

ЛОЖЬ,
В КОТОРУЮ ВЕРЯТ
ДЕВОЧКИ,
И ИСТИНА,
КОТОРАЯ ОСВОБОЖДАЕТ

Данна Треш
и

(напиши здесь свое имя!)

Под редакцией

Нэнси Демосс-Уоллелмут



ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение. Тебя когда-нибудь сбивали с толку собственные чувства?....11



ИСТИНА ИЛИ... ПРОБЛЕМЫ!

Глава 1. Змей сказал первую ложь	19
(Откуда берется ложь?)	
Глава 2. Женщина захотела попробовать плод	27
(Как ложь обретает над нами власть?)	
Глава 3. Иисус есть истина	37
(Кто может освободить тебя?)	



ЛОЖЬ, В КОТОРУЮ ВЕРЯТ ДЕВОЧКИ, И ИСТИНА, КОТОРАЯ ИХ ОСВОБОЖДАЕТ (ТВОЯ ЛАБОРАТОРИЯ ИСТИНЫ)

Глава 4. Истина и ложь о Боге	47
ИСТИНА № 1. Бог любит тебя <i>всегда</i> , несмотря ни на что!.....	47
ЛОЖЬ: «Бог любит меня, только когда я веду себя хорошо»	48
ИСТИНА № 2. Бог — это всё, что тебе нужно.....	50
ЛОЖЬ: «Одного только Бога недостаточно»	50
ИСТИНА № 3. Ты христианка, если веришь в Иисуса и признаёшь Его своим Спасителем.....	52
ЛОЖЬ: «Я христианка, потому что _____»	53
Глава 5. Истина и ложь о самой себе	59
ИСТИНА № 4. Ты избрана Богом!.....	60
ЛОЖЬ: «Я недостаточно хороша»	60
ИСТИНА № 5. Красота, которая важнее всего для Бога, — внутренняя	62
ЛОЖЬ: «Красивые девочки достойны большего»	62

ИСТИНА № 6. Ты готова к большей ответственности	64
ЛОЖЬ: «Мне нужно больше свободы»	65
Глава 6. Истина и ложь о семье	69
ИСТИНА № 7. Твоя семья не похожа на другие семьи, и это здорово.....	70
ЛОЖЬ: «Моя семья така-а-ая странная!»	70
ИСТИНА № 8. Ты можешь быть счастливой даже в неблагополучной семье.....	73
ЛОЖЬ: «Моя семья слишком неблагополучна, чтобы я могла быть счастливой»	74
ИСТИНА № 9. Бог дарит тебе радость, если ты почитаешь родителей.....	76
ЛОЖЬ: «Мои родители просто не понимают меня»	77
Глава 7. Истина и ложь о грехе	83
ИСТИНА № 10. Грех отделяет тебя от Бога.....	84
ЛОЖЬ: «В моем грехе нет ничего страшного»	84
ИСТИНА № 11. Скрывать свой грех — это путь к провалу	86
ЛОЖЬ: «Мне не нужно никому рассказывать о моем грехе».....	87
ИСТИНА № 12. Все, что мы видим или слышим, должно быть истинным, благородным, правильным, чистым, прекрасным, достойным уважения, превосходным и заслуживающим похвалы	89
ЛОЖЬ: «Неважно, что именно я смотрю или слушаю».....	91
Глава 8. Истина и ложь о том, что значит быть девочкой	95
ИСТИНА № 13. Бог создал два разных пола: мужской и женский	97
ЛОЖЬ: «Мальчики и девочки не так уж отличаются друг от друга»	98
ИСТИНА № 14. Обретение способности созидать новую жизнь — это то, что стоит отпраздновать	100
ЛОЖЬ: «Месячные — это кошмар!»	101
Глава 9. Истина и ложь о мальчиках	105
ИСТИНА № 15. Ты можешь сказать «нет» всеобщей одержимости мальчиками	106
ЛОЖЬ: «Это нормально — быть одержимой мальчиками»	107
ИСТИНА № 16. Ты никогда не перестанешь нуждаться в мудрых советах.....	107
ЛОЖЬ: «Не стоит говорить с мамой о мальчиках»	108

