



ПРИСЦИЛЛА ШИРЕР

---

УСИЛЕННАЯ  
МОЛИТВА

*Сокрушительные молитвенные стратегии для женщин*

**ВИССОН**  
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Санкт-Петербург, 2017

ББК 86.37  
Ш64

*Перевод с английского*

Originally published in English under the title:  
FERVENT: A WOMAN`S GUIDE TO SERIOUS,  
SPECIFIC AND STRATEGIC PRAYER  
(WAR ROOM SERIES)  
by Priscilla Shirer.

Published by B&H Publishing Group,  
Nashville, TN 37234-0188, USA.  
Russian edition 2017 © Mission Visson.  
All rights reserved.

Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена  
в какой-либо форме без письменного разрешения издателя.

### **Ширер, Присцилла**

Ш64 Усиленная молитва / Пер. с англ. — СПб.: Виссон,  
2017. — 192 с.

ISBN 978-5-9907921-9-7

Эта книга написана для женщин. Автор призывает их к битве с врагом и предлагает им в качестве оружия сокрушительные молитвенные стратегии. Еще одна книга о молитве? Не совсем. Речь здесь идет о том, кто пытается ожесточить наше сердце, чтобы не дать нам возможности наслаждаться Божьей благодатью. Но если научиться видеть козни врага, то можно успешно противостоять его планам.

**ББК 86.37**

ISBN 978-1-4336-8867-6 (англ.)  
ISBN 978-5-9907921-9-7 (рус.)

© 2015 by Priscilla Shirer  
© Издательство «Виссон», 2017

*Посвящается Энни Элин Каннингс,  
показавшей мне, какой силой обладают  
записанные молитвы*

Т е о д е н. Я не развяжу эту войну.

А р а г о р н. Хочешь ты или нет, война уже развязана.

*Властелин Колец: Две крепости*

# ЭТО НЕ ЧТО ИНОЕ, КАК ВОЙНА



**П**росто чтобы вы знали, во что ввязываетесь... К тому времени, как вы прочитаете эту книгу (и поразмышляете над ней), она утратит свой изначальный вид. Станет изрядно потрепанной и распухнет до такой степени, что, даже придавив ее старинным фолиантом, вам все равно не удастся вернуть ей прежние, безнадежно утраченные габариты. Она превратится в нечто бесформенное, зачитанное до дыр, залитое слезами, так что уже не сможет стать чьим-то подарком на Рождество.

Надеюсь, что ее украсят пятна от травы, заметки на полях, загнутые уголки страниц и другие «боевые шрамы», в том числе капли случайно пролитого чая, если уж не слез, — и это безошибочно укажет на то, что книга была прочитана, и не раз.

Я хочу, чтобы в процессе чтения какие-то листы книги были вырваны, а какие-то исписаны, края страниц обтрепаны, а уголки загнуты. Пусть книга придет в такое состояние, чтобы ваши дети побоялись прикоснуться к ней без резиновых перчаток или даже щипцов для салата.

Эта книга не предназначена для безмятежного чтения, украшения журнального столика или любой другой эпизодической роли. Считайте ее профессиональным инструментом для выживания, скрепленным изолентой и суперклеем, перевязанным кожаными ремешками или, на худой конец, старыми шнурками с тугими двойными узлами — чем угодно, лишь бы не дать ей развалиться.

Потому что речь пойдет о войне, о борьбе с реальным врагом, разрабатывающим план вашей гибели, плетущим против вас интриги и нацеленным на то, чтобы ранить ваши чувства, спутать мысли, причинить вред вашему мужу или ребенку и разрушить ваше будущее. В сущности, он делает это прямо сейчас, целится в вас, пока вы читаете эту книгу.

Но я заявляю, что его террору будет положен конец *на этом самом месте*, он будет остановлен *сегодня*. И хотя враг не оставит попыток навредить нам, он больше не добьется ни единой победы.

Потому что все его замыслы обречены, когда мы начинаем молиться.

Так вот, если вы хотели прочитать очередную книгу о молитве, вероятно, лучше сразу отложить эту в сторону. Вокруг много замечательных книг о молитве, написанных учеными богословами; книг, которые стоят каждой минуты потраченного на них времени. Кроме шуток, я настоятельно вам это рекомендую. Знание о молитве не может быть чрезмерным, не так ли? Но на страницах этой книги вас ждут не просто разговоры о молитве или *размышления* на эту тему.

Нет.

Приготовьтесь.

Вам предстоит молиться.

В противном случае вашей, моей, жизни любого человека угрожает серьезная опасность. Мы просто не можем позволить себе такую роскошь, как имитация молитвы, если хотим реальных перемен. Если хотим освободиться от всего, что нас сковывает. Если хотим, чтобы наши сердца целиком и полностью изменились, став из каменных «плотяными». Если хотим исполнить Божье предназначение и насладиться Его обетованиями. Если хотим, чтобы наши мужья и дети испытали полноту Божьего призвания. Если хотим оградить свою семью стеной Божьей защиты. Если хотим явить этому миру несомненное свидетельство Его милости к нам. Если хотим отправить дьявола и его замыслы напрямик в ад. Где им и место.

Но ничто из вышеперечисленного не произойдет — как бы сильно нам этого ни хотелось, — пока молитва остается чем-то второстепенным и формальным, этакой бессмысленной смесью религиозной повинности и манипуляции. Если мы молимся по инерции, то это крайне редко (если вообще когда-нибудь) приносит хоть какое-то духовное обновление, сопровождаемое верой и пониманием происходящего. В результате мы тратим годы на то, что можно назвать чем угодно, но только не молитвой; на то, что нас изнуряет, а пользы никакой не приносит. И мы перестаем молиться, так и не узнав сути молитвы, не познав Божьего замысла, не приложив сердца к тому, что действительно важно. Поэтому теперь мы собираемся молиться конкретно, следуя определенной стратегии.

*Конкретность* в молитве имеет ключевое значение. Когда мы молимся за ситуацию, в которой очевидны происки врага, мы фокусируем внимание не только на конкретном

событию, но и на библейской истине, позволяющей верить в уже одержанную нами победу. И тогда наши молитвы обретают непосредственную связь с реальностью, избавляя нас от бесцельного блуждания по духовным просторам, которые, как это ни печально, не имеют ничего общего с нашими реальными проблемами. Так мы сохраняем свою бдительность и сопричастность происходящему, мы доверяем Богу, уверенные в правильности Его решений и в том, что именно Он их нам подсказывает; мы способны руководствоваться Его повелениями и действовать в согласии с Его волей.

Если наши молитвы сводятся лишь к словесному потоку, сопровождаемому эмоциональным накалом, но лишённому конкретного направления, если мы не видим действий врага, нацелившегося на нас и Божьи обетования, то мы попусту тратим время. Мы лишь еще больше запутываемся и не в состоянии реально смотреть на проблему. Отчаянно барахтаясь, чтобы не уйти с головой под воду, мы не можем не видеть, что безнадежно проигрываем битву.

Что ж, в чем-то мы правы: *МЫ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО воюем*. Многовековая история этой битвы восходит к летописям начала времен. Но в отличие от множества других сражений, победа в этой битве уже определена. Да, мы по-прежнему сражаемся. Но разве *битва проиграна*?

Нет! Это просто невозможно!

И молитва — не такое уж секретное оружие в этой борьбе. Более того, рискну предположить, что молитва — наше мощнейшее оружие.

Я готова признать наличие неопровержимого, неосстижимого, незримого таинства молитвы. Вот почему сначала



мы склонны преуменьшать и обесценивать важность молитвы в нашей реальной жизни. Молитва, полагаем мы, хороша в теории, если от нее вообще есть хоть какой-то толк. Но, видите ли, в чем дело, независимо от того, понимаем мы или нет, насколько важна молитва, следует признать, что Бог осознанно выбрал ее средством осуществления Своих замыслов. Нам позволено с помощью молитвы сотрудничать с Ним и принимать участие в исполнении Его воли. По замыслу Бога, молитва — основной способ личного общения с Ним и Его вечной реальностью, доступный нам в любой час дня и ночи.

Поэтому по мере понимания значения и практического освоения молитвы, этого мощнейшего инструмента, Господь Своей суверенной властью вручает нам (даже таким малозначительным представителям рода человеческого, как мы с вами) право реализовать Его грандиозные замыслы, которые будут увековечены в памяти потомков. Благодаря соединительной ткани молитвы Он позволяет нам хотя бы в некоторой степени принять участие в Его грандиозных планах, воплощающихся в жизни наших близких и знакомых.

В том числе в нашей собственной жизни.

Молитва — это портал, через который сила небес достигает земли. Это своего рода мощное оружие, направленное на врага и все его злобные замыслы, обращенные против нас.

Вот почему нам с вами так необходима эта книга. Вот почему наша встреча на ее страницах имеет такое большое значение. Нет, содержание книги тут ни при чем, важно то, чему мы посвятим проведенное вместе время и как этим распорядится Господь.

Еще немного, и мы чуть лучше узнаем друг друга и приступим к активной разработке целого ряда молитвенных стратегий, предназначенных специально для вашей победы. И начнем с тех областей вашей жизни, которые враг атакует наиболее безжалостно, с тех проблем, которые вас больше всего расстраивают, беспокоят, приводят в уныние, раздражают, злят, провоцируют, изводят, лишают сил, а иногда требуют от вас невозможного. Но, даже добравшись до главы, тема которой в данный момент не кажется вам актуальной, все равно прочитайте ее, поскольку рано или поздно она вам пригодится. В конце каждой главы вам предстоит выработать молитвенную стратегию применительно к собственной житейской ситуации в этой конкретной области. А потом, когда вы запишете свои молитвенные стратегии (например, на листках блокнота), прикрепите их (предварительно вырвав эти листки) на самом видном месте, где сможете постоянно перечитывать написанное и использовать в качестве метательного оружия против врага, который отлично окопался и прекрасно замаскировался; тогда ваш отпор будет сокрушительным (куда более сокрушительным, чем направленная против вас атака).

