



**КАК СДЕЛАТЬ**

**СВОЙ БРАК**

**СЧАСТЛИВЫМ**

Джойс Майер

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

Цитаты из Писания, отмеченные как AMP, переведены из Расширенного перевода Библии (The Amplified Bible). Copyright © 2015 by The Lockman Foundation. La Habra, CA 90631. Все права защищены.

Цитаты из Писания, отмеченные как AMPC, переведены из классического издания Расширенного перевода Библии (The Amplified Bible, Classic Edition). Copyright © 1954, 1958, 1962, 1964, 1965, 1987 by The Lockman Foundation. Все права защищены.

Цитаты из Писания, отмеченные как NIV, переведены из Новой Международной версии Библии (The Holy Bible, New International Version). Copyright © 1973, 1978, 1984, 2011 by Biblica, Inc. Используется с разрешения издательства. Все права защищены.

Как сделать свой брак счастливым

© 2022, Джойс Майер

© УК «Медиа-Мир», Москва

Russian

Перевод: Долбина Виктория

Редакция, коррекция: Толубенко Ольга

Вёрстка: Афанасьева Алина

Making Marriage Great

© 2020 Joyce Meyer Ministries

Printed in the United States of America.

ISBN 978-1-942854-73-9

Joyce Meyer Ministries

P.O. Box 655

Fenton, Missouri 63026

joycemeyer.org

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

**КАК СДЕЛАТЬ**

**СВОЙ БРАК**

**СЧАСТЛИВЫМ**



# СОДЕРЖАНИЕ

6

ПРЕДИСЛОВИЕ

9

ГЛАВА ПЕРВАЯ

**Золотое правило  
счастливого брака**

13

ГЛАВА ВТОРАЯ

**Избавьтесь от списка  
провинностей**

17

ГЛАВА ТРЕТЬЯ

**Чего  
вы ожидаете?**

23

ГЛАВА ЧЕТВЁРТАЯ

**Скажите  
ссорам «нет»**

28

ГЛАВА ПЯТАЯ

**Принимайте свои  
различия с радостью**

34

ГЛАВА ШЕСТАЯ

**Будьте чуткими  
к нуждам друг друга**

38

ГЛАВА СЕДЬМАЯ

**Общение —  
важный ключ**

44

ГЛАВА ВОСЬМАЯ

**Бог —  
ключевой фактор**

## ПРЕДИСЛОВИЕ

**Порой мне трудно поверить, что мы с моим мужем Дэйвом женаты уже больше пятидесяти лет.** Оглядываясь на свою жизнь, я не устаю поражаться тому, как Господь изменил наши отношения за это время и какой огромный путь мы проделали вместе.

Никогда не забуду день нашего знакомства. Как-то вечером я мыла мамину машину. Дэйв подъехал к нашему дому вместе со своим другом, жившим на втором этаже. Он сразу начал флиртовать со мной. Высунув голову из окна, он спросил: «Когда помоешь свою машину, может, займёшься моей?»

Я съязвила в ответ: «Если тебе нужна чистая машина, помой её сам!» Дэйв позже говорил, что в тот момент его осенило: *«Эта девушка мне подходит!»* По его словам, его привлёк мой внутренний «огонь». Мог ли он догадываться, с каким огнём ему придётся иметь дело!

В тот период Дэйв молился и просил Бога дать ему человека, которому он мог бы помочь. *Уж если кто-то и нуждался в помощи, то это я.* В детстве я неоднократно подвергалась сексуальному насилию и словесной агрессии, и это привело к глубокой психологической

травме, повлиявшей на все сферы моей жизни. Я выстроила вокруг себя высокие стены и твёрдо решила, что больше ни один мужчина не причинит мне боль.

Первые несколько лет нашего брака были, мягко говоря, очень непростыми. Я была грубой, злой, придирчивой, непослушной и неуживчивой. Но Дэйв не отказался от меня. Что ещё важнее, он постоянно молился за меня и просил Бога участвовать в каждой сфере нашей жизни.

Господь помог нам сделать нашу семейную жизнь счастливой, хотя это не произошло в одночасье. В первую очередь, Он изменил *меня*. За это время Он открыл нам множество библейских принципов, относящихся к повседневной реальности. Эти уроки помогли нам справиться с трудностями и испытаниями, с которыми сталкивается большинство семейных пар. Я очень рада возможности поделиться с вами некоторыми из этих уроков в своей книге.

Я не знаю подробностей вашей жизненной ситуации. Возможно, у вас счастливый брак, и вы хотите сделать ваши отношения ещё лучше. Возможно, вы состоите в браке с человеком, который нуждается в эмоциональной и духовной помощи, и вам нужен спасательный круг, чтобы не опустить руки и не сдаться. Какой бы ни была ваша семейная жизнь и какими бы ни были ваши отношения с Богом, я надеюсь, эта книга окажется для вас полезной.

Прежде всего, я хочу ободрить вас. Что бы вы ни пережили в прошлом и какой бы сложной ни казалась вам ваша нынешняя ситуация, мы

служим Богу, для Которого нет ничего невозможного. Когда мы обращаемся к Нему за помощью, Он способен кардинально всё изменить. Он может взять любую нашу проблему и сотворить чудо.

Знакомясь с каждой главой, находите приведённые места Писания, размышляйте над ними и молитесь о том, что вы прочитали. Если это возможно, читайте эту книгу вместе с супругом/супругой и обсуждайте каждую главу. Ещё раз подчеркну, что это не просто книга полезных советов. Эта книга содержит принципы, взятые из Божьего Слова, которые действительно способны изменить ваш брак.

Мы с Дэйвом — живое доказательство того, что счастливый брак возможен. Вам не всегда будет легко. Если вы хотите достичь чего-то стоящего, для этого потребуется немало молитв, времени и целенаправленных усилий. Но с Божьей помощью вы сможете постепенно развивать крепкие и гармоничные отношения со своей второй половинкой, которые превзойдут всё, что может предложить этот мир. Вы узнаете, что такое «брак, заключённый на небесах», и будете жить вместе *долго и счастливо!*

- ГЛАВА ПЕРВАЯ -

# ЗОЛОТОЕ ПРАВИЛО СЧАСТЛИВОГО БРАКА

**Думаю, большинство людей согласится с тем, что брак не становится счастливым сам по себе.** Для этого нужно научиться идти на компромисс, уступая друг другу. Но главным условием прекрасных отношений в супружестве является готовность следовать Божьим принципам и повелениям.

Что касается меня, я обнаружила, что ключевой способ улучшить отношения в браке — это стремиться больше *отдавать*, нежели *получать* (см. Деяния 20:35). Наша естественная склонность — заботиться в первую очередь о своих интересах. Чаще всего мы рассуждаем так: «*Что ты можешь для меня сделать? Как ты можешь осчастливить меня?*»

Если вы вступаете в брак с подобным настроением, и думаете, что ваша вторая половинка обязана постоянно делать вас счастливым, вас ожидает неминуемое разочарование и катастрофа. Если же вы хотите стать благословением для супруга или супруги и меняете свою

мысленную установку на «я хочу **отдавать**, могу ли я сделать для тебя что-то хорошее?», тогда вы не только укрепите свой брак, но и станете невероятно счастливым человеком!

## КАК НАСЧЁТ МЕНЯ?

Могу честно признать, что в начале нашего супружества с Дэйвом я была чрезвычайно эгоистичной. Я стремилась во что бы то ни стало добиться своего и расстраивалась, когда у меня это не получалось. Вспоминаю, как по утрам я часто лежала в постели и придумывала план: как бы мне сегодня заставить Дэйва сделать всё, что мне нужно. Я была центром своей вселенной и думала лишь о том, чего хочу я и что остальные могут сделать для меня.

