

Сара Джейкс Робертс

ЭВОЛЮЦИЯ ЖЕНЩИНЫ

Разберись со страхами
и измени свою жизнь!



Издательство АСТ
Москва

УДК 159.923.2
ББК 88.52
P58

Sarah Jakes Roberts
WOMAN EVOLVE: Break Up with Your Fears and Revolutionize Your Life

Печатается с разрешения издательства
Thomas Nelson, a division of HarperCollins Christian Publishing, Inc.
и литературного агентства Nova Littera SIA.

Все права защищены. Любое использование материалов данной книги,
полностью или частично, без разрешения правообладателя запрещается.

Робертс, Сара Джейкс.
P58 Эволюция женщины. Разберись со страхами и
измени свою жизнь! / Сара Джейкс Робертс; пер. с англ.
Е. Филипповой. — Москва : Издательство АСТ, 2022. —
288 с. — (Trend. Psychology).

ISBN 978-5-17-145981-9

Кто бы мог вообразить дружбу с Евой — женщиной, которая тысячи лет несет ответственность за падение человечества? Уж точно не автор этой книги Сара Джейкс Робертс. Во всяком случае, до тех пор, пока Сара не обнаружила, что она больше похожа на Еву, чем ей хотелось бы признать. Ева знала, как поступить правильно, но сделала иначе. Она стала первой женщиной, которая, совершив ошибку, восстановила свою жизнь после падения.

Каждому человеку приходится пройти через испытания, и каждая из вас то и дело рискует все испортить. Но неудача не должна быть в центре внимания. Вам следует сосредоточиться не на том, кем вы были, а на стремлении к тому, кем вы можете стать. В «Эволюции женщины» Сара помогает вам понять, что цель вашей жизни не меняется — она развивается.

Взяв историю Евы за основу, вы сможете:

— проработать прошлые проблемы и неуверенность, которые вас преследуют;

— понять, почему так важно по-настоящему заботиться о себе;

— взрастить в себе прекрасное семя, которое Бог посадил в вас.

Ваши страхи и неуверенность, возможно, изменили ваше отношение к другим и себе, но с помощью этой книги вы сможете совершить прорыв и использовать прошлые ошибки, чтобы сделать свою жизнь лучше. Как и Ева, вы не должны позволить своему прошлому определять ваше будущее.

УДК 159.923.2
ББК 88.52

ISBN 978-5-17-145981-9

© 2021 Sarah Jakes Roberts
© 1982 Thomas Nelson, division of
HarperCollins Christian Publishing
© Nova Littera SIA
© 1973, 1978, 1984, 2011 by Biblica, Inc.
© Е. Филиппова, перевод
© ООО «Издательство АСТ», оформление

~~~~~

## ГЛАВА ПЕРВАЯ

# Спасение Евы

~~~~~

И благословил их Бог, и сказал им Бог: плодитесь и размножайтесь, и наполняйте землю, и обладайте ею, и владычествуйте над рыбами морскими, над птицами небесными и над всяким животным, пресмыкающимся по земле.

Бытие, Глава 1, Стих 28

Мри года тому назад я безумно влюбилась в Еву. Да-да, в ту самую Еву из Эдемского сада, в женщину, которая в корне разрушила планы Бога относительно судьбы человечества из-за того, что всего лишь надкусила яблоко.

Наверняка, многие из вас сейчас сразу возмутились: *«Влюбилась в Еву? Как вообще возможно относиться с симпатией к женщине, которая олицетворяет собой грех, разврат, всю жизнь мучается*

от спазмов, вздутый живота, испытывает жуткие боли при родах, страдает от невозможности создать нормальные отношения, которые принесли бы ей удовлетворение, чувствует себя слабой и неуверенной, страдает от депрессий, стыдится растяжек и угрей?..» Да, именно в нее.