Значит, *стратегии*? Да. Потому что, как вы могли заметить, развернутая против нас битва — особенно яростная и безжалостная — носит личностный характер, ее отличает доскональное знание как нас самих, так и наших болевых точек, надавив на которые нас можно легко вывести из строя. Думаете, несчастные случаи случайны? Как бы не так! Сферы жизни, внушающие вам наибольший страх и тревогу, служат своего рода подсказкой для получения кем-то важной духовной

информации. Они свидетельствуют также о том, что разработанная и направленная именно против вас коварная стратегия применялась кем-то, кто намерен разрушить вашу жизнь и уложить вас на лопатки. Этот план был разработан тем, кто знает, где вы живете и кого любите, ему знакомы ваши привычки, а многолетний опыт подсказывает, как наилучшим образом воспользоваться каждой из них. И, возможно, до сих пор этот кто-то не встречал серьезного сопротивления.

Но раз вы держите в руках эту книгу, полагаю, вы сыты по горло такой ситуацией. Что касается *меня*, то я-то уж точно сыта. Меня достала ежедневная капитуляция перед врагом. Меня тошнит, когда я вижу, как все вокруг рушится, в том числе и в жизни тех, кто мне дорог. Но постепенно я начинаю понимать, что не могу просто взять и ввязаться в эту борьбу вслепую. Я не могу действовать наобум в надежде, что все получится само собой. Мне необходим план. И *вам* необходим план, а именно — стратегия ведения войны.

Используя опыт, изложенный в этой книге, позволив Духу Божьему совершить изменения в вашей жизни и (самое главное) напитавшись животворящей силой Слова Божьего, вы увидите, как число личных молитвенных стратегий начнет увеличиваться. Прочитав эту книгу, вы получите представление о принципах ведения боя, которые помогут вам не только отражать любые направленные против вас атаки, но и позволят противостоять любому агрессивному и упорному противнику. Вы сможете свободно перемещаться в зонах высокого напряжения, о чем прежде не могли и подумать, и справляться с ситуациями, которые всегда казались неразрешимыми. Благодаря молитве вы сможете не только выстроить оборону

против снайперского обстрела врага, но при содействии всемогущего Бога сможете проникать на вражескую территорию и забирать обратно... похищенные у вас... Божьи обетования.

Поверьте, это возможно.

И это *непрерывно* произойдет.

Но не по воле случая. Божий замысел заключается в том, чтобы наделить нас влиянием и, утвердив в истине, призвать к молитве. Для этого необязательно быть гением. Вам не придется учить заумные слова, чтобы потом к месту и не к месту сыпать ими с видом заправского богослова. Мы сможем заявить о своей готовности стать пламенными и неотступными молитвенными воинами! Нужно лишь прийти к Богу с искренним, открытым, свободным сердцем и — чего уж там — сытым по горло проблемами в собственной жизни, разуверившимся в собственных силах и дошедшим до ручки христианином. И все это во имя Господа.

В конце концов враг сильно пожалеет о том, что связался с нами. Мы станем его худшим, непрекращающимся кошмаром. Он-то думает, что уложил нас на лопатки, что еще чуть-чуть — и мы сдадимся без боя! Как бы не так!

Подождите, и увидите, как он столкнется с сопротивлением обитающего в нас Духа Божьего.

Потому что...

это

не что иное,

как война.

# НАЧНИТЕ С МОЛИТВЫ



Вероятно, эта фотография никому ни о чем не скажет. Никто не заплатит за нее кучу денег и не обратит на нее никакого внимания. Никому, кроме меня, она не кажется драгоценной. Потому что для

посторонних — это всего лишь фотография. Одна из многих...

На ней изображены две руки.

Одна из них, как видите, старческая, морщинистая, пара ногтей немного повреждены, ювелирные украшения отсутствуют, как, впрочем, и малейший намек на косметический уход. Перед нами простая, скромная, сильная и прекрасная рука женщины, прожившей долгую жизнь.

Вторая рука, та, что лежит сверху, явно принадлежит женщине моложе первой, хоть и такая же смуглая. Ее отличает аккуратный маникюр, безымянный палец украшает кольцо. Вместе обе эти руки символизируют время, разделяющее поколения.

Но что действительно привлекает мое внимание к фотографии, так это тетрадь, на которой лежат женские руки. Это обычная тетрадь, которую в любом отделе канцтоваров можно купить весьма недорого. Это не ежедневник в кожаном переплете, с замысловатым дизайном и бескислотной бумагой, а простая школьная разлинованная тетрадь в пластиковой обложке.

Тем не менее скрепленные тонкой стальной пружиной и помятые в результате постоянного использования страницы представляют собой бесценное сокровище живого наследия.

Две руки — старой и молодой женщины — принадлежат бабушке и ее внучке. А тетрадь хранит молитвенные просьбы бабушки, записанные и произнесенные во время ее ежедневных встреч с Иисусом, на которые она приходит как на встречу с очень важным для нее другом — неукоснительно и без опоздания. В назначенный час раннего утра она раскрывает свой молитвенный дневник и зачитывает Ему свои просьбы и нужды тех, за кого она молится, просьбы, которые она не забывает записывать в рутине ежедневных дел.

Две женщины, разделенные несколькими десятилетиями жизненного опыта, порой встречаются для непродолжительных «выходов в свет» — пока девяностопятилетний обмен вещами одной из них позволяет побаловать себя картофелем фри и ванильным молочным коктейлем в «Макдоналдсе» (именно так выглядит их обычный «поход в ресторан»). Они совершают эту вылазку ради порции солено-сладкого лакомства. А потом, опустив стекла в автомобиле, не спеша колесят по окрестным улицам под причмокивание пассажира, преда-

ющего гастрономическим радостям. Но это также время, когда, пользуясь паузами между бабушкиным жеванием, глотанием и прихлебыванием, ее повзрослевшая внучка старается впитать в себя бесценную мудрость, накопленную почти за столетие праведной жизни.

Недавно, во время одного из таких кутежей, младшая спросила старшую, зачем та записывает свои молитвы в тетрадь. И, боясь упустить хоть слово, в ожидании обстоятельного, истинно духовного ответа даже нажала на кнопку «запись» на своем айфоне, чтобы не забыть сказанное и сохранить для грядущих поколений голос своей бабушки.

Какое-то время они молча переглядывались, пока бабушка неспешно запивала молочным коктейлем румяные ломтики жареной картошки, и наконец прозвучал ее незатейливый ответ:

— *Чтобы не забыть.*

Хм-м-м... И вот перед вами книга, главную мысль которой можно выразить одной простой фразой, изреченной устами благочестивой бабули: записывайте свои молитвы, «чтобы не забыть»...

- не забыть, кто наш подлинный враг;
- не забыть Того, на Кого мы возлагаем все свои надежды;
- не забыть свои реальные нужды и потребности;
- а потом не забыть записать, как Бог на них ответил.

Благодаря целенаправленной, продуманной молитвенной стратегии мы крепко держимся за Иисуса, получая все, что Он совершил ради нас с вами. Так мы активизируем

небесные силы и видим, как они меняют нашу жизнь. Молитва — ключевой элемент нашего наступательного оружия против коварного врага, который кружит рядом в поисках наших слабостей, уязвимых мест, словом — любой возможности уничтожить нас. В молитве мы черпаем силу — силу облечься в броню, способную обезвредить весь вражеский арсенал.

Апостол Павел точно подметил:

Облекитесь во всеоружие Божие, чтобы вам можно было стать против козней дьявольских...

Еф. 6:11

И вот оно, это слово: *козни*. То есть происки и коварные планы, состряпанные для нашей гибели самым что ни на есть реальным врагом, готовым не задумываясь сделать очередной выпад против нас с вами. Он пашет в две смены, лишь бы разрушить наши взаимоотношения с теми, кто нам дорог, и обстоятельства, которые мы стремимся сохранить. Его забавляют наши усилия, когда мы пытаемся решать проблемы с помощью своевременно сказанных слов и невероятных стараний. Он знает, что эта тактика способна дать положительный эффект, но лишь временный и что она абсолютно бессильна против его коварства и вероломства. Там, где проблемы коренятся в дьявольской лжи или действии «духов злобы поднебесных», наше плотское оружие не сработает никогда. «...Потому что наша брань не против крови и плоти,

- но против начальств, против властей,
- против мироправителей тьмы века сего,



- против духов злобы поднебесных» (Еф. 6:12).

Поэтому мы облакаемся «во всеоружие Божие», приготовленное Господом для успешного ведения духовной битвы, — пояс истины, броню праведности, обувь готовности благовествовать мир. Надеваем шлем спасения и берем в руки щит веры, а также меч — слово Божье. Но на этом наше вооружение не заканчивается, о чем, собственно, и сообщает апостол, перечисляя наши духовные доспехи:

...Всякою молитвою и прошением молитесь во всякое время духом, и старайтесь о сем самом со всяким постоянством и молением о всех святых...