Как-то утром я лежала в кровати и размышляла о том, как бы мне заполучить всё, чего я хочу. И вдруг я услышала внутри слова Святого Духа, которые я никогда не забуду. Господь сказал мне: «Джойс, порой ты напоминаешь игрушечного робота, которого заводят по утрам. И потом ты целый день ходишь, и твердишь, пока не выдохнешься: *«Как насчёт меня? Как насчёт меня? Как насчёт меня? Как насчёт меня?»* Эти слова задели меня. Я обратилась к Господу за помощью, и Он постепенно помог мне измениться и стать менее эгоцентричной и эгоистичной.

Один из замечательных способов благословить другого — это понять, что ему нравится, а что нет. Например, я выяснила, что Дэйв очень ценит, когда мы качественно проводим

время вдвоём. И хотя мне свойственна многозадачность, я научилась уделять Дэйву безраздельное внимание, когда ему нужно посидеть и о чём-то поговорить со мной.

Точно так же и Дэйв всегда старался понять, что нравится мне. Он часто берёт на себя мытьё посуды по вечерам, потому что знает, как это меня осчастливит. Казалось бы, это мелочь, но такие вещи очень помогают поддерживать здоровые отношения.

Этот принцип взят из Библии, книги Деяний 20:35, где сказано: *«Блаженнее [и несравненно радостнее] давать, нежели принимать»* (АМР). Много лет я цитировала этот библейский стих, но совершенно очевидно, что я не применяла его на практике, потому что я всегда стремилась получать благословения, а не быть благословением для окружающих. Бог показал мне, что невозможно стать счастливым, пока не забудешь о себе и не начнёшь думать о других, научившись отдавать.

## **СЧАСТЬЕ В ТОМ, ЧТОБЫ ОДАВАТЬ**

Никогда не забуду, как несколько лет назад я готовилась ко дню рождения Дэйва. Я потратила целый день на всевозможные покупки и планирование и была полностью поглощена мыслями о том, как превратить это в грандиозное событие. Когда этот день настал, я была на седьмом небе от счастья и с нетерпением ждала его реакции. Мне кажется, я получила от его дня рождения гораздо больше удовольствия, чем он сам. Причина в том, что я сместила фокус

внимания с самой себя и решила сделать что-то хорошее для другого человека.

Важно помнить, что нельзя быть щедрее Бога. Даже если вам кажется, что вы — тот человек, который постоянно отдаёт, а ваш супруг или супруга только принимает, поверьте, что Бог всегда позаботится о вас и благословит ваше послушание Его Слову.

В Послании к Галатам 6:7 содержится чудесное обещание Бога: *«Не обманывайтесь... что посеет человек, то и пожнёт»*. Мне очень нравится этот стих. Когда мы принимаем решение стать отдающими людьми и целенаправленно делать другим добро, Бог начинает благословлять нас самими различными способами и заботиться о нас.

У меня есть для вас домашнее задание. Не волнуйтесь, оно очень простое. Я попрошу вас в течение следующей недели каждое утро несколько минут размышлять о том, как вы могли бы *отдавать*, вместо того чтобы *получать*. Придумайте, как вы могли бы благословить своего супруга или супругу. Если вы будете тратить своё время на то, чтобы сделать для них что-то приятное, вы и сами станете намного счастливее, а ваш брак станет источником радости для вас обоих.

- ГЛАВА ВТОРАЯ -

## ИЗБАВЬТЕСЬ ОТ СПИСКА ПРОВИННОСТЕЙ

**В современном обществе понятие «любовь» часто трактуется неверно.** Любовь подразумевает нечто большее, чем просто «чувства» к кому-либо. Любовь — это определённые *действия*. Любовь проявляется в том, как мы поступаем по отношению к людям и не сводится к тому, что мы можем чувствовать в конкретный момент.

Тринадцатую главу Первого послания к Коринфянам часто называют «Главой Любви». Её обычно читают на свадьбах и ассоциируют с браком, хотя эти слова применимы ко всем людям в любых ситуациях.

Например, в Первом послании к Коринфянам 13:5 сказано: *«Любовь... не обидчива, не раздражительна и не злопамятна; она не ведёт учёт причинённого ей зла [не обращает внимания на проступки, от которых она пострадала]»* (АМРС). Этот стих легко можно применить к практической жизни. Здесь сказано, что любовь всегда прощает. Она не вынашивает

обида и не ведёт учёт чьих-то ошибок и провинностей. Она не обидчива и не раздражительна.

Вы когда-нибудь общались с обидчивым человеком, чьи чувства легко было задеть? В этом нет ничего приятного, и наверняка вскоре вам уже хотелось избежать общества этого человека. У всех нас каждый день находится множество поводов для обиды, и всякий раз нам приходится делать выбор — простить или обидеться. Но если мы постоянно будем следовать своим эмоциям, мы не научимся жить в любви.

## **НАУЧИТЕСЬ БЫСТРО ЗАБЫВАТЬ ПЛОХОЕ**

Однажды я прочитала, что люди, ранящие наши чувства, как правило, делают это ненамеренно. Нам обычно кажется, что окружающие сознательно причиняют нам боль, но на самом деле подобные мысли даже не приходят им в голову. Есть одна опасность. Если мы не будем быстро прощать, если будем лелеять свои обиды и вести учёт того, кто и как нас оскорбил, рано или поздно этот список окажется таким длинным, что мы уже не сможем поддерживать отношения с этими людьми.

В первые годы нашего брака я занималась подобным «учётом». Каждый раз, когда у нас с моим мужем Дэйвом возникал спор, я тут же припоминала ему всё, чем он не угодил мне, начиная с первого дня наших отношений. Его это всегда поражало. Дэйв говорил: «И где ты только хранишь всю эту информацию? Я вообще ничего не помню об этом».

Поскольку я не могла легко прощать и избавляться от обид, я хранила всё это внутри себя, постоянно размышляя об этом. У меня в голове был список всех поступков и слов Дэйва, которые меня ранили. Поэтому мне не нужно было много времени, чтобы пристыдить его в любую минуту. Тем самым я вредила нашим отношениям. Я не только расстраивала Дэйва, но и отравляла саму себя. Горечь, завладевшая моим сердцем, наполняла ядом всю мою жизнь, влияя на мои мысли и слова.

### **ВЫБРОСЬТЕ ЭТО ИЗ ГОЛОВЫ, ОСТАВЬТЕ ПОЗАДИ И ЗАБУДЬТЕ**

Помните, в Первом послании к Коринфянам 13:5 сказано, что любовь «не ведёт учёт причинённого ей зла» и «не обращает внимания на проступки, от которых она пострадала». Это означает, что когда ваша половинка, ваш друг, коллега или другой человек каким-то образом обижает вас и причиняет боль, лучшее, что вы можете сделать — стряхнуть это с себя и предать забвению.

Мне нравится, как в Евангелии от Марка 11:25 описано как следует поступать, когда нас обижают. Иисус говорит: *«Выбросьте это из головы, оставьте позади и забудьте»* (АМРС). Очень важно научиться быстро прощать. Чем быстрее мы это делаем, тем нам проще. Сорняк, который пустил глубокие корни, выдернуть гораздо сложнее, чем пробивающийся росток.

Супруги так или иначе доставляют друг другу огорчение — этого не избежать в семейной

жизни. Следует помнить, что все мы обычные люди, и не ожидать от других абсолютного совершенства. Бог есть любовь, Он прощает и забывает. Если мы хотим уподобиться Ему, нам нужно развивать подобную привычку.

Это очень *простой* совет, но я уверена, что он может преобразить наши отношения: *сосредоточьтесь* на всём хорошем и *забывайте* о плохом. Я не говорю о том, что нужно избегать решения серьёзных проблем или мириться с издевательствами и нездоровым поведением. Но, часто, ранящие нас слова и поступки других людей, не имеют особого значения.

Когда ваш супруг или супруга причиняет вам боль, выбросьте список их провинностей. Если ситуация требует обсуждения ради сохранения здоровых отношений, поговорите друг с другом откровенно, в атмосфере любви. Если же это не столь важно, *выбросьте это из головы, оставьте позади и забудьте*. Это благоприятно скажется на ваших отношениях и сделает вас самих намного счастливее.