Глава 10. Истина и ложь о дружбе	113
ИСТИНА № 17. Всем нам нужны верные друзья, и лучший способ найти их — это проявлять дружелюбие.....	114
ЛОЖЬ: «У меня нет друзей».....	114
ИСТИНА № 18. Каждое твое слово и каждая твоя мысль о ком-то должны быть угодны Богу	117
ЛОЖЬ: «Быть грубой и злой — нормально»	117
Глава 11. Истина и ложь о будущем	123
ИСТИНА № 19. Быть женой и мамой — хорошая и очень важная работа	124
ЛОЖЬ: «Быть просто женой и мамой — не круто»	125
ИСТИНА № 20. Ты уже сейчас становишься тем, кем будешь.....	127
ЛОЖЬ: «Я еще слишком маленькая, чтобы _____»	129



Часть III

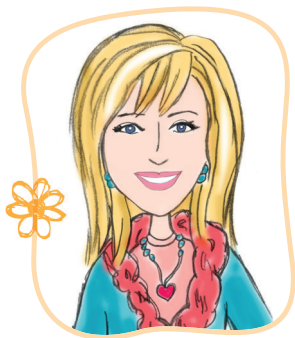
ИСТИНА, КОТОРАЯ ОСВОБОЖДАЕТ

Глава 12. Твои мысли — хозяева твоих чувств!	137
(Как распознать и выявить ложь)	
Глава 13. Иисус хочет быть Властителем твоих мыслей	149
(Как заменить ложь истиной)	
Глава 14. Носи пояс истины	157
(Используй истину, которая освобождает)	
20 ключевых истин	160
Примечания	164



Введение

ТЕБЯ КОГДА-НИБУДЬ СБИВАЛИ С ТОЛКУ СОБСТВЕННЫЕ ЧУВСТВА?



Данна

ПРИВЕТ, Я ДАННА!

Несколько лет назад я была *потрясена* количеством проблем, с которыми сталкиваются современные девочки-подростки. **Вспышки злости. Друзья-враги.** Социальные сети. **ОДЕРЖИМОСТЬ МАЛЬЧИКАМИ.** **Мода. КРАСОТА. Школьные отметки.** Мне показалось, что многие девочки нуждаются в помощи, и это заставило меня взяться за написание книг.

А еще я хочу познакомить тебя с моей подружкой **НЭНСИ.** ▶

Она написала книгу под названием «Ложь, в которую верят женщины, и истина, которая освобождает». Это была отличная идея, и книга, которая получилась в итоге, помогла многим мамам и бабушкам решить их жизненные проблемы. Благодаря ей я захотела написать эту книгу специально для тебя.

НО есть еще один важный человек, которому предстоит писать эту книгу. **Это Ты.**



Нэнси

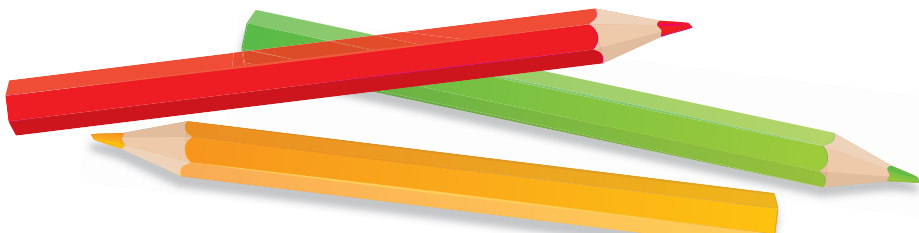
ПРИГОТОВЬ СВОИ ЛЮБИМЫЕ ЦВЕТНЫЕ КАРАНДАШИ ИЛИ РУЧКИ.

Они тебе понадобятся.

Вернись к титульному листу. Там оставлено место, где нужно вписать имя моего соавтора: **ТВОЕ имя. Впиши его.**

Добро пожаловать в нашу команду!

Давай решим хотя бы некоторые проблемы вместе.



ПРОБЛЕМЫ ДЕВОЧЕК: ТЕСТ

Многие девочки делятся со мной своими переживаниями. При этом они используют некоторые из приведенных ниже слов для описания своих **чувств**. В каждой паре фраз обведи одну, которая передает, как ты себя чувствуешь **ЧАЩЕ ВСЕГО!**

Нелюбимая и недостойная любви	Любимая и достойная любви
Слегка глуповатая	Достаточно умная
Напряженная и задержанная	Спокойная и невозмутимая
Ненавижу смотреться в зеркало	Довольна тем, как я выгляжу
Меня легко смутить	Могу посмеяться над собой
Мне нужно больше вещей	Я благодарна за то, что имею
Я думаю только о мальчиках, как и все вокруг	Сейчас мне не нужен мальчик
Грустная	Довольная
Хочу, чтобы всё было по-моему, и точка!	Полезно слушать мнение других людей и иногда делать, как они говорят
Как ЖАЛЬ, что я родилась девочкой!	Как ЗДОРОВО быть девочкой!