Еф. 6:18

Вот она, сила, приводящая в действие все вооружение. *Молитва*. Мы молимся, пока наши руки не станут морщинистыми. Мы молимся, пока наши внуки не станут достаточно взрослыми, чтобы изучать и перенимать наш опыт. Мы молимся, пока в один прекрасный день они не накроют своими молодыми сильными руками наши старческие руки, нежно погладят их, а мы улыбнемся, зная, что теперь они будут благодарны нам за то, что нашему поколению хватило благоразумия записать свои молитвы для поколения, пришедшего нам на смену. Оглядываясь на оставленное нами наследие, они увидят, что мы были стойкими, непримиримыми бойцами, совершившими свое поприще, проходя которое *даже не помышляли* о том, чтобы уступить место дьяволу в нашей жизни или в жизни тех, кто нам дорог.

Мы молимся, потому что человеческих сил недостаточно, потому что молитва направляет и укрепляет нас против атак

врага. Мы молимся, потому что намереваемся отстоять землю, которую враг стремится оккупировать.

Вот что делаем мы. Надеюсь, что и вы тоже. Если вы читаете эту книгу, значит, хотите обновить силы, чтобы и дальше продолжать молиться. Но не заблуждайтесь, враг сделает все, чтобы убедить нас в тщетности этого занятия. Он попытается разубедить и разоружить нас, привить отвращение к молитве. Он хочет видеть нас бесстрастными, бессильными и безразличными к молитве. Молчаливыми. Потому что молитва — это средство божественной силы, открывающее путь к сердцу, власти и победе Христа. Враг знает, что без молитвы мы всего лишь горстка побежденных, незащищенных, измученных и сраженных слабаков, которые, сделав едва заметный шаг вперед, снова пятятся и пытаются понять, почему же надежда и энтузиазм, переполняющие их в церкви, улетучиваются, стоит лишь оказаться в своих четырех стенах.

Будь я вашим врагом, я бы и не мечтала об иной участи для вас. Я бы не преминула обесценить в ваших глазах самое мощное оружие вашего духовного арсенала. Уж я бы разработала против вас такую стратегию, чтобы с помощью тщательно просчитанных методов обмануть вас и победить.

В сущности, мои фантазии почти не отличаются от подлинно дьявольского замысла, *именно так*, прикрываясь изощренным обманом, он и действует в *реальной* жизни. Он приближается к нам, чтобы... Ладно, не верите мне, прислушайтесь к результатам опроса большой группы женщин, которых я попросила охарактеризовать основные виды дьявольских атак, направленных против них. Объединив их от-

веты в несколько общих категорий, я получила то, что можно назвать первой десяткой его любимых стратегий.

Давайте посмотрим, как выглядят излюбленные стратегии врага, которые он использует против нас.



### ***Стратегия № 1: ЛИШИТЬ СТРАСТИ***

Враг стремится ослабить наше желание молиться, заглушить нашу молитвенную страсть, притупить интерес к духовным явлениям и снизить эффективность самого стратегического оружия нашего арсенала (см.: Еф. 6:10–20).

### ***Стратегия № 2: СБИТЬ ФОКУС***

Маскируясь, враг манипулирует нашим восприятием действительности, стараясь переключить наше внимание с собственной персоны на любого ложного виновника, чтобы направить наше оружие на фальшивого врага (см.: 2 Кор. 11:14).

### ***Стратегия № 3: ПОСЕЯТЬ СОМНЕНИЯ***

Усиливая нашу неуверенность в себе, враг заставляет нас сомневаться в том, что о нас думает Бог, и призывает не обращать внимания на Его обетования (см.: Еф. 1:17–19).

**Стратегия № 4: АТАКОВАТЬ СЕМЬЮ**

Враг мечтает разрушить нашу семью, посеяв раздор между ее членами и привнеся хаос, тревожность и уныние (см.: Быт. 3:1–7).

**Стратегия № 5: ПОДМЕНИТЬ ВЕРУ ЧУВСТВОМ ВИНЫ**

Враг постоянно напоминает нам о наших прошлых ошибках и неправильных решениях, надеясь убедить в том, что Бог нас осуждает, а не оправдывает Своей кровью (см.: Откр. 12:10).

**Стратегия № 6: ЗАПУГАТЬ НАС**

Враг усиливает наш страх, беспокойство и тревогу, пока эти эмоции не заглушат голос Духа Святого и не убедят нас в том, что следовать за Богом слишком рискованно (см.: Нав. 14:8).

**Стратегия № 7: УБЕДИТЬ В БЕЗОБИДНОСТИ ГРЕХА**

Враг пытается склонить нас к определенным грехам, убеждая в их безобидности и отсутствии последствий, но умалчивая о том, что любые грехи образуют пропасть между нами и Богом (см.: Ис. 59:1–2).

### ***Стратегия № 8: ЛИШИТЬ ПОКОЯ И РАДОСТИ***

Враг надеется сделать нашу жизнь и рабочее расписание перегруженными сверх всякой меры, вынуждая постоянно действовать на пределе сил и убеждая, что мы не вправе сказать «нет» (см.: Втор. 5:15).

### ***Стратегия № 9: ПОМЕШАТЬ ПРОСТИТЬ***

Враг использует любые возможности, чтобы не дать нам забыть о старых ранах, зная, что гнев, боль, горечь и непрощение продолжают разрастаться, как снежный ком (см.: Евр. 12:15).

### ***Стратегия № 10: РАЗРУШИТЬ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ***

Враг вносит раскол и разобщенность между друзьями и в сообщество Тела Христова (см.: 1 Тим. 2:8).

Вот лишь десять из них — десятка самых популярных стратегий врага, рассчитанных на то, чтобы лишить нас духовной силы.

Ну что ж, еще посмотрит, чья возьмет! Если Бог за нас, если Он взял на Себя ведущую роль в разработке нашего контрудара, то мы уже в подавляющем большинстве. Но нам все равно

потребуется упорство и целеустремленность. Мы должны научиться различать и восставать против атак, предназначенных специально для нас и нацеленных на нас. Нет, бояться не стоит, но лучше держать ухо востро. И помнить совет, данный бабушкой, — продолжать конкретно и целенаправленно молиться, как продолжает молиться она за таких, как ее внучка.

Внучка, которой случайно оказалась...

Я.

*Мое* имя записано в ее молитвенном дневнике и повторяется на его страницах вот уже несколько десятилетий. Еще до моего рождения бабушка молилась за меня, прося Бога препоясать меня истиной, укрепить, направить и поддержать.

Она молилась, когда, как и я, надела на руку обручальное кольцо; молилась все пятьдесят лет, предшествовавшие тому моменту, когда ее муж, мой дедушка, опередив ее, отправился на небеса. Но вот я смотрю на эту фотографию и думаю, что обручальное кольцо на *моей* руке (и крепкий, счастливый, выстоявший в испытаниях брак, который оно знаменует) не следствие моих способностей и прекрасного характера. Это следствие того факта, что мое имя было записано в ее тетради, и свидетельство твердой решимости моей бабушки бороться за меня, моего мужа и нашу семью.

Моя бабушка, Энни Элин Каннингс, женщина, которой посвящена эта книга, воевала за меня, когда, встав на колени, возносила свои молитвы.

*Усиленные молитвы.*

И я решила, что хочу следовать ее примеру.

Поэтому, взяв на вооружение обстоятельные инструкции бабушки и руководствуясь истиной Слова Божьего, как ком-

пасом, указывающим на абсолютную истину и реальность, я приступила к старой, как мир, доказавшей свою надежность духовной практике ведения молитвенного дневника. Я начала с того, что обозначила самые сложные проблемы — те, что напрямую касались меня, моей семьи, финансовых вопросов, здоровья и служения, а потом изложила на бумаге свой план сражения для решения всех этих проблем, в полном согласии с истиной Священного Писания. Я поняла, что своими силами и привычными средствами битву, требующую духовного оружия, не выиграть, поэтому в надежде на победу я вооружилась молитвой.

Разумеется, у меня далеко не все получается, но я стараюсь духовно расти.

Теперь эти молитвы размещены в моей гардеробной. Я не шучу. Некоторые занимают целые листы линованной бумаги, другие уместились на маленьких клочках офисных стикеров, вмещающих лишь одно или два предложения, или даже всего одно или два слова. Большие листы или маленькие я датирую и прикрепляю к стене. Они и сейчас там, размещены прямо над рядом крючков в гардеробной, где я вижу их всякий раз, когда одеваюсь.

Это помогает мне *не забыть*.

Разработанные мной стратегии напоминают мне о необходимости молиться, и главное — *о чем* молиться. Так я облакаюсь в духовное «всеоружие», даже когда одеваюсь.

Итак, в этой книге заключено послание от сердца моей бабушки к сердцу каждой из вас. Оно призывает к осмысленной и вдумчивой записи своих молитвенных стратегий. Можете вырвать их прямо из этой книги, если найдете подходящие, —

потом прикрепите их на самом видном месте, где, регулярно наталкиваясь на них, сможете раз за разом молиться в соответствии с разработанным планом.

## ЕЩЕ ПАРА СЛОВ О МОЛИТВЕ

Хочу затронуть еще несколько моментов, прежде чем мы приступим к разработке отдельных молитвенных стратегий, направленных на нейтрализацию дьявола и его конкретных, враждебных козней. Когда в книгах, подобных этой, упоминается бесовская активность, большая часть христианской аудитории склонна выбирать одну из двух крайностей: либо *переоценивать* влияние и силу дьявола, уделяя незаслуженно большое внимание его возможностям, либо *недооценивать* их. Некоторые вообще не видят его участия в тех проблемах, которыми он осложняет нашу жизнь. Одна крайность вынуждает нас жить в постоянном страхе и тревоге, а другая делает нас глупцами, которые ничего не подозревают и становятся уязвимыми для любых нападений. *(Слишком прямолинейно? Ну уж извините!)*

Какая из двух крайностей вам ближе? Или сразу обе?