- ГЛАВА ТРЕТЬЯ -

## ЧЕГО ВЫ ОЖИДАЕТЕ?

**Отношения являются важной частью нашей жизни.** Хорошие отношения приносят нам невероятную радость и удовлетворение, а нездоровые отношения становятся причиной множества проблем и огорчений. Это особенно касается семейной жизни.

Мы с Дэйвом женаты уже больше 50 лет, и я могу честно сказать, что у нас замечательный брак. Однако от нас потребовались определённые усилия и желание, чтобы Бог менял нас и помогал становиться ближе к Нему. За прошедшие годы Господь преподал мне несколько прекрасных уроков, касающихся брака, и один из самых важных — это умение жить без завышенных ожиданий.

Нереалистичные ожидания могут разрушить семью ещё в самом начале. Многие люди, вступая в брак, видят в своём партнёре не того, кем он на самом деле является. Они также возлагают неоправданные надежды на то, что их вторая половинка сможет постоянно делать их счастливыми.

Тем, кто только начинает отношения, нужно понимать, что, прожив вместе какое-то время, вы

не будете чувствовать то же самое, что чувствовали в тот период, когда ходили на свидания. Поначалу всё кажется новым, захватывающим и волнующим, и ваши эмоции зашкаливают. Но придёт день, когда эти эмоции утихнут, и это нормально.

Например, если сейчас я уже не млею каждый раз, когда Дэйв заходит в комнату, это не означает, что я люблю его меньше, чем раньше. По правде говоря, я люблю его гораздо сильнее. Наша любовь стала только крепче и глубже после того, как мы приобрели совместный опыт и лучше узнали друг друга. Сейчас в наших отношениях присутствуют близость и понимание, которых не было, когда мы только начинали встречаться. Реалистичные ожидания могут изменить ваш брак в лучшую сторону. Поэтому я хочу поделиться с вами парой «завышенных ожиданий», которых стоит остерегаться. С Божьей помощью мне удалось преодолеть это в своей семейной жизни.

### **#1: «МОЙ СУПРУГ/МОЯ СУПРУГА СДЕЛАЕТ МЕНЯ СЧАСТЛИВЫМ»**

Думаю, довольно часто люди ожидают от своего супруга (супруги), что они смогут решить все их проблемы, особенно в тех случаях, когда им пришлось долгое время ждать возможности вступить в брак. Но один из важнейших уроков, которые преподал мне Господь, заключается в том, что мы сами ответственны за своё счастье. Никто другой не может сделать нас счастливыми.

Эта проблема возникла у меня сразу после того, как мы с Дэйвом поженились. Из-за сексуальных надругательств, которым я подвергалась в детстве, у меня было множество психологических проблем. Я была несчастной, неуверенной в себе, и меня постоянно одолевали страхи. С самого начала я ждала от Дэйва, что он разрешит все мои проблемы. В то время я не понимала, что перекидываю на него ответственность за собственное счастье и здоровую самооценку.

В Послании к Ефесеям 3:17 сказано: *«Пусть Христос посредством вашей веры поселится (будет постоянно обитать, пребывать) в сердцах ваших, чтобы вы укоренились и утвердились в любви...»* (АМРС).

В первые годы нашей совместной жизни я не чувствовала себя уверенно. Я ещё не была укоренена и утверждена в Божьей любви. Я систематически нуждалась в комплиментах Дэйва, которые служили мне опорой. У меня была заниженная самооценка, и я ждала от Дэйва постоянного подтверждения того, что я хоть чего-то стою.

Хвала Богу за то, что Он научил меня черпать уверенность в Нём, а не в других людях. Господь помог мне понять, что пока моё состояние и моя самооценка будут зависеть от окружающих, я всегда буду несчастной и не смогу твёрдо стоять на ногах.

Я часто говорю, что наивысший дар, который вы можете преподнести тем, кого любите, — это быть здоровым человеком, духом, душой

и телом. Когда вы по-настоящему осознаете, кто вы во Христе, и начнёте черпать радость и удовлетворение в Нём, вы сможете улучшить любые, даже самые безнадежные, отношения. Вы начнёте больше думать о том, как отдавать, а не о том, что вы можете получить от других.

## **#2: «Я СМОГУ ИЗМЕНИТЬ ЕГО/ЕЁ»**

Это уже давно превратилось в шутку, особенно, когда речь идёт о женщинах. Мы смотрим на человека, с которым собираемся вступить в брак, и думаем: «Я смогу изменить его». К сожалению, именно так я относилась к своему мужу в первые годы семейной жизни.

У нас с Дэйвом совершенно разные характеры. Он обычно спокоен, добродушен и смотрит на всё позитивно. Я же — целеустремлённый, амбициозный «трудоголик», при этом часто бываю жёсткой и нечуткой.

Я много лет пыталась добиться от Дэйва, чтобы он стал более решительным, особенно в ситуациях, когда речь шла о кардинальных переменах в жизни. Он неизменно говорил: «Джойс, ты хочешь бежать быстрее Бога». На что я отвечала: «А ты всегда отстаёшь от Него на десять миль».

Однажды, после моих долгих рассуждений о его пассивности, Дэйв расстроился и сказал: «Джойс, лучше радуйся тому, что я такой, какой я есть. Иначе ты бы не смогла заниматься тем, чем занимаешься». И я наконец-то прозрела!

Господь использовал этот случай, чтобы показать мне, как опасно постоянно докучать Дэйву

из-за того, что я считала проявлениями слабости. Даже если Дэйву и нужно было меняться, только Богу это было бы под силу. Я же своими постоянными придирками только усложняла дело и вбивала клин раздора между нами.

Раньше я постоянно в своих молитвах просила Бога изменить Дэйва. Сейчас я молюсь примерно так: **«Господь, я бы хотела, чтобы Дэйв изменил своё поведение в этой сфере, но, возможно, проблема вовсе не в нём, а в моём отношении. Поэтому я прошу в первую очередь изменить во мне самой всё, что нужно изменить. Если Дэйву всё же нужно что-то поменять, я прошу Тебя заняться этим. А тем временем помоги мне сосредоточиться на положительных качествах моего мужа».**

Если вы постоянно пытаетесь изменить супруга или супругу, со временем вы начнёте обращать внимание только на их слабости и на то, что вас в них не устраивает. Бог однажды показал мне прекрасную аналогию с фотоаппаратом, которая мне запомнилась навсегда. Подобно тому, как камера запечатлевает то, на что мы навели фокус, нашу жизнь формирует то, на чём мы фокусируем внимание.

Дэйв — прекрасный муж, и мне, по правде говоря, не на что жаловаться. Но когда я начала обращать внимание на разные мелочи, которые время от времени меня раздражали, это приводило к тому, что я переставала замечать всё хорошее и это заставляло меня (а заодно и Дэйва) страдать. И наоборот, когда я подчёркивала хорошее и сосредоточивалась

на том, что мне в нём нравится, это рождало во мне благодарность, любовь и радость, а всё плохое сразу казалось незначительным.

Я призываю вас сделать небольшую паузу прямо сейчас и помолиться за своего супруга (супругу). Принесите свои отношения пред лицо Господа и попросите Его помочь вам фокусировать внимание на том, что вам нравится в другом. Никто из нас не совершенен, но если вы будете любить человека за то, кем он на самом деле является, это позволит Богу благословить ваш брак невероятным образом.

- ГЛАВА ЧЕТВЁРТАЯ -

## СКАЖИТЕ ССОРАМ «НЕТ»

**Так или иначе, мы все знакомы с последствиями конфликтов и раздоров.** Они могут сопровождаться ожесточёнными спорами, криками и плачем. В некоторых случаях ссоры проходят спокойнее и заключаются в том, что люди игнорируют друг друга и долго не разговаривают.

