

ЧЕГО БОИТСЯ СТРАХ?

ЧЕГО БОИТСЯ СТРАХ? Библейское руководство как приобрести Библейское
руководство как приобрести покой души

Copyright © 2020 Кулакевич, Рената

eBook ISBN-13: 978-1-0879-1560-9

Print ISBN: 978-1-0879-1557-9

© Оформление книги: *Tall Pine Books* 2020

© Spukkato Freepik.com

ЧЕГО БОИТСЯ СТРАХ?

БИБЛЕЙСКОЕ РУКОВОДСТВО КАК
ПРИБРЕСТИ БИБЛЕЙСКОЕ РУКОВОДСТВО
КАК ПРИБРЕСТИ ПОКОЙ ДУШИ

РЕНАТА КУЛАКЕВИЧ



СОДЕРЖАНИЕ

ОТ АВТОРА	vii
1. ОЧЕНЬ ВАЖНО!	1
2. БОЛЬНЕЕ, ЧЕМ РАНА	7
3. МНЕ НАДОЕЛО БОЯТЬСЯ	11
4. ТО, ЧЕГО БОИШЬСЯ, С ТОБОЙ И СЛУЧИТСЯ?	15
5. ЭВРИКА!	21
6. СТРАХ — ЭТО ДУХ?	25
7. Я ХУЖЕ ДРУГИХ?	39
8. ГДЕ БЕРУТ НАЧАЛО НАШИ СТРАХИ?	45
9. ИЗБЕРИ ЖИЗНЬ, ДАБЫ ЖИЛ ТЫ	55
10. СТРАХ ЛЕТАТЬ НА САМОЛЕТАХ	61
11. ДЕСЯТЬ ТЫСЯЧ МЕТРОВ НАД ЗЕМЛЕЙ	67
12. ОПАСНАЯ ЗОНА	79
13. ЗАКЛЯТОЕ	91
14. ЗА МОЕЙ СПИНОЙ	101
15. КНЯЗЬ ТЬМЫ	105
16. СТРАХ ОТВЕРЖЕНИЯ	109
17. ЧЕЛОВЕК Я НЕ РЕЧИСТЫЙ	117
18. БОЯЗНЬ МОРЯ И ГЛУБИНЫ	125
19. БОЯЗНЬ ВЫСОТЫ И СТРАХ СМЕРТИ	137
20. СВДС	145
21. МОЯ ИСТОРИЯ	155
22. НАСТУПИЛО ТО УТРО	159
23. МОЛИТВА СТРАХА	175
24. А ЧТО БУДЕТ ЗАВТРА?	183
25. ТАК ВСЁ-ТАКИ ЧЕГО БОИТСЯ СТРАХ?	193
ОБ АВТОРЕ	213

ОТ АВТОРА

Дорогой читатель», я рада встрече с вами!

Наверное, вы держите в руках мою книгу в поисках ответов на возникшие вопросы, ведь, скорее всего, вас мучит то же, что и меня многие годы: необоснованные, мучительные страхи — *фобии*. А может, вы здесь и по другой причине.

В любом случае надеюсь, что вы почерпнете из этой книги то, что даст вам силы помочь себе и другим. Очень много людей

«болеет» страхом и нуждается в помощи. Как бы мне хотелось услышать вашу историю жизни, ваши переживания! Я бы многому научилась от вас. Но вот так случилось, что вы в гостях у меня. Усаживайтесь поудобнее, возьмите чашечку чая и медленно, не спеша, читайте.

Расскажу вам всё, что узнала, нашла, открыла — все составляющие страхов. В эту книгу вошли кое-какие материалы, которые я написала для своих друзей в

«Фейсбуке», пока проходила самое сложное время в своей жизни — insult мужа. В то время я снова встретила со страхами. Каждая ситуация предлагает свой их «набор».

Если честно, было трудно, а иногда почти невыносимо. Но я приняла решение освободиться от фобий любой ценой и, сжав зубы, прошла этот путь до конца — до победы.