Если ты обвела хоть одну фразу из левого столбика, ты не одинока! На той неделе, когда я только начинала писать эту книгу, ко мне подошла красивая 12-летняя девочка по имени Сейди*. У нее были ясные глаза, чистая смуглая кожа и черные кудрявые волосы. Но вдруг по ее щеке скатилась слеза, и она сказала:

Вы можете мне помочь? Я ужасно страдаю из-за того, как я выгляжу. У меня очень волосатые руки, ни у кого в классе таких нет, мне даже иногда говорят, что пора уже бриться!

Как несправедливы были ее одноклассники! Ничего особенного в руках этой девочки не было, но она стала думать о них **все время, ИЗО ДНЯ В ДЕНЬ**. Это заставило ее поверить в собственное уродство, которого на самом деле не было!

Она поверила в ложь.

Если ты обвела какие-то фразы из левого столбика, возможно, *у тебя* такая же проблема, что и у Сейди.



* Сейди — не настоящее имя девочки, но сама она — настоящая. На страницах этой книги я рассказываю реальные — НЕ ВЫМЫШЛЕННЫЕ — истории настоящих девочек, но, как правило, не использую их настоящие имена.

ТЕБЯ ОБМАНУЛИ!

Люди чувствуют себя ужасно, когда их обманывают. Но известно ли тебе, что ложь заставляет нас чувствовать себя плохо, *даже когда мы не знаем, что нам солгали?* Моя подруга **ЧУВСТВОВАЛА** себя некрасивой, но не подозревала, что это ложь. Она-то думала, что это правда!

Это нормально — временно грустить, чувствовать себя некрасивой, одинокой, глупой, не такой, как все. Но если подобные чувства одолевают тебя **ПОСТОЯННО, ИЗО ДНЯ В ДЕНЬ** — это уже нехорошо. Чувства, которые подолгу не отпускают, я называю «липучими».

Сатана хочет, чтобы ты чувствовала себя плохо. Если ты обвела любую из фраз в левом столбике нашего теста, значит, ты испытываешь нечто, что запланировал сатана. Он хочет украсть у тебя радость, мир и прочие блага.

Но Иисус желает для тебя иного. Прочитай ниже Его слова, которые Он сказал Своим ученикам. Он хочет, чтобы мы тоже знали и понимали это. ▼



ЗОЛОТО ИСТИНЫ:

«Вор [сатана]

приходит только для того, чтобы украсть, убить и погубить. Я пришел для того, чтобы имели жизнь и имели с избытком» (Ин. 10:10).

Поговорим о «липучих» чувствах

Если ты случайно дотронешься до горячего чайника, твоя кожа скажет тебе: «Не делай этого!» А если прикоснешься к мягкому и пушистому одеялу, кожа скажет: «Да-да, еще!» Осязание помогает нам понимать, что безопасно и что опасно для нашего тела. Чувства, или эмоции, — это что-то вроде кожи твоего сердца. (Я имею в виду внутреннюю часть личности, которая способна испытывать чувства, а не сам орган, перекачивающий кровь.)

Подобно коже, чувства могут защитить твое сердце. Главное, чтобы оно находилось под Божьим контролем; если ты будешь обращаться к Божьей истине, она научит тебя управлять твоими чувствами и правильно на них реагировать; в этом случае они станут хорошим инструментом в Божьих руках.

Например, если ты общаешься с какой-нибудь девочкой, которая постоянно жлет, чувства говорят тебе: «Рядом с ней неприятно! Держись от нее подальше». А если находишь верную подругу, твои чувства говорят: «Вот рядом с ней — хорошо! Встречайтесь почаще!» Чувства помогают разобраться, что безопасно для твоего сердца, а что ему угрожает.

Важный признак чувств, которые работают как должно, — их временный характер. Они приходят и уходят. Сделав свою работу, они унимаются и ждут, пока не понадобятся снова. Они не «липучие». Ты не испытываешь их **ПОСТОЯННО, ИЗО ДНЯ В ДЕНЬ**.

И хорошие **И** плохие чувства даны нам Богом — все они могут быть полезными, если ты реагируешь на них в согласии с Божьей истиной. Но если у тебя возникает плохое чувство, а ты не понимаешь **почему**, или оно просто никуда не уходит и преследует тебя **ПОСТОЯННО, ДЕНЬ ЗА ДНЕМ**, это — «липучее» чувство. И это может означать, что ты поверила в ложь!