Словари определяют ссору как «спор, пререкания, острые разногласия или затаённую враждебность». Мне кажется, что самой опасной формой ссоры является затаённая враждебность, ведь её не так просто выявить. Это некое напряжение, присутствующее в общении. Вы понимаете — что-то не в порядке, но никто не хочет это обсуждать. Возможно, никто не говорил ничего конкретного, и всё же вам очевидно: что-то не так.

За первые годы брака я в совершенстве овладела искусством спорить со своим мужем, не произнося ни слова. Я могла целую субботу ходить по дому и убираться во всех комнатах, часами игнорируя Дэйва. К счастью, Дэйв по характеру миротворец. Он всегда был

достаточно зрелым человеком и не поддавался на мои уловки.

Видите ли, сатана изо всех сил старается наполнить ссорами нашу жизнь: наши отношения в семье, на работе, в церкви, в школе. А всё потому, что ему прекрасно известно, насколько сильны Божьи дети, когда они пребывают в мире и согласии.

### **МИР + СОГЛАСИЕ = БЛАГОСЛОВЕНИЯ**

В Библии, Псалме 132:1 (NIV) сказано: *«Как хорошо и приятно, когда Божий народ живёт в согласии!»* Далее, в стихах 2-3, говорится о том, с чем можно сравнить такое согласие.

Согласие приносит помазание и Божьи благословения. Помазание — это присутствие и сила Святого Духа, помогающие нам во всех сферах жизни. Нам необходимо помазание, чтобы растить детей, хорошо справляться со своей работой, иметь счастливый брак — и чтобы просто наслаждаться жизнью.

И наоборот, когда у вас нет согласия в браке, в семье и на работе, когда ваша жизнь наполнена раздорами, это лишает вас помазания и Божьих благословений.

В Первом послании Петра 3:11 сказано: *«Ищите мира и стремитесь к нему [не просто желайте мира в отношениях с Богом, с близкими и с самим собой, но стремитесь к этому всеми силами и работайте над этим]»* (АМРС).

Слово «стремиться» подразумевает серьёзные усилия и определённые действия. Если мы действительно стремимся к миру, мы не можем

ждать, когда все вокруг придут к нам и начнут извиняться. Стремление к миру означает, что мы стараемся быстро уладить конфликты и сами просим прощения у других, даже если нам этого не хочется.

В Послании к Римлянам 12:6 говорится: *«Живите в согласии друг с другом. Не будьте заносчивы (надменны, высокомерны), но будьте готовы идти на уступки [подстраиваясь под людей и обстоятельства] и не гнушайтесь скромных обязанностей. Не будьте самонадеянными и не мните о себе слишком много»* (АМРС).

Для того, чтобы хранить мир, нужно взять на себя ответственность за собственные мысли и поступки. Необходимо смириться и быть готовыми идти на уступки и подстраиваться под людей и ситуации.

Жизнь преподнесла мне хороший урок в этой связи. Несколько лет назад мы с Дэйвом прогуливались по торговому центру и зашли в отдел художественных товаров. Дэйву понравилась одна картина, но она была совершенно не в моём вкусе. Он очень хотел купить её для дома, но я наотрез отказывалась. Я стояла на своём, пока он, наконец, не сдался: «Ладно, будь по-твоему».

Несколько минут меня распирало от самодовольства. Я торжествовала. Но вскоре, когда мы ещё были в магазине, я услышала, как Дух Святой говорит мне: «Тебе кажется, что ты выиграла, но ты проиграла». Эти слова пронзили моё сердце. Я сразу поняла, что мною руководила

вовсе не любовь. Если Дэйву действительно нравилась эта картина, в нашем доме нашлось бы место, куда можно было бы её повесить. По крайней мере, я могла бы проявить больше любви и понимания в том разговоре.

Чтобы сохранить мир, нужно быть готовым идти на компромисс. Это не касается наших убеждений или Божьих повелений, но мы должны уметь поступаться своими желаниями и предпочтениями, если хотим по-настоящему любить других и избегать ссор в отношениях.

### **«ДУМАЮ, ЧТО Я ПРАВ (А), НО Я МОГУ И ОШИБАТЬСЯ»**

Чтобы жить в мире с другими, нужно избавиться от потребности всегда и во всём быть правым. Нам всем нравится побеждать в любых спорах и оставлять последнее слово за собой, но правота сильно переоценивается. Можно выиграть сражение, но когда мы готовы стоять на своём до последнего, не думая о том, как это скажется на отношениях с другими, мы наносим этим отношениям непоправимый вред.

Никогда не забывайте, что истинная любовь не настаивает на своём праве быть правой. Если вы заинтересованы в гармоничном и крепком браке, я советую вам научиться говорить (и искренне подразумевать это): «Думаю, что я прав(а), но я могу и ошибаться».

Хотите, я поделюсь с вами секретом? Даже если вы точно *знаете*, что вы правы, необязательно из-за этого спорить и отстаивать своё мнение. Что важнее: быть правым или сохранить

мир в своём доме? Да, есть важные и серьёзные вопросы, в которых нужно стоять на своём, но в жизни множество вещей, не имеющих особого значения.

Можно не во всём соглашаться, но при этом уважать и ценить друг друга. Если вы делаете всё от вас зависящее, чтобы сохранить мир, Бог оценит ваше стремление и благословит ваш брак самым невероятным образом.

- ГЛАВА ПЯТАЯ -

## **ПРИНИМАЙТЕ СВОИ РАЗЛИЧИЯ С РАДОСТЬЮ**

**Вы, вероятно, заметили, что вы и ваша вторая половинка отличаетесь друг от друга.**

Вы уникальные личности со своими предпочтениями. И хотя нас часто притягивают люди, которые совершенно не похожи на нас, впоследствии наши отличия могут создать проблемы в совместной жизни.

Семейная жизнь время от времени требует жертв. Порой это означает проявлять терпение к партнёру в тех областях, которые не являются его сильной стороной, в отличие от нас.

Мне это хорошо известно. Как я уже говорила, мой тип личности подразумевает ответственность и быстроту принятия решений. Но время от времени я могу становиться слишком серьёзной. Поэтому мне полезно проводить время с жизнерадостными людьми, которые любят смеяться, весело проводить время и плыть по течению.

У моего мужа Дэйва добродушный и весёлый нрав. Он просыпается по утрам, что-то насви-

стывая, и в целом относится к жизни позитивно. Если случается что-то плохое, он признаёт наличие проблемы, молится об этом и полностью возлагает свои заботы на Господа, а затем продолжает наслаждаться жизнью.

Вы не поверите, но на протяжении многих лет это очень раздражало меня! Я всегда была серьёзной и хотела, чтобы он тоже был серьёзным вместе со мной. Никогда не забуду, как в первые годы нашего брака я однажды сказала ему: «Дэйв, давай поговорим о чём-то глубоком и серьёзном». Он ответил: «Джойс, я не могу стать глубже и серьёзнее, чем я есть».

Дэйв добросовестно относится к своим обязанностям, и он очень усердный человек. Но если бы я искала того, кто будет постоянно обсуждать со мной серьёзные и глубокие вопросы, он был бы неподходящим кандидатом.

Правда в том, что Дэйв не похож на меня, и это хорошо. Тем не менее, если я хочу пользоваться всеми преимуществами нашего супружества, я должна мириться с теми его качествами, которые я лично могу воспринимать как слабые стороны его характера.

Можно многое понять, если чаще читать Первое послание к Коринфянам, главу 12 (АМРС). Там сказано, что мы все являемся частями одного тела, и у каждого из нас есть своя чёткая и важная функция. В стихе 25 говорится, что *в теле не должно быть разделения и разногласий... но все части тела должны проявлять взаимный интерес и одинаковую заботу друг о друге.*

Правда в том, что *мы все нуждаемся друг в друге*. Когда мы научимся признавать свои различия и принимать с радостью дары каждого, у нас появится взаимное уважение, которое благотворно скажется на наших отношениях.