Фобия — это отвлечение от цели. Фокус сбивается, и вы внезапно попадаете в некую тюрьму в собственном теле. Это примерно как резинка, прикрепленная к вашему прошлому, которая тянет вас назад, несмотря на все ваши старания идти вперед. Прошли несколько шагов и понимаете, что снова летите назад с еще большей скоростью. И опять и опять, пока не опустились руки, и вы не сказали: «Это мой крест на всю жизнь!» Я тоже так думала. Неправильно думала! Так думать — это соглашаться стать рабом, притом что вы можете быть свободным. Я много лет боролась с этой «резинкой», пока не взяла «ножницы» и не отрезала ее. Ножницы — это истина, правда, которую нужно знать для того, чтобы разоблачить неправду. Фобия же — это неправда, искаженный вид на будущее, взгляд через разбитое зеркало.

Возьмем такой случай: когда-то вы попали в аварию и теперь без страха не можете ездить на машине. Вы смотрите на каждую поездку через зеркало, которое разбила та прошлая авария. Скорее всего, теперь в нем одни осколки, поэтому всей картины не видно, и ваше отражение в нем испорчено, искажено. Как бы хотелось увидеть себя в нем уверенным, с улыбкой, смелым взглядом. Но это невозможно, просто невозможно, поэтому, в очередной раз сядя в машину, в осколках зеркала вы видите лишь отражение того страшного момента, когда вы пострадали и сильно испугались.

А что, если таких разбитых зеркал у вас много, например, одиннадцать, как у меня?

Согласно информации из Интернета, в мире насчитывается где-то около сорока тысяч видов фобий. Оказывается, мы очень подвержены нелогичному, искаженному страху. У каждого человека есть свой, скажем, аномальный страх. Мы можем даже не замечать и не понимать, почему в какой-то сфере мы неуверенны, постоянно избегаем чего-то. Нередко это считается просто чертой характера.

Мои фобии окружали меня со всех сторон, и я не могла считать себя полноценной, цельной — чувствовала себя разбитой, неуверенной, многого в жизни избегала, отказывалась, не делала.

Зато теперь понимаю таких людей: они всё воспринимают через призму сомнений, переживаний и недоверия.

Я никогда не скажу: *«Да ты просто не бойся!»* Или: *«Чего боишься, то и случится с тобой»* (см.: Иов 3:25) (кстати, эти слова из Библии многие неправильно трактуют). Правильнее будет сказать: *«Давай разберемся, поговорим»*.

Зачастую некоторые, не поняв, не выслушав до конца, с насмешкой вам говорят: *«А чего ты боишься? Да перестань, большая проблема что ли?»*

Попробуй расскажи таким людям о том, как, парализованный страхом, ты не можешь сдвинуться с места в собственной кровати, пошевелить головой или закричать. Тебе страшно до звона в ушах, у тебя сводит живот, немеют пальцы. Или кто тебя поймет, когда ты в ступоре стоишь перед лифтом, потому что у тебя страх закрытого помещения, клаустрофобия.

Расскажи, как тебя охватывает страх после того, как

услышал ужасные новости от врача. Всё тело немеет, в горле ком, и долгое время слова не связываются друг с другом. Ты как будто падаешь в глубокую яму, в которой нет дна, всё вокруг становится совсем другим, мир меняется. И начинается ежедневная борьба с ощущениями страха, волнами ужаса.

Неизвестность заводит в тупик...

Или когда в собственном доме каждые десять минут ты смотришь в дверной глазок и проверяешь, не стоит ли там убийца, а потом спишь с включенным светом. А ты взрослый, у тебя уже дети...

Или перед тем, как выйти на сцену, тебя тошнит, и кажется, что ты хуже всех. Помню, как выбежала из зала, опозорившись перед сотнями людей. Просто меня со сцены внезапно кто-то попросил выйти и рассказать о проекте, который мы тогда только запустили. Я сидела в первом ряду. И, когда меня позвали, я замерла, потом спрыгнула с места и убежала из зала, спряталась в темном углу коридора и разрыдалась. Тот человек, который попросил меня сказать слово, не знал о моих страхах.

Потом он же сказал: «Рената, ты будешь выступать перед людьми!» Я смотрела на него, как на космонавта в скафандре: с какой планеты ты прилетел? У меня столько страхов! Я никогда не смогу этого сделать!

Но семя было посеяно. И из того семени проросла жизнь. Прошло несколько лет, и я начала выступать перед народом! Сказанная мне истина освободила из рабства мое мышление. Внезапно в какой-то части моего искаженного зеркала произошло чудо: несколько разбитых кусочков сошлись в одно целое, и я что-то увидела!

Может, и нужно боящимся людям говорить о том, что