Давайте начистоту, к какой бы из них вы ни склонялись, *дьявол — это не Бог*. Он ни в коем случае не равен и не подобен Ему. Бог и дьявол выступают в совершенно разных весовых категориях. Влияние, сила и власть дьявола даже близко не стоят рядом с влиянием, силой и властью Господа. Перечитайте как-нибудь главы 19 и 20 Книги Откровение, где речь идет о так называемом титаническом столкновении конца



времен, что обычно называют Армагеддоном. Знаете, на что это похоже? На то, что дьявол вкупе с его приспешниками разоделся в пух и прах, а идти-то ему некуда. Битва закончилась, не успев начаться. Единственное, почему это событие может именоваться войной, так это потому, что в конечном итоге дьявол станет *военнопленным*. Дьявол — жалкий раздражитель, он из кожи вон лезет, стараясь убедить нас в том, что он сильнее, чем нам кажется. Но ведь мы помним, что есть границы, которые он не может пересечь, как бы страстно ему этого ни хотелось и какие бы усилия он к этому ни прилагал. Например:

- он не может одновременно находиться везде и всюду (лишь Бог вездесущ);
- он не может прочитать наши мысли (лишь Бог всеведущ);
- он просто трюкач, прибегающий к хитрости и плутовству, чтобы обманывать и вводить нас в заблуждение (лишь Бог способен на абсолютные и несомненные чудеса).

И последнее, но не менее важное:

- его время истекает (лишь Бог вечен).

Так что, даже если ему временно позволено чинить козни и ставить нам палки в колеса, наши молитвы не должны диктоваться страхом или ощущением собственного бессилия. Наоборот, получив доступ к Небесному Отцу благодаря всемогуществу имени Иисуса, мы с вами можем молиться, зная,

что в глазах Господа мы — Божьи праведники, одержавшие победу. И мы вправе ожидать победы! Но мы не вправе рассчитывать на власть над дьяволом, пока не вступим в ряды молитвенных воинов.

Так вот, прежде чем мы продолжим, приведу еще несколько подсказок, которые помогут нам осуществить задуманное. Мы будем сверяться с ними, чтобы молитвы, которые вы запишете, не утратили действенности и конкретности:

- *Хвала.* Благодарность — один из важнейших аспектов молитвы. Благодарность — это не просто возможность кого-то воодушевить (или польстить кому-то) и не предисловие, предваряющее нашу истинную просьбу. Благодарность Богу за то, Кто Он есть, и за то, что Он уже для нас сделал, должна быть непременной частью каждой молитвы, потому что в конечном счете Его имя и Его слава — единственное, что имеет значение.
- *Покаяние.* Подлинное желание Бога (помимо стремления явить миру Свою славу) — вернуть Себе наши сердца и сердца тех, кто нам дорог. Поэтому молитва, призванная решать конкретные задачи с учетом всего того, что мы хотим увидеть осуществленным в своей жизни, обнажает также то, что творится в нашей душе, где происходит подлинное преображение. Господь надеется, что молитва выявит те сферы, в которых мы продолжаем Ему противиться, сопротивляясь не только Его заповедям, но и многообразию благословений и преимуществ, которыми Он наделяет Своих верных последователей. Наша стратегия в отношении покая-

ния — бесстрашно доверять Богу и обращаться к Нему, чтобы следовать Его путем.

- *Просьба.* Обращайтесь к Богу с просьбами. Пусть они будут личными и конкретными. Записывайте свои проблемы и трудности во всех подробностях с учетом более общей проблемы, рассматриваемой в той или иной главе: какую, по вашему мнению, роль в них сыграл противник или куда он может нацелиться в следующий раз. Мы не попрошайки, нам позволено просить, искать и стучаться в надежде, что нам отворят. Бог ждет наших молитв. Он готов выслушать нас. Молитва — лучшее место для встречи с Ним.
- «Да» и «аминь». «...Все обетования Божии в Нем „да“, и в Нем „аминь“ ...» — говорится в Библии (2 Кор. 1:20). Можно не понимать всего, что происходит в нашей жизни в данный момент, но любые объяснения меркнут в сравнении с нашей уверенностью в Божьей благости и надежности. Пусть наши молитвы будут усилены словами Священного Писания и Божьими обетованиями, отвечающими на наши нужды. (В каждой главе я представляю на выбор множество вариантов.) Нет более могущественной молитвы, чем молитва в согласии со Словом Божьим.

Молясь подобным образом, мы вправе ожидать Божьего ответа в соответствии с Его суверенной, вечной волей и Его безграничной любовью к нам.

Но если вы все еще сомневаетесь, правильно ли вы молитесь, или не уверены, что сможете научиться... не беспокойтесь.

Перевернув страницу, вы окажетесь в зоне молитвенных стратегий. И я гарантирую, Дух Божий покажет вам во всех подробностях, как и с чего начать.

Кстати... почему бы не перейти к делу?

Если вы готовы побеждать, давайте начнем.

Давайте сделаем это!

Давайте помолимся.



Стратегия № 1

# ВАША СТРАСТЬ

ВЕРНУТЬ УТРАЧЕННЫЙ  
ДУХОВНЫЙ ПЫЛ

*Будь я вашим врагом, я бы постаралась заглушить вашу молитвенную страсть, снизить интерес к духовной сфере, ослабить веру во всемогущество Бога и убедить, что вы Ему безразличны. Я бы заверила вас, что надежда вернуть себе утраченное несбыточна, и, вероятно, приступая к реализации своих коварных замыслов, начала бы с беззащитной лжи.*

Страсть — вот горячее усиленной молитвы.

А также вера и энтузиазм.

Когда мы не знаем, за что хвататься, разрываясь между важными делами, не смыкая глаз и работая круглые сутки, страсть — вот что приклеивает наши колени к полу, помогая стойко переносить трудности. Страсть дает нам силу, дерзновение, остроту духовного восприятия.

*Страсть* толкает атлета, преодолевая себя, бежать еще один круг, и так раз за разом. Она заставляет его игнорировать разрывающую мышцы бедер и живота боль, вынуждая их выполнять требования спортсмена, как бы громко они ни протестовали. *Страсть* приковывает музыканта к фортепьяно, побуждая его совершенствовать технику игры даже тогда, когда рядом нет никого, кто бы отметил его старание или похлопал по плечу в знак одобрения. *Страсть* вдохновляет энергичного молодого сотрудника полностью выкладываться, а не просто отбывать положенное время ради зарплаты, как делают другие. *Страсть* побуждает родителей нестись во весь опор, видя угрозу жизни ребенка. Она пламенеет, заставляет кровь бурлить адреналином и лишь крепнет по мере роста препятствий.

*Страсть* — топливо в двигателе нашего предназначения, наше «хочу» — это то, что заставляет нас двигаться вперед, когда повседневная рутина выматывает, а неразрешимые проблемы рождают желание все бросить и уйти. *Страсть* позволяет нам осуществить самые лучшие из выбранных нами намерений.

Вот почему, будь я вашим врагом, я прежде всего лишила бы вас *страсти*, зная, что, угасив ее, значительно ослаблю сопротивление искушению и духу уныния. Я бы сделала вас духовным калекой и постаралась не дать вам оправиться от душевных ран. Если бы мне удалось ослабить ваше рвение, чаяния, доверие Богу и уверенность в Его всемогуществе, я бы стерла вашу веру в прах, заставила бы скулить от страха и навсегда забыть о молитве, чтобы больше никогда не заниматься подобными глупостями. Я бы напрягала слух, чтобы

услышать в ваших словах что-то, кроме религиозной трескотни, которую вы почему-то считаете молитвой, и хихикала бы, довольная достигнутым успехом. А потом внесла бы в список жертв моего «Плана по ликвидации страсти» еще одно имя — ваше.

Вот что бы я сделала, будь я вашим врагом.

Я бы ослабила вашу страсть и остроту духовного восприятия, прекрасно осознавая, что беспомощные, выхолощенные молитвы (а еще лучше, полное отсутствие молитв) не замедлят себя ждать.

Так что взгляните на себя, задумайтесь и ответьте: «Не утратила ли я свою страсть? Не сменился ли мой душевный подъем спуском?»

Быть может, вы долгое время молились о чем-то вновь и вновь... Может, отчаянно мечтали об исполнении Божьей воли и с нетерпением ждали перемен в жизни... Может, и по сей день, испытывая душевный надлом и разочарование, вы не понимаете и удивляетесь, почему всякий раз одно и то же происходит снова и снова... Может, постепенно другие обязанности и хлопоты, закравшись в ваше сердце, вытеснили прежние возвышенные приоритеты, которыми вы некогда руководствовались. Все это мне прекрасно знакомо.

Но почему мы решили, что в этом повинен *Бог*, или *мы* сами, или *кто-то еще*? Но только не *враг*. Почему мы не можем тут же распознать очевидные признаки *его* темных замыслов и начинаний?

Почему, утратив прежние духовные стимулы, оптимизм и готовность слушаться Бога, мы объясняем подобное снижение духовного аппетита исключительно собственной

несостоятельностью, или изменением гормонального фона, или естественным угасанием, приходящим с возрастом и накопленными невзгодами?