Если ты обвела главным образом фразы из правого столбика нашего теста, значит, ты живешь той жизнью, которую Иисус предопределил для тебя, — жизнью **во всей полноте!**

Фразы из какого столбика передают чувства, которые ты испытываешь **ЧАЩЕ ВСЕГО?** (Чтобы разобраться, сравни, в каком столбике больше обведенных слов.)

Напиши свой ответ ниже:

Время от времени на страницах этой книги будут появляться заметки *Нэнси*. Это либо то, что Нэнси говорила мне, когда вдохновляла написать для тебя эту книгу, либо то, что она написала в книге «Ложь, в которую верят женщины».

Призыв к действию из 5-й главы Послания Иакова

Давным-давно, когда я читала Библию, мне бросились в глаза два стиха¹. В них говорится о том, что мне (и тебе тоже) нужно быть настороже, чтобы заметить, когда кто-то начинает «уклоняться от истины», и помогать друг другу избегать лжи. Эти стихи стали для меня Божьим призывом к действию, они побудили меня написать книгу «Ложь, в которую верят женщины» для твоей мамы и бабушек. Надеюсь, они станут призывом к действию и для тебя. Мы должны помогать друг другу видеть разницу между истиной и ложью, потому что наши собственные чувства могут сбивать нас с толку.



В общем, как бы там ни было, эта книга написана для тебя!

Все девочки, как правило, склонны заикливаться на своих чувствах и *время от времени* верить в ложь. Если у тебя часто возникают плохие чувства, эта книга поможет тебе обнаружить истину, которая даст тебе возможность почувствовать удовлетворение жизнью. А если ты по большей части чувствуешь себя хорошо, эта книга поможет тебе сохранить это состояние.

Ты готова? Тогда начнем!

Знакомься, это Зоя!

Имя этой девочки означает «жизнь»! Она вместе с нами будет исследовать «липучие» чувства, ложь, которая за ними стоит, и Божью истину. И начнем мы с самой первой женщины, которая поверила в самую первую ложь.

Так чего же мы ждем?
Поехали!





ИСТИНА

ИЛИ...

ПРОБЛЕМЫ!

ЗМЕЙ СКАЗАЛ ПЕРВУЮ ЛОЖЬ

(Откуда берется ложь?)



Ну вот...

Несколько моих подружек скатали себе на гаджеты это новое приложение для социальных сетей, однако мои родители говорят, что оно мне не нужно. Но... у меня же *есть* планшет. Я *могла бы* скатать приложение на него. Ну... даже не знаю... Хорошо ли это?

У меня есть подружка, которая так и поступила, не сказав ни слова родителям.

И те до сих пор не в курсе! Разве это ложь, если я что-то сделаю и просто ничего им не скажу?



У Зои проблема! Если она скачает приложение, пользоваться которым ей запретили родители, она лишь создаст этим еще больше проблем. Она будет **ЖИТЬ во лжи**, даже если не будет **ПРО-ИЗНОСИТЬ лживых слов**.

Каждый раз, когда мы думаем обмануть кого-то, мы лжем.

Сегодня мы узнаем, в какие проблемы могут втянуть нас наши «липучие» чувства, если мы позволим им убедить нас во лжи! Приготовь цветные карандаши. Пора начать наше исследование и познакомиться с Адамом и Евой — а также со змеем.

ЛОЖЬ —
неправдивое
заявление
с намерением
обмануть;
неточное
утверждение².



🍏 ЗМЕЙ СКАЗАЛ САМУЮ ПЕРВУЮ ЛОЖЬ

А сейчас прочитай одну библейскую историю, и я помогу тебе разобраться в ней.

Змей был хитрее всех зверей

полевых, которых создал Господь

Бог. И сказал змей жене: подлинно

ли сказал Бог: не ешьте ни от какого

дерева в раю?

И сказала жена змею: плоды с деревьев

мы можем есть, только плодов

дерева, которое среди рая, сказал

Бог, не ешьте их и не прикасайтесь

к ним, чтобы вам не умереть.

И сказал змей жене: нет, не умрете,

но знает Бог, что в день, в который

вы вкусите их, откроются глаза ваши,

и вы будете, как боги, знающие

добро и зло.

И увидела жена, что дерево хорошо

для пищи, и что оно приятно для

глаз и вожделенно, потому что дает

знание; и взяла плодов его и ела; и

дала также мужу своему,

и он ел. И открылись глаза у них

обоих, и узнали они, что наги, и

сшили смоковые листья, и сделали

себе опоясания (Быт. 3:1–7).

