Отвечает: Виктор Белоусов

Анна спрашивает: *"Здравствуйте, я очень нуждаюсь в совете и как поступать.Вот уже 4 года меня мучают страхи и физические недомогания из них год как я покаялась и пришла к Богу, но я изо дня в день живу в разных страхах- страхе болезней, смерти, плохих самочувствий. Дьявол связал меня страхом что я не могу думать иначе я на все смотрю через призму этого*
страха. Подскажите что нужно делать чтоб полностью избавиться раз и навсегда от этого мучения?"

Мир Вам, Анна!

Это процесс внутреннего изменения (духовного исцеления). Обычно он происходит не раз и все готово, а поступательно - шаг за шагом.

18 В любви нет страха, но совершенная любовь изгоняет страх, потому что в страхе есть мучение. Боящийся несовершен в любви.
(1Иоан.4:18)

32 и познаете истину, и истина сделает вас свободными.
(Иоан.8:32)

Это происходит через познание Божьей любви и Божьей истины.

2 и не сообразуйтесь с веком сим, но преобразуйтесь обновлением ума вашего, чтобы вам познавать, что есть воля Божия, благая, угодная и совершенная.
(Рим.12:2)

18 Мы же все открытым лицем, как в зеркале, взирая на славу Господню, преображаемся в тот же образ от славы в славу, как от Господня Духа.
(2Кор.3:18)

Каким образом практически это можно делать?

1) Ежедневно молитесь по обетованиям из Библии. Можно читать Псалмы 90 и 22-й, другие обетования что Вам близки. В молитве исповедуйте Божьи истины, исповедуйте Божью защиту, Божью любовь к Вам. Старайтесь это делать больше чем 10 минут в день. Такое действия не очень простое на самом деле и потребует некоторой внутренней дисциплины, сосредоточенности. Через пару месяцев Вы увидите отличия во внутренних реакциях.

2) Читайте Библию и книги верующих авторов, которые будут поднимать в Вас веру. Каждый день нас окружает разнообразная информация. Это новости, реклама, разговоры... Окружающий мир может вызывать сильный стресс, вводить в состояние

депрессии. Потому нужно включать поток правильной информации - из Божьего Слова и слов веры.

3) Общайтесь с верующими позитивными людьми. Просто общайтесь на разные темы. Не нужно постоянно "плакаться в жилетку" (мало у кого хватит терпения это долго слушать). Простой пример людей, что смотрят глазами веры, видят не только проблемы - но и настойчиво ищут решения - через такой пример Бог трансформирует нас. В христианской среде не так часто слышен этот совет. Обычно рекомендуют вообще "не смотреть на людей", потому что легче говорить "правильные вещи" чем делать "правильные дела". Но хорошие "живые" воплощения Библейских истин весьма важны для настоящего духовного роста. Этому учил Апостол Павел:

16 Посему умоляю вас: подражайте мне, как я Христу.
(1Кор.4:16)

17 Подражайте, братия, мне и смотрите на тех, которые поступают по образу, какой имеете в нас.
(Фил.3:17)

Божьих Вам благословений,
Виктор