Но, возможно, речь идет о совсем другой, менее заметной, но более вероятной причине духовного охлаждения? Может быть, мы пали жертвой дьявольской диверсии, его *козней*, направленных против нас с определенной *целью*? И, возможно, это нападение спланировано и детально продумано?

Предлагаю задуматься об этом. Или подобная гипотеза не вписывается в вашу картину мира?

Дьявол назван круглосуточным *клеветником*. Библия говорит, что он не оставляет своего излюбленного занятия «день и ночь» (Откр. 12:10). Вместо того чтобы, подобно Духу Божьему, *обличать* нас с целью восстановления, враг *осуждает* нас с целью унижения и уничтожения.

Кстати, эта тактика — классическое доказательство вражеского вмешательства. Приглядитесь, и увидите отпечатки его лап. *Осуждение* всегда ведет к чувству вины, отягощенному унынием, в то время как *обличение* — хотя частенько и болезненное переживание, указывающее на наши проступки, — все-таки ободряет и вселяет в нас уверенность, давая надежду на восстановление. Осуждение заставляет сосредоточиться на себе, тогда как обличение ведет к благодати и милости Христа, которая способна наделить нас силой. Послушать дьявола, так наши слабости не служат ничему, кроме безотрадного отчаяния; но Бог говорит, что именно благодаря нашему несовершенству мы способны на искреннее поклонение и благодарность Господу. Потребность в Божьей благодати должна лишь усиливать нашу страсть. Но как только мы начинаем



верить обвинениям дьявола, все происходит *ровно наоборот*. Враг убеждает нас, что Бог не слышит наших молитв или не отвечает на них. Почему? По *нашей* вине.

Как типично! Потому что дьявол не только клеветник, он еще и заправский *лжец*. Нет... хуже. Он — «отец лжи» (Ин. 8:44). Родоначальник всякой лжи. Обман — главное прикрытие, помогающее осуществляться всем его планам и замыслам.

Он искажает наше восприятие текущих событий, пока реальность не предстает в гораздо худшем и куда более безнадежном свете, чем она есть на самом деле. Я не утверждаю, что ваша проблема не столь серьезна, как кажется, возможно, ее неразрешимость не поддается описанию. Но через призму дьявольской лжи любое рвение кажется глупой, ненужной тратой времени. Кроме того, он имеет наглость намекать на лживость *Бога*, выставляя любую задержку очевидного ответа на молитвы как бесспорное доказательство того, что Господь не так внимателен к нашим просьбам, как обещал. Враг утверждает, что даже если Всевышний и отвечает, то, видимо, сначала Он не прочь посмотреть, как мы терзаемся, ожидая, пока Он найдет в Своем расписании подходящее время для ответа.

Подобные обвинительные выпады против нас на самом деле направлены против Бога.

Такой горькой ложью дьявол искажает реальные события.

И это лишь часть его методов, с помощью которых он пытается поглотить нашу страсть. Он слишком хитер, чтобы идти в лобовую атаку. Он действует завуалированно, исподтишка, но коварно, не спеша, шаг за шагом.

И порой ему удается нас облапошить. Сначала мы не понимаем, что имеем дело с его закулисными интригами. Нам кажется, что мы перестали молиться потому, что нам «просто больше не хочется». И, *возможно*, так оно и есть. Но, *возможно (возможно!)*, эта апатия служит подсказкой, позволяющей предположить, что козни врага начали вступать в силу; что он потрудился на славу, если, утратив волю к борьбе, мы больше не верим и не молимся...

- за наши отношения с мужем... все такие же напряженные и безнадежно разрушенные;
- за нашего ребенка... продолжающего бунтовать вопреки здравому смыслу;
- за наши финансы... которых по-прежнему не хватает;
- за наше здоровье... которое продолжает ухудшаться год за годом;
- за освобождение от пагубных привычек... по-прежнему удерживающих нас в своем плену.

Мы просто перестаем приносить эти проблемы Богу, потому что некогда пылавшее в нашем сердце духовное пламя едва тлеет. Возможно, прямо сейчас, читая эту книгу, приглашающую вернуться к прежней духовной практике — к усиленной молитве доверяющего Богу сердца, вы, по правде сказать, просто не видите смысла в этом возвращении.

И вот что я вам скажу. Давайте начнем с *этого места* и помолимся о возвращении и сохранении нашей страсти для восстановления и поддержания остроты духовного восприятия.

Для этого я хочу напомнить вам реальную историю, которую Бог поместил на страницы Библии (см.: 4 Цар. 6:1–7) как раз для такого случая. Я хочу рассмотреть ее и принципы, которым она учит, чтобы ободрить вас и помочь приступить к активизации стратегии по *возвращению своей прежней страсти*. Потому что даже если в данный момент ваша страсть пылает, как знать, не наступит ли время, когда вы почувствуете, как она угасает буквально на глазах. В этом случае напомните себе присовокупить эту историю к списку книг для обязательного чтения.

Как-то раз пророк Елисей наблюдал за тем, как на берегу реки Иордан один из его подопечных рубил лес, чтобы заготовить древесину, необходимую для строительства более просторного помещения для их совместного проживания. И вдруг топор упал в реку, утонул.

*Плюх. Ах!*

Так ученик Елисея потерял топор, или в нашем случае — остроту духовного восприятия.

Молодой человек ужаснулся, и не только из-за того, что лишился единственного и самого важного инструмента в своей работе, без которого не мог достичь желаемого результата, но и потому, что этот топор был одолжен им у друга. Громкий всплеск, произведенный этой железякой, стал для него двойным ударом: разочарованием и раздражением. О строительном проекте можно было забыть, и надо было пойти к владельцу топора и рассказать ему о случившемся, о том, что топор безвозвратно потерян.

Однако обратите внимание на ряд обнадеживающих моментов в этой истории.

Момент первый: *несмотря на потерю топора, т.е. утрату остроты духовного восприятия, Божье присутствие сохраняется.* В древнем Израиле пророки Яхве олицетворяли Его присутствие и власть перед лицом народа Божьего. Поэтому тот факт, что рядом с юношей, потерявшим топор, находится пророк Елисей (см.: ст. 3), говорит не только о поддержке, но и о том, что Елисей видел, как напряженно его ученик трудился и при каких обстоятельствах была утрачена его «острота духовного восприятия». Это значит, что Божье присутствие и постигшая человека утрата находятся в непосредственной близости друг от друга. Дьявол хочет убедить нас в том, что потеря страсти доказывает, что Бога рядом с нами либо вообще не было, либо мы вызвали у Него такое отвращение, что Он решил нас покинуть. Враг хочет, чтобы мы верили, будто Бог не видит наших страданий, не знает или не интересуется подробностями нашей жизни. Но то, что мы больше не находим слов для молитвы, что растеряли прежнее «хочу», что «острота восприятия» кажется нам навсегда утраченной, не означает, что Бог нас оставил.

Момент второй: *молодой человек был занят полезным делом, когда утратил «остроту духовного восприятия».* Он строил новое жилье для себя и других учеников школы пророков (см.: ст. 2). Фактически, если бы он так не усердствовал, если бы сидел сложа руки, то вряд ли бы обух топора постепенно ослаб и в конце концов вывалился. Этот факт говорит о том, что участие в хорошем, даже благочестивом и полезном деле само по себе не гарантирует сохранности остроты нашего духовного восприятия. В сущности, одна из подлейших мелких пакостей дьявола в том и состоит, чтобы

незаметно подобраться к нам и похитить нашу страсть в тот момент, когда мы занимаемся стóящим делом, полностью выкладываемся. Вот почему вражеская попытка ослабить нашу веру и угасить духовный огонь порой означает, что мы делаем именно то, что должны делать... и делаем это хорошо.

Момент третий: *топор был одолжен* (см.: ст. 5). Наличие страсти, веры и убежденности в наших сердцах — это дар. Все это было дано нам в долг. Подобно топору, наша страсть и духовный пыл одолжены нам Кем-то. Если мы когда-нибудь, преисполнившись веры, страстно взывали к Богу, убежденные в Его способности «сделать несравненно больше всего, о чем мы просим или о чем помышляем» (Еф. 3:20), то лишь потому, что Он Сам возбудил в нас эту страсть. Поэтому если наша страсть к молитве ослабла или исчезла, то, вместо того чтобы упиваться чувством вины и заниматься самоедством, вспомните, что это Божья прерогатива — наделять нас страстью и поддерживать ее горение. Из этого следует, что мы не способны возбудить эту страсть самостоятельно. Следовательно, враг, как всегда исподтишка, хочет обвинить нас в утрате того, чего у нас изначально не было. Не попадайтесь на его удочку.

Момент четвертый: *лишь Божье вмешательство смогло вернуть топор*. «И сказал человек Божий: где он упал? Он указал ему место. И отрубил он [Елисей] кусок дерева, и бросил туда, и всплыл топор» (ст. 6). Чудом, руками Елисея, кусок железа беспрепятственно поднялся из темных глубин реки и закачался на поверхности вод, словно обломок коряги. И тогда восстановленная божественной силой острота

духовного восприятия юного пророка вернулась! Ученик Елисея, понятное дело, был убежден, что больше никогда не обретет ее вновь. И *оказался бы прав...* если бы не обратился за помощью к Елисею. Бог через Своего пророка вмешался в ситуацию, и острота духовного восприятия была восстановлена. Если бы топор упал на землю, то любой увидевший место его падения, в том числе и сам юноша, мог бы его подобрать. Так нет же, топор упал в глубокую реку, и вернуть его смогло лишь чудо.

