отцу – Твой Сын стал той истиной, которая освободила меня. Ты избавил меня от плена греха и тьмы и поставил мои ноги на путь света. Я буду славить Твое имя вовеки!

Эта книга не содержит информации. У тебя ее предостаточно. Речь пойдет о преобразовании.

## **ВСТУПЛЕНИЕ**

Почему я решила написать книгу на тему веса? Дело в том, что мне самой пришлось пережить обе грани этой проблемы – я была и слишком худой, и слишком полной. Я помню все и могу понять боль и отчаяние тех, у кого нет порядка в питании. Я поделюсь тем, что пережила в своей собственной битве.

Но, вначале о том, кто я.

Я не обращаюсь к тебе, как специалист по диете, питанию или физическим тренировкам. Я уверена, ты собрала достаточно знаний во всех этих областях. Я не тренер по аэробике, не королева красоты и не критик. Уверена, что и таковых у тебя предостаточно. Я обращаюсь, как друг.

Я сражалась в этой битве одна. Это было мое тайное сражение на протяжении нескольких лет. Я была в безмолвной, скрытой войне, опасаясь сказать кому-то хоть слово. Я боялась, что надо мной будут смеяться. Я не знала, как много людей, связанных теми же страхами, ведут свои собственные войны. Я поняла это лишь когда смогла выбраться из всего этого.

Если бы тогда в моей жизни был кто-то, кому бы я могла довериться, кто-то, кто не просто понимал меня. Тот, кто сражался в своей собственной войне и победил. Тогда мне было бы гораздо легче. Но... таких не было.

Я никогда не была ограничена недостатком знания. Я знала энергетическую ценность практически всего, что я ела. При этом я знала и то, какое количество калорий сжигают различные физические упражнения. Я брала уроки, приобретала журналы, различные руководства, поглощая любую информацию, в которой мне обещали новое тело к лету или Рождеству.

Я была в страхе. Я не верила, что у меня что-то получится. И с какой стати кто-либо другой должен верить в меня? Мне казалось, что я окружена людьми, которые только и ждут моих неудач. И, хотя сейчас я понимаю, что моя оценка была ошибочной, тогда я верила в это. Кроме того, я сама была самым жестким критиком и верила в себя меньше всех остальных. Создавалась ощущение, что во

мне существовало две личности. Одну я защищала, а другую создавала. Я защищала себя не из любви, но из страха. А вдруг кто-то узнает правду?

Я притворялась уверенной, хотя на самом деле жила в страхе. Я притворялась злой, хотя была ранима, я притворялась сильной, хотя на самом деле была так слаба. Я выставляла напоказ образ, который, как мне казалось, должны принять окружающие, так как считала, что настоящая я будет отвержена. Мне казалось не таким страшным, если они отвергнут меня-подделку, но не меня настоящую, она останется в стороне.

Что касается моего внешнего вида и собственного имиджа, я кое-чему научилась за многие годы. Для его поддержания необходимо огромное количество энергии. Он использует нас настолько сильно, что, в конце концов, мы становимся истощенными и лишенными сил что-то изменить или вернуться в реальность. Вскоре мы уже сами путаемся: «Кто же я на самом деле?» Сделав шаг и выйдя из этих иллюзий, мы становимся уязвимыми. Но, не боясь, мы будем открыты для Бога, также как мы открыты друг для друга.

Бог не ранит твоего сердца, так что и я тоже. С этих страниц

ты услышишь мой голос, обращенный лично к тебе. Ты можешь сама придать ему желаемый тон и выбрать время. Я не буду спорить с тобой или критиковать тебя. Я здесь только, чтобы поддержать тебя и привести к Нему.

Я обещаю быть открытой, честной и ничего не скрывать от тебя. Я поделюсь с тобой моими неудачами, потому что Бог обратил их в триумф. Отождествив себя с посланником, тебе гораздо легче будет принять послание. На этих страницах я поделюсь с тобой Словом Божиим, которое стало плотью в моей жизни, потому что только оно несет в себе семя неистребимой силы, способной изменить и исцелить тебя.

Это не книга, содержащая информацию. У тебя она уже есть. Речь пойдет о преобразовании. Пусть эта весть преобразует тебя силою Святого Духа!

Лайза Бивер,  
Орландо, Флорида

Тирания творит столь обширное рабство, что его щупальца проникают во все сферы жизни.

## 1. ТИРАНИЯ ЛЖИ

Бог обещал освободить Своих детей от любой существующей лжи, сети или рабства. Тирания – очень сильное слово. Оно описывает процесс мышления настолько подавляющий и безнадежный, что находящиеся под его влиянием, в конце концов, попадают в сеть разочарования и депрессии. Эти люди находятся в рабстве. Они несут на себе тяжкий груз постоянных неудач, давления и осуждения. Тирания творит столь обширное рабство, что его щупальца проникают во все сферы жизни.

Толковый словарь Вебстера определяет «тирана», как «обладающего тианическим или принуждающим влиянием». Тирану нельзя угодить. Никакие попытки со стороны «объекта тирании» уладить его не бывают успешны. Тиран не будет удовлетворен никакими действиями тех, кто находится в его порочной хватке, потому что сила тирании заключается в постоянном осуждении и оскорблении объектов тирании. Находящиеся под его властью работают без устали в несбыточной надежде в один день угодить господину и получить награду. Вот тогда они вновь будут счастливы, свободны и любимы.

Но это ложь. Тиран не может быть удовлетворен. Он просто отказывается быть таковым. Раз за разом он будет создавать новый недоступный образец для подражания, чтобы вновь посмеяться над теми, кто в его власти. Этот образ моложе, сильнее, стройнее и красивее.

И, несмотря на то, что ты знаешь, что никогда не сможешь ему соответствовать, ты постоянно будешь сражаться за его достижение.

Но есть выход. Если ты пленник, ты можешь выйти на свободу. Если в темнице твой близкий, он также может быть освобожден. Есть путь, следуя которым, ты уйдешь далеко от злого и грубого господина. Есть дорога, которая выведет на свободу. Возможно, ты уже пробовала, но ничего не вышло. Возможно, ты разочаровалась и пала духом, или тебе просто все надоело. А может кто-то, кто очень дорог тебе, все еще в пленах. Настало время уйти от всего этого.

Стоп!

Я хочу раз и навсегда оборвать твои мучения. Я верю, ты можешь быть свободна от рабства веса – что бы тебя ни угнетало – излишняя худоба, булимия (неконтролируемое чувство голода) или избыточный вес. Твое нынешнее состояние отражает неразберику, царящую внутри тебя. Это рабство пришло не из-за твоего телосложения. Это началось в тайне, глубоко внутри, и эта разрушительная сила действует изнутри наружу.

Это могло длиться год или пять, или началось очень давно с ласковой лжи, нашептанной глубоко в твой разум. Вначале ты восприняла это за голос друга и потому прислушалась: «Ты бы выглядела так здорово, если бы сбросила 5-6 килограммов!» «Упражняйся и будешь лучше смотреться!» Затем голос становится настойчивей: «Не ешь этого, а то станешь толстой!» «А она худее тебя...» «Смотри, как выпирает твой живот!» И, наконец: «Ты – громадина! Ты просто отвратительна!»

Первые легкие намеки держали тебя в состоянии самоконтроля. Затем пошли сравнения. После нашептанные слова осуждения переросли в критику и придики, ставшие навязчивой идеей. Вскоре ты не просто слушаешь их – ты веришь. Этот обман распространяется,

выходя за рамки твоих мыслей и вплетаясь в каждую частичку твоего тела. Это даже искажает твоё зрительное восприятие и, в конце концов, единственное, что видят твои глаза в зеркале – неудачница. Слова коррекции и сравнения продолжают звучать в твоем разуме. Ежедневно голос беспокоит тебя, принося осуждение. Он становится столь сильным. Он уже почти... духовный

Перед тем, как мы пойдем дальше, я попрошу тебя честно ответить на ряд вопросов. Не давай ответы, которые кажутся тебе верными. Здесь нет никого, кто бы оценивал их. Единственный, кого ты можешь обмануть, это ты сама, если не ответишь честно на 100%. Возможно, ты услышишь два голоса, дающие противоречивые ответы. Слушай свое сердце, а не разум. Сердце не станет лгать.

? Слышала ли ты голос, описанный мной? \_\_\_\_\_

? Насколько громко он звучит? Слышишь ли ты его даже тогда, когда кто-то разговаривает с тобой?

? Как часто он врывается в твои мысли? Раз в месяц, неделю, ежедневно, ежечасно или чаще?

? Что он говорит? \_\_\_\_\_

? \_\_\_\_\_

? Это слова и описания друга? \_\_\_\_\_

? Веришь ли ты им? \_\_\_\_\_

? Можешь ли ты заглушить этот голос? \_\_\_\_\_

Я хочу поделиться с тобой истиной не для того, чтобы запугать тебя, но чтобы показать, что то, что держит тебя в рабстве физически, имеет духовный корень. Это выросло из семени слова, неодобрительного взгляда, неприятия, сравнения. Оно было насаждено глубоко в почву раны твоей души во время какого-то эпизода (или нескольких), когда отказ принять тебя, как личность был основан на твоем внешнем виде. Или когда с тобой обошлись столь грубо, что ты решила лучше оградить свое физическое «я» от этого мира, лишь бы только вновь не пережить эту боль. Или ты просто склонилась перед натиском негативных, полных осуждения фраз, рассыпаемых рекламой или средствами массовой информации.

Как же можно противостоять и победить столь сильное влияние? Как столь глубокие и скрытые раны могут быть исцелены? Во-первых, тебе необходимо понять, кем ты являешься. Как человек, ты сотворена по образу Божьему, и в тебе несколько измерений.

И сказал Бог: сотворим человека по образу Нашему [и] по подобию Нашему, и да владычествуют они над рыбами морскими, и над птицами небесными, [и над зверями,] и над скотом, и над всею землею, и над всеми гадами, пресмыкающимися по земле.

И сотворил Бог человека по образу Своему, по образу Божию сотворил его; мужчину и женщину сотворил их.

Бытие 1:26-27

Таким образом, есть физическое или естественное измерение. Это то, что ты увидишь, посмотрев в зеркало. И это то, что явлено и представлено окружающим. Оно функционирует через пять органов чувств – зрение, обоняние, вкус, слух и осязание. Это внешняя оболочка, в которой ты обитаешь. Она защищается, питается, растет, воспроизводит, стареет и, увы, умирает.

Эта физическая оболочка может быть разрушена,

напугана, ранена, исцелена и укреплена. В некоторой степени, она может изменяться, но все равно физически каждый из нас – продукт генетического сбора, осуществляемого веками. Наши

физические тела не подобны плодовым деревьям, вырастающим из семени и достигающим зрелости. Мы проходим стадии роста и урожая, каждый из которых имеет свои времена и сроки. Наши тела, сами по себе являются свидетельством Божьей славы. Человечество веками изучает его, и все-таки это тайна. Человек не может творить. Он может только клонировать или воспроизвести жизнь. Мы не можем произвести жизни, мы можем лишь воспроизвести. Творец создает оригинал, а не дублирует. Бог есть творец жизни. Он есть Творец твоей индивидуальности и твоего физического вида. Он был лично вовлечен в каждую деталь твоего создания. Безусловно, ты восхищен чудом и прелестью ребенка. Это есть творение рук Божих.

Ибо Ты устроил внутренности мои и соткал меня во чреве матери моей.

Славлю Тебя, потому что я дивно устроен. Дивны дела Твои, и душа моя вполне сознает это.

Псалом 138:13-14

Мы смотрим на ребенка и видим чудо. Но кто из нас сегодня, взглянув на себя в зеркало, сможет сказать то же самое? Можешь ли ты назвать себя дивно устроенным? Или в голову приходит целый список недостатков и изъянов? Не отвечай; я знаю ответ.

Это очевидно, что твое физическое «я» наименьше всего отражает тебя настоящую. Физическое может прикоснуться только физически. Невозможно физически проникнуть внутрь тебя и коснуться твоей души. Но именно там настоящая ты!

Несмотря на то, что ты никогда ее не видела, ты знаешь точно, что она существует. Душа обладает рядом эмоциональных чувств, присущих только ей. Она является той частью тебя, которая чувствует – не физически, но эмоционально. В душе ты переживаешь счастье, печаль, радость и боль.

Душа состоит из разума, воли и эмоций. Это есть место выражения твоей личности – твоя индивидуальность. Это место обитания твоих мыслей, мечтаний, надежд и страхов. И, хотя физически невозможно коснуться души, твоя душа наслаждается физической привязанностью и также может пережить боль через физическое прикосновение.

Объятие согревает душу, а пощечина причиняет боль не только щеке, но и сердцу. Твоя душа живет в теле. Она может приобрести власть над твоим физическим телом.

В минуту опасности душа может превозмочь физические способности, совершая невозможное. Подобное происходило со спортсменами или родителями, чьи дети попадали в опасность. Но также известны и такие случаи, когда люди были просто парализованы страхом – физические способности были скованы отсутствием воли.

Душа может оставить и внешние отпечатки. Страх, злость и жадность оставляют следы от длящегося годами переживания внутренних терзаний. Точно также радость, мир и счастье оставляют свой отпечаток на лице человека. Страх и отверженность могут изменить осанку, вынуждая одного человека съеживаться и сутулиться, тогда как уверенность заставляет другого держаться твердо и прямо. Душа, как

и тело, была сотворена Богом.

Ибо Ты устроил внутренности мои и соткал меня во чреве матери моей.

Псалом 138:13

Душа – внутренняя составляющая. Она управляет волей, которая в свою очередь формируется, черпая информацию из разума. Она исходит из наших нужд, анализирует всю внешнюю информацию. Она также базируется на опыте прошлого, который формируется годами и пополняется каждый день. Он может быть сформирован аналитически и эмоционально. Душа отличается от физического тела, но душа заполняет тело подобно руке в перчатке. Тело безжизненно, лишено чувств и абсолютно бесполезно без души.

Третья составляющая – дух, который часто описывается как твое сердце.

и возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим, и всею душою твою, и всем разумением твоим, и всею крепостию твою, - вот первая заповедь!

Марка 12:30

Писание говорит об этих различных направлениях выражения любви, перечисляя их в порядке значимости:

1. Наше сердце или дух.

2. Наша душа.

3. Наш разум и сила.

Когда наша жизнь божественно упорядочена, наш дух направляет душу и разум, которые в свою

очередь будут направлять наши тела. В этом и есть цель этой книги – открыть истину, которая приведет тебя к полному восстановлению во всех сферах. Если ты готова к преобразованиям – «и познаете истину, и истина сделает вас свободными» (Иоан. 8:32).

Давай помолимся вместе и закончим эту главу просьбой к Богу об истине и различии.

Отец, я прошу во имя Иисуса Христа, чтобы Твоя истина осветила путь моего сердца. Чтобы, несмотря на влияние извне, посреди шума различных мнений я могла услышать Твой тихий голос. Господь, ты сформировал меня во чреве моей матери не для рабства, но для свободы. И, хотя я не могу вновь вернуться к покою, который был там, я прошу Тебя сейчас образовать меня вновь в тайном месте моего сердца. Створи мир и покой там, где прежде было мучение и сумбур. С Тобой я могу быть искренна. Ты никогда не сделаешь мне больно. Ты уже доказал это, когда умер за меня, чтобы я могла жить. С Тобой я буду честна, потому что я знаю, что Ты – Истина, которая освободила меня. Аминь

Нам необходимо познать истину очень глубоко и в гораздо большей степени, чем мы познали ложь. Ибо только истина остановит прогресс лжи.

## 2. ИСТИНА

Мы завершили предыдущую главу разговором об истине. Нам необходим эталон истины. Это та истина, которая не может варьировать, и она должна быть выше и величественнее, чем любая «истина», сформированная культурой или наукой. Чтобы подняться на этот уровень истины нам необходимо выйти за пределы того, что называется человеческим мнением. Нужно достигать истины, которая способна реформировать нас, способна принести исцеление и восстановление, которая несет в себе семя жизни. Авторитет которой превосходит авторитет любой другой известной на сегодняшний день истины или какого-то культурного течения, варьирующих и колеблющихся исходя из капризов людей и средств массовой информации. Но истина не может меняться. Она должна быть вне времени. Это должна быть древняя истина, которая существовала до нас и будет существовать после. Это должна быть вечная истина.

Невозможно найти вечную истину усилиями смертного человека. Творение не может творить. Мы можем воспроизвести. Но мы не можем давать начало жизни. Ни один человек не обладает высшей властью. Даже если какой-то человек или властная структура может достичь определенного уровня, это будет всего лишь крошечный всплеск в течении времени. Никто не живет вечно.

Вечная истина должна быть рождена из мотива столь чистого, который не может обнаружить в себе ни один человек. Она должна прийти к человечеству из чего-то наивысшего. Она может прийти только от Бога:

Мои мысли - не ваши мысли, ни ваши пути - пути Мои, говорит Господь.

Но как небо выше земли, так пути Мои выше путей ваших, и мысли и выше мыслей ваших.

Исаия 55:8-9

Бог сделал все очень ясным. Он не думает как мы. Потому, что мы лишь творение, мы не можем даже представить себе Его путей. Чтобы описать эту бездузу между нашими мыслями Бог использует что-то, что мы можем себе представить. Высоты небес и поверхность земли. Может ли человек, стоя на земле, дотронуться до неба? Нет. Даже с Эвереста – самой высокой вершиной на планете, это невозможно. Есть огромная разница между тем, как мы размышляем, предполагаем, мечтаем, надеемся и живем и тем, как это делает Бог. И это факт, что Он не производит что-то. Он есть воплощение всего. Мы живем, Он есть жизнь. Мы любим, Он есть любовь. Мы думаем, Он есть знание, разум и понимание. Мы мечтаем, Он есть исполнение каждой мечты, даже тех, которых мы еще не в состоянии постичь.

Эти сравнения даны, чтобы объяснить откуда мы произошли и чтобы показать, что мы никогда не сможем постичь Его мыслей и Его путей. Будучи связанными землей, мы связаны временем. Он же ничем не связан, так как живет вне времени, в вечности. Все мы имеем начало и, скорее всего, конец. У Него нет начала. Он есть начало. Он всегда был и всегда будет.

Это весьма сложно для нашего восприятия, так как все, что мы видим и знаем, имеет свое начало. Мы еще можем как-то уразуметь концепцию отсутствия конца, но не иметь начала – это слишком сложно для нашего понимания. Перемены и новые начинания привычны и понятны человеческому

разуму, но отсутствие начала и неизменность – непостижимы.

Одна страна может подняться и начать доминировать над остальными, может восстать лидер и управлять другими людьми, но подают ветры перемен и этому приходит конец. Однако, Бог является верховной высшей властью над всеми народами. Царем над всеми земными царями и царствами. Он превосходит любую физическую или духовную силу. Он есть абсолютно высшая власть.

Все творение находится под властью Бога. Поэтому мы можем с уверенностью сказать, что Его голос и Его мнение находится выше всех остальных. Вся совокупная мудрость – глупость в Его глазах.

Ибо мудрость мира сего есть безумие пред Богом, как написано: уловляет мудрых в лукавстве их.

И еще: Господь знает умствования мудрецов, что они суетны.

1 Кор. 3:19-20

И вновь мы видим разницу между совокупной мудростью этого мира и мудростью Божьей. Он показывает беспомощность и безнадежность человеческих мыслей.

Только Его истина и мудрость приносят надежду, плод и вечную свободу. Человек может знать истину, но Бог – есть истина.

и познаете истину, и истина сделает вас свободными.

Иоан. 8:32

Познать истину означает быть близко, интимно знакомым с ней. Познание – это больше, чем лишь признание ее существования. Оно включает в себя взаимоотношения.

Толковый словарь Стронга определяет глагол «познать», используемый в Писании, как «абсолютность, приверженность истине посреди треволнений не просто на ментальном уровне, но с проникновением в нашу жизнь до такого уровня, что она достигает всех ее областей». Вот, что происходит, когда истина становится частью нас.

Нам необходимо познать истину очень глубоко и в гораздо большей степени, чем мы познали ложь. Однажды ложь пришла в нашу жизнь и поработила нас. Если мы позволим истине войти в нашу жизнь, она освободит нас. Познать истину означает жить в истине. Она должна проникнуть глубже и дойти дальше, чем ложь, разгоняя своим светом всякую тьму, затаившуюся в слабых уголках нашей души. Только знание истины не достаточно, необходимы взаимоотношения с истиной. Вопрос уже не в том «что есть истина?», но «Кто есть истина?»