Меня много лет переполняли противоречивые эмоции, стоило лишь услышать ее имя в досужем разговоре. Я всегда считала ее женщиной, у которой была всего *одна* задача, выполнение которой она провалила с таким треском, что это изменило и мою жизнь, и вашу на тысячи и тысячи лет вперед. Задолго до того, как она вообще началась.

Сказочная жизнь в Эдеме, где можно сутками без дела бродить по благоухающему тропическому саду, всегда иметь плоский животик, никогда не беспокоиться о проблемах с деньгами, о глобальном потеплении или о количестве лайков в блоге — все это в мгновение ока прекращается из-за сладкого плода, сорванного с запретного дерева.

Я всегда мечтала попасть на небеса, чтобы предъявить претензии Еве, с горечью рассказав о том, как ее выбор повлиял на всех нас. Но все изменилось на женской конференции. Я заметила, что все волонтеры (и большая часть зарегистрировавшихся) были одеты в одинаковые футболки. Это не редкость на подобных мероприятиях, однако эти футболки были особенными. На них были написаны имена женщин из Библии, которые славились сво-

ей праведностью и силой веры: «Сара. Руфь. Есфирь. Мария. #squadgoals¹».

Раз мы с вами только знакомимся, сейчас самое время рассказать вам кое-что обо мне. Время от времени какая-то крошечная часть моего мозга напоминает мне, что я знаю Иисуса. Может ли кто-то еще отважиться сделать такое смелое признание?

В тот день на конференции эта мизерная часть моего мозга «похлопала» меня по плечу и прошептала: «Рассла-асься, взгляни! Ты не единственная, кто не хочет видеть Еву в своей команде». И я тут же улыбнулась этой мысли.

Выйдя из-за кулис в переполненный конференц-зал, я оглядела присутствующих. Куда ни посмотри, практически везде были футболки с надписью «Сара. Руфь. Есфирь. Мария. #squadgoals». Музыкальная группа заняла свое место на сцене. Певцы взяли в руки микрофоны. Полилась музыка, и все присутствующие в зале запели в религиозном экстазе. Но я стояла как парализованная.

Я не могла избавиться от чувства, что что-то не так. Я должна была сейчас открыть свое сердце, вскинуть руки и подпевать остальным. В кон-

¹ *Squad goals* (от *англ.* *squad* — «группа», *goals* — «цели») — выражение используется для обозначения команды или группы лиц, частью которой вы хотели бы стать, а также для обозначения общих планов и целей, которые вы хотели бы осуществить вместе со своей командой. (*Прим. пер.*)

це концов, через несколько мгновений я должна буду выйти на сцену и поделиться с женщинами в зале посланием, призывающим к борьбе, изменению и расширению их прав и возможностей следовать концепции женщины, заложенной Богом с момента ее сотворения. Но единственное, о чем я могла думать в тот момент, была Ева.

Логически я могла понять, почему ее имени не было на футболках. Серьезно — кто в здравом уме хотел бы взять Еву к себе в команду? Она так легко соблазнилась и поддалась манипуляции, из-за чего предала все, что считала правильным, и ввязалась в авантюру, которая оставила ее (и всех нас в придачу) страдать в этом мире.

Если бы настоящая лампочка загоралась над нашими головами каждый раз, когда у нас происходило прозрение, в этот момент луч света в тысячу мегаватт ярко сиял бы над моей!

Сострадание к Еве свалилось на меня как снег на голову. В этот раз я смотрела на нее уже не сверху вниз, а с позиции сопереживания, которое может исходить только от знания о том, каково это — оказаться на месте кого-то другого. И в самый разгар конференции, где провозглашались добродетели женщин, живущие в вере и праведности, я могла думать только о Еве. Мое сердце жаждало вернуться в Эдемский сад, чтобы сказать ей, что она все еще имеет большую значимость, ценность и хорошие перспективы в будущем.

ЧАСТИЦА ЕВЫ ЖИВЕТ В ВАС

Значимость. Перспективы. Ценность. Разве не в этих словах нуждается каждый из нас? Особенно когда мы сами оказываемся в тех неизбежных ситуациях, через которые прошла Ева? Разве не было у каждого из нас случаев, когда мы знали, как поступить лучше, но не делали этого?

