

О страхе.

Пещера ждет. Она умеет ждать.  
И черный вход, как дуло пистолета.  
И разве камень может рассказать,  
Что манит нас туда? Зачем нам это?

Над нами многотонный потолок...  
Уходят вдаль седые галереи...  
Как вечный страх навис тяжелый блок...  
И из глубин столетий холод веет...

Автор неизвестен – по крайней мере, мне.

Прочитала практически все темы и удивилась – во многих, тем или иным образом присутствует тема страха.... Причем в некоторых настолько ярко, что образность языка просто пробирает до костей. И хотя, это скорее, мой личный уровень эмпатического восприятия, но от этого тема страха не перестает быть реальной проблемой...

Поэтому я и решила сюда написать.

Итак, откуда он берется, этот самый страх? Ответ очень простой – из опыта. Вспомните, ведь когда вы были маленькими, то не боялись влезть на дерево и прыгать с пяти метровой ветки на кучу песка или в речку. Не боялись бегать по балкам третьего этажа в старых развалившихся домах, играя в кваца. Не боялись лазить по обрывам и карьерам, роя пещеры в грудях песка. Не боялись подойти к любому человеку и сказать то, что думаете. Не боялись делать что-то, что в то время казалось таким увлекательным...

Страх появился потом. Он возник, когда вы узнали, что прыгая на кучу песка можно сломать ноги. Что на дне реки может быть арматура, а в самой этой реке можно и утонуть и судорогу схватить и все что угодно еще... Что балки гнилые и в любой момент могут рухнуть... Что эта груда песка может вас под собой похоронить, а человек может причинить нам боль или вред.... Оказалось, что такая интересная жизнь, окружающая нас до этого момента, просто кишит всевозможными смертельно опасными последствиями...

И стали мы жить осторожно.

Правда не все:) Те, которые не стали осторожничать, попали в категорию «экстрималов» и разделились на группы по интересам...

Вот тут все и начинается.

Но, поскольку писать можно очень долго, а читать не многие любят, да и времени обычно не хватает, решила ограничиться изложением «по пунктам» - так структурней и короче.

- 1- Чувство страха присуще абсолютно всем. Не бояться абсолютно ничего только полные идиоты, потому как у них напрочь отсутствует инстинкт самосохранения.
- 2- Нужно четко понимать: чего именно ты боишься, делать выводы и принимать меры разумной предосторожности.
- 3- Запомните, бояться – не стыдно – бояться – полезно! Чем большее количество страхов пройдет через вашу душу, тем сильнее вы станете.
- 4- Не надо бороться со страхом – его нужно просто принять, как факт, посмотреть ему в глаза, и признать его право на существование. И тогда страх из вашего врага станет вашим союзником. Когда вы с чем-то боретесь – вы этому отдаете всю свою энергию – то есть – вы сами подпитываете его существование и укрепляете его, сами слабея просто на глазах.
- 5- Главное противоядие от страха – это здоровое любопытство. Второе по значимости – объективная информация. Третье – признание того факта, что случайностей не бывает, и основные вехи вашей судьбы – прописаны вами же самими.
- 6- Не бойтесь смерти. Тем, кто боится именно этого стоит ответить себе честно всего на один вопрос: почему вы так боитесь умереть? И потом немного поискать в расширении обзора вашего ответа. Для тех же, кто боится умереть просто потому что «там неизвестно что» могу от чистого сердца посоветовать почитать Рампу, Гермеса. Посмотреть теории об измерениях, об астралях и о том, что вселенная устроена по принципу рециклических потоков - то есть замкнутая сама на себя энергетическая транспортная сис.ма. - нечто вроде ромашки из воронок с единым центром, наматывающих инфу. и выдающих материю... Жизнь не конечна – она бесконечна ☺

7- Вам нечего в итоге бояться кроме самого страха. Никто кроме вас самих не сможет избавить вас от страха – но это работа над собой – долгая, но увлекательная☺. Представьте, как здорово, проснувшись однажды утром, понять, что вы подружились с этой жизнью и ничего больше не боитесь☺

8- Чего боюсь я? Только переходить пропасть по бревну. Но, я знаю как это сделать не страшно – мне нужна всего лишь страховка. И страх превращается в адреналин☺

9- Заповедь – мысль материальна! Не моделируйте себе бесконечно свой страх – он станет реальностью. Входя в пещеру, в подземку, подходя к леднику, не думайте о том, что там опасно – вы и так об этом знаете, и, надеюсь, готовы к этому.

Думайте о том, что там вас ждет новое, красивое, неизведанное.

С радостью поздоровайтесь с новым местом и доверьтесь ему. Полюбите его.

И оно будет вас хранить☺