Я замужем, и многие люди знают моего мужа довольно близко – до определенного уровня. Но они никогда не познают его так, как я. Они могут знать Джона Бивера, как друга, служителя, писателя, работодателя или отца. Но только я одна знаю его на личном, интимном уровне – как мужа. Это наши взаимоотношения. Другие знают Джона Бивера в соответствии с тем, что он делает, я знаю кто он, кем он является. Мы одно.

Мы должны стать одно с истиной, потому что прежде мы были одно с ложью. Итак, кто же истина?

И Я умолю Отца, и даст вам другого Утешителя, да пребудет с вами вовек,

Иоан. 14:6

Он есть путь, который мы ищем. Он есть истина, которая нас освободит. Он предлагает каждому из нас жизнь, к которой мы так стремимся. Возможно, ты воскликнешь: «Я знаю Его, но я не чувствую себя свободной. Я в плену!» Наверное, это так. Но Бог позволяет рабству служить нам приглашением

пережить Его на более глубоком уровне. Он притягивает нас к себе еще глубже, еще ближе. Он хочет быть твоим попутчиком и Господом на пути из рабства к свободе. Он не желает новых попыток с твоей стороны сделать это самой. Ты уже пробовала и потерпела неудачу. Бог желает получить всю славу за твою свободу. Все, чего Он требует от тебя – более глубокий уровень подчинения истине. Переход от твоей воли к Ему.

Перед тем, как идти дальше, тебе необходимо подготовить атмосферу для преобразования.

Иисус! Я познала Тебя, как Спасителя, Учителя и Господа. Я прошу Тебя яви Себя мне как Истину. Пусть этот свет рассеет тьму лжи в моей жизни. Ты – Слово, ставшее плотью. И, подчиняя себя Тебе, я прошу, чтобы это слово стало плотью для меня. Я принимаю Тебя и Твое Слово, как окончательный и высший авторитет в моей жизни. Убери пелену с моих глаз, чтобы я могла увидеть Тебя и принять Истину. Во имя Иисуса Христа, аминь

Необходимо уяснить кое-что – ложь зачастую гораздо легче принять, чем истину. Одна ложь следует за другой до тех пор, пока не обнаруживается истина. Только истина может остановить прогресс лжи. Если мы постоянно находимся под бомбардировками лжи, мы начинаем ей верить. И также если мы лжем себе и другим достаточно долго, вскоре мы обманываемся и начинаем верить

лжи и сомневаться в истине.

Труднее всего принять истину, которая несет с собой преобразование, потому что это чего-то стоит. Бог предлагает эти преобразования каждому желающему. И хотя это стоило Ему жизни Его Сына, Он свободно и щедро призывает всякого, у кого есть уши, чтобы слышать.

так и слово Мое, которое исходит из уст Моих, - оно не возвращается ко Мне тщетным, но исполняет то, что Мне угодно, и совершают то, для чего Я послал его.

### Исаия 55:1

Может показаться, что в том, что я сказала сейчас есть противоречие тому, что я говорила ранее. Я сказала, что истина чего-то стоит, а Бог говорит, что это бесплатно, преобразующая истина требует цены, которую необходимо уплатить, потому что она требует признания собственной неспособности сделать это. Она призывает отложить в сторону гордость, покориться в смиренении. Бог продолжает: Для чего вам отвещивать серебро за то, что не хлеб, и трудовое свое за то, что не насыщает? Послушайте Меня внимательно и вкушайте благо, и душа ваша да насладится туком.

Приклоните ухо ваше и придите ко Мне: послушайте, и жива будет душа ваша, - и дам вам завет вечный, неизменные милости, обещанные Давиду.

### Исаия 55:2-3

Бог спрашивает: «Для чего вам тратить свои деньги, время, самих себя на то, что никогда не удовлетворит вас? Ваша жажда не утолена, голод не прекращается, ваши достижения пусты». Растратив самих себя в попытках сделать все своими силами, исходя из своих естественных способностей, ресурсов, талантов, мы можем услышать Божье приглашение прийти к Нему с пустыми руками. Ему не нужны наши деньги или труды. Он хочет наших пустых жизней. Это обмен, который осуществлен на нашем подчинении – Он дает жизнь, вечный завет

и верную, непоколебимую любовь.

Мы не можем приходить к Нему, основываясь на наших заслугах. Нам необходимо отодрать себя от лжи и объять Его истину. Он приведет нас в воды крещения, где мы полностью погрузимся в жизнь. Вся смерть будет сметена этими водами. Подобное возрождение должно произойти в каждой сфере нашей жизни.

Нам необходимо признать нашу нужду в Нем и Его поддержке. Мы должны попросить Его посеять семя истины в почву нашего смиренного сердца. И это семя находится в Его Слове.

Как дождь и снег нисходит с неба и туда не возвращается, но напояет землю и делает ее способной рождать и произращать, чтобы она давала семя тому, кто сеет, и хлеб тому, кто ест, -

так и слово Мое, которое исходит из уст Моих, - оно не возвращается ко Мне тщетным, но исполняет то, что Мне угодно, и совершает то, для чего Я послал его.

### Исаия 55:10-11

Семя истины, во-первых, сеется в доброй почве твоего духа. Охраняя его, ты будешь способствовать возникновению безопасной атмосферы, в которой оно сможет расти. Пока оно растет, с ним необходимо обращаться так, как будто мы растим настоящий сад – поливать его истиной Божьего Слова, пропалывать сорняки разрухи и обольщения.

Все, что делает в нас Бог, начинается в форме семени. Это земной пример:

впредь во все дни земли сеяние и жатва, холод и зной, лето и зима, день и ночь не прекратятся.

### Бытие 8:22

Семена посажены, и они будут расти до времени урожая. Затем цикл повторится. Семя представляет собой не просто естественное растение, оно представляет собой каждое живо существо в Божьем творении. Все живое несет в себе семя воспроизведения. Даже слова и дела могут быть семенами.

Какие-то из семян, посаженных в твою жизнь, произвели боль и разрушу. Такие семена должны быть выкорчеваны. Новые семена истины должны быть насаждены на их место, и они принесут урожай исцеления и силы.

Холод и зной – два крайних состояния окружающей среды, с которыми сталкиваются все семена и растения. Лето и зима представляют два противоположных климатических сезона.

День и ночь, свет и тьма – ежедневный цикл обновления.

Если Земля до сих пор существует (что неоспоримо!), значит, эти сезонные циклы и времена жатвы продолжаются и в твоей жизни. Твое физическое тело подчинено тем же условиям.

Сегодня новый день, новый период для тебя. Время насадить новое семя и пожать урожай обновления в твоей жизни. Я знаю, ты готова к переменам.

Это означает удаление с корнем старых насаждений, удобрение почвы, чтобы создать новую атмосферу. Бог – величайший садовник. Он берет почву боязливого, жесткого сердца, удаляет

сорняки страха и жестокосердия и насаждает новые семена, обращающие сердце в цветущий сад силы, радости и жизни.

Готова ли ты следовать за Главным садовником по пути преобразования? Тогда молись вместе со мной.

Отец Небесный!

Ты сказал, что я могу приходить к Тебе со своими неудачами, и Ты дашь мне воды, которая утолит жажду моей души. Ты пригласил меня вкусить хлеб жизни и испить молока и вина.

Я

пробовала сама утолить голод хлебом, но ничего не вышло. Я пыталась утешить себя молоком и вином, и здесь меня ждала неудача.

Теперь Ты дай мне хлеб, вино и молоко, которых я не сотворю сама. Они есть лишь у Тебя. Прости мои глупые попытки удовлетворить себя естественной пищей. Это не насыщало меня, это лишь удаляло меня от осознания моей настоящей нужды – нужды в Тебе. Господь, позволь мне быть подобной женщине у колодца, дай мне живой воды. Я смиряю себя и исповедую мою нужду и глубочайшую зависимость от Тебя в сфере питания. Веди меня Своими путями, и я буду идти ими. Я не хочу более идти одна в этой сфере моей жизни, я приглашаю туда Тебя. Измени меня! Во имя Иисуса, аминь.

? Приходилось ли тебе разочаровываться в человеке, которому ты доверяла?

? Разочаровывалась ли ты в себе?

? Было ли так, что ты верила во что-то и думала, что это истина, но позже выяснялось, что это ложь?

? Лгала ли ты другим?

? Лгала ли ты себе?

Цель падшей культуры – сексуальная привлекательность.

### 3. ОБРАЗ ЛЖИ

Если Иисус является воплощением образа истины, что же являет собой образ лжи? Как истине необходимо иметь образ для выражения, силы и утверждения, так и ложь должна иметь свой образ, иначе она станет бессильной.

На самом деле мы постоянно находимся под влиянием этого образа лжи. Его отблески встречаются повсюду. Он являет себя по телевидению и в кинотеатрах, мерцает с обложек журналов и каталогов. Большинство из нас ежедневно сталкиваются с ним на том или ином уровне. Этот образ сотворен тысячами экспертов рекламы и средств массовой информации, которые создают и поддерживают культурное влияние, оказываемое на нас. Это образ идеальной женщины настоящего времени. Сама по себе она ничто, но вот то, что она представляет, несет для нас опасность.

Она представлена множеством портретов. Она присутствует во всех этнических группах. Она женщина совершенная, уверенная в себе. Она чувствует себя легко и свободно в любой ситуации. Ею восхищаются мужчины, ей завидуют женщины. Все женщины грубы и неблаговидны в сравнении с этой безымянной леди. Она не стареет. Выставляя свое совершенство, она тем самым насмехается над всеми остальными, подчеркивая в них все их недостатки.

Ее кожа безупречна. Она великолепного цвета и в отличном состоянии. У нее прямой нос – не слишком большой, но и не маленький. Ее глаза сияют, они совершенной формы, без всяких темных кругов. На ее лице нет ни одной морщинки. У нее полные губы, будто нарисованные рукой художника. Ее зубы безупречны и сверкают белизной. Ее волосы намного лучше наших.

Она прекрасно сложена. У нее длинные и ровные ноги. Ее грудь не знает возраста (или кормления?). Чаще всего эта грудь просто ненастоящая. Эта женщина или выше или ниже нас – совершенный рост!

Она – образ, которого нам никогда не достичь. Она стоит недостижимая для нас, насмехаясь своими соблазнительными глазками. И все же, кто она?

Ее имя в принципе не важно. Она не настоящая. Она – образ, смоделированный этим миром. Если ей чего-то не хватает, это охотно восполнит пластическая хирургия. Поколение компьютеров не оставит никакого несовершенства – при желании всегда можно чуть снизить бедра, приподнять грудь, исправить любой недостаток, убрав всякий признак несовершенства с ее тела. Она – мертвый,

слепой и немой идол.

И, хотя все понимают, что она ненастоящая, молодые девчонки и взрослые женщины смотрят на нее с благоговейным страхом. Молодые с воодушевлением, взрослые с тоской.

Почему же кто-то, с кем мы никогда не встречались, способен оказывать на нас столь сильное воздействие?

Потому что мы не позволили Богу влиять на нас столь же глубоко, как мы позволили этой ей. Не имея высокого Божьего стандарта, мы приняли соблазнительный, мертвый образ этого мира.

Делающие идолов все ничтожны, и вожделеннейшие их не приносят никакой пользы, и они сами себе свидетели в том. Они не видят и не разумеют, и потому будут посрамлены.

Исаия 44:9

Делать что-то означает творить, моделировать или производить. В Библии слова образ

и идол взаимозаменяемы. Поэтому мы можем вернуться к прочитанному стиху и пересказать его современным языком:

Сделанный или смоделированный идол или модный образ – все они пусты и безжизненны. Их ценность никому не принесет плода.

(Перефразирование автора).

Во второй части этого стиха Исаия объясняет почему «они не видят и не разумеют, и потому будут посрамлены». (В Английском переводе – «Не удивительно, что поклоняющиеся им будут посрамлены» – прим. переводчика). Древние идолы и образы были сделаны рукой художника, сделавшего их из камня или дерева. Иногда их обкладывают драгоценными материалами и камнями. Но все равно, они не более, чем безжизненное мертвое дерево или камень. Неважно, насколько они украшены снаружи – внутри они не имеют жизни.

Люди творят себе идолов, а потом сами же поклоняются делу своих рук. Эти образы сделаны из камня, дерева или драгоценных металлов, и они сделаны теми, кто сам был сотворен, то есть людьми. И затем эти сотворенные подчиняют себя сделанному, взывая к бездыханным идолам.

Имеющие глаза спрашивают у слепых идолов куда идти. Имеющие уста, голос и дыхание взывают к немым идолам. Имеющие уши, чтобы слышать кричат в мертвые уши камня. Они приносят еду и воскуряют ладан идолам, у которых нет ни обоняния, ни вкуса.

Творение желает поклоняться делу своих рук, хотя идолы никогда и пальцем не пошевельнут в ответ. Творение не может творить. Оно может только изобразить или изваять. Изображение не может даже ничего изобразить.

Для многих из нас это покажется глупостью, большинство из нас никогда не склоняли колен перед идолом и не искали мудрости у истуканов. Так имеет ли это отношение к нам?

Когда мы поклоняемся делам наших рук или делам нашей плоти, мы поклоняемся образу творения, а не Творца.

Обратимся к Новому завету и выясним, насколько этот разговор уместен сегодня.

Но как они, познав Бога, не прославили Его, как Бога, и не возблагодарили, но осутились в умствованиях своих, и омрачилось несмысленное их сердце;

Римл. 1:21

Они знали, что Бог есть Творец всего, но они не захотели прославить Его или признать Его главенство через благодарение. Они отвернули свои глаза от Бога и стали поклоняться образам. Вскоре их сердца стали подобны идолам, которым они поклонялись – темны и безумны. Здесь можно провести параллель со стихом из Исаии об идолах.

Ты станешь таким же, как тот образ, к которому ты стремишься – не внешне, но внутренне.

Это дальше объясняется апостолом Павлом в Послании к Римлянам:

называя себя мудрыми, обезумели, и славу нетленного Бога изменили в образ, подобный тленному человеку, и птицам, и четвероногим, и пресмыкающимся

Римл. 1:22-23

Идолопоклонники претендуют на место мудрых творцов. Но когда ты преклоняешься перед чем-то, что равно (человек) или стоит ниже (идол) тебя, ты деградируешь, унижаешься и обольщаешь себя. Если ты служишь тому, что не имеет жизни, ты умрешь.

то и предал их Бог в похотях сердец их нечистоте, так что они сквернили сами свои тела. Они

заменили истину Божию ложью, и поклонялись, и служили твари вместо Творца, Который благословен во веки, аминь.

Римл. 1:24-25

Они захотели служить делам своей плоти, поэтому Бог позволил им стать хозяевами своей плоти. Они служили образам, которых сделали исходя из своих желаний, поэтому Бог обратил их к их первоначальным желаниям. Где есть идолопоклонство, там всегда обнаруживается сексуальный грех. Это приходит в форме беспорядочных связей или извращения. Сексуальная нечистота сопровождается все возрастающим выставлением напоказ своей сексуальности. Обнаженность стала нормальной. То, что было предназначено для интимных отношений, ныне открыто на обозрение всем. Мужчины и женщины, созданные для обитания в них Святого Духа, стали храмами порочности и сексуальных извращений. В нашей сегодняшней культуре сексуальность используется для продажи чего угодно. Цель падшей культуры – сексуальная привлекательность. Изучая любую падшую древнюю культуру, ты обнаружишь, что это является истиной для каждой из них. В сегодняшней культуре те, кто не выглядит сексуально привлекательным, не принимается в счет. А непривлекательные – старые, полные и плохо сложенные.

Если ты боялась сексуального оскорблении, ты, возможно, пыталась спрятать себя за стенами избытка плоти, либо морила голодом, пытаясь вернуться в детство. В нашей культуре сексуальная извращенность и беспорядочность воспринимается лишь физически. К сожалению, это мышление тела проползло даже в церковь. Но существует гораздо более глубокая и сильная связь, объединяющая физически-сексуальную действительность с действительностью духовной и действительностью поклонения.

Мы заменяем истину ложью всякий раз, когда поклоняемся творению вместо Творца.

Прежде чем продолжить, позвольте описать идолопоклонство современным языком, потому что все равно, это звучит как какое-то заморское слово. Идол – это что-то, чему ты отдаешь свою силу или откуда ты черпаешь ее. Это то, на что ты расходуешь себя, свое время, силы и мысли. Это движущая сила твоих действий.

Иллюстрированный библейский словарь Нельсона дает такое определение идола: «что-то, что мы сами делаем богом». Это может быть что угодно, что стоит между нами и Богом – Его замена.

Как христианам нам очень важно определить служим ли мы образу Бога или Богу. Есть три возможных варианта:

- непроизвольно мы сотворили свой собственный образ и служим ему
- мы можем склониться перед кем-то, кого нам охотно предлагает наша культура
- мы можем взывать к Богу с просьбой явить Себя (мы поклоняемся Ему).

Наше представление о Боге есть образ, который будет обслуживать нас. Это мой бог. Это попытка подладить Бога под наш образ. Он может быть строгим начальником или «сладким папочкой». Все зависит от нашего личного опыта. Он ограничен нашим прошлым опытом и представлениями. Он основан на нашем мышлении, а мы уже уяснили, что Бог смотрит на вещи абсолютно иначе, нежели мы (Ис. 55:8-9).

То, что мы служим богам и идолам этого мира, мы можем

осознать по нашему желанию соответствовать мирскому образу. Мы будем желать принятия со стороны нашей культуры. Мы будем желать того, что желает эта культура. Мы будем искать ее награды и ее системы социальной и финансовой безопасности. Этот образ всегда будет стоять перед нашими глазами, соблазняя и предлагая стать такой, как он. Если мы будем смотреть в том же направлении, мы будем оценивать наш успех или неудачи согласно тому посланию, которое мы получили от этих идолов.

Если мы служим Богу, а не лишь какому-то образу, мы будем переживать постоянно прогрессирующее преобразование в Его образ. Пребывающее освобождение, исцеление или перемены начинаются с внутреннего преобразования.

Если мы честны, то признаем, что обращались и к богу плоти, и к богу души и к Богу духа, таким образом, как бы посещая сразу три храма.

Существует много книг, содержащих информацию о внешности – книги с диетами, комплексами упражнений, предложения по улучшению гардероба, советы по визажу. Это другая книга. Когда Бог что-то делает в твоей жизни, это будет пребывать. Время коротко, послание срочно. Бог призывает тебя к радикальным преобразованиям.

Ты знала ложь, ты познакомилась с истиной. Наступило время честно признаться: какому образу ты служишь?

? Когда-нибудь ты взывала к сотворенным образам или идолам?

? Хотела ли ты иметь такие же формы, размер или облик?

? Думала ли ты, что они принесут тебе любовь и счастье?  
? Смешивала ли ты эти термины – быть прекрасной и быть привлекательной?  
? Меняла ли ты чистоту на сексуальную привлекательность?  
? Готова ли ты покаяться в восхищении идолами и образами этого мира?  
? Служила ли ты богу в образе, сотворенном тобой?  
? Думала ли ты, что такое преобразование слишком затруднительно для Бога и поэтому продолжала сражаться собственными силами?  
? Готова ли ты покаяться в принижении образа Бога до уровня твоего понимания, знания, мышления, способностей и опыта?  
? Готова ли ты отказаться держаться за человеческую религию и объять Бога так, как Он этого хочет?

Покаянием ты отвергнешь влияние идолов в твоей жизни. Это будет акт подчинения Богу и акт агрессии против духовной твердыни твоей культуры. Пожалуйста, чувствуя себя свободно, ты можешь добавить свои слова к молитве, отпечатанной на этой странице.

Отец, я прихожу к Тебе во имя Иисуса, во имя Истины. Господь, я раскаиваюсь в том, что смотрела вслед мертвых идолов и образов этого мира, когда должна была приходить к Тебе. Я отвергаю их влияние в моей жизни. Я изгоняю их образы и впечатления из моего разума и их иллюстрации с моих глаз. Отец, убери пелену с моих глаз. Я хочу видеть Тебя и только Тебя. Пусть Твой образ затмит в моей жизни все остальное. Пусть твоя истина запечатлеется глубоко внутри меня. Глубже, чем любая ложь и лжебоги этого века. Я отворачиваюсь от образа лжи и поворачиваюсь к познанию Твоего Сына. Яви Себя мне глубоко и очень реально. Я позволяю Тебе прийти и взять полный контроль в этой очень личной сфере моей жизни. Во

имя Иисуса, аминь.

Тот образ, который ты создаешь в себе – есть защитное средство и, выставляя его напоказ, ты защищаешь свое настоящее «я».