Давайте будем честны. Многие из нас часто выбирают путь, который довольно далек и от моральных, и от этических, и от духовных, и от эмоциональных целей. Тем не менее, Еву всегда яростно критиковали за подобный выбор. За выбор, который часто делаем и мы сами в некоторых ситуациях.

Если вас удивило или смутило последнее утверждение, позвольте мне доказать вам это.

Каждый день нам предоставляется масса возможностей сделать выбор в пользу того, что мы считаем хорошим и правильным для нас. Но если мы с вами похожи, то у вас, как и у меня, за день случаются моменты, когда все хочется послать к черту и нарушить все правила. То есть когда вы прекрасно знаете, как сделать лучше, но не делаете этого.

Возможно, вы, как и я, тайком съедаете в машине картошку фри с гамбургером, прежде чем вернуться домой на семейный ужин, на который приготовлены блюда, отвечающие принципам

здорового питания. Или вы чрезмерно увлекаетесь шопингом, зная, что покупаете вещи, которые вам не нужны (хотя убеждаете себя, что на самом деле жизненно необходимы). Или с остервенением маньяка ежедневно следите в социальных сетях за страницами тех, кто сделал вам больно, и копите в себе обиды, гнев, ненависть, причем иногда до такой степени, что хотите даже физически расправиться с обидчиком. А самое парадоксальное, что мы даже не сопротивляемся своим негативным эмоциям и мыслям. И считаем нормальным жить в состоянии неудовлетворенности, зависти и страха, в токсичных отношениях с окружающими, с вредными зависимостями, со стрессом, депрессией, со стыдом к самим себе... Список можно продолжать, но в конечном итоге все заканчивается чувством опустошенности. Но это ни в коем случае не приговор. Если вы все еще живете на этой планете, значит, все-таки есть в вашей жизни что-то, что вы делаете хорошо, по совести и справедливости. Поэтому как бы ни было тяжело отказаться от всего негатива, но это нужно сделать и начать двигаться к правильным целям.

Если вы ведете дневник (а если нет, сейчас самое время взять ручку и бумагу, которые вам понадобятся), я приглашаю вас на минуту заглянуть в вашу душу. Запишите в него, в какой сфере вашей жизни вы продолжаете ходить по кругу и в итоге чувствуете себя обесцененной, опустошенной?

Это, мои дорогие подруги, и есть ваш запретный плод. А теперь подумайте, как развитие к лучшему в этой сфере изменило бы вашу жизнь. Я хочу, чтобы вы усвоили новую модель поведения. И чтобы помочь вам с такого рода глубокими размышлениями, я добавила **раздел «Проработаем это»** в последующих главах. Пожалуйста, найдите время, чтобы каждый раз молиться, прежде чем приступить к проработке. Я думаю, вы будете поражены тем, как Бог чтит ваши молитвы и вашу работу.

ЧАСТИЦА ЕВЫ ЖИВЕТ ВО МНЕ

Мой первый разрушительный опыт с запретным плодом был отличным от опыта Евы. Я не жила тогда в райском саду, созданном Богом лично для меня, чтобы я наслаждалась спокойствием и красотой. И не прогуливалась целыми днями в чем мать родила, и не ощущала, как мягкая трава касалась моих ступней, и не слышала, как птицы щебетали у меня над головой. Я даже не могу сказать, что в моей истории фигурировал скользкий змей-искуситель, который проник в мой разум и разрушил жизнь.

По правде сказать, некого было винить за то, что со мной произошло и что заразило мою душу страхом, тревогой и депрессией. Мой плохой жизненный опыт пытался разрушить мою ценность и значимость. Как и Ева, я сознательно съе-

ла плод с дерева, что ожидаемо закончилось несчастьем.