И нам может понадобиться чудо, чтобы вернуть *наш* «топор», если он пошел ко дну, а это время от времени случается со страстью к молитве в жизни каждого из нас.

Послушайте. Ничто — *ничто!* — не может сгинуть безвозвратно, нет ничего такого, что Бог не мог бы вернуть. Даже остроту духовного восприятия. Так что, желая вернуть утраченное, отправляйтесь к Нему, не пытайтесь вернуть его самостоятельно, не возлагайте надежды на людей или обстоятельства. Доверьтесь Божьей заботе. Лишь чудесное вмешательство Господа вернет нам былую остроту духовного восприятия. Он только и ждет, чтобы это сделать.

## ПРИЗЫВ К МОЛИТВЕ

Итак, начнем. Для разработки молитвенных стратегий применительно к тем областям жизни, которым посвящены остальные девять глав этой книги, жизненно необходимо вновь обрести и поддерживать остроту духовного восприятия, чтобы наше *желание* молиться вновь стало основополагающим.

Но, говоря о *страстной* молитве, я не хочу, чтобы у вас сложилось впечатление, будто единственной молитвой, которую слышит Бог, является чуть ли не крик, надрывный вопль со слезами, нечто граничащее с истерикой. Молитва может быть *безмолвной* и тем не менее бурлить страстью. Иногда, в какой-то момент, молитва (для каждой из нас) начинается с акта послушания, дисциплинированности, поскольку в назначенное время мы обещали прийти на условленную встречу с Богом.

Потому что молитва, обращенная к Богу и достигающая Его, — это способ обретения Его страсти. Даже молитвы, начавшиеся со сжатой в кулак воли, с преодоления собственного сопротивления и криков протеста, вскоре могут озариться *остротой духовного восприятия*, вселяющего надежду, веру и пылкую преданность Христу. Однажды ощутив веяние Духа Божьего, мы навсегда расстанемся с заученными, безобидными молитвами и предпочтем им молитвы осмысленные, столь же конкретные и сокрушительные, как направленные против нас атаки врага; молитвы стратегические, весомые, объявляющие врагу, что он раскрыт, что его номер идентифицирован и что его игра окончена; молитвы, основанные на позволении Бога умолять Его вернуть нам то, что было обещано Им изначально.

Подкрепите свою первую молитвенную стратегию следующими стихами и обещаниями:

*Сердце чистое сотвори во мне, Боже, и дух правый  
обнови внутри меня.*

*Пс. 50:12*

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

Плач 3:22–23

...И дам им сердце, чтобы знать Меня, что Я — Господь,  
и они будут Моим народом, а Я буду их Богом;  
ибо они обратятся ко Мне всем сердцем своим.

Иер. 24:7

И воззовете ко Мне, и пойдете, и помолитесь Мне,  
и Я услышу вас; и взыщете Меня, и найдете,  
если взыщете Меня всем сердцем вашим.

Иер. 29:12–13

...И обрежет Господь, Бог твой, сердце твое и сердце  
потомства твоего, чтобы ты любил Господа, Бога  
твоего, от всего сердца твоего и от всей души твоей,  
дабы жить тебе...

Втор. 30:6

И возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим,  
и всею душою твоею, и всем разумением твоим,  
и всею крепостию твоею...

Мк. 12:30

...Ибо где сокровище ваше, там и сердце ваше будет.

Лк. 12:34



*И дам вам сердце новое, и дух новый дам вам;  
и возьму из плоти вашей сердце каменное,  
и дам вам сердце плотяное.*

*Иез. 36:26*

Задержите внимание на последнем стихе. Прочитайте его еще раз медленно, вдумчиво, смакуя, словно пьете сладкий чай со льдом в жаркий летний полдень, желая продлить наслаждение освежающей бодростью.

Заметили Божьи обещания? «Я дам вам». «Я возьму из плоти вашей сердце каменное» и «дам вам» сердце живое и нежное, сердце, способное биться и любить вновь, быть отзывчивым и открытым.

Страстную молитвенницу не заботит эмоциональный комфорт или стремление улучшить настроение. Во-первых, она с хвалой возносит руки к Богу, благодаря Его за верность, благость и обещание подарить победу над врагом. Во-вторых, обращается к Нему с просьбой; просьбой дать все то, что Он обещал. А потом день за днем ожидает (с надеждой) обещанное обновление от Духа Святого и продолжает молиться, зная, что, как сказал пророк Осия,

*...Он придет к нам, как дождь, как поздний дождь оросит землю.*

*Ос. 6:3*

Как мы получаем дождь? Мы не добываем его с небес, мы лишь стоим под струями дождя и наблюдаем, как он питает землю. И благодарим Господа за то, что Он открыл небесные шлюзы, благословив нас тем, в чем, как Ему прекрасно известно, мы так отчаянно нуждаемся. Он знает, что мы не

способны воспроизвести дождь самостоятельно, и поэтому регулярно и щедро посылает его нам.

Что ж, продолжим... для начала вооружившись лишь этими несколькими стихами. Возьмите ручку, блокнот и запишите первую молитвенную стратегию, призванную вернуть вам утраченную страсть. Попросите Господа, чтобы Он помог вам поддерживать ее (если она есть) или вернуть (если она утрачена). Помните, что в вашей стратегии должны присутствовать *хвала, покаяние, просьба* и очень много «да» и «аминь», подтверждающих истину Слова Божьего.

Не ограничивайтесь формальным прочтением написанных вами слов, *сделайте их своей молитвой*. Количество этих слов не имеет значения, главное — обратить их в постоянную, усиленную молитву, продиктованную вашей волей, и с надеждой ожидать, что они станут страстным желанием вашего сердца. Потому что это не просто очередное новогоднее обещание стать лучше, данное самой себе. Это молитвенная стратегия.

*Вот что делает ее действенной.*



Стратегия № 2

# ФОКУС ВАШЕГО ВНИМАНИЯ

СРАЖАТЬСЯ  
С РЕАЛЬНЫМ ВРАГОМ

*Будь я вашим врагом, я бы хорошенько замаскировалась и принялась бы манипулировать вашим восприятием так, чтобы вы все свое внимание сосредоточили на ложных виновниках: своем муже, друге, обиде, финансах — на ком или на чем угодно, кроме меня. Потому что, фокусируясь на очевидных и удобных для нанесения ответного удара мишенях, вы убеждены, что боретесь за решение своих проблем. Тогда как на самом деле вы лишь сражаетесь... с пустотой.*

Страстная молитва зависит от точности фокуса.

Правильный фокус ликвидирует не просматриваемое нами пространство и отодвигает на задний план все лишнее. Благодаря этой полезной функции изображение на наших фотографиях отличается резкостью, позволяющей рассматривать подробности и запоминать важные моменты, отодвигая

менее значительные детали на задний план или отсекая их вовсе. Умение наводить *фокус* сводит на нет отвлекающие факторы, понижая тем самым риск быть застигнутым врасплох. Оно способно уберечь нас от чрезмерного погружения в собственные проблемы и недооценки важных фактов, которые стали бы вполне очевидны, будь мы чуточку внимательней. *Правильный фокус* защищает наши стремления и мечты, чтобы их не стащили у нас прямо из-под носа, когда, ослабив внимание, мы готовы к якобы небольшим компромиссам с совестью.

*Фокус* — это антенна, которую молитва помогает поднять и чутко настроить, чтобы на дальних подступах заметить приближение того, кто желает нас одурачить.

Враг, строящий против нас козни, полон решимости обвести нас вокруг пальца, отвлечь наше внимание и попытаться убедить в том, что в действительности наши *главные* проблемы возникают *там*, сям, где угодно, но только не в том месте, где они зародились. Он хочет, чтобы мы сосредоточились на обстоятельствах мира физического, а не духовного — подлинного источника наших проблем. Другими словами, привлекая наше внимание к происходящему на сцене, он категорически против того, чтобы мы заглядывали за кулисы, дескать, какое вам дело до того, что там происходит.

Это напоминает мне одно из занятных развлечений, которое я увидела в расположенной по соседству церкви на ежегодном осеннем празднике для детей «Угощение или злоключенье». Один парень прикрепил к борту своего пикапа большую деревянную столешницу, вырезал в ней несколько отверстий среднего диаметра и задрапировал свою конструк-

цию тканью. По его замыслу, из этих отверстий должно было появляться семейство кудрявых, веселых кукол. Детишки выстраивались в очередь, чтобы забраться в кузов пикапа и попытаться большим игрушечным молотком ударить куклу по голове, прежде чем та, вынырнув из отверстия, успеет скрыться обратно.

«Прихлопни крота» — версия игры для церковной автостоянки.

Но одному малышу не старше пяти лет надоело ждать своей очереди. Устав наблюдать за кукольными выкрутасами, он выскользнул из очереди и не спеша обошел пикап, чтобы лучше разглядеть происходящее; и вдруг — по какой-то непонятной причине — схватил занавес и, дернув его на себя, открыл происходящее для всеобщего обозрения. Внезапно, вместо шести дурашливых, развлекающих зрителей кукол, откуда ни возьмись появились трое взрослых, чьи руки все это время манипулировали куклами, — тут-то все и открылось.

В *тот* вечер даже зрители младшего школьного возраста узнали, что некто *невидимый*, скрытый от нашего взора легко контролирует и управляет чем-то *видимым* и абсолютно реальным.

В Послании к Ефесеянам, одной из моих любимейших книг Библии, апостол Павел пытается донести до нас именно эту мысль:

...Потому что наша брань не против крови и плоти [т. е. *видимого*], но против начальств, против властей, против мироправителей тьмы века сего, против духов злобы поднебесных [т. е. *невидимого*].