## 4. ОБРАЗ СЕБЯ

В предыдущей главе мы раскрыли образ лжи или идол лжи. Однако, есть еще сфера «поклонения образу», которую необходимо рассмотреть на пути к свободе. Мы были пленниками господ-обольстителей – тех, которые заманили нас в ловушку, бросили в темницу и теперь требуют постоянно исполнять их прихоти. Через покаяние мы вышли из под их юрисдикции и теперь свободны жить под властью и защитой, обещанным нам в Божьем Царстве.

Кол. 1:13

Все формы рабства находятся во власти тьмы. Когда мы объявили свою независимость от тьмы и от всего сердца попросили Господа простить любое расположение или склонность к их проявлению, сила Его Сына пришла спасти нас от образов, державших нас в рабстве. Отказавшись от всякой склонности к образам этого мира, пришло время сделать следующий шаг и отказаться от другого распространенного образа.

Этот образ едва различим, но широко распространен в большинстве религий, хотя и не значится в Царстве. На самом деле, эта религиозная идея одной из первых предстает нашему вниманию. Но, к сожалению, проблема религий и традиций в том, что они не имеют силы освобождать. Иисус так объяснил это:

Ибо вы, оставив заповедь Божию, держитесь предания человеческого, омовения кружек и чаш, и делаете многое другое, сему подобное.

И сказал им: хорошо ли, что вы отменяете заповедь Божию, чтобы соблюсти свое предание?

Устранивая слово Божие преданием вашим, которое вы установили; и делаете многое сему подобное.

Марка 7:8-9, 13

Это лишь еще один пример обращения от живых заповедей Бога к мудрости и традициям человеческим, от Творца к творению. Иисус объяснил, что, поступая так, они аннулировали (заменили, уничтожили) ту самую силу, в которой они так нуждались. Сила находится не в принципах, но скрыта в глубине Божьего Слова. Религиозные деятели, современники Иисуса, заменили истину ложью, жизнь смертью, силу напыщенностью.

Нам необходимо Слово Бога, так как скрытые в нем многообразные истины и являются силой Бога. И хотя человеческое слово может содержать форму и структуру, без Божьей силы оно бесполезно.

Оно не может преобразовать наши сердца, хотя может угодить разуму. Необходимы взаимоотношения, чтобы постичь это. Необходимо содрать еще одну завесу – завесу поклонения себе.

Возможно, ты сразу же отвергнешь это: «Что ты! Я не поклоняюсь себе! Я жалею себя, я не уверена в себе. У меня такая низкая самооценка!»

На это я отвечу так: «Каждый раз, когда ты подстраиваешь себя под образ, сформированный тобой, этот образ становится твоим господином».

Сейчас я хочу рассмотреть один из типичнейших обманов: «Если бы я могла быть довольна собой, я была бы полностью удовлетворена».

Бог не хочет удовлетворить тебя в перспективе тебя. Он хочет наполнить тебя через Себя. Слово Божье дано нам не для того, чтобы мы чувствовали себя лучше. Оно дано, чтобы явить нам благого Бога. Чтобы чувствовать себя хорошо нужно быть хорошими. Но даже Иисус не подчеркивал Своей зависимости от Своей благости.

и прилепится к жене своей, и будут два

одную плотью; так что они уже не двое, но одна плоть.

Марка 10:8 (сравни Луки 18:19).

Заметь, Иисус не сказал: «Ух, ты! Спасибо. Мне так приятно, и Я лучше себя чувствую. Да, Я благой, и тебе нужно быть благим. Так что следуй за Мной».

Нет. Его ответ богатому молодому человеку был совершенно иного рода. Он не искал того, чтобы иметь ярлык «благой» по человеческим стандартам. Его целью было прославить Небесного Отца, Который есть сущность благости.

Хотя Иисус был Сыном Божиим, Он не связывал равенства с Богом со Своей благостью. Бог один благ, и Его благостью мы восстановлены, а Он прославлен.

Я хочу обрисовать образ себя на двух уровнях: во-первых, на личностном уровне, во-вторых, на духовном. Самовосприятие не является чем-то, с чем мы родились. Оно формируется через боль, давление и похвалы.

Боль заставляет нас думать о том, о чем мы раньше не задумывались. Мои первые роды дали осложнение на спину. До тех пор я никогда и не задумывалась о своей спине. Теперь боль выставила ее на передний план.

Давление выведет на поверхность скрытые таланты или недостатки. Соревнования устраиваются, чтобы поставить людей друг против друга и через давление выяснить таланты и способности одних в сравнении с другими. Ребенок может думать, что он лучший бегун в классе, но только день соревнований поставит все на свои места.

Хвала проверит, из чего ты сделан, указав на таланты и ценные качества. Библия говорит, что человек проверяется хвалой, которую принимает (Прит. 27:21).

Один из моих сыновей привлекал много внимания благодаря своим волосам. Это было что-то, что интересовало его в последнюю очередь, но его постоянно выделяли подобными комментариями: «Ваши дети бесподобны, особенно этот – только взгляните, какие у него волосы!» Для мальчишки эти комплементы ничего не значили, более того, сильно ему надоедали, и, в конце концов, мы были вынуждены постричь его. Но для девушки было бы искущением начать считать себя стоящей чего-то из-за таких комплиментов.

Подобный процесс приводит к тому, что мы становимся ориентированными на себя. Раз за разом такие случаи поднимают планку нашего самовосприятия, которой не было доселе.

К примеру, мой трехлетний сын прекрасен, но его абсолютно не волнует его красота. И это делает его еще более привлекательным. Однако, его цель не в том, чтобы быть привлекательным, но чтобы выразить себя. Он направлен на то, чтобы давать и принимать любовь. Он даже не знает цвета своих глаз. Но он знает, что он любим, он знает, что о нем заботятся, и он знает, кому он принадлежит – этого для него достаточно. Он свободен!

Я вижу это на картинках, которые он рисует. Я слышу это в нежном тоне его голоса. Он любит держать мое лицо в своих мягких ладошках и смотреть мне прямо в глаза. Он хочет приблизить меня к себе. Он хочет полностью завладеть моим вниманием. Он смотрит прямо мне в глаза до тех пор, пока я не отведу его пристального взгляда. Затем он целует меня. Ему нужна близость. При этом он не думает о себе, он

думает только о нас двоих.

Это именно то, чего Бог ждет от нас – чтобы мы полностью окунулись в наши взаимоотношения с

Ним и потеряли заботу о том, что происходит вокруг нас. Он не хочет приблизить нас, чтобы лучше разглядеть наши недостатки. Он хочет пленить нас Своей любовью.

Не так давно я видела яркий сон, в котором Господь проговорил мне страстно перед самым пробуждением: «Не смотри на Меня вскользь. Я хочу, чтобы ты принадлежала Мне. Я хочу пленить тебя Моим пристальным взглядом».

Я поняла, что Он просит о новом уровне в наших отношениях. Я увидела себя. Я смотрела на Него лишь мельком – чтобы получить направление или защиту. Смотрю и вновь отворачиваюсь. Смотрю и вновь отворачиваюсь. Когда я услышала этот призыв, я приковала свой взгляд к Нему.

Когда Джон и я обручились, мы могли находиться в комнате, полной мужчин и женщин, и все же мы видели только друг друга. Если я уходила из комнаты, то, возвращаясь, находила его смотрящим на меня. Его глаза загорались, когда он видел меня. Наши глаза были прикованы друг ко другу. Пока кто-то не прерывал нас, для нас более никто не существовал. Я не думала о себе, я думала лишь о нас. Больше не было «Джона и Лайзы», было понимание того, что мы двое - это одно.

Каждый из нас начал жизнь с отсутствием самовосприятия. Но когда же оно пришло? Я думаю, что это целый процесс, который начинается, когда мы выясняем мнения других о нас и позволяем им оказывать на нас более сильное воздействие, чем мнение Бога. Где-то между детством и зрелостью мы потеряли ориентировку. Хотели мы того или нет, но мы заменили истину ложью. Мы начали верить, что мы есть то, что мы делаем, что мы знаем, как мы выглядим и сколько весим.

Я помню, как резко была выброшена на эту арену совершенно против своей воли. Мне было пять лет, когда из-за рака я потеряла правый глаз. Я посещала школу с повязкой на лице до тех пор, пока не спала опухоль, и глазная впадина не была готова для протезирования. Я помню, как я ходила в детский сад нормальным ребенком и вот, две недели спустя, оказалась инвалидом. Я постоянно ощущала на себе пристальное внимание сверстников, слышала их остроты. Уже не просто повязка стянула мое лицо. Она не просто прикрывала мой глаз, но вся моя душа запуталась в ней и была пленена этими бинтами.

Я более не чувствовала себя свободно. Я была ограничена. Я начала читать лица людей, чтобы понять, как мне себя вести. Если они отталкивали меня, значит, и я должна быть такой.

На фотографии, сделанной в первом классе стояла уже не та девочка, которая была запечатлена на снимке детского сада, до того, как мне удалили глаз. Это была не просто потеря глаза, но потеря невинности. Я приобрела самовосприятие, которого не было прежде, и потому потеряла уверенность. Прежде моя уверенность не зависела от того, как я выгляжу. Я не задумывалась над этим. Я была свободна. Теперь я была скована своим видом так же, как узник скован цепями.

Для каждого из нас это происходило по-разному и в разное время. Но

как бы то ни было, в каждом случае присутствовали сравнение и критика.

Все мы помним то состояние агонии, которое охватило нас в период полового созревания. Все, что я помню из того периода, связано с моим телом. Я чувствовала, что мое тело предало меня.

Я созревала поздно и поэтому решила, что вообще не желаю формироваться. Я пришла к такому заключению, послушав сверстников, обгонявших меня в развитии, посмотрев различные фильмы о здоровье. Я не хотела, чтобы мальчишки шлепали бретельками моего бюстгальтера. Я не хотела брить волосы на ногах и подмышками. Одна мысль о том, чтобы ежемесячно истекать кровью звучала, как зловещее вторжение в мой любимый спорт – плавание. (Спустя двадцать пять лет это осталось прежним).

Каждая девочка оценивается по ее физическому развитию. Мальчики обращают внимание на быстро развивающихся. Ушло время, когда у всех был один размер груди. В то время слово «плоский» приобрело для меня совершенно иное значение. Я научилась искусству драпировки, пытаясь при этом найти баланс между моим гимнастическим костюмом и обычной одеждой.

Я начала ощущать все большее разделение между мной физической и мной настоящей – видимой и невидимой.

Когда мы были детьми, наши тела служили нам. Но наступает момент, когда мы начинаем служить нашим телам. Возможно ты рано созрела и у тебя позитивное восприятие твоего физического «я». Но все равно ты опустилась до чего-то временного и подлежащего изменению. Люди восхваляют видимое, проходя мимо невидимого.

Тот образ, который ты создаешь в себе – есть защитное средство и, выставляя его напоказ, ты защищаешь свое настоящее «я». Прежде мы находились в неведении, не воспринимая себя с физической стороны и не думая о своей внешности. В определенный момент времени мы потеряли это неведение, как бы потеряли невинность, и стали уязвимыми.

Противоположность самовосприятию – не хорошее самовосприятие или самоуважение. Противоположность самовосприятию есть отсутствие такого. И это происходит, когда мы более думаем о Боге и о Его воле, нежели о себе и своей воле. Это работа Святого Духа, которая совершается по мере того, как мы отворачиваемся от наших естественных ограничений и оставляем себя для Него.

? Какой случай (положительный или негативный) приходит тебе на ум, когда ты связала себя со своим физическим состоянием?

? Сколько было тебе лет?

? Опиши себя до этого случая – как ты смотрела на свое тело и как себя чувствовала?

? Опиши свою первую реакцию на этот инцидент, если помнишь.

? Было ли это в той области, в которой ты до сих пор сосредоточена на себе?

? Хочешь ли ты освободиться от этого образа, неважно хорошего или плохого, чтобы более не быть ограниченной самовосприятием?

Тогда помолимся и развязем эти узлы:

Дорогой Отец!

Я хочу быть вновь свободной как тогда, когда я была ребенком. Отвяжи меня от себя самой и привяжи меня к Себе. Я не хочу быть одна и думать только о себе. Я жажду думать только о нас. Я отворачиваю глаза от своего образа и направляю

их к Твоему лицу. Приблизь меня к Себе, чтобы мне принадлежать Тебе и быть удерживаемой Тобой. Я разрушаю идола, созданного из себя самой и восстанавливаю алтарь Божий. Во имя Иисуса,

Аминь.

Отвращение от истины ко лжи приводит к тому, что мы теряем видение вечного и ограничиваем себя видимым.

## 5. КОРЕНЬ ОБРАЗА

В предыдущей главе мы обсудили личный или душевный корень образа, созданного из себя самого, который можно также назвать самовосприятием. Теперь я хочу копнуть глубже в основу СЕБЯ. Где начинается это самовосприятие? Мы найдем первое упоминание об этом в книге Бытия:

И были оба наги, Адам и жена его, и не стыдились.

Быт. 2:25

Адам и Ева были нагие, но не стыдились. Они были раздеты, но не осознавали своей наготы. Он были сосредоточены только на совершенном союзе, существовавшем между ними. Разделены, но в то же время одно; индивидуальны, но дополняют друг друга; разные, но похожие. Это единственное знание было настолько сильное и совершенное, что оно затмевало физическую реальность.

Их взаимодействие не было ограничено физически. Это придет позже. Они отвечали за свой союз. Они торжествовали в своей уникальности, имея качества, которые отличали их от всякого другого творения.

Библия не дает нам никакого представления об их фигуре, коже или цвете волос. Это не важно. В их описании нет даже упоминания о возрасте. У нас нет никакого представления о том, какими были Адам и Ева - толстыми или худыми, высокими или низкими, черными или белыми. Я уверена, что они были выражением и воплощением чистого физического совершенства – подлинное совершенство человека во время, предшествующее болезням, страданиям и смерти.

Однако стыд прополз в их отношения. Его не существовало в Эдемском саду - ни когда они стояли обнаженными друг перед другом, ни когда они приходили таковыми в присутствие их Творца. Свободные в Его присутствии и в присутствии друг друга. Бог и Адам вместе радовались славному началу жизни последнего из Божьего творения – женщине.

Эта невинность была рождена в совершенной среде, в атмосфере подлинного единства друг с другом и с Творцом. Они были осведомлены в том, что охватывало лишь три сферы – Творец; творение, которое произрастало, сберегалось и предназначалось для них, и их отношения друг с другом. Мы не можем точно сказать, как долго это продолжалось.

Но вскоре их невинность была потеряна навсегда. В этот момент они получили знание о себе. Со знанием о себе пришло понимание неравенства с Богом. Это и есть искушение знанием добра:

И сказал змей жене: нет, не умрете, но знает Бог, что в день, в который вы вкусите их, откроются

глаза ваши, и вы будете, как боги, знающие добро и зло.

#### Бытие 3:4-5

Это было искушение достичь предельного совершенства – стать как Бог. Открыть глаза и увидеть все так, как оно есть на самом деле... перейти от детской зависимости к знанию добра и зла, стать господами самих себя. Это было наивысшее предложение. Змей обещал, что их глаза откроются, подразумевая, что до этого их глаза не видели какие-то участки большой картины. Могло ли что-то, в чем они нуждались, скрыться от них на этом уровне видения?

У них не было переживания зла. И, возможно, они даже не знали добра. Они знали только Бога.

И заповедал Господь Бог человеку, говоря: от всякого дерева в саду ты будешь есть,

а от дерева познания добра и зла не ешь от него, ибо в день, в который ты вкусишь от него, смертью умрешь.

#### Бытие 2:16-17

Познание добра и зла – это закон греха и смерти. Бог хотел, чтобы Адам оставался в свободе его познания Бога. Адам получал свое познание, или взаимоотношения через хождение с Богом. Их взаимоотношения не были основаны на правилах, они были основаны на любви. Адаму не нужно было знание добра и зла, чтобы ходить с Богом – он уже ходил с Ним. Сатана не желал, чтобы Адам и Ева оставались свободными и живыми в законе свободы, поэтому он и извратил Божье предостережение. Они послушались этой лжи и обменяли свое чистое знание Бога на познание добра и зла. В этот момент их мысли и их пути стали совершенно отличными от Божих. Бог никогда не служит Себе. Он – Отец в полном смысле этого слова.

Адам и Ева познали Бога на самом интимном и чистом уровне. Он с любовью сформировал их Своими руками и вдохнул в них Свое дыхание. В глупом бунте они отвернулись от Творца и избрали творение.

И увидела жена, что дерево хорошо для пищи, и что оно приятно для глаз и вожделено, потому что дает знание; и взяла плодов его и ела; и дала также мужу своему, и он ел.

#### Бытие 3:6

Запретный плод выглядел хорошо и приятно. Оно мог дать мудрость. Это звучит, как наше описание идола, не так ли? Когда Ева устремилась к плоду творения, она отвернулась от Бога творения. Когда Адам взял плод из ее рук, он отпустил руку, которая слепила его.

И открылись глаза у них обоих, и узнали они, что наги...

#### Бытие 3:7

Глаза Адама и Евы открылись. Впервые они осознали, что нагие. Библия не говорит, что с них упала одежда и они увидели свою наготу. Сказано: и открылись глаза их. Покрывало было не на их телах, но на их глазах.

Теперь они стали смотреть в измерении, прежде скрытом от них. Сорвав вечный покров света, они перешли в земное измерение, измерение тьмы. Покров света закрывал их глаза. Он был заменен тем, который покрывал их сердца. Это покрывало сердца стало обителью тьмы.

Послание Римлянам говорит: «Они называя себя мудрыми, обезумели» (Римл. 1:22). Только глупец обменяет истину на ложь, невидимое на видимое, вечное на временное.

Грех дал рождение стыду. Невинность и чистота были заменены знанием и чувственностью. Этот новый взгляд требовал покрывала для их тел.

... и сшили смоковные листья, и сделали себе опоясания.

#### Бытие 3:7

Грех всегда требует покрова. Грех открывает глаза на видимое и закрывает их на невидимое. Получив видение реальности, они потеряли видение вечности. Страх затуманил их новый взгляд, так как их внутренний свет обратился во тьму.

Спустя тысячи лет, Иисус раскрывает тайну взаимосвязи души и глаз такими словами:

#### Матфея 6:22-23

До грехопадения их глаза были добры, и их естество было наполнено светом. Они видели только свет. В присутствии Бога существует только свет, там нет тени. Свет изгоняет тьму. Нет стыда, так как стыд требует тени. Теперь, живя во временном измерении, они знали и добро

и зло. Теперь их глаза наполнились тьмой. Никакого света – только тьма. В своем страхе они убежали в глубокую тьму тени деревьев. Тьма всегда убегает от света.

И услышали голос Господа Бога, ходящего в раю во время прохлады дня; и скрылся Адам и жена его от лица Господа Бога между деревьями рая.

### Бытие 3:8

Тьма принесла страх и глупость. Они подумали, что могут спрятаться от Бога. Они не хотели, чтобы их дела были вынесены на свет, поэтому они ушли в тень творения вместо того, чтобы пасть к ногам Творца. Евангелие от Иоанна описывает их дальнейший уход во тьму.

ибо всякий, делающий злое, ненавидит свет и не идет к свету, чтобы не обличились дела его, потому что они злы, а поступающий по правде идет к свету, дабы явны были дела его, потому что они в Боге соделаны.

### Иоанна 3:20-21

Адам и Ева посягнули на то, чтобы стать равными Богу. Они пытались стать такими, как Он без Него. Если ты поверишь лжи, ты начинаешь бояться истины. Отвращение от истины ко лжи приводит к тому, что свет в нас становится тьмою. Мы теряем взгляд вечности и становимся ограниченными видимым. Мое «я» обитает в сфере видимого, земного. Осознание себя – прямой результат грехопадения.

Необходимо, чтобы эти истины были утверждены в нашей жизни. Вечные истины производят вечные результаты, временные – временные. Чтобы искоренить ложь ты должна вернуться к истине, которая существовала до лжи.

Я думаю это удивительно, что нет никаких физических описаний Адама и Евы. Их внешний вид и возраст не важны. Мы не найдем физического описания до тех пор, пока Адам и Ева не покинули Эдемского сада.

Лишь тогда люди стали характеризоваться по возрасту, наличию детей, работе и заслугам. От случая к случаю можно найти тех, кто описан по его отношениям с Богом. Но эти примеры стоят в стороне от остальных. Жизнь таких людей уникально высвечена в раскрывающемся плане Бога для человечества.