С того момента озарения на конференции у меня была одна миссия: спасти Еву и всех подобных ей женщин. Таких женщин, как я. Женщин, которые иногда теряются во враждебном мире. Женщин, которые пытаются оправиться после неудач. Я хочу служить им, помогая им расти с того места, где они готовы начать, к месту, которое Бог обозначил как их финишную черту.

Моя цель — создать среду, в которой женщины будут чувствовать себя в достаточной безопасности, чтобы отследить каждый свой шаг в прошлом и увидеть, где боль, разочарование или неудача похоронили их надежду, потенциал и веру. Ведь когда мы осмеливаемся восстановить в памяти некоторые события прошлого, то узнаем, что те тяжелые переживания не только навредили нам, но и изменили наше отношение к таким фундаментальным понятиям, как любовь, дружба, семья.

То, что вы храбро пережили что-то, не означает, что вы не получили травмы. На самом деле нет ничего более необходимого для нашего пути к исцелению, чем признание того, что нас ранили. Как же сможем излечиться, если не признаемся, что испытываем боль?

Для тех из нас, кто не хочет признавать наличие травмы, чтобы лишний раз не копать в токсичном прошлом, позвольте мне уверить вас кое

в чем. Я не прошу вас заново пройти через горе, которое вы пережили. Я не веду вас к депрессии. И не собираюсь оставлять вас во фрустрации. Мы наконец-то подойдем к самой сути проблемы вместо того, чтобы убегать от нее. Мы пройдем по туннелю, который позволит нам воссоединиться с нашей душой, надеждами, страстью и силой. Мы перестанем лгать себе, что эти беды не происходили с нами, потому что есть осознание избавления от боли, более сильное, чем любая мучительная правда. Когда вы решитесь на возрождение после травмы, появится воскрешающая сила, которая потребует, чтобы ваши надежда, потенциал и вера были в боевой готовности. Еще лучшая версия вас уже готова появиться!

СПАСЕНИЕ

Внутри вас есть источник. В нем скрываются перспективы, дисциплина, стратегия, креативность и установки, которые будут постоянно открывать вам то, что Бог знает о вас в любой момент вашей жизни. Этот источник нельзя повредить. Этот источник не может иссякнуть. Он все еще сокрыт в глубине вашего сердца и давно ждет момента, чтобы выплеснуться наружу. Он будет орошать семена женщины, которой, по планам Бога, вы должны стать. Неважно, сколь многого вы достигли или как далеко находитесь от пусть даже самого

начала вашего пути. Если вы все еще живы, значит, существует еще более могущественная и целеустремленная женщина, которая ожидает того, чтобы пустить корни и принести плоды внутри вас. Моя задача — помочь вам копать внутри своей души до тех пор, пока этот источник не вырвется наружу и у вас не останется другого выбора, как только стать лучшей версией себя.

Эта новая версия вас сильна из-за ее уязвимости и подлинности. Она не отговаривает себя от получения поддержки, которая ей необходима, чтобы быть свободной. Эта версия вас не стесняется пути, который привел ее туда, где она находится сегодня. Эта версия вас убеждена, что здоровье дороже денег, она открывает свой бизнес, возвращается к учебе. Эта версия вас тратит и откладывает деньги, думая о финансовой стабильности (и избытке!). Она разбивает «стеклянные потолки»¹. Эта версия вас настолько целостна, что отношения для нее — лишь приятный бонус, а не необходимость. Эта версия вас считает, что ее потенциал безграничен, а небо — всего лишь другой уровень, а не предел.

¹ В тексте под «стеклянным потолком» имеются в виду существующие в некоторых обществах барьеры для женщин, препятствующие их карьерному росту. В широком смысле, «стеклянный потолок» — выражение, обозначающее неофициальный запрет на продвижение по должностной лестнице индивидов ввиду их принадлежности к определенным меньшинствам, дискриминируемым социальным группам. (Прим. пер.)

