

УКРОЩЕНИЕ СЕБЯ

ДЕБОРА СМИТ ПЕГАЙ

30 дней НА УКРОЩЕНИЕ ЯЗЫКА



Как произнесенные
(и произнесенные)
слова способны улучшить
ваши отношения с окружающими

ВИССОН
ИЗДАТЕЛЬСТВО

КС
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Санкт-Петербург, 2014

ПРОЛОГ

Учителя часто берутся учить тому, в чем отчаянно нуждаются сами. Я тоже не исключение. Эту книгу я пишу в первую очередь и главным образом для себя. Мое страстное желание — обрести кроткий язык, чтобы всегда говорить лишь то, что угодно Богу. Мне понятно, что имел в виду брат Иисуса Иаков, когда сказал: «...а язык укротить никто из людей не может...» (Иак. 3:8). Ни даваемые первого января клятвенные обещания, ни попытки считать до десяти, ни любые другие ухищрения не помогут нам одержать победу над этим непокорным органом. Глагол «укротить» означает «сделать кротким, послушным, заставить повиноваться». Чтобы в совершенстве овладеть навыком укрощения собственного языка, человеку пришлось бы жить в полной изоляции, но и тогда его внутренний диалог с самим собой,

вероятно, был бы далек от совершенства и, следовательно, отшельнику так и не довелось бы почитать на лаврах.

Единственная надежда стремящегося укротить свой язык — это Святой Божий Дух. Наш язык нуждается в ежедневном обуздании и подчинении. Но с чего же начать этот процесс? Мой духовный наставник дал мне очень простой совет по преодолению дурных наклонностей природного человека или, проще говоря, «плоти». Он сказал: «К чему бы ни склоняла тебя плоть, поступай наоборот». Что ж, неплохой совет!

Пробежав глазами оглавление книги, вы, возможно, решите, что многие из перечисленных в нем изъянов вашему языку не свойственны. И все же прочитайте книгу с желанием «взять себя в руки» и духовно возрасти, даже если вы пока не видите в этом нужды, и тогда вы испытаете то чувство свободы, которое дает лишь познание истины. «...И познаёте истину, и истина сделает вас свободными» (Ин. 8:32). Эта книга приглашает всех желающих присоединиться к моему тридцатидневному духовному поиску, дабы обрести чувствительность к дурным наклонностям своего языка и овладеть приемами «словесного поста» или,

другими словами, научиться не осквернять своим языком благочестивых правил приличия.

Пост, обычно заключающийся в воздержании от пищи, — это духовное упражнение, которое многие верующие сделали своей постоянной практикой. После нескольких неприятных инцидентов, продемонстрировавших, что «язык мой — враг мой», я поняла, что никакая решимость, подкрепленная одной лишь силой воли, не принесет мне желанной победы над моим злейшим «врагом», и дала себе слово, что найду время и силы для «словесного поста».

А теперь я хочу заверить вас, мои читатели, что эта книга написана не для того, чтобы сделать из вас козлов отпущения, то есть безответных существ, которые не могут постоять за себя или выразить недовольство сложившейся ситуацией. На собственном опыте я убедилась в том, что большинство межличностных проблем невозможно решить без здоровой конфронтации, однако не следует забывать о выборе подходящих для нее времени и средств. Как тут не порадоваться тому, что мы одарены способностью мудрого владения языком!

Господь Бог дал Мне язык мудрых, чтобы
Я мог словом подкреплять изнемогающего...
Ис. 50:4

Слова — это транспортное средство нашего общения, а язык — водитель этого транспортного средства. Будучи таковым, он определяет наш путь к цели. Духовная зрелость требует от нас, чтобы мы умели говорить правильные слова в правильное время и с правильной мотивацией.

Когда Святой Дух повысит нашу чувствительность к дурным наклонностям нашего языка, мы сможем успешнее сопротивляться искушению говорить лишнее. Если вы постоянно сражаетесь со своим языком, я приглашаю вас положить конец этой неравной борьбе, и гарантирую, что по завершении «словесного поста» ваш язык из вашего злейшего «врага» превратится в неиссякаемый источник жизни.

1 день ЛЖИВЫЙ ЯЗЫК

Мерзость пред Господом — уста лживые,
а говорящие истину благоугодны Ему.

Притч. 12:22

Наши слова должны быть правдивыми, да и поступать следует по правде, потому что ложь — шаткое основание для любых взаимоотношений. Известны четыре основные формы лжи: это обман, полуправда, преувеличение и лесть. Об обмане, полуправде и преувеличении мы поговорим прямо сейчас, а лесть рассмотрим в отдельной главе.