Сара или Сарра – первый человек, которому дается физическое описание. Авраам боялся безбожной культуры, окружавшей его и его семью. Боясь, что эти злые люди убьют его и возьмут его жену, он попросил Сару солгать, чтобы защитить его.

Когда же он приближался к Египту, то сказал Саре, жене своей: вот, я знаю, что ты женщина, прекрасная видом; и когда Египтяне увидят тебя, то скажут: это жена его; и убьют меня, а тебя оставят в живых; скажи же, что ты мне сестра, дабы мне хорошо было ради тебя, и дабы жива была душа моя чрез тебя.

### Бытие 12:11-13

Рассмотрев другие примеры Ветхого завета, мы найдем физическое описание многих лидеров. Ревекка, Рахиль, Лия, Иосиф, Давид, Голиаф, Овессалом, Соломон и Елисей – имен не так много. В Новом завете мы находим описание Иоанна Крестителя – его одежды и внешнего вида. После Иоанна Крестителя физическое описание становится малозначительным. Ударение переносится с внешнего и естественного вида на сокрытую вечную личность. Почему? Потому, что Иисус пришел, чтобы вернуть то, что было потеряно в саду.

Павел описывает это так:

Потому

отныне мы никого не знаем по плоти; если же и знали Христа по плоти, то ныне уже не знаем.

Итак, кто во Христе, тот новая тварь; древнее прошло, теперь все новое.

### 2 Коринфянам 5:16-17

Как верующим, нам необходимо изменить свои оценки и взгляд на вещи. Мы более не знаем и не понимаем людей исходя из того, что мы видим в естественном измерении плоти. Павел использует преобразование, пройденное нами в нашем познании Иисуса, чтобы объяснить это. Было время, когда Иисус ходил посреди Своих учеников и других верующих на этой земле, как Сын Человеческий. Но теперь Он на небе и невозможно познать Его, исходя из естественных реалий. Теперь мы узнаем Его через Духа, через Писание. Он все более открывает Себя не как Сына Человеческого, но как Сына Божьего.

Ученики Иисуса знали Его как обычновенного человека, теперь Он открылся как вечная Личность. Павел предостерегал верующих, призывая принять тот же взгляд друг на друга – смотреть за пределы земного и видимого, на отблеск вечности, на «Христа в нас, упованье славы» (Кол. 1:27).

Когда мы обращаемся ко Христу, покров смерти убирается, и мы вновь можем отражать вечность. Это процесс, который включает в себя воспитание разума и воли. Вместо служения себе мы должны

теперь вновь подчинить и покорить себя Творцу. Чтобы потерять осознание и сосредоточенность на себе, мы должны приобрести познание Бога.

Можешь ли ты теперь увидеть и поверить, что корень физической направленности и порабощения лежит в падении? Я не говорю об абсолютной потере понимания, когда ты совершенно перестаешь заботиться о своем физическом состоянии. Я говорю о том, чтобы избежать такого состояния, когда твое «я» становится твоим господином.

Если ты хочешь получить больше познания Бога, помолись такой молитвой:

Дорогой Небесный Отец!

Пожалуйста, прости мне всякие попытки самой стать своим господином. Ты сказал, чтобы я взяла свой крест, отреклась себя и следовала за Тобой. Господь, очень долго я не отрекалась себя, я была поглощена собой. Я жила, чтобы защищать и обеспечивать себя. Пожалуйста, прости меня. Я отвергаю падшую натуру и буду служить Тебе. Я прошу научи меня служить Тебе. Я хочу все более и более искать Твоей воли и Твоих путей и все меньше моей воли и моих путей. Восстанови мое зрение. Дай мне вновь отражать вечность и потерять земное, чувственное зрение. Я отвожу мои глаза от себя и поворачиваюсь к Тебе.

Во имя Иисуса, аминь.

Я смотрела на свое безголовое отражение и по-настоящему ненавидела то, что я видела. Необходимо было наказать его и вернуть под мой контроль

## 6. НАВОДЯ ПОРЯДОК ПОСРЕДИ БЕСПОРЯДКА

В этой главе я поделюсь с тобой той свободой, которую Бог принес в мою жизнь. Мысленно возвращаясь в тот период моей жизни, мне с трудом верится, что я жила в таком плену. Сейчас та серость и тьма кажутся почти нереальными в сравнении со светом и свободой, которые Иисус принес мне. И, хотя то, что окружает тебя, условия и обстоятельства, в которых ты находишься, могут отличаться от моих, истина Бога остается твердой и абсолютной. Он имеет не просто глубочайшее желание освободить тебя, но также изгнать твои затаенные страхи.

Беспорядочное питание можно сравнить с неистовым беспорядком в доме, а ведь мы живем в наших телах. Цель этой книги – навести порядок в этой сфере твоей жизни, заново сотворить комфортную среду обитания, в которой ты сможешь жить. теперь . Вдохнуть жизнь, надежду и осмысленность туда, где еще недавно были разочарования, смерть и путаница.

Многие из вас уже осознали тот факт, что заменили истину ложью в каких-то сферах. Настало время практического применения истины. Нет ничего сильнее личного свидетельства того, что Бог делает в наших жизнях. Я не могу находиться там, рядом с тобой, но я верю, что ты сможешь услышать то, что я хочу сказать со страниц этой книги. Я буду говорить это лично для тебя.

Беспорядок подобен неубранной комнате, в которой все перемешалось. Ты ничего не можешь найти в окружающем тебя хаосе. Важные и ценные вещи валяются на полу или под кроватью, в то время как фантики из под конфет находятся на самом видном месте. Разбросанные грязные вещи украшают кровати и стулья. Когда беспорядок переходит границы, ты с ревностью разбираешь кучи вещей, чтобы через какое-то время вновь окружить себя ими.

Ключ к тому, чтобы держать комнату в порядке не в том, чтобы постоянно ее убирать. Ключ в том, чтобы найти и разобраться с источником беспорядка. Беспорядок может проявляться по разным причинам. Возможно вещи не кладут на место, или у них просто нет своего места. Другим предметам, может быть, уделено непрактичное место. Разочарование и подавленность приносят апатию и отчаяние – это составляющие беспорядка. Недостаток воспитания, дисциплины или правильного направления также может сотворить беспорядок. Что бы ни было источником, в беспорядке ты чувствуешь себя запутанной и смущенной.

Напротив, если комната, квартира, дом, кабинет, стол содержатся в порядке, ты чувствуешь себя окруженной атмосферой, в которой можно все довести до конца. Ты чувствуешь себя свободно, суматоха ликвидирована, тебя ничего не стесняет, и ты можешь найти все, что необходимо - все то, что прежде было не на своем месте или попросту запрятано.

Порядок производит порядок. Чтобы исправить беспорядок тебе необходимо установить порядок. Это и есть та сила, которая противостоит беспорядку. Она может стать очень могущественной в нашей жизни. Упорядоченная жизнь имеет свои четко установленные приоритеты и утверждает границы для того, чтобы эти приоритеты защищать. Бог предостерегает нас в Своем Слове:

Посему говорю

вам: не заботьтесь для души вашей, что вам есть и что пить, ни для тела вашего, во что одеться. Душа не больше ли пищи, и тело одежды?

Матфея 6:25

Корень беспорядка – страх. Если мы чего-то боимся или о чем-то беспокоимся, мы постоянно об этом думаем, что приводит к потере мира в нашем разуме. Заметь, что Иисус говорит не заботиться об очень крупных вещах: пища, питье, одежда, сама жизнь. Он уверяет нас, что все это будет восполнено нашим Небесным Отцом – Тем, Кто славно одевает лилии и кормит птиц.

Забота не конструктивна. Она всегда сопровождается страхом и мучениями. Забота может привести к самооправданию. Мы можем перефразировать Писание из Матфея 6 главы заменив слова «заботиться» на «постоянно думать». Теперь прочтем:

Посему говорю вам: не думайте постоянно о душе вашей, что вам есть и что пить, ни для тела вашего, во что одеться. Душа не больше ли пищи, и тело одежды?

Жизнь (душа) важнее еды и тело важнее одежды. Но сколько молодых женщин умирает ради того, чтобы красиво выглядеть и хорошо одеваться? Печально, но они не понимают, что их жизнь гораздо важнее и ценнее их внешнего вида. Они пожертвовали большим ради меньшего. Они так долго размышляли над ложью, что оставили истину. Статистика утверждает, что более 1000 женщин ежегодно умирает от анорексии и булимии. Сюда еще не включены множества женщин, которые умирают от побочных эффектов прихотливых диет. Есть другие, которые выживают. Но их обмен веществ полностью нарушен за годы, которые они отдали диетам.

Когда это все началось? В каждом случае по-разному. Некоторые девочки воспринимают нормально навязчивый контроль за весом – они научились этому у своих мам и старших сестер, наблюдая как они примеряют одежду в спальне. Невинные глазки девочки поглощают каждую частичку мамы или сестры, надевающей новую юбку, блузку или платье. Она убеждена в том, что ее мама – самая красивая на Земле, и поэтому она шокирована, слыша как мама восклицает в ужасе:

«О, нет! В этом я такая толстая!»

«Эти джинсы делают мои бедра огромными!»

Девчонка протестует в недоумении: «Нет, мамочка, ты такая красивая!»

Но это заявление отметается, как детское.

«Ничего, дорогая, вырастешь – все поймешь!», - объясняет мама.

Итак, она торопится подрасти. И с ее ростом все более и более беспорядочным становится ее питание.

Если ты в постоянной борьбе с беспорядочным питанием и желаешь обрести мир в этой сфере, я молюсь, чтобы те принципы, которым научил меня Бог и которые помогли мне в свое время, помогли и тебе обрести победу в сфере веса. Твой вес не определяет тебя, как личность, точно также, как и меня.

Эта книга будет неполной, если я обойду стороной мои собственные сражения. Эта глава – дополненная и более личная версия главы из другой моей книги «Истинная мера женщины».

Возможно, ты узнаешь в моей истории кого-то, кого ты знаешь и любишь. Может быть в моих словах ты увидишь и некое отражение себя самой.

В течение шести лет моей жизни мысли о моем весе были

главными для меня. Так давай вернемся туда вместе со мной.

Моя война началась за год до того, как я стала христианкой и продолжалась после этого. Эта сфера оказалась столь важной в глазах Бога, что Он пришел ко мне со Своей свободой, и это стало очень реальной частью Евангелия в моей жизни. Это была сфера, в которой Слово Божье воистину стало плотью.

До 16 лет у меня практически не было никакого интереса к моему весу. Я взвешивалась только в летнем лагере (чтобы удостовериться, что я не потеряла в весе из-за их диеты) и у врачей, чтобы они определяли как идет мое развитие.

Я воспринимала увеличение веса точно также как и увеличение роста – как знак взросления. Я была немного низкой для моего возраста, но всегда была очень активной. Я участвовала в соревнованиях по плаванию практически круглый год. Я плавала за команду и в личных соревнованиях с пяти лет.

При таком образе жизни я могла есть все, что угодно и когда угодно, даже не задумываясь о своем весе.

На втором году обучения в старших классах прямо после плавательного сезона я решила заняться бегом с препятствиями. И, хотя тренер сказал нам как следует потренировать мышцы, я не видела в этом особой необходимости, так как только что закончила плавать и была в отличной форме. Но я не знала, что плавание развивает иные группы мышц, нежели беговая дорожка. И, хотя мои мышцы были натренированы для плавания, они не были готовы для бега с препятствиями.

Во время первой же недели тренировок я бежала спринтерскую дистанцию. Это был тренировочный забег, но я мчалась, как кролик, и в результате потянула ахил. Какое-то время мне пришлось провести на костылях, и я решила прервать на год плавание, пока не заживет моя нога. Тренировки прекратились, но я продолжала есть в том же режиме, что и во время занятий спортом.

Однажды я пришла домой из школы, и мой отец остановил меня неодобрительным взглядом.

«Ну-ка подойти и повернись», - сказал он. «Слушай, эти джинсы слишком узки тебе! Сколько ты сейчас весишь?»

«Пятьдесят восемь», - быстро ответила я, вспомнив свой вес, который был в лагере. На самом деле я не имела никакого представления о своем весе.

«Этого не может быть! В тебе 62, а то и все 63 килограмма», - бросил отец. «Иди и взвесься!»

Я была уверена, что он не прав, но побрела в ванную родителей и встала на весы. К своему удивлению я весила 62,5 килограмма!

Сгорая от стыда, я вернулась к отцу и назвала цифру. Он сказал, что я стала слишком большой и предупредил о том, что мой лишний вес может очень сильно сказаться на моей привлекательности. А это очень важно для меня, как молодой девушки. Кто захочет встречаться со мной, если я буду толстой?

Я вернулась в свою комнату и впервые стала рассматривать свое тело. Я старалась растянуть джинсы, но и так было ясно, что они были слишком узки. Они оставили полосы на моем теле, и даже остались следы от боковых швов на моих ногах. Пояс и карманы отпечатались на животе. Я разделась до белья и встала на кровать, чтобы

увидеть в зеркале все свое тело. Мой обзор был ограничен пространством от плеч и ниже.

Я смотрела на безголовое отражение и от всего сердца ненавидела то, что видела там. Необходимо было наказать его и вернуть под свой контроль.

«Ты жирная толстуха!», - обозвала я себя. Я ругала себя, хватая за те части тела, которые выглядели толстыми. Я развернулась и повторила весь ритуал со спины, затем запрыгала на кровати, как ребенок.

Подойдя к шкафу, я вытащила банный халат. В свободной одежде я сразу почувствовала себя лучше – укрытой и защищенной. Пришло время проверить весь свой гардероб – что еще мне мало? Я вытащила вещи и стала примерять все подряд. Каждый раз, когда что-то было мало, даже если я просто выросла из этого, я подходила к зеркалу и наказывала свое отражение: «Ты выглядишь толстой. Ты – толстая!»

В тот вечер под пристальным взглядом своего отца я отказалась от второго и десерта. После ужина я надела шубу на спортивный костюм и бегала по сугробам до тех пор, пока мои легкие, казалось, готовы были разорваться от холодного зимнего воздуха. Я была полна решимости сбросить вес и вернуться к своим 58 калограммам.

На следующий день я вновь урезала свой обед – я съела только Биг Мак и картофель вместо обычных Биг Мака, картофеля, чизбургера и куриных палочек. Каждый вечер я урезала свою порцию и бегала после еды. Я прочла все статьи в журналах моей мамы, которые касались похудания и диет.

За две недели я сбросила 4,5 килограмма. Все в школе заметили это. Даже некоторые из старшеклассников отметили комплементами мое похудание. Я чувствовала себя превосходно. Я победила свое тело. Я контролировала свой вес. Я никогда больше не буду толстой. Казалось, что мои проблемы с весом остались далеко позади.

Вскоре я выбрала колледж довольно далеко от моей родной Индианы. Я хотела разорвать все, что было привычно и окунуться во что-то новое, поэтому уехала на запад – в Аризону.

Пришло время заводить друзей.

Я с горечью заметила, что все девочки из Университетского клуба были стройными, загорелыми и очень красивыми блондинками (по крайней мере большинство). Внезапно я почувствовала себя неуклюжей в сравнении со стройными девчонками вида Барби. Я сравнивала себя с ними и со

своими 58 килограммами чувствовала себя откормленной ирландской телкой рядом с породистым скакуном. Я старалась не проводить сравнений, но они были слишком очевидными.

За обедом девочки, которые были худее меня, жаловались: «Я такая толстая! Ты только взгляни на это!», - они указывали на свои бедра.

Я смотрела и понимала, что их бедра гораздо меньше моих. Если они толстые, значит я просто жирная!

«Сколько ты весишь?», - спросила я одну из них.

«Пятьдесят два килограмма».

«О, ты худенькая. Ты не толстая», - запротестовала я. Она вскочила из-за стола и сгребла в охапку свой бок.

«Ты только взгляни на этот кусок сала! Я – толстая!»

Я чувствовала себя глупо. Я увидела жир только потому, что она сгребла бое мертвый хваткой. У меня не было

слов, я только мысленно молилась, чтобы никто не спросил меня о моем весе. Я была на шесть килограммов тяжелее ее. Правда, в моем разуме даже не промелькнула мысль, что я сантиметров на семь выше.

В ту ночь в уединенной обстановке своей спальни я стала проверять свои бедра. Так и есть! У меня тоже торчит этот кусок сала! А может это она намекала мне, чтобы я сбросила вес?

Я снова стала плавать и бегать. Я прекратила есть бутерброды на обед и ограничилась только салатом. Я сбросила вес до 51 килограмма и все равно не чувствовала себя достаточно стройной.

За каждым обедом мы обсуждали сколько калорий содержится в наших тарелках. Самым умным считался тот, кто больше всех знал о диетах, калориях и т.д. Мы безжалостно открывали и выставляли напоказ свои недостатки.

«Смотри, как выпячивается мой живот!», - жаловались мы друг другу, поднимая свои блузки для доказательства.

«Нет, ты только взгляни на это!», - и мы вместе следили за тем, как одна из нас ощупывает свои молодые загорелые ноги в поисках недостатков.

Мой живот был плоским, мое тело было стройным и загорелым, мои руки были мускулистыми и хорошей формы, и все же у меня был недостаток.

Мое лицо. Каждый раз, смотря в зеркало, я видела недостаток. Мой подбородок был квадратным и, сколько бы я ни худела, все равно лицо выглядело широким. Я вглядывалась в зеркало и единственное, что я видела – огромное, толстое лицо. Я критически оценивала себя так, как будто я была врагом.

«Я избавлюсь от этих челюстей!», - я хватала себя за щеки.

Было даже такое время, когда я носила первый размер и весила 46,5 килограммов. И все равно, глядя в зеркало, я видела свое толстое лицо. Это было единственное, что я только могла видеть. Я не замечала каким изможденным было мое лицо, что жилы выступали на моей шее. Мой взгляд был искажен.

В моей жизни был еще один человек, который усугублял это искаженное восприятие. Мой парень постоянно высказывал комментарии по поводу моего лица, при этом строго контролируя мой вес.

Вернувшись домой на Рождество, я сильно встревожила маму большой потерей в весе. Она была настолько озабочена этим, что повела меня к врачу. Он уверил, что мой вес находится еще в пределах нормы для моего роста, но когда мама вышла за дверь, он спросил, пыталась ли я худеть.

«Нет, просто там слишком жарко, чтобы есть!», - уверила я. Это была правда отчасти. В Аризоне достаточно жарко, и тяжелая пища не всегда уместна.

«Ладно. Только смотри, чтобы не навредить себе. Иногда можешь встать посреди ночи и съесть свинную отбивную!», - он подмигнул.

Я улыбнулась. Сама мысль о свинине казалась кощунственной.

В тот вечер мама приготовила мне любимое блюдо. В ответ на ее приглашение поесть я сказала: «Я не голодна».

«Тебе нужно есть!», - настаивала она.

«Я поем попозже с моими друзьями. Я иду на вечеринку, у нас будет пицца», - ответила я.

«Но тебе необходима здоровая пища! За весь день ты едва притронулась к еде!», воскликнула она.

Это было правдой. Я практически

не ела. Я боялась, что дома вновь расположу. Мне казалось, что все хотят запихнуть в меня еду. Они

просто не хотят, чтобы я была стройной, убеждала я себя. Они против меня, они не желают мне успеха.

Мама попыталась заручиться поддержкой отца: «Скажи ей, чтобы она поела!»

«С ней все в порядке», - ответил отец. Он взглянул на меня поверх газеты и улыбнулся. Я поняла, что он одобряет мой новый вес. По крайней мере, он не заставляет меня есть!

В тот вечер я вышла из дома со своим новым стройным аризонским телом. Я чувствовала себя новым человеком. Я двигалась и разговаривала как мои подруги из Университетского клуба. Если чему-то я у них и научилась, так это тому, как вести себя на вечеринках! Я порхала весь вечер, воодушевленная вниманием, которое к себе привлекала..

«Ты выглядешь классно! Я хотел бы пригласить тебя!», - услышала я от одного парня.

Вот это да! Это сон или на самом деле? Ребята, которые в школе не удоставили меня и взглядом, теперь назначали мне свидание. Позже вечером, лежа в постели, я решила, что больше никогда не буду такой толстой, как раньше.

Приехав обратно в колледж, я обнаружила, что все-таки несколько прибавила в весе. Когда я пожаловалась об этом своим подругам, одна из них предложила мне мочегонные таблетки. Я помнила, что мама принимала такие, но тогда я даже не знала от чего они.

«А разве их принимают не только перед месячными?», - спросила я.