🍏 ЖЕНЩИНА ПОВЕРИЛА В ЛОЖЬ

Разумеется, первую ложь произнес не просто какой-то там старый змей. Этим змеем был сатана, или дьявол. Библия говорит нам, что он — «отец лжи». ▼



ЗОЛОТО ИСТИНЫ:

«Он [дьявол] был человекоубийца от начала и не устоял в истине, ибо нет в нем истины. Когда говорит он ложь, говорит свое, ибо он — лжец и отец лжи» (Ин. 8:44).

И он сказал эту первую ложь Еве — первой из всех когда-либо живших на земле женщин. Но сатана был не единственным участником этой истории.

Ева слушала его ложь.



Возьми **КРАСНЫЙ** карандаш, чтобы в приведенном выше отрывке дважды подчеркнуть ПЕРВОЕ сказанное змеем предложение, в котором звучит ПЕРВАЯ ложь.

Мы уже подчеркнули его слова. Просто добавь еще одну линиюю.



Первая ложь была полуправдой. Бог сказал Адаму, что в саду есть *только одно дерево*, плоды которого им с Евой запрещается есть, тогда как *все остальные* плоды в полном их распоряжении. Тем не менее сатана заставил Еву **ПОЧУВСТВОВАТЬ** себя так, словно Бог велел им не есть вообще *никаких* плодов!

Еве следовало бы немедленно перестать говорить с этим лживым змеем! Но она этого не сделала. Вместо этого *Ева задумалась над услышанной ложью, зациклилась на ней*. Зациклиться — это значит быть во власти «липучих» чувств и размышлять о чем-нибудь **ПОСТОЯННО, ИЗО ДНЯ В ДЕНЬ**.

Возьми **ОРАНЖЕВЫЙ** карандаш и дважды подчеркни первые слова Евы, обращенные к змею: «*Плоды с дерев мы можем есть...*» — и далее.

Ева задумалась, а потом начала объяснять. Она знала, что сказанное змеем не совсем правда. Но она попыталась объяснить это — и навлекла на себя большие неприятности! Вот тут-то змей и произнес откровенную ложь: «*Нет, не умрете...*»

Дважды подчеркни **КРАСНЫМ** эти слова змея на странице 17. Это уже второй раз, когда он лжет Еве. И это тот самый момент, когда эмоции Евы начинают брать над ней верх.

Возможно, в этот момент она **ПОЧУВСТВОВАЛА** смущение.
«*Погоди-ка... вдруг Адам неправильно понял то, что сказал ему Бог?!*»

Или, быть может, она **ПОЧУВСТВОВАЛА** внутри себя протест.
«*Если Бог так поступил с нами, я не хочу следовать Божьим правилам!*»

А может быть, она **ПОЧУВСТВОВАЛА** страх.
«*О нет! Что если Бог не такой уж и добрый, как нам кажется?*»

Мы не знаем, о чем подумала или что почувствовала Ева; мы видим одно: она позволила своим чувствам взять над ней верх. Тогда-то и случилось нечто действительно ужасное: **Ева поверила в ложь**. Она усомнилась в Божьей истине!










Еще раз вернись на страницу 17. Возьми **ФИОЛЕТОВЫЙ** карандаш и дважды подчеркни слова, которые говорят нам о том, что Ева начала верить в ложь. Вот они:

*«И увидела жена, что дерево хорошо для пищи,
и что оно приятно для глаз и вожделенно,
потому что дает знание...»*

Бог знал, что Адам и Ева умрут, если съедят плоды этого дерева, и хотел защитить их. Поэтому Он и запретил им есть эти плоды.

А знаешь ли ты, что сатана лжет нам до сих пор? Он больше не принимает обличье змея, но все равно маскируется так, чтобы мы его не узнали. Вот некоторые личины, под которыми он скрывается.

- 
Рекламные ролики и объявления, которые внушают нам, что мы станем красивее, если купим вот эту пару джинсов или вот тот блеск для губ.
- 
Подружки, которые убеждают нас сделать что-то против воли наших родителей. Например, посмотреть фильм, который они запретили нам смотреть.
- 
Учителя или тренеры, которые вроде бы много знают, но не согласны с тем, чему учит Библия.
- 
Наши желания, которые говорят, что для счастья нам нужно вступить в определенные отношения — например, подружиться с популярной девочкой или завести бойфренда.
- 
Современная культура, которая внушает нам всякие безумные идеи — вроде той, что нам **НЕОБХОДИМЫ** социальные сети, чтобы иметь друзей.