Ей дана возможность постоянно развиваться, потому что она очарована тем, как Бог раскрывает Его совершенный план и силу через ее сердце и руки. Эта версия вас не поддерживает идею о том, что это исключительно мужской мир, и верит, что в любой отрасли есть место для женщины, которая уверена в своей причастности, куда бы ее ни послал Бог.

Наш мир был дарован нам не как место, где один пол подчиняется другому. В Бытии 1:28 говорится: «И благословил *их* Бог, и сказал *им* Бог: плодитесь и размножайтесь, и наполняйте землю, и обладайте ею, и владычествуйте над рыбами морскими, над птицами небесными и над всяким животным, пресмыкающимся по земле» (курсив мой — *прим. авт.*). Это заявление было изначальным намерением Бога для *всего* человечества. Таким образом этот мир без преувеличения нуждается именно в вас. Нам нужно, чтобы вы плодились и размножились благодаря появлению на свет не только красивых младенцев, но и рождению невероятных идей и возможностей. А если вы не возьмете на себя обязательство заполнять эту Землю детьми и идеями, то найдутся другие, которые сделают такой же выбор — и вместе с вашим пустующим местом появится еще одна зияющая пустота. Таким образом вы подадите не самый лучший пример.

Ева, вкусив запретный плод, не изменила намерение Бога — она изменила только то, как Он будет выполнять это намерение. Бог по-прежнему

желал сотрудничать с Адамом, Евой и всем человечеством, чтобы раскрыть нашу способность проявлять Его божественность на Земле. Но из-за своего выбора Еве в будущем придется взять на себя сложную задачу — выйти за пределы порочности своей нынешней жизни и стать партнером Бога ради своего будущего.

Каждой женщине придется сражаться за Еву, чтобы проявить Божье видение наполнения и покорения Земли. Еве пришлось бороться, чтобы понять, какое место она занимает в этом мире. Ей пришлось бороться, чтобы не обращать внимания на свои ошибки и оставаться на связи с Богом и другими людьми. Еве приходилось бороться так, как будто от нее зависел мир — потому что так оно и было. Представьте, если бы мы перестали приуменьшать значение нашей борьбы и признали, что какой бы незначительной она ни казалась, если это мешает нам быть лучше, то это угроза не только нам — это угроза всему миру.

Дело не просто в вашей заниженной самооценке. Это не просто случайное беспокойство или депрессия. Это не просто горечь. Это угроза тому, кем вы призваны быть на этой Земле. Когда вы не становитесь лучше, мир тоже не может стать лучше.

Ева совершила ошибку, но у нее было адекватное представление о том, насколько важно вернуться на правильный путь. Моей миссией было спасти Еву,

потому что она была наказана за то, что сделала, но никто не оценил, как она проявила себя в ответ.

Я больше не вижу в Еве женщину, которую я критиковала. Я вижу в ней отражение себя и многих других женщин, которые смогли увидеть свое будущее только через призму, которая может создавать страх, стыд и разочарование. Я никогда не испытывала особого энтузиазма по поводу создания сообщества, в котором женщины могли бы общаться, расти и вдохновлять друг друга, пока со мной не случилось это прозрение о Еве.

Мне хотелось кричать во всеуслышание, что любая женщина, в которой есть решимость отказаться от того, что было, обязана принять участие в уязвимом процессе эволюции. Невозможно максимально реализовывать потенциал, который Бог вложил в каждую из нас, оставаясь такой, как раньше. Когда мы создаем пространство для изменений в нашей жизни, то воплощаем определение эволюции. *Эволюция* означает постепенное развитие, конкретно — от простой формы к более сложной.

Конечно, жизнь и без того достаточно сложная штука, поэтому мы склонны быть падкими на простое, а не на сложное. Но ведь быть сложным — это не то же самое, что быть запутанным, трудным. *Сложный* — это состоящий из множества разных и связанных между собой частей объект или субъект. В вас так много разных частей, которые составляют целое под названием «вы», но все ли эти ча-