«Нет!», - уверила она, - «Я принимаю их каждую пятницу утром, и вечером я в отличной форме!»

Это звучало слишком хорошо, чтобы быть правдой.

«Ты уверена?», - спросила я.

«Конечно! Смотри, они продаются без рецепта!»

Она показала мне коробочку мочегонных таблеток, которая выглядела достаточно безвредно. На обложке была изображена радостная женщина в бикини. Я взяла ее и стала читать ингредиенты.

«О-о, здесь довольно много кофеина...»

«Да, но это здорово! Он придаст тебе огоньку. Попробуй!»

Я взяла одну таблетку и положила в карман. В принципе, для меня не составляло особого труда сбросить вес. Я делала это и прежде. Правда в последний раз на это ушло несколько больше времени.

Все сложнее было устоять против еды. В добавок к подсчету калорий и поиску новых диет, все мы переживали отношения любви-ненависти к еде. Это был враг, потому что еда делает нас полнее, но мы любим ее, ведь она такая вкусная!

Еда начала занимать все больше места в моей жизни. Я думала о еде все больше и больше. У меня развились страсть к еде и питью. Это доходило до крайности. Если я пила, то упивалась, если ела, то до тех пор, пока просто не становилось плохо. И все равно при этом я следила за своей внешностью, поэтому и мои тренировки доходили до крайности. В порыве желания сжечь как можно больше калорий, я никогда не сидела спокойно. Даже во время занятий в классе, я болтала ногами под столом. Все в моей жизни было крайне интенсивным – и питание и диеты. Не было ничего посередине. Я вспоминала о школе только перед экзаменами и поэтому училась довольно

средне.

Закон ограниченного питания вызвал во мне неподавляемое желание пищи. Закон всегда вызывает похоть плоти и души. Я могла морить себя голодом, а затем есть и есть, пока уже физически не могла запихнуть в себя пищу или пока она не заканчивалась. Это был или пир, или голод.

Такой образ жизни было сложно поддерживать, поэтому я все более стала прибегать к помощи не только мочегонных средств, но и слабительных. За следующий год в колледже мое тело привыкло к ним. Оно более не функционировало нормально. К тому же мой желудок постоянно находился в стрессе из-за беспорядочного питания. Это усугубляло мое плохое самочувствие. Я боялась своего собственного тела. Что если я не смогу ходить в душ? А вдруг я растолстею?

Я заболела и постоянно ходила с повышенной температурой. Вся верхняя часть моего тела покрылась сыпью. В конце концов, я попала в школьный медпункт. Врач проверила мой желудок.

«Когда ты последний раз делала промывание желудка?», - спросила она, озабоченно взглянув на меня.

«С месяц. Но обычно я делаю это раз в неделю», - ответила я.

Она покачала головой в неуверенности:

«Дорогуша, ты видно делаешь это практически каждый день. Придется провести еще кое-какие обследования».

В первый день мне сделали рентген. Результаты показали, что мой кишечник поднялся к легким.

Меня сразу же привезли в больницу под присмотр специалистов. Это был кошмар. Мне выписали слабительное, но оно уже не действовало. Тогда мне прописали микстуру из кастрорки, что вызвало страшные судороги.

Затем была серия клизм. Вновь обследования. Наконец мне вынесли диагноз – раздражение кишечника и резкое снижение сахара.

Этот поток испытаний встряхнул меня довольно сильно, и я перестала принимать мочегонные и слабительные средства. Но все равно я постоянно думала о своем весе.

За обедом я следила за тем, как ест одна из моих подруг. Она съела все, что было у нее на тарелке, затем еще кое-что. Она не была толстой. Как у нее это получается? Я никогда не видела, чтобы она бегала или упражнялась. В приватной беседе я спросила ее в чем секрет.

«Я ем все, что хочу, потом иду в туалет и засовываю себе в горло ручку зубной щетки. А потом чищу зубы».

«А ты можешь показать мне?», - спросила я.

«Конечно! Сегодня после обеда пойдем вместе чистить зубы!»

В тот вечер после обеда мы поднялись в нашу туалетную комнату. Впервые я заметила, что очень многие из наших девушек также встают из-за стола с зубными щетками в руках.

«Просто иди и делай то же», - сказала она.

Я торопилась. Я терпеть не могу вырывать. Неужели я действительно хочу делать это? Моя подруга улыбнулась, пожав плечами: «Поступай, как хочешь...», - она проскользнула в кабинку. Я прислушалась. Звук не был похож на рвоту, скорее, как будто кто-то подавился. Она вышла.

«Ты уже?..»

«Конечно! Это так легко!»

Я смело шагнула в кабинку и встала на колени перед унитазом. До этого момента я склонялась на колени только в детстве, когда молилась на ночь. И вот я преклонила

колени перед унитазом. Я вскочила на ноги.

«Нет, я не могу!», - запротестовала я.

«Нет можешь! Я все время так делаю». Она подбадривала меня голосом воспитателя. Я закрыла глаза и ткнула в горло щетку ручкой вниз. Я поперхнулась

«Не получается!»

«Ну, попробуй еще раз!»

Я попробовала. Мои глаза начали слезиться. Я встала. Нет, я не могу, подумала я. Лучше я буду голодать или еще что угодно, но не это. Школьный год подходил к концу, и я по-прежнему была стройнее большинства девчонок в Индиане. В то лето я кое-чему научилась.

Но я была безнадежно связана беспорядком в сфере веса и зависимостью от еды. Это требовало от меня больше, чем просто попытки упорядочить эту сферу жизни.

Что-то из описанного тебе знакомо?

Если твой вес контролирует твое настроение и твою жизнь, значит это идол. Это то, чему ты отдаешь свои силы и откуда черпаешь свои силы.

## 7. СВЕРЖЕНИЕ ИДОЛА

В это лето произошел самый большой перелом в моей жизни. Я впервые услышала Евангелие и стала христианкой. Это заполнило во мне пустоту, которую прежде я пыталась восполнить вниманием со стороны ребят. Я начала расслабляться. Бог любит меня такой, какая я есть. Я прекратила свои тренировки, диеты и таблетки. Я вновь стала выглядеть здоровой и свежей.

И хотя христиане не пьют, они любят поесть. Каждая наша встреча всегда сопровождалась вкусным обедом. Мы ели на церковных пикниках и после собраний. Мы ели на днях рождений и юбилеях. И у меня возникла новая проблема – моя тенденция пить переросла в поглощение пищи. Я думала, что могу есть, ведь до сих пор я не сталкивалась с этой прогрессирующей наклонностью к еде.

За христианским столом никто не говорил о калориях и вреде пищи. Пища была праздником. Я праздновала вместе со всеми и за короткое время набрала весь вес, который сбросила раньше.

В это время я встретила Джона. В конце моей учебы мы обручились, и я вынуждена была вернуться в Индиану, чтобы подготовиться к свадьбе. Я была несколько полной, но Джон, казалось, не

придавал этому никакого значения.

Мой вес все полз вверх, и к августу уже не осталось никаких мускулов. Я полностью потеряла форму – излишки образовались на животе и бедрах. Оставалось лишь два месяца до моей свадьбы, и потому я решила как следует упражняться, чтобы вновь войти в форму.

Но весь мой дом был наполнен суетой, и как бы ответом на всю эту суматоху стала еда. Когда мне было скучно, я брала к холодильнику, открывала дверь и смотрела туда, даже если не была голодна. Я либо обедалась, либо морила себя голодом. Весь мой день строился вокруг весов. Я завтракала – взвешивалась; бегала с поручениями, обедала – взвешивалась; звонила по вопросам свадьбы – взвешивалась. Я все более теряла самообладание и все более поглощала пищи. Я пиршествовала, уверяя себя, что сегодня я могу есть все, что угодно, потому что завтра я не буду есть вообще! После этого я ела, пока мне уже не было плохо. Я была в смятении, мне снилисьочные кошмары, во время которых я съедала все, что было в холодильнике. Я просыпалась в поту и осознавала, что это был лишь сон. Иной раз во сне на меня нападали столь реальные страхи, что я физически ощущала сильнейшее давление на своей груди.

Наступало утро и, хотя я решила не есть ничего, пища завладевала моим разумом. Все вокруг выглядело таким вкусным. Я открывала и закрывала холодильник и морозилку только, чтобы посмотреть... Я вставала на весы утром, днем и вечером. Чаще всего я не теряла и грамма! После целого дня голодовки стрелка весов показывала тот же вес, что был последние дни. Разочарованная я вновь начинала пир.

Я пробовала самые разные диеты, но все безуспешно. Я скучала по Джону, мои родители развелись. Все мои друзья разъехались. Я была одна и чувствовала себя толстой и безобразной.

И вот настал час расплаты. Оставалось всего четыре недели до моей свадьбы. Мне нужно было подогнать мое свадебное платье. Я принесла платье

в магазин, чтобы подогнать его размер и длину. Почти по всей длине спинки мое платье застегивалось на пуговицы. Я надела платье и повернулась спиной к продавщице, чтобы она его застегнула.

«Дорогая, кажется здесь что-то не так», - сказала она, покачивая головой.

«Что такое?», - спросила я.

«Наверное, это не твое платье. Я никак не могу его застегнуть. Пуговицы вот настолько не сходятся!», - она показала пальцами расстояние – около 8-10 сантиметров.

Я была уверена, что она не права.

«Возможно, оно немного мало, но я подтянусь». Я втянула живот и придавила ладонями грудь.

«Милая, видимо произошла ужасная ошибка. Это платье никак не может быть твоим. Я все равно не могу застегнуть его, я могу оторвать пуговицы».

Мое лицо пылало от стыда и безуспешных усилий.

«Подождите минутку, я попытаюсь приладить его не застегивая», - я была раздражена.

«Ладно», - она ушла, в сомнении покачивая головой.

Конечно же, это не так! Как только продавщица вышла, я повернулась к зеркалу, изогнувшись, чтобы увидеть себя со спины. К моему ужасу она была права! Невозможно было даже просто соединить две части спинки, а тем более застегнуть пуговицы. Я выросла из этого платья за столь короткий срок!

Торопясь, я сняла платье и помчалась домой. Платье было чуть-чуть узковато, когда я покупала его, но я была уверена, что похудею. Вместо этого я еще и прибавила в весе! В самых страшных мечтах я не могла представить этого! Мои родители отдали большие деньги за это платье. А теперь неизвестно, смогу ли я его надеть.

Придя домой, я сразу же поднялась в свою комнату. Положив платье в шкаф, я схватила Библию и бросилась на пол. Я не хотела утешаться на кровати. Я плакала, пока мой плач не перерос в рыдание; я рыдала, пока силы не оставили меня.

«Бог, почему Ты позволил этому произойти? Я не ем целый день и все равно не теряю ни грамма. Если же я съедаю яблоко или йогурт, я сразу прибавляю полкило. Я устала пытаться сделать что-то и все время терпеть неудачи. Почему я не могу есть как все нормальные люди??!!»

Я представляла лица моих родителей, когда я расскажу им о платье. Печаль и жалость к себе переполняли меня. Когда плач и рыдания прекратились, ко мне пришел покой. И вот тогда я услышала тихий голос:

«Лайза, твой вес – это твой идол».

Идол?! Единственное, что я могла себе представить, как идола – картинка золотого тельца из моей

детской Библии. Но я продолжала молчать и слушать.

«Когда тебе одиноко, ты ешь. Когда ты злишься, ты ешь. Когда тебе скучно, ты ешь. Когда ты разочарована, ты ешь. Когда ты счастлива, ты тоже ешь».

Голос продолжал: «Ты не приходишь ко Мне. Ты не читаешь Мое слово. Ты ешь, потому что это легче».

Каждый раз, собираясь читать Библию, духовное давление становилось столь сильным, что я засыпала. Однако, при этом я могла часами смотреть телевизор и оставаться бодрой. То же происходило, когда я пыталась молиться.

Тихий голос говорил дальше: «Ты чувствуешь себя хорошо, когда ты стройная и чувствуешь себя плохо, когда ты

не стройная. Ты не водима Духом, ты контролируешь весом. Твой вес контролирует твоё настроение и всю твою жизнь. Это идол в твоей жизни».

Тогда я это увидела. Все правда. Вес доминировал в моей жизни, не давая мне покоя. Я даже не свидетельствовала друзьям о своей вере, боясь, что они не примут моего свидетельства из-за моего веса. Из моих глаз вновь полились слезы, но на этот раз это были слезы раскаяния.

Я увидела, что я черпала свои силы не у Бога, но у своего веса. Я оценивала себя по весам. Я была достойна любви, когда была стройной, и была не достойна ее, когда была толстой.

Вновь голос проговорил: «Если ты покаешься, Я исцелю твой обмен веществ. Не садись на диеты, не вставай на весы. Отдели себя и постись три дня на воде и соках, и Я избавлю твоё тело от неуемного желания есть. Я научу тебя как питаться. Запиши на бумаге вес, который должен быть у тебя, и вложи ее в Библию».

У меня не было никакого представления о том, сколько я должна весить. В то время я весила более 60 кг. В моем разуме проносились таблица веса из журналов Vogue, Bazaar, Glamour и книг по диетам. Вдруг другая мысль ударила меня: «Бог, Ты создал меня; сколько я должна весить?»

Я поняла, что мое восприятие столь исказилось, что я никогда не исчисляла свой нормальный вес, исходя из роста, но только лишь с точки зрения привлекательности форм. Я вновь прислушалась к тихому, нежному голосу. Цифра стала формироваться в моем разуме. Я нацарапала это число на кусочке бумаге и положила ее в Библию. Это было больше, чем мои дистрофичные 46,5 кг. Вначале я подумала, что 50 кг было бы неплохо, но написала другое число.

Я встала с пола, взяла весы и, встав на стул, запихнула их подальше на антресоль моего шкафа. Бог сказал, чтобы я не взвешивалась. Если бы я захотела встать на весы, мне бы пришлось карабкаться наверх, постоянно осознавая свое непослушание Богу.

Зайдя в ванную, я оттерла слезы и умылась. Затем я пошла прямо к шкафу, где хранились продукты, чтобы взять сок. Я чувствовала, что Бог желает, чтобы я купила яблочно-клубничный сок с мякотью и очищенную воду. До этого я никогда не пила сок с мякотью. На следующий день для меня началась новая жизнь. Я постилась не для того, чтобы сбросить вес, но чтобы общаться с Богом.

На этот раз я не думала, сколько смогу сбросить во время поста. Я чувствовала присутствие Божье и знала, что Он ведет меня в этом посте. Я чувствовала, что Ему угодно мое раскаяние и мой выбор приблизиться к Нему в этом посте.

Следующие три дня я пила яблочно-клубничный сок, концентрированный или разбавленный очищенной водой. Бог поддерживал меня в этом посте. Я ходила и разговаривала с Ним. Я слушала кассеты прославления и поклонения. Я плакала в Его присутствии.

Когда закончился пост, я стала учиться новому образу жизни. Мне необходимо было научиться есть не с жадностью, а пока не наемся. В это время молитва перед едой приобрела для меня совершенно иной смысл. Во время обеда я приносила пред Богом мою еду с благодарением. Я

благодарила Бога, что еда более не мой враг, но и не то, в чем я нахожу удовлетворение. Она дает силу моему телу, и я славлю за это Бога. Страх атаковал меня через мои мысли: «Если ты будешь есть это, ты растолстеешь! Поголодай». Затем обжорство пыталось соблазнить меня: «Смотри, как это вкусно. Съешь еще!»

Я решила не есть, потому что это вкусно, но только, чтобы кормить себя. Я отказалась далее следовать за своей страстью. Внутренне я знала, когда я наедалась. Тогда я откладывала вилку, и не ела больше ни кусочка.

Я была таком восторге от того, что Бог развил во мне эту чувствительность. Я ни за что не хотела нарушать этой гармонии. Даже когда родители или друзья настаивали, чтобы я съела что-нибудь, я просто говорила: «Спасибо, я наелась».

Я чувствовала себя великолепно! Каждый вечер я нагуливала километры, разговаривая с Богом. Я не бегала после еды, чтобы сжечь калории. Вместо этого я ходила и говорила с Богом. Это принесло мне покой. Я знала, что худею, но я решила этого не замечать.

Прошли три недели, и осталось лишь несколько дней до моей свадьбы. У меня не было никакого представления, сколько я вешу, впрочем, это мало меня интересовало. Я не знала, пойдет ли мне платье, поэтому решила примерить его. Оно не только было впору, но даже чуть свободно! Я закричала от радости. Я смогу надеть свое свадебное платье!

Моя свадьба прошла чудесно, и когда я вернулась домой, чтобы переодеться, Бог остановил меня: «Теперь можешь взвеситься».

Я сняла свои весы и встала на них. Стрелка остановилась между 52 и 53 килограммами. Я спрыгнула с весов и схватила Библию. Перелистив ее, я нашла маленький клочок бумаги, на котором четыре недели назад я написала свой желаемый вес. Я развернула его – 52,5 кг! Я вновь бросилась к весам, не веря своим глазам. Я знала, что Бог исцелил мое тело. Он образовал меня во чреве моей матери и исцелил меня.

Я более не хотела никому угоджать. Только Богу! Он сказал, что знает наши нужды прежде нашего прошения. Он уверяет, что мы дивно устроены. Он не оценивает нас по видимому, но по невидимому. Следующее место Писания приобрело для меня совершенно иной смысл:

Матфея 6:25

Думать о подобных вещах – значит попусту тратить время! Иисус убеждает нас, что заботами нельзя прибавить и сантиметра к нашему росту. Он называет это простой вещью. Далее Он говорит, что если ты не можешь изменить малого и простого, то бесполезно заботиться о большом.

Страх и заботы по-прежнему пытались мучить меня негативными мыслями. А что будет, когда у тебя появятся дети? Что если ты не сможешь сбросить вес? Я решила опереться на Слово, а не на свой опыт. Я решила, что Бог заботится обо мне во всем, и дети – это благословение от Господа. Я отказалась верить, что рождение детей физически навредит мне.

У меня четверо детей, и хотя периодически возникали кое-какие проблемы, я увидела как верен Бог. Я спокойно кормила детей, наслаждаясь ими и не заботясь о том, как бы побольше упражняться, чтобы вернуть свой прежний размер.

Каждый раз после родов я возвращалась к моему прежнему размеру.

Когда ты беспокоишься о своем весе, твой обмен веществ нарушается. Это научно доказанный факт, что страх и беспокойство влияют на пищеварение и обмен веществ.

Бог был верен мне, дав мне независимость от диет и упражнений, и при этом постоянный вес. Я доверила Ему наблюдать за моим весом, пока со своей стороны я обращаюсь с пищей надлежащим образом. Находясь дома, моя еда содействует моему здоровью, так как я хочу заботиться о себе, а не о том, как сбросить вес. Когда приходит время праздника, я наслаждаюсь пищей. Но для меня прием пищи – это часть праздника, я не устраиваю праздник из самой пищи.

Наведение порядка в сфере веса и свержение идола еды – не есть вопрос потери веса, но того, на что ты уповаешь. Это вопрос того, на что ты расходуешь себя. Смирив себя во время поста, я позволила Богу исцелить меня.

? Узнала ли ты себя в последних двух главах?

? Пробовала ли ты восполнять едой те нужды своей жизни, которые может восполнить только Бог?

---

? Перечисли какие-то из этих нужд

? Действительно ли они были восполнены, или ты все равно чувствуешь неудовлетворенность?

---

? Является ли еда идолом в твоей жизни?

? Позволяешь ли ты весу определять твое настроение?

? Чувствуешь ли ты себя хорошо, когда ты стройная?

? Чувствуешь ли ты себя плохо, когда твой вес растет?

? Что контролирует тебя?

Отец Бог!

Прости меня за то, что еда и мой вес находятся в неправильном месте в моей жизни. Я раскаиваюсь в идолопоклонстве. Я более не буду взвешиваться. Я более не буду считать калории и сидеть на диетах. Я буду отдавать Тебе мою пищу в молитве и благодарении и верить, что Ты укажешь мне, когда я поела достаточно. Я буду есть только для того, чтобы обеспечить себя питанием.

Я более не буду водима своим желудком. Я более не буду беспокоиться и бояться насчет моего веса. Я буду уповать на Тебя. Исцели мой обмен веществ. Я более не буду ругать свое тело, я буду вместо этого говорить истину из Твоего Слова.

Я не буду использовать мочегонных и слабительных средств. Я более не буду очищать желудок через рвоту.

Господь, восстанови и отрегулируй каждую область моего тела. Так как Ты создал меня, покажи мне сколько я должна весить и как я должна питаться. Проговори мне и я запишу это. Я отдаю эту сферу моей жизни Тебе. Возьми полный контроль.