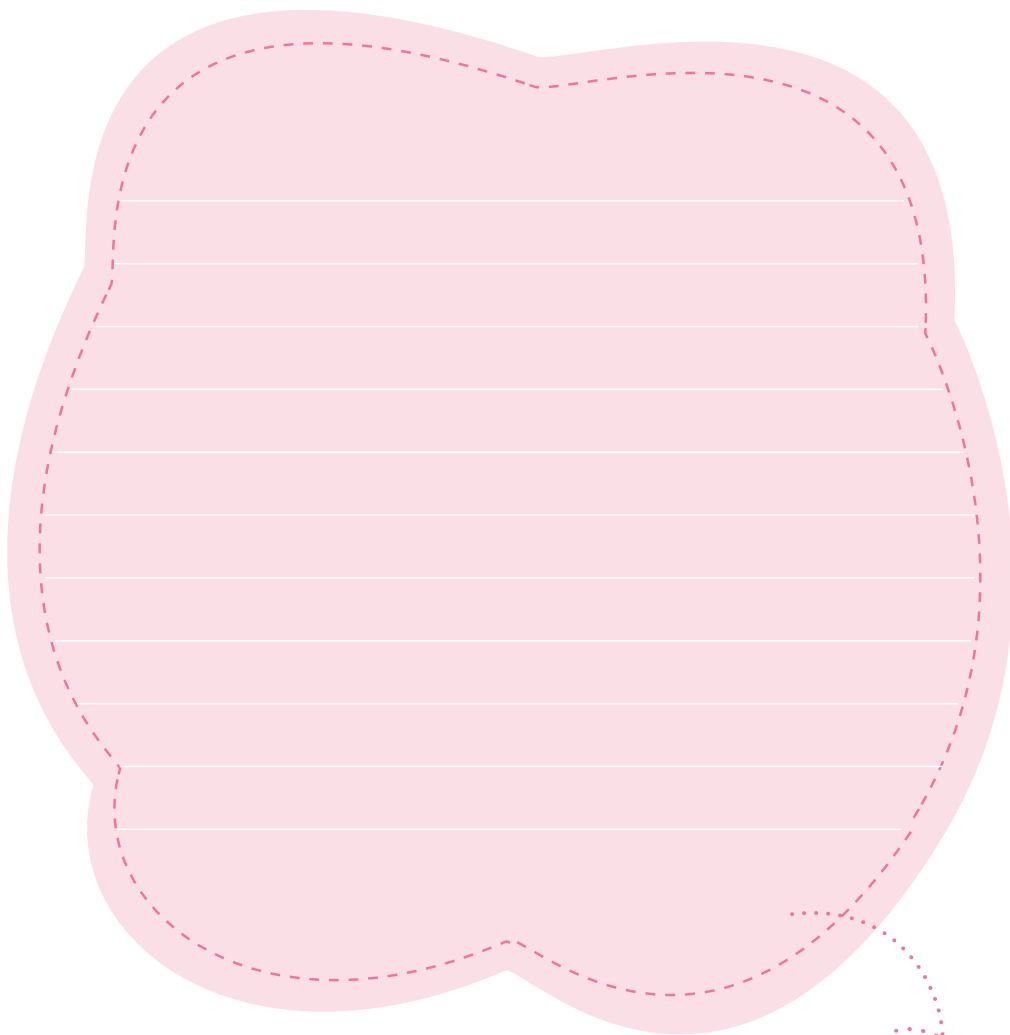
Кстати, это напомнило мне о Зое! Интересно, что она решит — загрузить это приложение на планшет или нет? Подобно тому, как Бог установил в Эдемском саду правила, касающиеся плодов на деревьях, родители Зои установили правила в отношении социальных сетей.

Хочешь знать, что я думаю?

Я думаю, что родители Зои — довольно умные люди!

Рекомендуемый возраст пользователей большинства приложений для социальных сетей, как правило, 13+, но иногда и 17+, и старше. Почему? Потому что эти приложения могут вытворять сумасшедшие вещи с нашими чувствами! Они могут породить слишком много «липучих» чувств, из-за чего девочки испытывают грусть, напряжение, ощущают себя некрасивыми и страдают синдромом упущенной выгоды³.

Как думаешь, Зое стоит скачать это приложение? Будь ты ее подругой, что бы ты посоветовала? **Запиши свои мысли ниже:**



А что решила Зоя, мы узнаем в следующей главе!