Автор: admin
28.01.2011 22:36 - Обновлено 29.10.2014 16:54

Как перестать беспокоиться и волноваться?

Часто люди переживают по какому-нибудь поводу, а когда выясняется, что все нормально, начинают переживать о чем-нибудь другом. Это очень плохая привычка, потому что нервные напряжения быстро изнашивают организм, уменьшают его иммунитет и ведут к различным заболеваниям.

Один человек страдал от заболевания кожи лица. У него все лицо было покрыто прыщами, и никакие врачи не могли его от этого избавить. Этот человек постоянно был в нервном напряжении в связи со спецификой своей работы. Когда же он бросил ее, он излечился.

Никогда не стоит переживать. Если вы думаете, что так могут только изверги, роботы и всякие нелюди, то вы ошибаетесь. Переживание и сострадание – это разные вещи. Переживания – это проявления страха, а сострадание – проявление любви. Сострадания не изнашивают организм и не ведут к болезням.

В Библии сказано: “Ибо дал нам Бог духа не боязливости, но силы, и любви, и целомудрия”. Боязливость или переживания – это от дьявола и от этого нужно избавляться.

Человек должен поступать в соответствии с истиной в любой ситуации. Только это дает основу уверенности в том, что со своей стороны он все сделал правильно, с добрыми намерениями. Тогда человек в любом случае будет в выигрыше. Иметь добрую совесть – этого вполне достаточно для того, чтобы избавиться от переживаний. Поэтому христианам намного легче, чем неверующим, перестать беспокоиться. Они знают принципы, по которым стоит жить и жить счастливо.

Но независимо от того, знает человек или не знает, принципы все равно работают. Незнание закона не избавляет от ответственности. Жить с чистой совестью – это не тяжкий труд, как думают многие люди, а настоящее счастье! Это радость, которая переполняет человека. И это настоящая и полноценная жизнь.

Как можно жить, обманывая, воруя, сплетничая, злословя, завидуя и при этом не переживать и не волноваться? Да никак. Это невозможно. Грех происходит, когда человек допускает дьявола в свою жизнь, а дьявол всегда с собой приносит страх и суету. Можно попробовать оправдать свои грехи – но это только еще больше запутает и отдалит человека от понимания необходимости попросить за них прощения.

Очистить свое сердце от всякой нечисти – единственный путь к спокойствию, счастью и любви. Нужно хотеть избавиться от зла, тогда жизнь станет ярче и интереснее.

Чем больше человек очищает свое сердце, тем более спокойным и уравновешенным он становится. Но для того, чтобы очистить его, нужно попросить Бога в него войти. Стать

с Богом одним целым. Тогда человек начинает понимать, для чего он живет и как нужно относиться к жизни. Волнения и переживания уступают место спокойствию и уверенности.

Волнения и переживания – это глупости, которые несут в себе вред для человека. Избавиться от них - значит изменить свое отношение к жизни и, как следствие – свою жизнь. Это единственно правильный выбор.

Автор - **Александр Константинов**

Источник