---

подпись дата

Не откладывай этого. Это та сфера жизни, в которой ты не можешь думать и оценивать сама себя. Отдай ее Богу.

Диета может изменить твой облик, но пост изменит твою жизнь. Диета может изменить твою внешность, но пост изменит твое

видение.

## 8. ДИЕТА ИЛИ ПОСТ?

Сказав мне поститься, Бог повелел мне не сидеть на диете. Кажется, что в этом есть противоречие, ведь и то и другое – отказ от еды. Разница лежит в целях или мотивах, их побуждающих. Диета позволяет потерять или набрать вес. Различные диеты также направлены на решение проблем со здоровьем. Диета – естественное физическое действие, которое изменяет наше физическое состояние, вес или здоровье. Она меняет то, как мы выглядим или чувствуем себя.

Пост, о котором я говорю, не имеет отношения к потере или приобретению веса. Он также не ограничен физическим исцелением. Он не направлен на изменение нашего внешнего вида или самочувствия, но меняет наше восприятие и всю жизнь. Диета может изменить твой облик, но пост изменит твою жизнь. Диета может изменить твою внешность, но пост изменит твое видение, он изменит твое внутреннее восприятие. Мир извратил и принизил пост, сократив его до диеты. В таком виде это не духовное обновление, но физическое. Помни: самые глубокие преобразования происходят изнутри наружу.

Прежде, не встретившись с истиной, я постилась только, чтобы потерять вес. Конечно, я делала что-то вроде комбинации поста и диеты, используя такие доводы: мне нужно сбросить вес и нужно получить направление от Бога, так что я пощусь и убиваю двух зайцев. Но при таком посте еда и вес по-прежнему остаются в фокусе. Я исследовала Писание и нигде не обнаружила ни слова о посте с целью изменения веса. Твои цели и мотивы во время поста станут твоей наградой. И потому если Бог не находится в центре, это будет лишь простым отказом от пищи.

Пост, в который повел меня Бог перед моей свадьбой, не имел никакого отношения к еде. Речь шла о моей вере. До этого я помещала свою веру в свой вес. Во время же поста я научилась возлагать свое упование на Бога. Я хотела познать Его. Я хотела, чтобы Его истина вошла в мое внутреннее естество. Я хотела преобразований, а не потеря веса. Кому-то из вас нет нужды сбрасывать вес, но нужно разрубить узлы, связывающие тебя. Тебе не нужно терять в весе – тебе необходима свобода от него.

Слишком долго ты соизмеряла себя с показаниями твоих весов, позволяя им определять твое настроение и твои действия. Ты не была водима Духом, ты была водима весом. Ты была придавлена своим весом.

Прежде отправной точкой моего поста была потеря веса, теперь – моя вера. Я надеялась на себя, и меня ждали лишь разочарования. Мне была необходима тщательная духовная и эмоциональная проверка. Тогда я увидела свое идолопоклонство:

и плачу, постясь душою моею...

Псалом 68:11

Давид дисциплинировал свою душу. Это именно твоя душа восстает, определяя главенство веса. Душа спутала стройность с успехом. Моя душа желала одобрения со стороны отца и окружающих

мужчин. Моя душа извращала мое восприятие до тех пор, пока мой размер, формы и вес не стали доминировать в моей жизни. Я позволила душе увести меня от истины. Моя душа должна была быть дисциплинирована, и именно я должна была сделать это. Я должна была восстать в духе

и подчинить свою душу дисциплинирующему посту.

В этом стихе (Псалом 68:11) используется слово «дисциплинировать», отсутствующее в русском переводе. Более полный перевод этого слова: «Очищать, прояснять, дисциплинировать, совершенствовать». Дисциплина – это воспитание, так что я должна была переделать себя. Дисциплина была необходима, чтобы создать и воспитать новую меня. Дисциплинирование через пост начало очищать мою душу и мотивы. Это принесло прояснение внутри меня, так что я вновь стала ясно видеть. Моя душа должна была быть дисциплинирована, чтобы обрести мудрость так же, как дети воспитываются родителями, чтобы научиться различать добро и зло.

Это очищение моей души шло изнутри, так что это стало влиять на мое тело и аппетит. Когда-то страстные желания моей души управляли мной, следя за страстями моей плоти. Теперь я более не воспламенялась страстью к еде. Долго мое тело испытывало недостаток соли и сахара, и вот их употребление, наконец, пришло в норму.

Я более не находила утешения в еде и бежала к Богу за утешением. Я отложила все прошлые мысли и мою зависимость от еды и веса. Часы исследований и изучений материалов о весе были перенаправлены на Бога. Я была освобождена от бремени постоянного беспокойства и страха за свой вес. Я почувствовала легкость, свободившись от жестокого и беспощадного начальника. Все мои прежние попытки были недостаточно хороши, и я никогда не была достаточно стройной.

Наконец, мои эмоции пришли в равновесие. Они уже не были связаны с хрупкой и изменчивой красной стрелкой на весах. Раньше я ненавидела себя, когда была толстой, и любила себя, когда была стройной. Все мое самовосприятие разбивалось вдребезги от малейшего колебания на моих весах. Мнения и реакция окружающих на мою физическую форму определяли мою самооценку. Даже будучи стройной, я была мучима страхами. Эта одержимость заставляла меня жить в двух крайностях – или восторг или глубочайшая депрессия. Я отдала себя на милость весов и мнения окружающих.

Пост изменил мое восприятие, изменив мой фокус. Этот поворот заставил меня изменить весь образ жизни. Я более не жила ради еды и веса, я жила для Бога.

Даже просто отказ от пищи проясняет естественное зрение. Во время же духовного поста твои духовные глаза будут оторваны от весов, которые ослепляли тебя. После поста я все увидела по-другому. Мой взгляд был просвещен Божиим Словом и истиной. Мои глаза обратились от себя к Богу Отцу. Я могла видеть верный путь, по которому мне следовало идти, и я могла видеть свои прежние ошибки. Пост даст тебе новое видение и новое направление жизни.

Подобно Давиду я смирила себя в посте (Псалом 34:13). Смиряясь, мы ставим себя в позицию подчинения и покорности. Отдав свою душу в подчинение Божьему Слову и истине, я неизбежно приношу туда и свое тело, тогда как прежде я была под властью своего аппетита, страстей, плоти и души.

И провозгласил я там пост у реки Агавы, чтобы смириться нам пред лицем Бога нашего, просить у Него благополучного

пути для себя и для детей наших и для всего имущества нашего,

Ездра 8:21

Пост приводит нас к признанию Божьего обеспечения в наших жизнях. Он показывает, что Бог является нашим источником. Отказываясь от пищи, мы говорим Ему: «Я желаю только Тебя и того, что есть у Тебя».

Я начала новое путешествие с Ним. Я оставила жизнь одинокой женщины и соединила свою жизнь с жизнью моего мужа. Я покинула штат, в котором жила, и шагнула в неизвестность. В будущем меня ждали переезды и рождение детей. Я хотела Божьего обеспечения в каждой области моей жизни. В смирении признав свою неспособность, я возвзвала к способностям Бога.

Когда мы откладываем ежедневную рутину – еду, напитки, развлечения и роскошь, мы способны переоценить наши ценности.

Во время поста речь идет не о еде, а об отделении для Бога, концентрации на Нем одном. Это меняет наши взаимоотношения с Ним. Бог задал Израилю такой вопрос:

Таков ли тот пост, который Я избрал, день, в который томит человек душу свою, когда гнет голову свою, как тростник, и подстилает под себя рушище и пепел? Это ли назовешь постом и днем,

угодным Господу?

Исаия 58:5

Пост израильтян был всего лишь религиозным действием, связанным с отказом от еды. Бог говорит, что они принизили пост, сведя его до однодневного события. Они потеряли суть поста. Они потеряли связь с Божиим сердцем. Бог являет Свой взгляд, показывая пост, который угоден Ему:

Вот пост, который Я избрал: разреши оковы неправды, развязжи узы ярма, и угнетенных отпусти на свободу, и расторгни всякое ярмо; раздели с голодным хлеб твой, и скитающихся бедных введи в дом; когда увидишь нагого, одень его, и от единокровного твоего не укрывайся.

Исаия 58:6-7

Пост, который избрал Бог освобождает, разрывает цепи, расторгает узы, разрушает ярмо, ставит тебя в позицию щедрого даятеля, делящего хлеб с близкими и обращающего свое сердце к их нуждам. Бог не желал одного случайно выпавшего дня, чтобы почтить Его. Он желал радикального изменения образа жизни. Иисус упрекал фарисеев, дающих десятину с зелени в их саду, но пренебрегавших более весомыми вещами. И делал Он это в контексте поста. Израильтяне были знатоками закона, но не любви. Они отвернулись от бедных и от благих дел.

Бог говорил Своему народу, что если они станут простираясь к Нему, оставив свои заботы, то Он даст им все то, что они пытались заполучить своими собственными усилиями. Нам необходимо, наконец, отважиться начать простираясь далее самих себя, потому что Он обещал:

Тогда откроется, как заря, свет твой, и исцеление твое скоро возрастет, и правда твоя пойдет пред тобою, и слава Господня будет сопровождать (охранять – англ) тебя.

Тогда ты воззовешь, и Господь услышит; возопиешь, и Он скажет: «вот Я!»

Исаия 58:8-9

Бог обещал принести Свой свет в нашу тьму, исцелить нас и сделать нас праведными. Его слава будет охранять нас, Он будет охранять нас, Он будет отвечать на наши молитвы и помогать во время нужды. Он вновь подчеркивает условия, на которых

придут Его благословения и подчеркивает то видение, которое Он имеет для их жизни.

Когда ты удалишь из среды твоей ярмо, перестанешь поднимать перст и говорить оскорбительное, и отдашь голодному душу твою и напитаешь душу страдальца: тогда свет твой взойдет во тьме, и мрак твой будет как полдень;

Исаия 58:9-10

Желание Бога – чтобы мы удалили ярмо. Беспорядочное питание является ярмом и для тех, кто под ним находится и для окружающих. Задавленный человек зачастую давит на остальных. Поднятый перст представляет собой обвинение и осуждение других. Это обычно включает в себя сравнение и, если мы честны, в результате таких сравнений к нам приходит зависть. Бог предостерегает нас, убеждая отвести свой взор от самих себя, прекратить сравнивать себя с другими людьми в независимости от того, в чью пользу это сравнение.

Слишком долго мы тратили все свое время и энергию на свои нужды. Бог хочет, чтобы теперь мы отдавали себя для нужд других, чтобы мы поднимали тех, кто подавлен. Он хочет, чтобы пост стал отправной точкой, где мы откладываем всякое обвинение и всякий суд. Всякие сплетни и клевета должны прекратиться. Бог желает, чтобы наш фокус изменился – поднявшись от самих себя к другим. Это означает выход из сферы самонаправленности в новое существование в свободе от эгоистических мотивов, что завладеет Божиим сердцем. Он вновь подтверждает Свои обетования: и отдашь голодному душу твою и напитаешь душу страдальца: тогда свет твой взойдет во тьме, и мрак твой будет как полдень; и будет Господь вождем твоим всегда, и во время засухи будет насыщать душу твою и утучнять кости твои, и ты будешь, как напоенный водою сад и как источник, которого воды никогда не иссякают.

Исаия 58:10-11

Свет воссияет в кромешной тьме – такой сильный свет, что даже твоя ночь будет как полдень. Путаница и смущение уйдут, когда ты утвердишься в Божиих обетованиях божественного направления. Твои нужды будут восполнены, какие бы трудности ни окружали тебя. Всякое противостояние лишь укрепит твой остов. Ты будешь как напоенный водою сад, орошаемый неиссякаемым источником.

Чего еще желать?

Это еще не конец. Исаия продолжает перечислять Божи обетования:

И застроятся потомками твоими пустыни вековые: ты восстановишь основания многих поколений, и будут называть тебя восстановителем развалин, возобновителем путей для населения.

Если ты удержишь ногу твою ради субботы от исполнения прихотей твоих во святый день Мой, и будешь называть субботу отрадою, святым днем Господним, чествуемым, и почтишь ее тем, что не будешь заниматься обычными твоими делами, угождать твоей прихоти и пустословить, - то будешь иметь радость в Господе, и Я возведу тебя на высоты земли и дам вкусить тебе наследие Иакова, отца твоего: уста Господни изрекли это.

Исаия 58:12-14

Никакое из этих благ не может быть дано землей или обеспечено человеком. Это Божьи благословения. Это Его благословения в ответ на изменение нашего сердца.

Бог призывает нас поститься таким образом,

чтобы мы стали преобразованными женщинами. Каждый раз, когда Израиль истинно постился и обращался к Богу за помощью, Он слышал их. Он отвечал, давая защиту, обеспечение, направление и исцеление.

Среди нас нет никого, кто мог бы своими собственными силами восполнить подобные нужды. И неважно насколько мы богаты или мудры, мы всегда потерпим неудачу, если не будем уповать на Бога. Но упевающих на Него Бог никогда не подведет.

Иисус нуждался в Божьем Слове больше, чем в обычном хлебе. Он отказал Себе в сиюминутном в ожидании вечного.

## 9. БОЖИЙ ПОСТ

Бог делится Своим видениями и тайнами с теми, кто боится Еgo. Книга Псалмов говорит о Божьих тайнах:

Душа его пребудет во благе, и семя его наследует землю.

Псалом 24:13

В Библии есть рассказ о вдове по имени Анна, которая была уже в почтенном возрасте. Она имеет очень большое историческое значение.

Вдова лет восьмидесяти четырех, которая не отходила от храма, постом и молитвою служа Богу день и ночь.

И она в то время, подойдя, славила Господа и говорила о Нем всем, ожидавшим избавления в Иерусалиме.

Луки 2:37-38

Очень старая женщина, которая молилась и постилась, могла видеть лучше, нежели священник и молодые люди, окружающие ее. Она узнала в Иисусе долгожданного Мессию, когда Ему было лишь восемь дней от роду. Фарисеи не узнали Его и в тридцать три, когда Он изгонял бесов и исцелял больных. Однако, это пожилая мать веры узнала Его, лежащего в люльке в руках Своей матери.

Анна была истинной пророчицей, поддерживающей всех, ожидающих искупления Израиля. Ее молитвы и посты дали ей пророческую проницательность.

Кто-то может отказаться от еды во время поста, кто-то нет. Но каждый может находиться в посте, отказываясь от чего-либо. Это может быть телевидение, телефон, журналы, спорт, покупки в магазинах, хобби. Все мы имеем такие сферы, в которых прячем себя или просто тратим время.

Я призываю тебя прийти перед Отцом и попросить Его силою Святого Духа открыть все те сферы нашей жизни, в которых необходим пост.

Каждый верующий должен периодически поститься. Это есть акт отделения для нашего Отца. Кто-то из вас отягощен чрезмерным весом, кто-то – чрезмерной худобой. Тебе нужно постом отказаться от всех образов, которые притянули тебя в такое заблуждение и зависимость. Иисус открыл нам внутреннюю сущность поста.

Также, когда поститесь, не будьте унылы, как лицемеры, ибо они принимают на себя мрачные лица, чтобы показаться людям постящимися. Истинно говорю вам, что они уже получают награду свою.

Матфея 6:16

Тот, кто постится, должен желать этого с правильными намерениями. Иисус часто порицал фарисеев за их религиозные, набожные посты, совершаемые только с целью привлечь внимание к себе. В Матфея 6:16 нам дан совет не быть подобными этим лицемерам.

Лицемер – это то же, что и мошенник. Мошенник – тот, кто обманывает других, притворяясь и

приписывая себе ложные черты характера. Фарисеи притворялись, будто постились Господу, но на самом деле искали восхищения людей. Их внимание было сосредоточено на их набожном, религиозном виде, и потому у них была человеческая награда. Они желали быть великими среди людей. Но при этом не получали из Божьих рук. Тебе необходимо выбрать между наградой человеческой и наградой Божьей. Религиозный пост получает награду от людей, тогда как сокрушение и смирение получают награду от Бога. Иисус продолжает:

А ты, когда постишься, помажь голову твою и умой лицо твое,  
8 чтобы явиться постыдившись не перед людьми, но перед Отцом твоим, Который втайне; и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе

явно.

Матфея 6:17-18

Если у нас нет голода по Богу, то это только потому, что мы позволяем нашей душе насыщаться и удовлетворяться другими вещами. Однажды утром, когда я молилась, я почувствовала нужду в большем голоде по Богу. Я попросила Бога вложить в меня этот голод. В то время я вела журнал своих молитв. Я сидела и ждала ответа от Бога. Он стал отвечать мне. Он говорил так, чтобы я могла записывать. Он показал мне, что именно я была ответственна за то, какой силы голод есть во мне. Он сказал, что я не была голодна, потому что уже была насыщена. Насыщена заботами этого мира. Он сказал, что если я хочу испытывать голод посреди изобилия мне необходимо поститься. Поститься, отказываясь от всего, что отвлекает, утешает или огорчает меня. В то время, когда я кормила грудью моего четвертого сына, я знала, что Бог не ждет от меня постов с отказом от еды. Он призвал меня поститься, отказываясь от всего, что отводит меня от Его присутствия. Я постилась, отказываясь от телевидения, журналов, телефонных разговоров, которые не являлись деловыми, и от десертов. Я составила заново распорядок своего дня, сориентировав его на молитву и чтение Библии.

Я делала это на протяжении месяца и к концу этого месяца потеряла желание ко многому из того, от чего отказывалась во время поста. Я ощущала рост духовного различия. Прежде я отвлекалась на шум окружающих голосов и суету. Теперь было намного легче слышать голос Божий.

Естественный уровень шума в моем доме (в котором четыре сына) не изменился. Просто утихли шум и суета в моем разуме. Ты возможно скажешь: «Звучит великолепно! Но у кого есть на это время?» Если мы будем планировать посты только на то время, когда физически можем уйти или запереться вдали от всех, мы никогда не будем поститься.

Мои дети требует моего внимания, как матери. Бог никогда не говорил мне уединиться для поста в отеле. Наверное, Он знал, что в этом случае я просто просплю весь день. Он хотел, чтобы я развивала в себе способность поститься у себя дома и при моем образе жизни.

Бог хочет быть частью нашей ежедневной жизни, а не только тогда, когда мы находимся на «вершине духовности». Я должна была развить в себе способность слышать. Слышать посреди шума и гвалта нашего дома. Я научилась слушать, когда принимаю душ, мою посуду, разбираю белье.

Возможно, это шокировало тебя, но я преклоняю колени в основном только для того, чтобы очистить свое сердце и покаяться. После этого я способна просто слушать Божий голос, когда бы Он ни захотел говорить со мной. Готовясь к собранию, я изучаю материал, делаю конспекты, которые в большинстве случаев не использую. Эти конспекты только для меня. Настоящая подготовка к служению приходит, когда я исповедуюсь и очищаю свое сердце перед Господом.

Это время очищения позволяет Святому Духу течь через меня. Это отделяет драгоценное и святое (Божье Слово и помазание) от низкого (мои расписания и подготовка). Я отделяю себя, отдавая этому столько времени, сколько нужно.

Пост приносит

пользу для наших жизней. Вот некоторые из преимуществ, приносимых постом:

1. Пост творит новый голод

Итак мы постились и просили Бога нашего о сем, и Он услышал нас.

Ездра 8:23

Когда ты постишься, у тебя возникает голод. В начале, скорее всего, это будет голод по еде или чему-то другому (в зависимости от чего ты отказался во время поста). Однако, по мере того, как этот естественный голод утихает, начинает формироваться новое желание или голод. Пост заставляет тебя испытывать голод посреди изобилия.

2. Пост повышает чувствительность к Богу.

Тут была также Анна пророчица, дочь Фануилова, от колена Асирова, достигшая глубокой старости, прожив с мужем от девства своего семь лет, вдова лет восьмидесяти четырех, которая не отходила от храма, постом и молитвою служа Богу день и ночь.

И она в то время, подойдя, славила Господа и говорила о Нем всем, ожидавшим избавления в Иерусалиме.

Луки 2:36-38

Мы уже говорили, что пост и молитва развили во вдове Анне такую тонкую чувствительность, что она смогла увидеть Христа в ребенке, которому было несколько дней от роду. Она могла ясно слышать то, что ей говорил Бог.