Мне нравится, что в Послании к Римлянам 12:16 сказано: *«Живите в согласии друг с другом. Не будьте заносчивы (надменны, высокомерны), но будьте готовы идти на уступки [подстраиваясь под людей и обстоятельства]...»* (АМРС).

Невозможно быть одновременно эгоистичными и иметь счастливый брак. Если мы хотим жить в мире и гармонии, от нас потребуются умение находить компромиссы. Иногда нам придётся подстраиваться под нужды, желания и темперамент нашего супруга или супруги.

### «ОДНО ЦЕЛОЕ», НО НЕ ОДИНАКОВЫЕ

Нам всем хорошо известны слова Иисуса о браке в Евангелии от Марка 10:8: *«И будут два одною плотью»*. В духовном смысле вы и ваш муж или жена становитесь одним целым. Но это не значит, что у вас нет никаких различий.

На мой взгляд, женатые пары совершают ошибку, думая, что если у них разные интересы и увлечения, в этом есть что-то плохое. Зачастую эти различия приводят к непониманию и ссорам.

Я часто рассказываю истории о Дэйве и его любви к спорту, потому что это действительно хороший пример. Когда мы только поженились, я ещё не подозревала о том, насколько сильно ему нравится смотреть спортивные состязания

по телевизору. И когда я выяснила это, моей сверхзадачей стало во что бы то ни стало помочь ему измениться.

Не помню, сколько лет у меня ушло на тщетные попытки изменить Дэйва. Мне казалось, что чем больше я стараюсь, тем хуже всё становится. Как-то раз в воскресный день я вошла в гостиную и увидела, как он полирует свои клюшки для гольфа, наблюдая за игрой по телевизору и слушая при этом в наушниках другой спортивный репортаж. Я подумала: *«Джойс, твой план явно не работает!»*

Я хотела, чтобы Дэйв делал то, что нравится делать мне. Я хотела, чтобы он был больше похож на меня. Но все мои попытки изменить его не приводили ни к чему, кроме досады и разочарования.

Через какое-то время Богу удалось достучаться до меня и объяснить, что мне нужно принять Дэйва таким, какой он есть, с его темпераментом, с его увлечениями и предпочтениями. Как только я изменила своё отношение к его хобби, мне это начало нравиться. Когда Дэйв уходит на весь день поиграть в гольф, я могу расслабиться, почитать, вздремнуть или посмотреть по телевизору то, что нравится мне.

Думаю, одна из главных причин того, что у нас с Дэйвом прекрасные отношения, заключается в том, что мы перестали пытаться изменить друг друга. По возможности мы стараемся фокусироваться на положительных качествах и быть благодарными за всё хорошее, чем Бог благословил нас друг в друге.

Я помню, как много лет назад мы с Дэйвом пожали друг другу руки, и я посмотрела на него и сказала: «Я принимаю тебя таким, какой ты есть». Он тоже взглянул на меня и произнёс: «Я принимаю тебя такой, какая ты есть». Это было залогом долговечности нашего союза.

Это, безусловно, не означает, что людям совсем не нужно меняться. Никто из нас не совершенен, и всем нам необходима Божья помощь. Суть в том, что я не ответственна за перемены в других людях. Это прерогатива Бога. Я могу лишь молиться за них и исполнять закон Христа, то есть проявлять любовь.

## **НЕ ЖАЛЕЙТЕ УСИЛИЙ**

Я призываю вас не жалеть усилий, чтобы научиться ладить друг с другом. В какие-то моменты вам будет казаться, что вы не можете устранить разногласия. В таких случаях лучше всего полностью довериться Богу, отпустить ситуацию и стать экспертом в прощении.

Я не могу сказать, что разделяю все убеждения Дэйва и на сто процентов одобряю то, что он делает. Он хороший человек, я люблю его и принимаю его черты характера и его принципы. За долгие годы мы научились расходиться во мнениях без ссор.

Вы не всегда будете во всём соглашаться, но это не должно мешать вам уважать и ценить друг друга. Делайте всё, что от вас зависит, чтобы сглаживать противоречия, и Бог благословит ваше усердие.

Попросите Духа Святого помочь вам замечать все положительные качества супруга или

супруги. Цените всё, что вас объединяет, но также с радостью принимайте ваши различия. Начните воспринимать свою вторую половинку как драгоценный подарок от Бога, как того, кто дополняет вас и делает вашу жизнь лучше. И тогда Бог поможет вам устранить противоречия, любить друг друга и принимать друг друга такими, какие вы есть.

- ГЛАВА ШЕСТАЯ -

## **БУДЬТЕ ЧУТКИМИ К НУЖДАМ ДРУГ ДРУГА**

**На мой взгляд, одной из самых больших проблем в браке является неспособность супругов понять нужды и желания друг друга.**

Обычно мы стараемся дать другим то, что нужно *нам самим*, вместо того, что нужно *им*.

Важно научиться слушать друг друга и понимать, чего хочет любимый человек. Что сделает его счастливым? Что поможет ему почувствовать, что его любят и ценят? Что сможет мотивировать его становиться лучше?

Удивительно, как простое умение слушать помогает строить крепкие отношения. Нам всем приятно осознавать, что нас «слышат». Нам нравится, что наши мысли и мнение важны. После определённого периода совместной жизни нам начинает казаться, что мы уже всё знаем друг о друге. Однако отношения невозможны без полноценного общения.

Признаюсь, для меня очень важно, что Дэйв всегда внимательно слушает меня, когда я говорю о своих надеждах и мечтах... или просто

о том, как прошёл мой день. Особенно приятно, когда он интересуется тем, что мне нравится, а что нет.

Например, если он старается узнать побольше о моих предпочтениях и дарит мне на день рождения то, что мне больше всего хотелось получить, это о многом говорит. Даже если это что-то маленькое, это очень ценно для меня!

Независимо от того, сколько лет вы женаты, я настоятельно рекомендую вам находить время для того, чтобы выслушать свою вторую половинку. Старайтесь узнать, что нравится другому, как он устроен, что позволяет ему чувствовать, что его любят и ценят.

## **НАУЧИТЕСЬ ОБЩАТЬСЯ НА ЯЗЫКЕ СУПРУГА**

Как я уже говорила, обычно мы стараемся дать другим людям то, что нужно нам самим. Я помню, как много лет назад Дэйв собрался поиграть в гольф и я решила к нему присоединиться. Я просто хотела провести с ним время, поэтому я пошла вместе с ним и каталась на гольф-каре, пока он играл.

Хотя Дэйв превосходный гольфист, в тот день ему не везло. В конце раунда я начала переживать за него и попыталась ободрить его, похлопав по спине: «Ничего, дорогой, в следующий раз у тебя получится лучше». Он повернулся и сказал: «Не делай так, я в порядке». Это не прозвучало грубо, но я сразу же обиделась. Я не понимала, почему он не хочет, чтобы

я утешала его. Но потом я осознала, что я вела себя с ним так, как мне хотелось бы, чтобы другие вели себя со мной. Мне бы понравилось, если бы кто-то начал сочувствовать мне и успокаивать меня, но Дэйву это было не нужно.

На мой взгляд, одна из лучших книг на эту тему, которые мне встречались, — это «*Пять языков любви*» Гэри Чепмена. Я настоятельно рекомендую её всем семейным парам. В ней показано, что разные люди нуждаются в различных проявлениях любви.

Например, некоторым людям необходимы «слова поощрения». Для них очень важно, когда им говорят, что их любят, или когда их хвалят за что-то. Для других главное — проведённое вместе «качественное время». Есть также «язык подарков», «язык помощи» и «язык прикосновений».

Это очень полезная книга, ведь она поможет вам не только выяснить, на каком языке любви говорите вы сами, но и узнать больше о своём (своей) супруге. Как только вы это поймёте, вы сможете объясняться на том языке любви, который он или она предпочитает.