Еф. 6:12; пояснения в квадратных скобках мои. — П. Ш.

Я повторюсь: мы ведем духовную битву не против плоти и крови, то есть против того, у кого имеются кожа и кости. Личность нашего реального врага, по определению Библии, ясна как день. Это дьявол. Это *все* он и *всегда* был он.

Но в суматохе напряженного темпа жизни легко забыть, о чем говорится в Еф. 6 и подобных ей главах. Даже зная истину, можно не заметить, откуда исходят эти атаки... Оттуда, из-за занавеса! А упустив из виду врага и забыв истину, нетрудно потерять выдержку, терпение и значительную долю самоконтроля, прежде чем удастся вновь обрести представление о подлинной реальности.

Ефесяне, современники апостола Павла, не нуждались в доказательствах того факта, что источник их реальных проблем находится не в материальной плоскости. Греки первого столетия нашей эры в массе своей были, конечно же, язычниками и мир духов представлялся им более чем реальным. Поэтому, обращаясь к живому Богу от пантеистического мировоззрения, первые христиане имели четкое представление о реальной роли духовных сущностей в окружающем нас мире. Но сегодня (по крайней мере, в западном обществе) изначально *недооценивают* власть дьявола. Даже сам он порой приравнивается к игре воображения, рисуется облаченной в красное трико выдумкой с вилами, притаившимся в шкафу монстром. Сделав из него карикатуру, мы перестали воспринимать его как вероломного, коварного, одержимого и представляющего угрозу для каждого из нас врага, каким он, в сущности, и является. В итоге мы развязываем врагу руки, позволяя ему интриговать и запугивать, пока мы носимся сломя голову и палим в кого попало, но только не в *него*. Но

если все, на что мы способны, это лупить по головам ближайšie и наиболее заметные проявления наших проблем, мы совершаем две ошибки: 1) напрасно тратим драгоценное время и силы, которые необходимо сохранить и направить на реального врага, и 2) пытаемся справиться с безжалостной духовной мощью противника оружием, которое не только не может причинить ему вред, но даже напугать как следует не способно. Так мы молотим лишь пустоту.

Потому что наш *фокус* сбит.

На это и рассчитывает подлинный враг.

Наш настоящий враг не муж, не ребенок-подросток, не жена вашего брата, не свекровь, не погода, не пробки на дорогах, не пристрастие к сладкому и не любое другое досадное, выводящее нас из себя разочарование, готовое словно пороховая бочка взорваться, прежде чем мы успеем собраться с мыслями.

Наш *настоящий* враг — Враг с большой буквы...

Полагаю... вы *знаете*, кто он. Мы просто не можем позволить ему остаться безнаказанным, тратя деньги, гнев, здравомыслие и душевные силы на решение своих проблем в тщетной попытке справиться с ними или обойти их. Для того чтобы насладиться жизнью победителя, необходимо разоблачить обман противника, отдернуть занавес, открыть духовные глаза и ясно осознать, кто действительно отвечает за многое из того, в чем мы всегда винили свои обстоятельства, воспитание, своего молодого человека или кого-то еще. Даже себя.

Молитва способна изменить ситуацию, сохраняя верный фокус. Потому что *молитва*, как ничто другое, призвана подводить нас к истине.

Молитва — это напоминание себе, а также заявление врагу, что он обнаружен, что мы его *раскусили*. Принося Господу в молитве свои страхи, тревоги и опасения, наша боязливая душа присоединяется к мощи Божьего Духа Святого. И вместо того, чтобы терпеть поражение, сражаясь собственными силами и атакуя ошибочно принятых за врагов людей, мы присоединяемся к небесному воинству, чтобы нанести удар непосредственно по источнику проблем. Мы вместе с передовыми отрядами живого Бога врываемся в полевой штаб врага, где он разрабатывает направленные против нас хитроумные планы, которые мы на правах победителя изымаем, удостоверившись, что *он* знает, что «*нам* *небезызвестны* его умыслы» (2 Кор. 2:11).

Я не утверждаю, что все беды и несчастья в нашей жизни берут начало исключительно из преисподней. Порой такова природа окружающего нас мира, не скупящегося на «скорби» (Ин. 16:33), а иногда мы пожинаем плоды собственных необдуманных действий, которые могут поставить нас в затруднительное положение (см.: Гал. 6:7). Библия говорит, что Бог суверенен и вправе использовать любое средство, чтобы обратить наши сердца к Себе: выявить скрытые грехи... преподать урок доверия... очищая и подготавливая нас так, как сочтет нужным в Своем премудром и любящем разумении (см.: Суд. 3:4; Иак. 1:2,3). Но Бог (в отличие от врага) *хочет*, чтобы мы знали, что, принимая любые меры, Он стремится помочь нам духовно вырасти, даже если эти меры сопряжены с «кратковременным легким страданием» (2 Кор. 4:17). Он *хочет*, чтобы мы знали, что Ему можно доверять, несмотря на то что мы испытываем трудности, подвергаемся наказанию или сталкиваемся с неизбежными последствиями греха на



этой падшей планете. Потому что Он обещает, что «призванным по Его изволению все содействует ко благу» (Рим. 8:28).

Но дьявол действует иначе. Его замыслы редко обходятся без тайн и обмана, шпионских штучек и дымовой завесы. «И неудивительно: потому что сам сатана принимает вид Ангела света...» (2 Кор. 11:14). Затеять раздор в семье, церкви, на рабочем месте, среди соседей и проделать это так, чтобы никому и в голову не пришло, что это его рук дело, — вот его представление об успехе. Он знает, что по своей природе мы склонны преследовать *друг друга*, а не *его*: атаковать, контратаковать, указывать пальцем, обвинять — пока он, сидя в сторонке, наблюдает за нашей междоусобицей, ехидно потирая лапы и восхищаясь тем, насколько же он ловок... и какая же мы легкая мишень.

Ложная система взглядов современного общества (одержимость внешней привлекательностью, ценностная дезориентация, пересмотр отношения к семье, и не только) возникла не случайно. Не верьте тому, кто будет убеждать вас в обратном! Искушения, пробуждающие в нас особые желания (и тот факт, что их появление совпадает с ситуацией, когда мы меньше всего готовы им сопротивляться), не случайны. Разногласия и расстройтва, возникновение которых либо взрывает, либо постепенно доводит до кипения наши взаимоотношения с самыми важными для нас людьми, не случайны. *Ничто* из вышеперечисленного нельзя назвать делом случая. Все это — результат тактики врага, который вводит нас в заблуждение (его злобная свита тоже активно задействована в этом). Подняв восстание в Небесном Царстве, они не оставили своих замашек и в духовной сфере.

И я заявляю, что если враг не намерен утихомириваться, то мы снимем белые перчатки и облачимся в доспехи.

И *целиком* сфокусируемся на нем.

Апостол Павел сказал то, что стоит запомнить и регулярно повторять: «...укрепляйтесь Господом и могуществом силы Его», — а для этого облачитесь во «всеоружие Божие», чтобы встать «против козней диавольских» (Еф. 6:10–11). Вот оно, необходимое оружие и защита для сокрушительного разгрома реального врага (см.: ст. 14–17): пояс истины, броня праведности, обувь готовности благовествовать мир, щит веры, шлем спасения и меч духовный, более известный как слово Божье.

Перед нами нешуточный арсенал, настоящий «хеви-метал». Постарайтесь за этим ярким образом воинской мощи разглядеть реальную силу, представленную каждой деталью боевого снаряжения:

- *Истина* — Божий эталон, неизменный, объективный библейский ориентир, которым мы руководствуемся и в соответствии с которым строим свою жизнь.
- *Праведность* означает правильный образ жизни — процесс, в результате которого Божья истина воплощается в нашей жизни, а благодаря действию Духа Святого мы прославляем и чествуем Бога.
- *Мир* — это глубинное, внутреннее, непреходящее состояние стабильности верующего, обладающего преимуществом вступать во взаимоотношения с Иисусом и уравновешенностью, не подверженной внешним обстоятельствам. А также качество, позволяющее жить в гармонии с окружающими.

- *Вера* — это осуществление того, во что мы верим, — это процесс, когда приняв твердое решение, мы живем согласнo нашим убеждениям... изо дня в день.
- *Спасение* — это и гарантированный залог пребывания в вечности с Христом, и возможность вступить в полноправное наследство, обретенное благодаря взаимоотношениям с Господом. Это наследство представляет собой наше благословение, положение и самоощущение — все, что подарено Им для того, чтобы мы могли стать победителями.
- *Слово Божье* — это Его актуальное, насущное, личное слово, адресованное каждому из нас в данный момент. Возможно, Библия — древняя книга, но Дух Божий делает ее для нас современной, новой и действенной.

Решив использовать это оружие — оружие «не плотское, но сильное Богом на разрушение» вражеских козней (см.: 2 Кор. 10:4), мы сможем остановить наступление врага и ударить в самое уязвимое место противника.