В своей собственной жизни я обнаружила, что становлюсь гораздо более чувствительной после периода поста. Наша семья решила объявить на месяц телевизионный пост. Все это время мы проводили вместе в играх, беседах и молитве. Это сблизило нас, и впоследствии мы стали лучше понимать нужды, страхи и надежды наших детей. Когда телевидение вернулось, разница была очевидной. То, что раньше просто мешало мне, теперь глубоко огорчало. Каждый из нас, увидев там насилие, воспринимал это, как личное вторжение. Наш внутренний взгляд был отточен во время отсутствия перед нашим взором конфликтов разных образцов. Мы и прежде не смотрели ничего такого ужасного, но после периода телевизионного поста мы не смогли смотреть даже того, что прежде воспринималось как нормальное.

3. Пост приносит смиление

Я во время болезни их одевался во вретище, изнурял постом душу мою, и молитва моя возвращалась в недро мое.

Псалом 34:13

Постясь, мы отказываем себе в том, что могло бы удовлетворить нас. Отказываясь от еды, мы часто чувствуем физическую слабость. В этой немощи мы становимся более зависимыми. Это столкновение с плотью, когда мы отказываемся принять то удовлетворение и обеспечение, которое она может дать. Это время, когда мы отворачиваемся от того, чем мы можем обеспечить себя сами и поворачиваемся к тому, что может дать только Бог. Это также верно для того противостояния, которое существует между плотью и духом. Я лично знаю, как моя плоть восстает против решения поститься. Уже только это может привести к смирению, но для того, чтобы пост был успешным, тебе необходимо позволить посту выработать в тебе смиление. Это изменит и упорядочит твое восприятие окружающего.

После сорока дней в пустыне Иисус был голоден физически. Сатана пришел искушать Его, пытаясь заставить Иисуса использовать Свою позицию Божьего Сына, чтобы сделать

из камня хлеб. Но Иисус, смирив Себя, ответил:

Он же сказал ему в ответ: написано: не хлебом одним будет жить человек, но всяким словом, исходящим из уст Божиих.

Матфея 4:4

Он нуждался в Божьем Слове больше, чем в простом хлебе. Он избрал живой хлеб вместо выпеченного хлеба, и Сам стал хлебом жизни. Он отказал Себе в сиюминутном в ожидании вечного.

4. Пост дисциплинирует

Когда я плакал и дисциплинировал душу свою постом... (перевод с английского).

Псалом 68:10

Мы уже обсуждали это преимущество, но посмотрим вновь с несколько иного угла. Когда мои дети непослушны, небрежны с игрушками или не ценят предоставляемых им льгот, мы забираем это у них до тех пор, пока у них вновь не появится правильного отношения. С определенной точки зрения держать их под замком – тоже пост. От друзей, спорта, веселого времяпрепровождения. Когда все это возвращается, ты ценишь это по-новому.

5. Пост меняет наш аппетит

Когда они служили Господу и постились, Дух Святый сказал: отделите Мне Варнаву и Савла на дело, к которому Я призвал их.

Деяния 13:2

Если ты не сдерживаешь желания, вызываемого каким-либо продуктом, оно может перерасти в пристрастие. И это пристрастие не уйдет, пока ты ешь этот продукт. К примеру, я очень люблю черный шоколад. Если мне предложат молочный шоколад, это не сильно тронет меня, но черный – это другое дело. Было время, когда каждый месяц я чувствовала сильное желание съесть этого шоколада. Когда я его ела, я успокаивалась еще на месяц. Однажды я получила очень много черного

шоколада и могла есть его каждый день, когда только захочу. Этого не было раньше, но теперь каждый день мне просто был необходим кусочек. Скоро он закончился. Несколько дней спустя я стала периодически подходила к буфету, пытаясь найти там хоть кусочек. И если находила, то мое страстное желание утихало на какое-то время. Я стала зависимой от шоколада. Однако, взяв пост от него, я избавилась от этого сильного желания.

Пост – тормоз ежедневной рутины. Он побеждает прошлые страсти и восстанавливает новый и свежий аппетит. Каждый раз, выходя из поста, я желаю здоровой пищи. Я алчу чего-то нового и свежего в моей личной жизни. Я хочу оставить позади все старое и объять новое.

#### 6. Пост повышает наши возможности.

Пойди, собери всех Иудеев, находящихся в Сузах, и поститесь ради меня, и не ешьте и не пейте три дня, ни днем, ни ночью, и я с служанками моими буду также поститься и потом пойду к царю, хотя это против закона, и если погибнуть - погибну.

Есфирь 4:16

Пост помог Есфири победить страх перед человеком и, более того, страх перед смертью. Пост воздвиг в ней способность самопожертвования и придал мудрость. Жизнь всей нации зависела от ее готовности отдать свою жизнь. Она знала то, что ей предстоит встретить больше того, с чем можно справиться естественными силами. Поэтому она обратилась к силе Божьей.

Бог сказал мне: «Если ты желаешь больше, чем то, что ты видела, тебе нужно стать больше, чем то, кем ты была». Пост приводит тебя

в позицию роста.

#### 7. Пост приносит ответы на молитвы

Тогда ты воззовешь, и Господь услышит; возопишь, и Он скажет: `вот Я!' Когда ты удалишь из среды твоей ярмо, перестанешь поднимать перст и говорить оскорбительное

Исаия 58:9-10

Божий пост приносит ответы на молитву. Это атмосфера, которая создана, чтобы давать ответы на вопросы, направление, помощь и Божье откровение. Это время, когда Бог говорит: «Вот Я... Я уже здесь. Приди ко Мне». Это откровение может прийти через Его слово или как тихий голос, или как сильное подтверждение того, что Он уже показывал нам.

#### 8. Пост приводит к исцелению

Тогда откроется, как заря, свет твой, и исцеление твое скоро возрастет, и правда твоя пойдет пред тобою, и слава Господня будет сопровождать тебя.

Исаия 58:8

Бог дает пост, как путь к исцелению Своего народа. Это время, когда тьма депрессии, давления или болезни развивается светом, подобным заре. Когда приходит такой свет, за ним скоро следует исцеление. Это может означать многое. Может быть откровение о грехе. И тогда покаяние открывает источник исцеления. Это может означать откровение о Его воле или Слово, которое приносит исцеление и свободу туда, где была тьма и невежество. Это исцеление может быть физическим, душевным и духовным.

Даже естественная медицина подтверждает это. Таким образом излечиваются многие болезни пищеварительной системы. Короткий пост дает твоему телу возможность переориентировать свою энергию с питания на исцеление.

(Пожалуйста, если Вы больны, проконсультируйтесь с врачом, прежде, чем брать пост).

#### 9. Пост открывает двери Божьей защиты и обеспечения.

Тогда откроется, как заря, свет твой, и исцеление твое скоро возрастет, и правда твоя пойдет пред тобою, и слава Господня будет сопровождать тебя.

Исаия 58:8

Бог обещает сопровождать и охранять нас. Пост обновляет твою праведность, которая будет идти перед тобой. Итак, когда ты воздашь Богу славу, Он воздает тебе праведностью, как славной охраной.

#### 10. Пост разрывает оковы неправды.

Вот пост, который Я избрал: разреши оковы неправды, развязжи узы ярма, и угнетенных отпусти на свободу, и расторгни всякое ярмо;

Исаия 58:6

Пост, в который ведет нас Бог, имеет силу разрывать неправедные оковы, которые связывают нас.

Это также включает пути, привязавшие нас к любому ярму. Но эти слова не ограничены нашей личной свободой, они представляют Божье желание видеть нас, освобождающими других и разрывающими цепи рабства.

11. Пост освобождает угнетенных и расторгает всякое ярмо.

Вот пост, который Я избрал: разреши оковы неправды, развязки узы ярма, и угнетенных отпусти на свободу, и расторгни всякое ярмо;

Исаия 58:6

Пост – это время, когда мы убираем наш взор от нас самих и от наших нужд и направляем его на страдания и боль других людей. Мы учимся сочувствию и тому, как помогать людям, становясь участниками процесса исцеления.

Иисус сказал, что Его бремя легко и иго Его не тяжко. Когда мы носим иное бремя, нам тяжело и неудобно. Ничто не

приносит большего разочарования, чем чувство ответственности за что-либо, над чем у тебя нет власти. Этот груз тяготит тебя безнадежностью и безысходностью.

Во время поста Бог открывает области нашей жизни, обремененные страхом, заботами, стрессом и сумятицей. Он убирает эти цепи и приносит новое ярмо в нашу жизнь. То, которое поддерживает нашу зависимость от Него. Если ты чувствуешь давление и обремененность, наверное, ты несешь слишком много.

12. Пост мотивирует нас приготавливать пищу для нуждающихся.

раздели с голодным хлеб твой, и скитающихся бедных введи в дом; когда увидишь нагого, одень его, и от единокровного твоего не укрывайся.

Исаия 58:7

Преимущество очевидно – если ты не ешь во время поста, значит, ты вполне можешь поделиться своей порцией с обделенными. Может быть, тебе следует поделиться залежавшейся в холодильнике едой или чем-то, что притягивает тебя. (Для меня лично кусок бифштекса не является искушением, но вот шоколад – это другое дело). Поделись с другим, но не кричи и не рекламируй свой пост – просто отдай. Я научилась находить причины или оправдания для всего, что делаю, так как увидела, что бывает достаточно сложно сохранить свой пост в тайне. Это нормально если на предложение пообещать или поужинать ты скажешь: «Нет, спасибо! Сегодня у меня другие планы». Не нужно объяснять далее.

Пост – не бремя, а привилегия. Это что-то личное между тобой и Богом. В тайной комнате Он ждет тебя, когда ты придешь и соединишься с Ним. Когда ты посетишь Его втайне, Он воздаст явно. Внутренние преобразования приносят видимое помазание, благословения и обеспечение. Внутреннее преобразование приводит нас в такое место, где Господь может двигать тебя дальше. Вот Его воля: Ты приготовил предо мною трапезу в виду врагов моих; умастил елеем голову мою; чаша моя преисполнена.

Так, благость и милость [Твоя] да сопровождают меня во все дни жизни моей, и я пребуду в доме Господнем многие дни.

Псалом 22:5-6

Здесь описана открытая Божья награда. Это праздник довольства; это приносит уверенность в Его присутствии. Даже среди трудностей верующий, который берет пост как акт отделения себя от мира для Бога, принимает Божью награду.

? Как раньше ты выглядела во время поста? \_\_\_\_\_

? Уничтожала ли ты его до диеты? \_\_\_\_\_

? Постилась ли ты, чтобы показать свое желание получить ответ или что-то начать заново?

---

? Читая последние две главы, почувствовала ли ты желание углубить свой пост?

---

Если да, я верю, что Святой Дух призывает тебя на более глубокий уровень в твоем хождении с Богом. Отдели себя для Него. Попроси Бога открыть сферы и влияния, которые препятствуют более глубоким отношениям с Ним. Будь внимательна в тишине, слушай и запиши, что Он открыл:

Как ты можешь избавиться от этих преград?

Мы не позволили образу

Христа отобразиться в нас настолько же глубоко, насколько в нас отобразился образ этого мира.

## 10. СВЕРГАЯ ИДОЛОВ И ВОЗВОДЯ АЛТАРИ

Учитывая, что Израиль является естественным примером нашего духовного хождения с Богом, мы можем многому научиться, изучив слабые и сильные стороны израильтян. Когда бы один из царей Израиля или Иуды ни направлял свое сердце к Богу, чтобы служить Ему и ходить в Его праведных заповедях, Бог слышал молитвы народа и восстановливал и освобождал их от врагов. Но зачастую уже следующее поколение вновь оказывалось в идолослужении. Каждый раз, обращаясь к Богу, они были свидетелями чудесного освобождения. Они знали Его могущественные дела и силу, они знали Его праведный суд за грехи и неверие, но складывается впечатление, что они были обречены на повторение идолопоклонства своих отцов. Этот цикл повторялся вновь и вновь. Почему? Потому что, несмотря на покаяние, в их жизни оставались идолы. Царь Иосафат – хороший тому пример. Он ходил во всем путем отца своего Асы, не сходил с него, делая угодное пред очами Господними. Только высоты не были отменены; народ еще совершал жертвы и курения на высотах. Иосафат заключил мир с царем Израильским.

3 Царств 22:43-44

Хотя сам Иосафат не отступил, но он также и не проложил пути для других. Он не расчистил дороги ни для народа, ни для своего сына, по которой они могли бы следовать за ним. Поэтому народ остался в идолослужении. Дух идолослужения никогда не уйдет до тех пор, пока не свергнуты высоты. Он стоит перед глазами народа. Иосафат также заключил мир с израильским царем, мир, основанный на компромиссе. Цари, которые правили Израилем в течение царствования Иосафата, были нечестивыми. Ахав был первым, за ним последовал и его сын Охозия, который стал даже обращаться к Баалу!

Свергать высоты – не дело народа. Царь должен был это сделать. Именно его глаза были просвещены. Он знал разницу между истиной и ложью. Он ясно видел духовные силы зла и силу Бога. Он обладал властью и авторитетом, необходимыми чтобы сделать это, но, увы, не сделал.

Ради праведного царя Израиль был освобожден от набегов внешних врагов. Но внутри царство было раздираемо войной, разгоревшейся между праведным остатком и нечестивым большинством. Израильское духовное рабство оставалось нетронутым. Слепой не может вести слепого. Вести может только тот, кто видит.

Оставьте их: они - слепые вожди слепых; а если слепой ведет слепого, то оба упадут в яму.

Матфея 15:14

Указывать направление – ответственность тех, кто видит. Царь Езекия обладал таким зрением. Вот описание его духовного царствования над Иудой:

И делал он угодное в очах Господних во всем так, как делал Давид, отец его; он отменил высоты, разбил статуи, срубил дубраву и истребил медного змея, которого сделал Моисей, потому что до самых тех дней сыны Израилевы кадили ему и называли его Нехуштан.

4 Царств 18:3-4

Интересно, что Езекия не являлся прямым потомком царя Давида, как Иосафат.\*\*\*

Однако, он заслужил такое звание благодаря тому, что от всего своего сердца служил Господу, подобно Давиду. Поэтому Бог вознаградил его званием потомка Давида.

Иосафат принял наследие от своего физического отца Асы, Езекия же принял его от духовного отца, Давида.

Езекия стал Божиим героем. Он разрушил идолы народа и даже разбил медного змея, которого сделал Моисей. Он увидел, что народ умудрился впасть в идолопоклонство даже в том, что сделал Бог. Я уверена, что он не был очень популярен у всего народа из-за своей позиции, но то, что он делал, было угодно Богу.

На Господа Бога Израилева уповал он; и такого, как он, не бывало между всеми царями Иудейскими и после него и прежде него.

И прилепился он к Господу и не отступал от Него, и соблюдал заповеди Его, какие заповедал Господь Моисею.

И был Господь с ним: везде, куда он ни ходил, поступал он благоразумно. И отложился он от царя Ассирийского, и не стал служить ему.

4 Царств 18:5-7

Он не просто делал правильные дела, но он крепко держался за Господа и никогда не отступал от Него. Это выделяло и возвышало его над всеми иудейскими царями. Высшая честь, оказанная ему, то, что отличило его как праведного царя – факт, что «Господь был с ним». Бог был на его стороне, придавая успех всем его начинаниям.

Вторая часть стиха противопоставляет его царю Иосафату. Езекия не стал заключать мира и не стал платить податей Ассирийскому царю. Как Ахав в свое время, этот царь был олицетворением зла и высокомерия своего времени. Езекия отказался поддаться его угрозам, даже несмотря на то, что тот погубил все остальные народы, восставшие против него.

Если мы не свергаем высоты, однажды мы вновь окажемся там служащими и платящими дань идолам. Возможно, ты скажешь: «Но я не лидер! Я обыкновенная женщина. Как я могу свергнуть высоты?»

Разве ты не покаялась? Разве у тебя нет зрения? Разве тебе не была дана власть, сила и позиция?

И от Иисуса Христа, Который есть свидетель верный, первенец из мертвых и владыка царей земных. Ему, возлюбившему нас и омывшему нас от грехов наших Кровию Свою и соделавшему нас царями и священниками Богу и Отцу Своему, слава и держава во веки веков, аминь.

### Откровение 1:5-6

Не только царское, но и священническое помазание. Теперь свергай высоты. Даже если у тебя нет власти в естественном, земном царстве, она есть у тебя в небесном. Тебе была передана власть Сына Божьего. У тебя есть Его Слово. Ты была омыта Его кровью. И у Него вся власть и владычество вовеки!

Тебе был дан взгляд превыше всей существующей лжи и тьмы. Твои глаза были просвещены Истиной, и она освободила тебя. Откажись продолжать платить дань и оказывать честь идолам. Встань прямо и более не связывайся никакими узами рабства.

Итак стойте в свободе, которую даровал нам Христос, и не подвергайтесь опять игу рабства.

### Галатам 5:1

Знаешь ли ты, что это возможно - однажды получить свободу, а затем вновь впасть в кабалу. Ты можешь быть свободна во Христе, и при этом попасть в ловушку религиозного ига. Ты можешь быть свободна во Христе, и при этом попасться на крючок этого мира. Необходимо противостоять этим скрытым желаниям. Печально,

но факт, что многие в церкви не желают быть «от мира», но, тем не менее, стараются походить на него. Послушай, с какой тоской Бог произносит эти слова в ответ на желание Израиля иметь взаимоотношения с этим миром:

И вспомнят о Мне уцелевшие ваши среди народов, куда будут отведены в плен, когда Я приведу в сокрушение блудное сердце их, отпавшее от Меня, и глаза их, блудившие вслед идолов; и они к самим себе почувствуют отвращение за то зло, какое они делали во всех мерзостях своих;

### Иезекииль 6:9

Израиль просто смотрел своими глазами и желал своим сердцем. Иезекииль не сказал, что они совершили идолопоклонство. Он знал, что Бог смотрел дальше их слов и действий. Он смотрел в скрытые уголки их сердец и там нашел прелюбодеяние. Они жаждали бога-идола, хотя находились в завете с истинным Богом. В этом и есть проблема:

Мы не позволили образу Христа отобразиться в нас настолько же глубоко, насколько в нас отобразился образ этого мира.

Разве сегодня мы отличаемся? Сколькие из нас хотят выглядеть как дочери этого мира? Если бы только мы могли иметь и их и Божий образ одновременно! Сейчас ты стоишь, окруженная светом истины. То, о чем я говорила прежде, было преподнесено тебе в этом свете. У меня нет стремления осудить или критиковать, как это могло звучать для тебя вначале. Пожалуйста, послушай это в свете истины, потому что ложь прокралась в церковь так глубоко.

Я не обращаюсь сейчас к неверующим в мире, я обращаюсь к верующим в церкви, которые были сбиты с толку. Почему так много христианок сообразуются с этим миром? Почему мы ищем совета в мирских журналах, как одеваться, что носить, как накладывать косметику и как найти мужа? Почему мы часами смотрим похотливые, прелюбодейные фильмы и программы по телевидению?

Недавно я ужаснулась, услышав рассказ одного пастора о том, как он был расстроен и шокирован тем, чем поделился с ним в беседе другой пастор. Этот пастор большой церкви хвастался тем, что потратил более пятидесяти тысяч долларов на пластическую операцию своей жены. Он описывал как ей кое-что «прибавили», где-то «утянули» и «переделали» и теперь она выглядит как известная актриса. Заметив, что его собеседник не впечатлен, он попытался оправдать такое положение дел.

«Ее дело, как жены пастора, оставаться красивой, чтобы я не впал в искушение». (С каких это пор сексуально привлекательная женщина стала средством от похоти?)

«Представляю, как она себя чувствовала!», - сказала я.

Он покачал головой, добавив, что ей все равно. Ей все это нравится, и она хочет хорошо выглядеть. Еще одна драгоценная женщина написала письмо о том, как ее отец, пастор, предложил ей имплантанты для груди, чтобы она смогла «поймать мужа». Он предложил сделать операцию, мотивируя тем, что сейчас у нее девятый размер, а благодаря операции будет десятый. Она хотела выйти замуж, и ее отец желал ей только добра, так что она согласилась.

Спустя несколько лет она вышла замуж, и ее мужу было абсолютно все равно какой у нее размер груди.

Однако со временем имплантанты сократились, и возникла опасность того, что силикон вытечет внутрь тела. Поэтому их пришлось удалить. Операция по их удалению была очень дорогой и оставила после себя рубцы. Она не могла кормить детей грудью и хотела бы, чтобы этих имплантантов никогда бы не было. Она настояла, чтобы я поделилась ее свидетельством, чтобы предостеречь других.

Не так давно я прочла в газете, выпускаемой одним служением, просьбу о финансовой поддержке. Выглядело так, что жене служителя необходима срочная операция, а у них нет страховки.