Таким образом, когда мы тратим время на то, чтобы лучше узнать человека, с которым мы живём, и затем начинаем делать и говорить то, что помогает ему чувствовать себя особенным, мы «удобряем» свои отношения, чтобы они крепли и гармонично развивались.

Лично меня очень радуют подарки, пусть даже небольшие. Я знаю, что Дэйву не особо нравится ходить по магазинам. Поэтому, когда

он тратит на это время, для меня это очень ценно. Для других людей важно что-то другое.

Я призываю вас не переставать выяснять что-то новое о своём любимом человеке. Узнайте, что помогает ему чувствовать себя особенным, а затем выработайте привычку радовать его безо всякого повода, просто потому, что он вам дорог. Находите новые, креативные способы благословлять друг друга и не переставайте праздновать важные и не очень важные совместные события и даты. Это поможет вам не только сохранить любовь и укрепить свой брак, но и сделает вашу жизнь гораздо увлекательнее.

- ГЛАВА СЕДЬМАЯ -

# ОБЩЕНИЕ — ВАЖНЫЙ КЛЮЧ

**Общение играет важнейшую роль в любых отношениях.** Я много раз слышала о том, как люди перестают дружить из-за простого недопонимания, которое можно было бы легко устранить, если бы кто-то первым сделал шаг навстречу другому и попытался обсудить появившуюся проблему.

Когда речь заходит об общении, даже незначительные мелочи имеют большое значение. Несколько искренних слов могут многое сделать для улучшения отношений. Это может касаться опоздания на ужин или обсуждения давно назревшего серьёзного вопроса.

Важно не только то, *что* мы говорим, но и *как* мы это делаем. Общение — это не только слова. Ваша интонация, мимика и язык тела усиливают вербальный послыл. Я как-то прочитала, что 35 процентов общения составляют наши слова, а 65 процентов — это наша интонация, мимика и язык тела.

Можно говорить одно, но посылать совершенно другую информацию собеседнику, закатывая глаза и расставляя определённые акценты в произносимых фразах. Я была настоящим профессионалом в этой области. Думаю, вы прекрасно понимаете, о чём я говорю.

## **НАУЧИТЕСЬ ВЫБИРАТЬ ПОДХОДЯЩЕЕ ВРЕМЯ**

Умение выбирать для всего подходящее время играет важную роль в общении. В Книге Екклесиаста 3:7 сказано, что есть «время молчать, и время говорить». Иногда необходимо обсудить проблему, а иногда лучше на время отложить её в сторону. Я уже давно поняла, что одна из наиболее духовных вещей, которым я могу научиться, — держать рот на замке. Это не означает, что следует игнорировать какие-то темы, но лучше подобрать подходящее время для их обсуждения, чтобы это было лучше воспринято.

Есть полезные практические советы. Например, если мне нужно решить какую-то проблему с Дэйвом, я не стану обсуждать её, когда я расстроена или сильно устала. Также важно учитывать, в каком состоянии находится другой человек. Может быть, он тоже расстроен или измотан? Если да, то это не лучшее время для серьёзного разговора.

Подобные вопросы лучше решать, когда эмоции улягутся, когда умственное и физическое состояние позволят вам обсудить проблемы в обстановке любви и понимания. Также очень

важно прислушиваться к Духу Святому, который может подсказать вам, в какой момент лучше всего поговорить о том, что вас волнует или о том, чего бы вам хотелось.

Обычно непонимание возникает по двум причинам. Люди либо слишком поспешно обсуждают возникающие проблемы, либо обходят молчанием определённые темы. Что касается меня, я привыкла говорить обо всём прямо и решать вопросы, не ходя вокруг да около. Мне нетрудно беседовать с другими, когда возникают разногласия.

Однако люди, которые легко обсуждают любые проблемы, часто попадают в неприятности из-за того, что они делают это необдуманно, не дожидаясь подходящего момента. Люди с сильным характером (такие, как я) порой любят указывать окружающим, что им делать, и это часто приводит к проблемам.

С другой стороны, есть люди, для которых сохранить мир важнее всего остального. Они делают всё возможное, чтобы избежать конфликта. При этом они зачастую игнорируют какие-то вопросы, которые требуют обсуждения и решения. Нашим примером должен быть Иисус. Мы можем быть такими же мягкими и кроткими, как Он, но при этом не убегать от проблем, которые необходимо решать.

Чем старше я становлюсь, тем увереннее я могу говорить о том, что я научилась полагаться в этом вопросе на Господа, Который помогает мне и направляет меня. То же самое Он может сделать для вас. Если вы обратитесь

к Нему, Он покажет, когда вам следует говорить, а когда лучше промолчать.

## **НАУЧИТЕСЬ ПРАВИЛЬНО ОБСУЖДАТЬ ПРОБЛЕМЫ**

Обсуждение насущных проблем — неотъемлемая часть супружеской жизни. Бывают моменты, когда необходимо поговорить о том, что кто-то из вас двоих сказал или сделал, или рассмотреть ситуацию, по поводу которой у вас возникли разногласия. То, как мы это делаем, играет большую роль.

Хорошо, если у вас сформируется привычка просить Господа направлять вас. Ключ к улучшению отношений — это умение поднимать определённые темы, когда Бог побуждает вас к этому, и обходить стороной какие-то вопросы, если Он просит вас об этом.

Когда у нас с Дэйвом возникают серьёзные противоречия и нам необходимо это обсудить, я следую определённым принципам, которые помогают мне сохранять правильный настрой. Приведённые ниже советы могут оказаться для вас полезными:

- Если вам нужно поговорить о какой-то проблеме или обсудить что-то неприятное для вас, выберите подходящий момент. Помолитесь о том, как вам преподнести это, и попросите Бога направлять вас в диалоге.
- Уважайте другого, даже если его мнение отличается от вашего.

- Будьте открыты и непредвзяты. Молитесь о том, что вы услышали.
- Ищите точки соприкосновения и не фокусируйте внимание на своих расхождениях.
- Используйте позитивный язык тела и дружелюбную интонацию.
- Будьте максимально осторожны, подбирая слова. Поспешные, необдуманные слова могут стать причиной множества проблем. В Книге Екклесиаста 5:1 сказано: *«Не торопись языком твоим, и сердце твоё да не спешит произнести слово пред Богом...»*.

Беседуя со своим супругом (супругой) спрашивайте себя почаще: *«Руководствуюсь ли я любовью? Каковы мои истинные мотивы? Я действительно хочу найти решение проблемы, или мне важно выиграть в этом споре?»*

В Библии сказано, что любовь покрывает множество грехов (см. 1 Петра 4:8). Если у нас правильные мотивы, и другой человек видит наше желание решать все вопросы в любви, это многое значит. Даже если вы не всегда говорите и делаете всё правильно, ваше стремление к сохранению любви помогает отношениям.

Я рекомендую вам просить Господа, помочь вам развивать навыки общения. Просите Его направлять вас и показывать, когда стоит обсудить что-то, а когда лучше промолчать, когда поднимать определённые вопросы, а когда лучше не обращать на них внимания.

С помощью Духа Святого вы сможете научиться общаться в любви, и это укрепит ваши супружеские отношения в любой сфере.

- ГЛАВА ВОСЬМАЯ -

## БОГ — КЛЮЧЕВОЙ ФАКТОР

**Когда у людей возникают проблемы в браке,** им почему-то проще тратить время и силы на то, чтобы постоянно размышлять об этом, вместо того чтобы молиться и искать помощи от Бога. Если бы люди больше молились о том, что их беспокоит, я уверена, что в их жизни произошли бы кардинальные изменения.

Может быть, вы состоите в браке с человеком, который нуждается в помощи — эмоциональной, духовной или какой-то ещё. Из-за этого вам может казаться, что вы единственный, кто вкладывает что-то в ваши отношения. Если это так, я призываю вас не сдаваться, потому что для Бога нет ничего невозможного!