Повторюсь, оружие, связывающее этот боекомплект в единое целое, то оружие, что активизирует и наделяет вооружение могуществом Самого Бога... — это молитва. *Молитва!* «...Молитесь во всякое время духом...» — сказал Павел (Еф. 6:18). Греческое слово, переведенное в этом стихе как «во всякое время», — слово «*kairos*», указывающее на *определенный* период времени, *конкретные* обстоятельства и *особый* случай. Ведя духовную брань и выявляя активность врага, мы пускаем в ход разные виды вооружения, поэтому наша молитва должна быть страстной и точной, насущной и

личной, обращенной к конкретным нуждам в каждом конкретном случае. И *такой* молитвой, что заряжает Божьей энергией подаренные Им доспехи для их максимально эффективного использования. Старайтесь «со всяким постоянством и молением о всех святых» (ст. 18). Молитесь за себя, за *меня*, за *всех* нас, — говорит апостол, — чтобы занавес, за которым скрывается враг, был раскрыт, и наш подлинный враг обнаружен и выведен из тени. Молитесь во имя Иисуса, наделенного силой и могуществом, чтобы мы облеклись в духовные доспехи и не позволили дьявольским силам тьмы вносить хаос в *конкретную* семью, в *конкретное* сердце, в *конкретную* жизнь.

Вот что собой представляет *целенаправленная* и *стратегическая* молитва.

И она, скажу я вам, действует. Материальное оружие эффективно в материальном мире. Например, вы можете приложить еще больше усилий, раньше просыпаться, сменить место жительства, после ссоры с мужем отправить его спать на диване, сказать подруге все, что вы думаете о ней. Но наше сражение происходит за пределами материального мира, невзирая на то, насколько велико наше желание и стремление контролировать свою жизнь с помощью лишь пяти органов чувств. Мы участвуем в *духовной битве*. Поэтому нам необходимо духовное оружие.

И молитва во имя Иисуса делает нас кем? *Победителями!* На самом деле мы уже *победили!* Мы вправе называть себя так, потому что благодаря жертве Христа дьявол уже...

- обезоружен и посрамлен (см.: Кол. 2:15);

- покорен (см.: Еф. 1:20–22);
- низложен (см.: Флп. 2:9–11);
- бессилен (см.: Евр. 2:14);
- все его дела разрушены (см.: 1 Ин. 3:8).

Отныне мы можем торжествовать победу и наслаждаться ее плодами, облечься во всеоружие, о котором сказано в Еф. 6, и, исполнившись решимостью, пустить его в ход, оттачивая и укрепляя такой духовный навык, как *молитва*. И тогда нам понадобится всего один патрон, нацеленный на единственного врага, способный поразить его, как бы тот ни срезал углы и ни пытался ускользнуть в поисках любой крысиной норы, в которой можно укрыться.

Неплохая попытка, дьявол, но твои уловки больше не срабатывают. Мы прикрываем твою лавочку, а тебя сажаем под замок. Голоси что есть сил, как услышишь или заметишь наше приближение.

А теперь, знаешь что...

Убирайся. *Прочь.*

## ПРИЗЫВ К МОЛИТВЕ

Отдельные стихи Священного Писания, которыми я хочу с вами поделиться, помогут сорвать завесу таинственности, отделяющую физический мир от духовного. Вооружиться ими — это все равно что надеть стереоскопические очки, с помощью которых можно увидеть 3д фильм таким, каким он

был создан. Без специальных линз изображение на экране выглядит смутным и расфокусированным, плоским и искаженным. Нам *кажется*, будто мы смотрим, но мало что видим, потому что невооруженный глаз не может обработать визуальную информацию стереоскопического фильма и соединить отдельные фрагменты в удобочитаемый образ. Все, что мы видим, — это пестрая муть, от которой раскалывается голова. Но, водрузив на нос очки, мы увидим то, что всегда хотели увидеть. Картина вдруг оживает: вот он, злодей, *прямо* перед нашим носом. И захочешь, да не пропустишь. Фактура, объем, перспектива — вот это да! Так *вот* ты какой. *Вот* как ты выглядишь на самом деле.

Когда враг разоблачен и выведен из тени на свет, мы можем переместить фокус своего внимания с человека, места и обстоятельств, которых всегда винули в своих драмах, и перестать тратить силы на неэффективные и, строго говоря, страшно выматывающие методы борьбы. Теперь мы можем взглянуть на Иисуса, Который всегда знал, кто наш подлинный враг, и Которому известно, что сила этого так называемого врага гроша ломаного не стоит, в сравнении с Тем, Кто Своей одержанной на Голгофе победой подрезал крылья этому самозванцу. И теперь, благодаря тому что Иисус для нас сделал, дьявол не может с нами тягаться. Только не после такого разгрома.

Поэтому давайте выстроим молитвенную стратегию против врага, который «приходит только для того, чтобы украсть, убить и погубить». Но нашла коса на камень, когда дьявол столкнулся с Тем, Кто пришел, чтобы мы имели жизнь, и «жизнь с избытком» (см.: Ин. 10:10). Просите Бога о чем-то

конкретном, чтобы Он день за днем устранил завесу, за которой скрывается дьявол, и мы могли видеть, кто стоит за нашими спорами, разочарованием, гневом, разногласиями, ложью, неуверенностью и страхом. Просите Господа помочь вам переключить свое внимание и душевные силы с людей и обстоятельств, на которых они направлялись до сих пор, и сфокусировать их на подлинном виновнике наших бед. Пусть эти стихи послужат ориентиром в построении собственной стратегии...

*Ибо я уверен, что ни смерть, ни жизнь, ни Ангелы,  
ни Начала, ни Силы, ни настоящее, ни будущее,  
ни высота, ни глубина, ни другая какая тварь  
не может отлучить нас от любви Божией  
во Христе Иисусе, Господе нашем.*

*Рим. 8:38–39*

*...Воскресив Его из мертвых и посадив одесную Себя  
на небесах, превыше всякого начальства, и власти,  
и силы, и господства, и всякого имени, именуемого  
не только в сем веке, но и в будущем...*

*Еф. 1:20–21*

*Посему и Бог превознес Его и дал Ему имя  
выше всякого имени, дабы пред именем Иисуса  
преклонилось всякое колено небесных, земных  
и преисподних, и всякий язык исповедал, что Господь  
Иисус Христос в славу Бога Отца.*

*Флп. 2:9–11*

Превознесу Тебя, Господи, что Ты поднял меня  
и не дал моим врагам восторжествовать надо мною.

Пс. 29:2

Не радуйся ради меня, неприятельница моя! хотя  
я упал, но встану; хотя я во мраке, но Господь — свет  
для меня.

Мих. 7:8

Если я пойду посреди напастей, Ты оживишь меня,  
прострешь на ярость врагов моих руку Твою,  
и спасет меня десница Твоя.

Пс. 137:7

Из того узнаю, что Ты благоволишь ко мне, если враг  
мой не восторжествует надо мною...

Пс. 40:12

Да восстанет Бог, и расточатся враги Его, и да бегут  
от лица Его ненавидящие Его.

Пс. 67:2

...И не введи нас в искушение, но избавь нас  
от лукавого. Ибо Твое есть Царство и сила и слава  
веки.

Мф. 6:13

Но верен Господь, Который утвердит вас и сохранит  
от лукавого.

2 Фес. 3:3



Да, враг поплатится за то, что сделал и до сих пор пытается сделать с нами, за то, что посмел клеветать на детей Божьих.

Так что, вооружившись этими библейскими отрывками или теми, на которые Дух Святой обратит ваше внимание, примите брошенный вам вызов и запишите собственную молитвенную стратегию, чтобы помнить имя *истинного* врага и — самое главное — освежить в памяти имя, которое превыше всех имен.

- *Хвала*: благодарите Бога за Его суверенное правление и за то, что Он обеспечил нас победоносным оружием.
- *Покаяние*: признайте ситуации, в которых вы злились на людей и отвлекались на борьбу с ними.
- *Просьба*: просите у Бога мужества, пронизательности, терпения, усердия и сосредоточенности, обладающей лазерной точностью.
- *«Да» и «аминь»*: провозглашайте, что Господь с нами, что через нас Он продолжит битву с подлинным врагом.

И будьте воодушевлены словами Божьего пророка, обращенными к народу Божьему накануне битвы, от которой нас отделяет не одно столетие...

...И сказал он: слушайте, все Иудеи, и жители Иерусалима, и царь Иосафат! Так говорит Господь к вам: не бойтесь и не ужасайтесь множества сего великого, ибо не ваша война, а Божия... вы станьте, стойте и смотрите на спасение Господне, посылаемое вам. Иуда и Иерусалим! не бойтесь и не ужасайтесь. Завтра выступите навстречу им, и Господь будет с вами.

# ОГЛАВЛЕНИЕ

Это не что иное, как война.....	5
Начните с молитвы .....	13
Стратегия № 1. Ваша страсть.....	29
<i>Вернуть утраченный духовный пыл</i>	
Стратегия № 2. Фокус вашего внимания .....	43
<i>Сражаться с реальным врагом</i>	
Стратегия № 3. Ваше «я» .....	58
<i>Помнить, что вы собой представляете</i>	
Стратегия № 4. Ваша семья.....	73
<i>Защищать тех, кто вам дорог</i>	
Стратегия № 5. Ваше прошлое.....	95
<i>Покончить с властью вины, стыда и сожаления</i>	
Стратегия № 6. Ваши страхи.....	106
<i>Справиться с тревогой, утвердиться в своем призвании</i>	

Стратегия № 7. Ваша непорочность .....	120
<i>Сохранять стойкость в ситуациях, когда вы наиболее уязвимы</i>	
Стратегия № 8. Ваша загруженность .....	134
<i>Восстановить мир, покой и умение радоваться жизни</i>	
Стратегия № 9. Ваши раны .....	151
<i>Превратить горечь в прощение</i>	
Стратегия № 10. Ваши взаимоотношения .....	168
<i>Объединиться для общего дела</i>	
Да будет так.....	181