ОБМАН

Открыв почтовый ящик, я увидела уведомление от налогового управления, но мое сердце не ушло в пятки, как это бывало прежде, когда я боялась проверок своих налоговых деклараций, хотя с восемнадцати лет аккуратно платила десятину, а с годами научилась вести учет всех своих

добровольных пожертвований. Впрочем, заполняя остальные пункты декларации, я порой весьма вольно толковала положения налогового законодательства. Стоя у почтового ящика и разглядывая конверт, я знала, что каким бы ни было очередное уведомление, мне не о чем беспокоиться, потому что я заплатила все налоги. И тут мне вспомнилась случившаяся несколькими годами ранее одна аудиторская проверка, во время которой я симулировала полнейшее неведение относительно налогового законодательства, чтобы внутренне оправдать свои притязания на подлежащие вычету из доходов издержки на образование. Пока я, сидя напротив аудитора, изо всех сил изображала невинную овечку, думала я лишь об одном: «За эту ложь Бог покарает меня на этом самом месте!» Еще учителя воскресной школы учили меня тому, что Бог терпеть не может лжецов, но это не помешало мне поддаться искушению и получить большую налоговую скидку, поэтому тогда в кабинете аудитора я использовала самую очевидную форму лжи: старый, как мир, обман. В тот момент мне казалось, что жизнь слишком коротка, чтобы отягощать ее беспокойством и терзаться раскаянием из-за утайки каких-то несчастных

долларов. А ведь апостол Петр нас предупреждал: «...кто любит жизнь и хочет видеть добрые дни, тот удерживай язык свой от зла и уста свои от лукавых речей...» (1 Пет. 3:10).

Почему люди лгут? Кто-то лжет ради финансовой выгоды, кто-то — ради того, чтобы подняться по социальной лестнице, а кто-то, чтобы скрыть аморальный поступок или приобрести некие «преимущества». Ветхозаветный Иаков, сговорившись с матерью, обманул отца и получил его благословение, по праву первородства полагавшееся его брату Исаву (см.: Быт. 27). Обнаружив обман, Исав пригрозил брату убийством, и тот вынужден был бежать из города и поселиться у своего дяди Лавана. Позже Иакову пришлось пожать посеянные им семена лжи: Лаван обманул племянника, женив его на своей дочери Лии, в которую Иаков даже не был влюблен. Кроме того, дядя обманул племянника, несколько раз изменив условия договора о найме на работу, и Иаков был вынужден долгие четырнадцать лет работать на Лавана, чтобы жениться на другой его дочери, Рахили, которую всем сердцем любил. В конце концов благодаря тому, что Иаков прекратил лгать и начал платить десятину, Бог благословил его сверх самых смелых

ожиданий: по прошествии многих лет Иаков вернулся домой в окружении прекрасной семьи, с изрядным достатком и новым именем Израиль.

Ложь — это пощечина Богу, и она влечет за собой ужасные последствия. Решив, что Бог не справляется с нашими обстоятельствами, мы, в сущности, заключаем, что Он — нарушающий Свои обещания лжец и что, положившись на свои силы, мы ни в чем не будем нуждаться. Не гнушаясь никакими средствами, даже мошенничеством, мы продолжаем добиваться своего, но при этом забываем об уготованной для нас Богом лучшей жизни.

ПОЛУПРАВДА

В понедельник Джоан Смит не вышла на работу. На следующий день, во вторник, она объяснила начальнику, что отсутствовала по уважительной причине: ее старенькую маму положили в больницу. Если честно, в больнице Джоан провела всего два часа, а оставшиеся шесть ходила по магазинам. Она постаралась убедить начальника, что весь день просидела у постели больной, но ее слова были правдой только отчасти.

Когда-то и я была непревзойденным мастером в умении наводить тень на ясный день и при

этом сохранять полнейшую уверенность в том, что нисколько не грешу против истины. Одним из моих излюбленных приемов при опоздании на встречу было сетование на затянувшиеся поиски невесть куда подевавшихся ключей. Вообще-то я действительно швыряю ключи куда попало, однако всегда могу за несколько минут их отыскать. Подлинной причиной моих опозданий была всегдашняя моя неорганизованность. Извиняясь за опоздание, я убеждала себя в том, что почти не кривлю душой (ведь я же на самом деле искала ключи!), но старательно обходила стороной тот факт, что не упомянутые мной подробности — вроде нескольких лишних минут, проведенных в постели, или внезапного желания во что бы то ни стало закончить какое-то несрочное дело — позволили бы моему визави составить обо мне не самое лестное мнение. Наконец мой муж заставил меня взглянуть правде в глаза, сказав, что любая попытка скрыть правду — это ложь. И точка.