Откуда мне это известно? В первые годы нашего брака именно я была источником проблем. Я была неисправимой эгоисткой, причиной любых ссор и конфликтов, возникавших между нами. Я делала это не специально, но у меня внутри было множество травм и про-

блем, и мне был необходим рядом человек, который проявил бы любовь Иисуса.

В течение первых шести лет мир и спокойствие в наших отношениях были чем-то из области фантастики. Дэйву постоянно приходилось иметь дело с моим неадекватным поведением и стремлением бунтовать. Спустя многие годы он признал, что, возвращаясь вечером домой, он никогда не знал, чего ожидать. Будет ли у меня хорошее настроение? Или нас ждёт очередная бессонная ночь, ссоры и мои истерики? Он говорил, что иногда ему было так тяжело, что он плакал.

Но сколько бы я ни жаловалась, ни спорила и ни пыталась его расстроить, он отказывался сдаваться. Когда дела шли из рук вон плохо, он начинал усердно молиться за меня. Он молился за конкретные вещи, которые причиняли мне много боли, например, за исцеление от психологических травм детства. Он также молился о том, чтобы у меня были более близкие отношения с Богом.

Как ни странно, по словам Дэйва, когда он начал молиться за меня, на какое-то время всё только ухудшилось. Однако Бог постепенно изменял моё сердце, несмотря на происходящее. Именно в то время я почувствовала огромное желание по-настоящему развивать близкие отношения с Богом. Я начала читать и изучать Его Слово и уделяла больше времени молитвам.

Я могу уверенно сказать, что если бы не Дэйв, я бы не занималась сейчас тем, чем занимаюсь. Это не случилось в одночасье, но нежелание

моего мужа отказываться от меня, его готовность молиться за меня и терпеливо ждать изменений, привели к тому, что я встала на путь исцеления.

В современном мире люди привыкли получать всё быстро и без усилий. На мой взгляд, это относится и к нашим молитвам. Мы можем помолиться о чём-то пару раз, но если не увидим немедленных результатов, сразу опускаем руки. Однако Иисус велел нам *непрерывно просить, без усталости искать и безостановочно стучать*, пока нам не откроют дверь. Вот что обещано в Евангелии от Матфея 7:8 тем, кто поступает подобным образом: *«Потому что всякий, кто непрестанно просит, получает; непрестанно ищущий, находит; а непрестанно стучащему, откроют [дверь]»* (АМРС).

Помните, что изменения требуют времени, и не переставайте молиться за своего супруга или супругу, даже если вы пока не видите реальных улучшений. Бог обещает, что Он будет трудиться в нашем сердце, пока не завершит начатое, сколько бы времени для этого ни понадобилось.

Многие люди сдаются на середине пути. Они устают молиться и постоянно решать одни и те же проблемы. Но Бог непременно благословит вас, если вы не отступите. Всё, что имеет большую ценность, требует вложения времени, поэтому не отчаивайтесь, если перемены не происходят мгновенно.

Когда «Служение Джойс Майер» только начинало развиваться, мне не давало покоя то,

что оно не растёт с огромной скоростью. Дэйв постоянно говорил мне: «Лучше медленно, но основательно, чем быстро, но ненадёжно». Он старался ободрить меня этими словами, и с годами я всё лучше понимала правдивость этой фразы.

Этот девиз подходит для любой сферы нашей жизни. То, что требует больше времени для развития и роста, оказывается более надёжным. Когда речь идёт о супружеской жизни, старайтесь мыслить позитивно: чем больше испытаний вы проходите вместе, чем больше вы молитесь друг за друга и работаете над проблемами, тем прочнее и глубже становятся ваши отношения.

### **ВСЁ ПРЕОДОЛЕВ, УСТОЯТЬ**

В Послании к Ефесеянам 6:13 сказано: *«...и, всё преодолев [все препятствия], устоять [твёрдо на своём месте]»* (АМРС). Я считаю, что нам нужно чаще слушать о том, как противостоять врагу и не сдаваться. Знаете ли вы, что сатану пугает счастливый брак? Ему не хотелось бы, чтобы вы жили в мире и согласии.

В Книге Второзакония 32:30 говорится, что один человек может преследовать тысячу, а двое прогонят десять тысяч. Вместе вы сильнее, чем поодиночке, поэтому врагу выгодно, чтобы вы постоянно фокусировали внимание на слабостях и ошибках друг друга. Ему хотелось бы, чтобы вы враждовали и ссорились по любому поводу.

Мне неизвестно, как складывались ваши супружеские отношения прежде. Но я знаю

одно: Бог способен обновить ваш брак, если вы Ему позволите. Он сможет взять ваши «непреодолимые» проблемы и сотворить чудо.

Дело в том, что мы легко поддаёмся влиянию мира и тех норм и принципов, которые в нём господствуют. Многие люди воспринимают брак как нечто временное и легко заменяемое. Как только возникает кризис, они моментально сдаются и говорят: «С меня хватит». Они не видят другого выхода, потому что сфокусированы только на том, что причиняет им страдания.

Однако для христиан всегда есть другой выход — Бог. Во Втором послании к Коринфянам 5:17 содержится напоминание о том, что мы уже не те, кем были раньше. Там говорится: *«Прежнее [нравственное и духовное состояние] прошло, теперь всё чистое и новое»* (АМРС).

Если мы даём Богу такую возможность, Он берёт наши проблемы и недостатки и обращает всё это во благо. Тех, кто доверяет Богу и охотно исполняет то, что Он велит им, ожидает прекрасное будущее.

Господь часто использует других людей, чтобы помочь нам. Независимо от того, счастливы вы в браке или же у вас множество проблем, старайтесь проводить как можно больше времени с крепкими семейными парами. Чаще общайтесь с людьми, которые искренне любят друг друга и которые успешно прошли испытания и смогли улучшить свою супружескую жизнь с Божьей помощью. В Библии сказано, что общающиеся с мудрыми сами становятся мудрее (см. Притчи 13:20).

## **ЗДОРОВЫЙ БРАК НАЧИНАЕТСЯ С ВАС**

Работа над отношениями в браке требует много времени и усилий, но это определённо того стоит. Могу сказать, что сейчас наши отношения с Дэйвом стали гораздо лучше, чем когда-либо, и во многом это произошло благодаря тому, что я позволила Богу изменить меня.

Лучший совет насчёт брака, который я могу вам дать, — развивайте близкие отношения с Иисусом Христом. Я рекомендую вам регулярно проводить с Ним время посредством молитвы и изучения Его Слова (Библии). Это позволит Ему произвести в вас серьёзные внутренние изменения, и вы начнёте мыслить и поступать по-новому. Только принимая Его мир и Его любовь, мы по-настоящему сможем отдавать это кому-то другому.

В первые годы нашего брака я даже не знала, что значит любить кого-то по-настоящему. Из-за сексуального насилия, пережитого мною в детстве, у меня сформировалось искажённое представление о любви. Однако, когда я начала изучать Божье Слово и развивать личные отношения с Ним, я научилась принимать любовь.

Со временем я многое поняла. Господь показал мне, что невозможно по-настоящему любить других, не приняв и не пережив Его любовь. Нельзя отдать другим то, чего у нас нет. Я смогла полюбить Дэйва, только когда начала проводить время с Богом и принимать Его любовь.

Я очень благодарна за всё, что Бог совершил в моей жизни. Он научил меня любить саму себя, не впадая в крайность себялюбия, а это, в свою

очередь, помогло мне любить Дэйва, наших детей и других людей, и развивать с ними глубокие и взаимно обогащающие отношения.

Я часто повторяю одну истину. Наивысший дар, который вы можете преподнести тем, кого любите, — это быть здоровым человеком, духом, душой и телом. В каком бы состоянии ни были ваши отношения прямо сейчас, я могу уверить вас, что ваш брак может стать счастливым. Всё начинается с развития самых важных отношений в вашей жизни. Я говорю о крепких и доверительных отношениях с Иисусом Христом.