Я молилась: «Бог, хочешь ли Ты, чтобы наше служение отправило им деньги?»

Ответ пришел сразу же: «Никаких денег! Она собирается сделать косметическую операцию».

Я была шокирована, мои руки тряслись. Я прочла текст вновь. Никаких намеков на пластическую хирургию. Все было представлено так, как будто речь идет о жизни и смерти. Скорее всего, я не так расслышала? Позже я навела справки и выяснила, что я слышала верно. Они использовали помазание их служения и сыграли на симпатии Божьего народа, чтобы собрать для себя деньги.

Говорю ли я, что всякая пластическая операция неверна, и те, кто делают это, идут в ад? Нет. Речь идет о мотивах. Что является грехом для одного человека может и не быть им для другого. Я лишь спрашиваю: «Какому образу ты стремишься соответствовать?»

Мы знаем, чему служит образ этого мира, но чему служит образ церкви? Могут ли сексуально привлекательные женщины предотвратить похоть? Или они разжигают не тот огонь? Верующие они или нет? Неужели у креста недостает силы, чтобы сокрушить похоть? Для чего верующим женщинам завоевывать одобрение со стороны этого мира через подражание ему? Приведет ли одобрение этого мира к спасению погибших?

Я верю, что исчерпывающий ответ мы найдем в книге Иакова:

Прелюбодеи и прелюбодейцы! не знаете ли, что дружба с миром есть вражда против Бога? Итак, кто хочет быть другом миру, тот становится врагом Богу.

Или вы думаете, что напрасно говорит Писание: `до ревности любит дух, живущий в нас`?

Иакова 4:4-5

В английском переводе New International Version этот отрывок читается так: «Дружба с миром – это ненависть к Богу». Неужели может быть яснее? Прелюбодейка состоит в завете с кем-то и в то же время соединяется с другим физически или умственно. Слишком долго нашей целью было стать такими, как этот мир, чтобы он смог принять нас. Нет! Им не нужно принять нас, им нужно принять Христа! Нам нужно жить так, чтобы Он вознес нас (Иоанна 12:32). Мы призваны провозглашать истину посреди потерянного и умирающего мира. Петр предостерегает верующих тех дней такими словами:

Возлюбленные! прошу вас, как пришельцев и странников, удаляться от плотских похотей, восстающих на душу.

1 Петра 2:11

Позвольте спросить, что делают пришельцы и странники: приспособливаются или удаляются?

Мир понимает для чего ему нужно внешнее преобразование: это представляет ту жизнь, ради которой они и живут. Они задрапировывают себя внешне,

чтобы скрыть внутреннюю пустоту. Но их сбивает с толку, когда христиане, которые, по общему мнению, пережили внутренние преобразования, делают акцент на внешнем. Они смотрят на нас с вопросом: «Я знаю, почему я хочу выглядеть так. У меня пустота внутри. Для чего тебе это надо?» Нам нужно говорить этому миру о нашем мире, а не пытаться соответствовать ему. Нам нужно выйти и отделиться от этого мира, а не смешиваться с ним.

Главное в провозглашении истины – это жить ею. Я выбросила из своего дома все каталоги типа

Glamour, Vogue, Harper's Bazaar, Self, Fit, Victoria's Secret. Я вовсе не хочу, чтобы мои сыновья начали думать, что именно о женщинах такого типа им нужно мечтать. Я убрала их образы из своего дома. Я отказалась покупать их продукцию и следовать их предписаниям.

Мы отключили большинство каналов кабельного телевидения. Это удалило соблазнительные образы, которые не просто приносят похоть, но и отпечатываются в моем сознании и сознании близких мне людей.

Идите, идите, выходите оттуда; не касайтесь нечистого; выходите из среды его, очистите себя, носящие сосуды Господни!

Исаия 52:11

А вот и новозаветная заповедь, а не просто ветхий Левитский закон. Павел повторяет это и в современном переводе это звучит более ясно:

2 Коринфянам 6:16-18 (Современный перевод).

Хотим ли мы быть сосудами, содержащими что-то драгоценное? Тогда нам нужно отделиться. Это означает очистить себя от нечистоты плоти и духа, чтобы светить как маяк и нести истину Божьего слова, сила которого не убывает и не умаляется безбожным поведением или желаниями. Мы должны свергнуть духовную тьму силой жизни в послушании.

На сие так сказал Господь: если ты обратишься, то Я восставлю тебя, и будешь предстоять пред лицем Моим; и если извлечешь драгоценное из ничтожного, то будешь как Мои уста. Они сами будут обращаться к тебе, а не ты будешь обращаться к ним.

Иеремия 15:19

Когда мы обращаемся к Нему, он возвращает нас, и мы можем стоять перед Ним. Когда мы отделяем драгоценное от низкого, истину от лжи, Он вкладывает Свое слово в наши уста. Тогда Бог предостерегает нас: «Приветствуй тех, кто обращается к тебе, но сама не обращайся к ним. Они могут приходить к тебе в поисках истины, но ты сама не ходи к ним, не иди на компромисс».

Во Христе наш взгляд вновь обращается к вечному. Отводя глаза от видимого, мы приобретаем невидимое.

## 11. ЧТО ЖЕ, ЕСЛИ НЕ ВЕС, ОПРЕДЕЛЯЕТ МЕНЯ, КАК ЛИЧНОСТЬ?

Что определяет женщину? Что же определяет ее? Мы уже знаем, что нельзя полагаться на определения нашей культуры, так как это определение дается с физической стороны. Сексуальная привлекательность стала целью падшей культуры, так как она превозносится похотью. (См. Римлянам 1:26-27).

Все начинается невинно, но, в конце концов, молодые девушки становятся опутанными фантазиями о том, как вырастут и станут красивыми и желанными. Кроме того, почти все детские фильмы наполнены идеей, что именно молодые и красивые выходят замуж и находят счастье. Мы вырастаем и понимаем, что привлекательности не достаточно для построения семьи. Это пустая мечта нашей культуры, в которой более половины браков заканчивается разводом.

Видя, что мирская фантазия совершенной семьи лопнула, наша культура переделала образ идеальной женщины, дав иное определение семьи. Общество побуждает женщин оставить рабство служения семье и стать господином своей собственной судьбы. Новый образ убеждает, что материнство – это скучно. Для чего тратить время на детей, когда можно сделать карьеру? Мамы-домохозяйки воспринимаются как слабые и ленивые. Превозносится образ независимой деловой женщины. Но почему бы не иметь и того и другого? Из-за того, что образ был деморализован, любовь была заменена похотью. Похотью к власти, уверенности и контролю. Образ привлекательной женщины преобразился из нежной, верной матери в свободную, своевольную распутницу. Из воспитателя в контролера.

Однако, с самого начала Бог сотворил женщину для поддержки и дополнения, а не для конкуренции. Это равно справедливо и для замужних и для одиноких женщин. В натуре женщины заложено стремление воспитывать, и оно может быть перенесено как в профессиональную, так и в личную сферу. Неважно, является ли женщина врачом или домохозяйкой, она может принести отношение слуги в любую область. Не просто потому, что она женщина, но потому, что она христианка. Нам

дана заповедь без какого-либо отношения к полу:

Более же имейте усердную любовь друг ко другу, потому что любовь покрывает множество грехов.

Будьте страннолюбивы друг ко другу без ропота.

Служите друг другу, каждый тем даром, какой получил, как добрые домостроители многоразличной благодати Божией.

1 Петра 4:8-10

Независимо от нашего семейного, профессионального или социального статуса, наши способности и таланты должны быть использованы не на служение себе, но другим. У каждого из нас есть уникальная сфера влияния, и там мы можем служить Богу. Бог поместил каждого из нас в свою почву, чтобы исполнить Его цели.

Мир проповедует противоположное евангелие. Практически все без исключения мирские женские журналы помещают на свои обложки молодых, привлекательных женщин, обещая раскрыть секреты их сексуальности, неувядающей красоты и узких бедер. Все это средства, чтобы соблазнить подписчиков найти удовлетворение в себе. Они предлагают рабство похоти этого мира, когда как Бог предлагает служение. Их послание – лови момент, живи в свое удовольствие,

живи для себя!

Но каково послание Христа? Как могут те, которые познали, истину содействовать ее распространению?

И хотя большинство женщин никогда открыто не скажут: «Я – то, что я вешу», это в определенной степени именно то, чему они верят и послушаются. Поступая так, мы сообразуемся образу и лжи, пропагандируемыми авторами этой концепции. Наши прошлые действия и образ жизни приводят его в действие. Теперь, отвернувшись от лжи, нам нужно обрести свои цели. До тех пор, пока не открыта истина, может быть страшно отпустить ложь. В послушании мы отвергли ложь и идолопоклонство, теперь нам нужно очистить драгоценное от грязи. Большинство из нас сбились с пути, так как искали, нет, жаждали, чтобы кто-то определил нас.

Помню, когда я училась на первом курсе в колледже, передо мной было больше вариантов, чем направлений. В старших курсах обучение и планы были направлены в основном на получение диплома, но не конкретизировали области обучения.

Я уехала на запад, далеко от всего знакомого и близкого, я запуталась. Вдалеке от привычных ориентиров я чувствовала себя уязвимой и смущенной. Я хотела мечтать, но не осмеливалась в страхе перед неудачей.

Я хотела учиться дальше, но боялась, что недостаточно умна. \*\*\* Во время первого семестра я пришла на встречу с консультантом из Университета, чтобы поделиться своими сомнениями. Но прежде от меня потребовали пройти еще тесты по определению уровня интеллекта и наклонностей.

Когда пришел день теста, меня была нервная дрожь. У меня было чувство, что все мое будущее висело на волоске. На обработку результатов ушла неделя. Когда я пришла, чтобы выслушать анализ результатов, я была разочарована. \*\*\* Результаты теста были хорошими. Консультант уверила меня: «У Вас хорошие творческие способности и прекрасные данные для математики и других наук. Вы достаточно умны и можете выбрать для себя что угодно».

«Вы уверены?», - спросила я.

«Да. Вы можете применить свои способности где угодно», - ответила она.

Это было не то, чего я ждала. Я хотела услышать конкретное направление. Я хотела, чтобы она сказала что-то вроде: «В соответствии с результатами теста из тебя, без сомнения, получится хороший врач вот в этой области медицины».

Я продолжала задавать ей вопросы: «А что, если я не применю их? Буду ли я в таком случае успешной?»

Этот вопрос, без сомнения, был глупым, и я уверена, что в этот момент она засомневалась в результатах теста, так как ее взгляд вновь проскользнул по папке с результатами в ее руке. С ошеломленным взглядом она уверил меня, что если я не применю себя я не буду успешной. Выходя, я подумала, что все-таки недостаточно умна. Если в какой-то области есть возможность неудачи, я даже не буду предпринимать никаких попыток обучаться там. Лучше выберу другую область.

Чего же я от нее хотела? Я хотела, чтобы она дала мне определение. Я хотела, чтобы она развеяла все сомнения, клубящиеся в моем разуме. Я хотела ясных направлений, исключающих неудачи. Я хотела гарантий. Я хотела,

чтобы мне сказали, кто я и что я могу, и чего не могу делать. Проходя тест, я желала иметь решающее направление. Не получив этого, я продолжала обучение в колледже абсолютно бесцельно. Я хотела, чтобы тест сказал мне то, в чем я сама сомневалась. Я хотела, чтобы ее профессиональная вера в меня преодолела мои сомнения и страхи. Я могла доверять тесту, я могла доверять консультанту, но оказалось таким сложным поверить в себя.

Я продолжала свои поиски в других местах. В то время, я испытывала много внимания со стороны ребят. Я думала: может быть, кто-то из них даст мне определение. Я встречалась то с одним, то с другим, оставляя тех, кому было сложно угодить и пытаясь быть именно такой, какой они меня видят. Я была как хамелеон. Если они хотели, чтобы я была умной, я становилась академиком. Если они хотели, чтобы я была привлекательной, я становилась соблазнительной. Но все равно наш разрыв был делом времени. Как только они навешивали на меня какой-то ярлык, я сразу начинала чувствовать себя неловко, и разрывала отношения. Я понимала, что их взгляд неточен, потому что я жила во лжи, притворяясь кем-то, кем на самом деле не являлась.

Я жила в притворстве довольно долго. В начале это было легко. Были две меня - притворная, которую я выставляла напоказ, и другая, настоящая, которую я скрывала. Но прошло не так много времени, прежде чем разница между ними стала размываться. Та, которую я продвигала, была настолько занята попытками завоевать принятие и произвести впечатление сильного человека, что я забыла какая же я на самом деле, та, которую я так отчаянно защищала. Чем больше это продолжалось, тем меньше я хотела оставаться одной. Я постоянно старалась быть в окружении людей. \*\*\* Я была поверхностна и беспечна. Я была лишь тем, что могли видеть окружающие. Мой вес, моя одежда, мои парни определяли меня. Как и многие другие, я сообразовывалась с имиджем существующей культуры и чувствовала себя пустой и потерянной.

Страх перед неудачами и желание внимания со стороны мужчин привели к тому, что я стала жить в подобной лжи. Я позволила окружающим определять меня. Я подчинилась лжи. Я могла обвинять отца, приятелей, прошлое, культурное влияние. Я избрала ложь, обойдя истину.

До тех пор, пока я не встретилась с Иисусом, во мне не было Истины. Я должна была отвергнуть человеческую информацию, чтобы пережить преобразования, которые могут прийти только через обновление ума, через чтение Его Слова. Это означало, что я должна была оставить свои прежние пути.

Многие из вас уже были знакомы с Иисусом, когда начали читать эту книгу. Но вот в этой сфере имиджей и образов вы были больше знакомы с посланием этого мира, чем с посланием Христа. Я верю, что во время чтения этой книги ты это поняла и раскаялась в подражании образам этого мира. Это снарядит тебя силой следовать за истиной. Молюсь, чтобы ты никогда не запуталась вновь. Ты отвязалась от лжи, теперь привяжи себя к истине.

Иисус есть эта истина. Живя и применяя Его истину, мы пойдем

по пути все возрастающего света.

Стезя праведных - как светило лучезарное, которое более и более светлеет до полного дня.

Притчи 4:18

Молитва и шаги, сделанные в добной вере, поставят твои ноги на путь праведности. При первых проблесках зари свет бывает слабым, но если мы будем идти по направлению к свету Его слова, этот свет будет становиться все ярче и ярче. Псалмопевец говорит: «Слово Твое – светильник ноге моей и свет стезе моей» (Псалом 118:105). Наше понимание просвещается во время смиренного чтения Его слова. Важно приходить к Слову со смирением. Опасно приходить к Слову за сбором информации для подтверждения наших мнений и верований. Тогда мы читаем то, во что верим, а не верим в то, что читаем. Когда мы приходим к Слову с готовым к учению, мягким и смиренным сердцем, мы переживаем преобразования. Затуманенный взгляд проясняется светом духовной мудрости и понимания откровения Бога.

И просветил очи сердца вашего, дабы вы познали, в чем состоит надежда призываия Его, и какое богатство славного наследия Его для святых,

Ефесянам 1:18

Христос есть воплощение каждой мечты и надежды не только на небесах. Это наше наследие здесь на земле. Он дает нам цели, планы и будущее. Его смерть определила нашу жизнь.

О горнем помышляйте, а не о земном. Ибо вы умерли, и жизнь ваша сокрыта со Христом в Боге. Когда же явится Христос, жизнь ваша, тогда и вы явитесь с Ним во славе.

Колоссянам 3:2-4

Он есть наша жизнь. Он «Христос в нас, упованье славы» (Колоссянам 1:27). Учитывая, что наши жизни сокрыты в Нем, наш разум, желания и привязанности должны быть направлены на вышнее, а не на земное. Когда Адам и Ева были в саду, их разум обратился от небесного и вечного к земному и времененному. Во Христе наш фокус вновь восстановливается к вечному. Теряя из виду видимое, мы приобретаем невидимое. Через откровение Божьей славы мы будем являть собой то, кем мы являемся на самом деле.

Продолжая свое послание, Павел объясняет подобные преобразования:

Не говорите лжи друг другу, совлекшись ветхого человека с делами его и облекшись в нового, который обновляется в познании по образу Создавшего его,

Колоссянам 3:9-10

Во время нашего возрождения мы облеклись в нового человека, который через внутреннее обновление приобретает образ своего Творца. Мы будем восстановлены к изначальному образу, который запланировал для нас Бог. Мы более не будем формироваться из образа человеческого; мы сотворены вновь по образу Бога.

Я смотрю на Божью святость, затем я смотрю на себя, и кажется невозможным, что я была сотворена по образу Божьему! Сматря на себя, мы видим возможное; сматря на Бога, мы видим невозможное. Нельзя измерять Божью способность работать в нас и через нас в соответствии с нашими делами. Не мы находимся в центре. Возможности нашего нового образа основаны не на нас, но на победе, уже завоеванной Христом. И неважно сколько раз ты уже пыталась сделать что-то и терпела неудачи. Речь идет не о тебе и твоих способностях.

Не бойся, ибо

не будешь постыжена; не смущайся, ибо не будешь в поругании: ты забудешь посрамление юности твоей и не будешь более вспоминать о бесславии вдовства твоего.

Исаия 54:4

Это Божье обетование. Предложение оставить позади пленение страха. Он уверяет нас, что в нашем будущем не будет стыда и унижения, и Он обещает стереть воспоминания стыда и унижения, которые были в прошлом. Это обетование для каждого Божьего дитя. Оно для тех, кто осмелится поверить и таким образом соединить Его драгоценные обетования с верой. Твое прошлое - это не твое будущее! Он удалит страх перед поражением из твоих надежд на будущее. В Послании Филиппийцам Павел делится своими ощущениями несовершенства, а затем открывает секрет своего хождения с Богом:

Братия, я не почитаю себя достигшим; а только, забывая заднее и простираясь вперед.

Филиппийцам 3:13

Оглядываясь назад, мы забываем о будущем. Когда к Иисус привели женщину, взятую в прелюбодеянии, Он сказал ей: «Иди и больше не греши» (Иоанна 8:11). Заметь, Он не сказал: «Я знаю, у тебя проблемы с мужчинами из-за того, что ты никогда не имела нормальных взаимоотношений с твоим отцом. Тебе нужно пройти шестимесячный курс консультаций и после того, как ты выяснишь все относительно этой ситуации, ты сможешь больше не грешить». Ее прошлое не имело никакого значения. Его прощение и Его слово имели силу для ее освобождения. Когда ты оглядываешься на свое прошлое, в тебе поднимаются сомнения, которые сосредотачивают тебя на себе, уводя от Бога.

Возможно, ты скажешь: «Это слишком просто». Человеческой натуре свойственной все усложнять, тогда как Бог в большинстве случаев приносит простоту и ясность. Ты свободна. Свет воссиял на твоем пути. Теперь выбор за тобой. Пойдешь ли ты в этом свете?

До тех пор, пока Бог не вложил Своих целей и планов в мою жизнь, моя жизнь казалась совершенно бесцельной. Нас характеризуют наши цели или призвание. Он определил нас Своей смертью:

Но вы – род избранный, царственное священство, народ святый, люди, взятые в удел, дабы возвещать совершенства Призвавшего вас из тьмы в чудный Свой свет.

1 Петра 2:9

Бог определяет нашу жизнь, потому что Он избрал нас. Он отделил нас от мира и вернул нас Себе. Он освободил нас из тьмы в свет, чтобы мы возвещали Его хвалу. Мы принадлежим Ему, омытые бесценной кровью Его Сына.

Бегущая строка моего компьютера содержит такой текст:

«Пока ты не найдешь что-нибудь, ради чего можно отдать жизнь, ты недостаточно жив...»

Знаешь, что более тысячи женщин умерли в этом году ради того, чтобы быть стройными? Это не то, ради чего можно было бы умереть. Эти женщины умерли, потому что у них не было настоящей цели

в жизни. Они не были по-настоящему живыми. Ты можешь быть по-настоящему жива, благодаря тому, что Иисус дал тебе что-то, ради чего стоит умереть. Он обменял Свою драгоценную, полную избытка жизнь на твою серую и бессмысленную.

Для чего же ты будешь жить?

Взято с сайта

**LIBMY.com**

Большая Христианская Библиотека

При копировании материалов сайта и их размещении на других сайтах мы требуем установить после материала активную гиперссылку на оригинал: [www.libmy.com](http://www.libmy.com)

Использование книг в коммерческих целях разрешено только с письменного согласия Автора книги.

В случае нарушения данных правил, администрация сайта ответственности не несет.