Небезынтересен, по-моему, тот факт, что слово «целостность» образовано от слова «целое [число]», являющегося математическим термином. Целыми называются натуральные, то есть отличные

от дробей, числа. Поступая честно*, мы говорим всю правду целиком, а не наполовину или на любую другую ее часть. Кто-то прекрасно осознавал наличие множества способов утаить истину, когда предложил, чтобы судья, обращаясь к дающему показания в зале суда, призывал его говорить «правду, только правду и ничего, кроме правды».

ПРЕУВЕЛИЧЕНИЕ

Часто ли вы приукрашиваете свой рассказ, чтобы привлечь к себе или к нему более пристальное внимание слушателей? Преувеличение как вариант приукрашивания может казаться чем-то безобидным, тогда как на самом деле оно представляет собой еще одну разновидность лжи. Его опасность заключается в том, что тот, кому известна чья-то склонность «лакировать действительность», будет скептически воспринимать все сказанное этим человеком. Вот ведь парадокс: рассказчик не скупится на краски, желая придать своей истории бо́льшую достоверность, но в то же время из-за склонности к преувеличению теряет доверие

* В английском языке слово «целостность», integrity, также имеет значение «честность, прямота». — Здесь и далее все примечания принадлежат переводчику.

в глазах окружающих. Я знакома с несколькими любителями гипербол. Их речь пестрит такими словечками, как «все», «никто» и «всегда», «никогда». Выслушав их, друзья шутливо друг друга предупреждают: «А теперь не забудем разделить услышанное как минимум на два». Какой ужасный вотум недоверия! Хотели бы вы, чтобы на ваши слова реагировали подобным образом?

При описании происшествия, участником или свидетелем которого вы стали, эмоциональность и экспрессивность не возбраняются, просто не надо преувеличивать. Придерживайтесь голых фактов, не утрируйте их и не старайтесь завоевать внимание слушателей, прибегая к этой форме лжи.

Бог предопределил ту участь, которая ожидает лжецов: «...всех лжецов участь в озере, горящем огнем и серою. Это — смерть вторая» (Откр. 21:8). Смерть — это разделение. Первая смерть — это вечное разделение человеческого духа и тела, вторая — это вечное разделение человеческого духа и Бога. Вечное разделение с Небесным Отцом — вот та высокая цена, которую придется заплатить всем любителям от случая к случаю слегка приврать.

Псалмопевец, не понаслышке знающий о последствиях обмана, непрестанно молил Бога, чтобы

Всеблагой извлек его из этого страшного рва. Задумайтесь над словами его молитвы: «...избавь душу мою от уст лживых, от языка лукавого» (Пс. 119:2). Будете ли вы доверять Богу, говоря людям одну лишь правду и предоставляя Ему разбираться с вашими проблемами, чтобы после не пришлось присоединяться к псалмопевцу, моля Господа об избавлении?

СЕГОДНЯШНИЙ ВЫВОД

...Истину произнесет язык мой
и нечестие — мерзость
для уст моих; все слова уст моих
справедливы; нет в них коварства
и лукавства...
Притч. 8:7–8

СОДЕРЖАНИЕ

Благодарность	3
Пролог	5
1 день. Лживый язык.....	9
2 день. Лстивый язык.....	17
3 день. Коварный язык	23
4 день. Опрометчивый язык	28
5 день. Сеющий раздоры язык.....	32
6 день. Спорящий язык.....	36
7 день. Хвастливый язык	40
8 день. Самоуничижающий язык.....	43
9 день. Клевещущий язык	46
10 день. Сплетничающий язык.....	51
11 день. Встречающий в чужие дела язык	55
12 день. Предающий язык	61
13 день. Унижающий язык	64
14 день. Пессимистичный язык	68
15 день. Всезнающий язык	72
16 день. Грубый язык	76

17 день. Бестактный язык	80
18 день. Агрессивный язык	86
19 день. Хамский язык	91
20 день. Осуждающий язык	97
21 день. Эгоистичный язык	101
22 день. Сквернословящий язык	105
23 день. Жалующийся язык	109
24 день. Мстительный язык	114
25 день. Обвиняющий язык	118
26 день. Разочаровывающий язык.....	122
27 день. Сомневающийся язык	128
28 день. Болтливый язык	133
29 день. Несдержанный язык	137
30 день. Отмалчивающийся язык	140
Эпилог	146
Приложение 1. Ежедневный контроль над языком.....	150
Приложение 2. Альтернативный выбор языка.....	153
Приложение 3. Арсенал библейских цитат о языке	155