Помните: если вы хотите достичь чего-то стоящего, для этого потребуется немало молитв, времени и целенаправленных усилий. Невозможно сделать свой брак счастливым в одночасье. Но с Божьей помощью вы сможете постепенно развивать крепкие и гармоничные отношения со своей второй половинкой, которые превзойдут всё, что может предложить этот мир. Вы сможете наслаждаться «браком, заключённым на небесах»... *и жить вместе долго и счастливо.*

- СПАСЕНИЕ -

**НАЧНИТЕ РАЗВИВАТЬ  
САМЫЕ  
ВАЖНЫЕ  
ОТНОШЕНИЯ  
В ВАШЕЙ ЖИЗНИ**

**Первый шаг к близким и доверительным отношениям с Богом — полностью отдать свою жизнь в Его руки.** Это фундамент, на котором строится всё остальное. В тот момент, когда вы осознаете свою глубокую потребность в Боге, начнётся ваше удивительное путешествие с Богом и исполнение вашего предназначения.

В Послании к Римлянам 3:23 сказано: «...Все согрешили и лишены славы Божией». Принять Иисуса означает признать, что вы **нуждаетесь** в Нём, **поверить** в то, что Он умер за вас, и **принять** Его чудесный дар. Вы осознаёте, что не способны жить, полагаясь лишь на себя, что вы согрешили и нуждаетесь в Спасителе.

Когда вы принимаете в своё сердце Иисуса, как Своего Спасителя, происходит великий обмен. Вы отдаёте Богу все свои грехи и проступки, а Он взамен даёт все Свои блага, которые Он для вас приготовил. Осознаёте вы это или нет, но у Него есть замечательное призвание именно для вас, и это первый шаг, который вы делаете в этом направлении.



**Если вы готовы** начать своё путешествие с Иисусом, произнесите молитву покаяния со следующей страницы. А если вы хотите узнать больше об Иисусе и новой жизни с Ним, посетите страничку на нашем сайте

[joycemeyer.ru/newlife](http://joycemeyer.ru/newlife)

# МОЛИТВА ПОКАЯНИЯ

Бог любит вас и хочет, чтобы у вас с Ним были близкие, крепкие отношения. Если вы ещё не приняли Иисуса Христа как своего Господа и Спасителя, вы можете сделать это прямо сейчас. Откройте для Него своё сердце и произнесите эту молитву:

*«Отец, я знаю, что согрешил(а) против Тебя. Пожалуйста, прости меня. Очисти меня. Я обещаю верить в Иисуса, Твоего Сына. Я верю, что Он умер за меня; Он взял на Себя мои грехи, умирая на кресте. Я верю, что Он воскрес из мёртвых. И прямо сейчас я отдаю Ему свою жизнь. Спасибо, Отец, за дар прощения и вечной жизни. Пожалуйста, помоги мне жить для Тебя. Во имя Иисуса. Аминь».*

Если вы помолились от всего сердца, Бог принял вас, очистил и освободил от оков духовной смерти. Прочитайте и изучите нижеприведённые места Писания и попросите Бога помочь вам слышать Его голос, ведь теперь у вас начинается новая жизнь с Ним.

**Иоанна 3:16**  
**Ефесянам 1:4**  
**1 Иоанна 1:9**  
**1 Иоанна 5:1**

**1 Коринфянам 15:3–4**  
**Ефесянам 2:8–9**  
**1 Иоанна 4:14–15**  
**1 Иоанна 5:12–13**

Попросите Бога помочь вам найти хорошую церковь, где проповедуется здоровое библейское учение, где вы могли бы лучше узнавать Христа и духовно возрастать. Бог всегда с вами. Он будет направлять вас каждый день и покажет вам, как вести ту изобильную жизнь, которую Он вам предопределил.

## ОБ АВТОРЕ

Джойс Майер — библейский учитель с мировым именем. Она известна своим практическим подходом и является автором множества книг, вошедших в списки бестселлеров New York Times. Её книги помогли миллионам людей обрести надежду и исцеление через Иисуса Христа. Джойс является также основателем «Служения Джойс Майер» и проповедует на различные темы, уделяя особое внимание применению Божьего Слова в повседневной жизни. Искренний и доверительный стиль общения позволяет ей делиться опытом и практическими советами из собственной жизни, помогая другим применять эти принципы в своей жизни.

# СЛУЖЕНИЕ ДЖОЙС МАЙЕР

Рассказываем о Христе, любим людей

«Служение Джойс Майер» существует для того, чтобы нести Благою весть, делать учеников среди всех народов и проявлять любовь Христа.

Используя средства массовой информации, мы учим людей применять библейские истины к любой сфере своей жизни, а также призываем Божий народ служить окружающим. Через миссию «Рука Надежды» мы обеспечиваем гуманитарной помощью людей по всему миру, кормим голодных, одеваем нагих, служим престарелым, вдовам и сиротам. Мы готовы протянуть руку помощи всем людям, независимо от возраста и рода занятий.

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



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

Дорогой читатель! Нам очень хотелось бы узнать, как эта книга помогла вам и какие перемены принесла. Сообщите нам об этом, пожалуйста. Также вы всегда можете обратиться к нам с молитвенными нуждами, и мы с радостью поддержим вас в молитве.

## **НАШИ КОНТАКТЫ:**

### **РОССИЯ**

УК «МЕДИА-МИР»,  
Джойс Майер,  
а/я 789, г. Москва,  
Россия, 101000

+7 (495) 727-14-68

**[jm@joycemeyer.ru](mailto:jm@joycemeyer.ru)**  
**[joycemeyer.ru](http://joycemeyer.ru)**

Электронные книги Джойс Майер можно  
заказать бесплатно на странице сайта:

**[joycemeyer.ru/ebooks](http://joycemeyer.ru/ebooks)**

Программы Джойс Майер можно смотреть  
на нескольких десятках языков на сайте:

**[tv.joycemeyer.org](http://tv.joycemeyer.org)**



[vk.com/jmmrussia](https://vk.com/jmmrussia)

Приглашаем вас на официальную страницу «Служения Джойс Майер» в соцсети «ВКонтакте»! Мы верим, что наша страница станет для вас ещё одним отличным источником огромной духовной поддержки, познания Бога и библейских истин. Заходите, будем всегда вам рады!



[youtube.com/c/СлужениеДжойсМайер](https://youtube.com/c/СлужениеДжойсМайер)

Приглашаем вас на канал «Служения Джойс Майер» на «Ютубе»! Здесь вы всегда можете посмотреть программы Джойс Майер «Жизнь, полная радости», а также другие интересные и вдохновляющие видеоматериалы Служения! Мы регулярно добавляем новые программы и ролики, которые будут делать вашу христианскую жизнь успешнее. Ждём вас!





## БОЖИЙ РЕЦЕПТ СЧАСТЛИВОГО БРАКА

Есть ли главный секрет, помогающий супругам жить вместе «долго и счастливо»? Брак не становится счастливым сам по себе. От вас потребуется находить компромиссы и идти на взаимные уступки, научиться уделять друг другу время и прилагать обоюдные усилия, а также быть готовыми следовать повелениям и наставлениям Бога в вопросах брака.

В своей книге Джойс делится библейскими принципами и 50-ти летним опытом своей совместной жизни с Дэйвом. Она показывает, как, трудясь над отношениями, можно добиться результата, о котором вы даже и не мечтали.

### **В этой книге Джойс объясняет:**

- Как пригласить Бога в каждую область своего брака
- Как научиться быстро прощать и не подсчитывать провинности друг друга
- Как принимать свои различия с радостью

Если вы хотите достичь чего-то стоящего, для этого требуется немало молитв, времени и целенаправленных усилий. Но с Божьей помощью вы сможете сделать свой брак счастливым. Постепенно вы сумеете развить крепкие и гармоничные отношения, которые продлятся всю вашу жизнь.

УК «МЕДИА-МИР», ДЖОЙС МАЙЕР,  
А/Я 789, Г. МОСКВА, РОССИЯ, 101000

+7 (495) 727-14-68