



Черпаючи силу з Божої благодаті

*«Бо яка користь людині,
як світ цілий здобуде,
а душу свою занастить?»*

Мт. 16:26

Ви тримаєте в руках книгу, що стала для мене особливою, адже я знайомий з авторкою задовго до її написання. І зараз ми з вами є свідками феномену людини, яка не лише не зламалася через випробування хворобою та втратами, але й зміцнилася у вірі, черпаючи силу з Божої благодаті.

Книга «ДУША моя і твоя» — це більше, ніж просто історія боротьби. Вона є духовним дороговказом з 7 ключових етапів очищення, зцілення та відновлення душі. Особливою книгу робить ще й те, що Христина — не просто віруюча людина, а й лікар-психіатр. Вона знає, як працює людська психіка, як душевний стан впливає на фізичне здоров'я, і навпаки. Але найголовніше — вона розуміє, що без Бога немає справжнього зцілення.

Головна ідея книги полягає в тому, що ми не самі у своїх труднощах — Господь завжди поруч. Замість нарікати на життя, ми покликані плекати свою душу, щоб вона була

гідним храмом Святого Духа. Вона нагадує нам, що сповідь, молитва, прощення, милосердя та довіра до Бога — це не просто красиві поняття, а реальні ліки для душі, які допомагають жити повноцінним, осмисленим і радісним життям.

Для всіх, хто шукає відповіді на запитання «Як жити справжнім духовним життям?», книга стане безцінним путівником. Вона — нагадування, що Господь завжди поруч, і що навіть у найтемніші часи віра є тим світлом, яке виведе нас на правильний шлях. Авторка свідчить, що лише у Христі можна знайти силу долати страждання та перетворювати їх на шлях до святості, адже «Силою Божою я все можу» (Флп. 4:13).

Вибір цієї книги означає, що ви прагнете зростати духовно та вчитеся бачити Божу руку навіть у важких випробуваннях. Нехай вона стане для вас підтримкою та натхненням у дорозі до Бога і до самих себе!

о. Юліан Тимчук



Моїм найріднішим присвячую

Книга присвячена **моїм найріднішим людям**, які були поряд зі мною увесь час на шляху до зцілення! Людям, які молилися за мене і, навіть, не знаючи про мої сльози і душевний біль, дали мені стільки любові... що я змогла вижити. Так, мене зцілив Бог, і лише Йому моя найбільша подяка, але той шлях до зцілення був встелений не лише моєю вірою, надією, силою духу і бажанням жити посеред фізичних і духовних випробувань! Мій шлях був вимощений і любов'ю найрідніших, даних мені Богом.

Дякую за безкінечні молитви! За мозолі на руках від Вервиці, а на ногах — від клякання перед Розп'яттям. **Дякую** за недоспані ночі. **Дякую** за втомлені дні. **Дякую** за дієтичну їжу, яку щоразу придумували, аби мені не набридло бува. **Дякую** за видумані та зроблені своїми руками солодоці. **Дякую** за тарілку саморобного печива з смішних фігурок))). За невтомні пошуки «чарівної пігулки», коли молитви брали паузу на кілька годин, аби поїсти, поспати, хоча б на трішки виглянути на світ Божий... **Дякую** за приємні нескінченні сюрпризи. **Дякую** за мої посмішки. **Дякую** за розуміння без слів! **Дякую** за час ДЛЯ МЕНЕ. **Дякую** за ВІРУ в мене. **Дякую** за самопожертву заради мене!!! **Дякую**, що присвятили рік свого життя мені з 100 % віддачею себе,

всі решта років були на 90 %, де було так багато розуміння без слів, підтримки без прохання, віртуозної розради (бо без краплі жалюгідного співчуття, яке ламає людей). **Дякую** за ненав'язливу допомогу в кожному моєму кроці... Мені було комфортно приймати її.

Особливе моє «**дякую**» **донечці**, за те, що вона просто була, є і буде. **За її щирі молитви на Вервиці в її сім років...** За найтепліші в світі обійми і найжаданіші в світі слова: «Мамусю, я так тебе люблю. Ти собі не уявляєш як... А ти будеш жити, коли я буду вже старенька? Я хочу, щоб ти була зі мною до кінця мого життя...» Хіба я могла не вижити?

І найтрепетніше моє ДЯКУЮ — Ісусу.

...Все моє життя — це чисте полотно. Нікому не дозволяю на ньому малювати, окрім Нього. Він — геніальний художник для мого полотна, **Він — мій Бог!** Кожен штрих, кожна тінь, намальована Ним, є шедевральна, бо там, де люди бачать відчай, я бачу Світло...

Я ЛЮБЛЮ ТЕБЕ, як вмію! Прийми мою любов, Ісусе, переміни її так, щоб була гідною Тебе, будь ласка.



До мого читача

Коли я почала писати цю книгу, то була сповнена великим натхненням і бажанням прокричати на її сторінках про свій шлях, аби допомогти іншим впоратися із найстрашнішим ворогом людини... з лукавим, що прийшов до мене, в яких лише можна собі уявити образах: втрата сім'ї, втрата дитини, рак, доленосні незрозумілі невдачі, «банкрутство», зради «друзів», злодіяння недругів... Все це був він...

Згодом мені траплялися «схожі» книги, які вже були написані монахи́нями, психологами, священниками, я зустрічала в соціальних мережах книги, які ще писалися, але вже точно мали розповідати про Бога... про власні переконання, здогадки, про особисту філософію з Богом, яку можна було занотувати, спостерігаючи світ. І тут я завагалася... А чи моє творіння гідне конкурувати або ж стояти поряд з тими іншими всесвітньо визнаними книгами? Я знецінила власну книгу, коли курсор бликав на двадцятій сторінці першого абзацу. Мені все менше хотілося писати... сильнючі настирливі сумніви брали гору... ніколи б не подумала, що піддамся їм.

Якщо раніше писала щодня, то після «безпідставних» сумнівів я зазирала в ноутбук аж один раз у два-три тижні. Літератори скажуть: «Та це жахіття...», інші «звична справа»... Я теж так думала і воно ще більше відтягувало мене від написання. Свідомо і підсвідомо розуміла, що це не добра думка, яка працює проти мене, та нічого вдіяти не могла.

Втомлена безкінечними життєвими траблами я ледве витискала з себе крихту енергії, аби все-таки не зупинитися і дописати книгу... Вона, як виявилося пізніше, НЕ є подібною на інші, поруч з якими не сміла ставити свою, тому енергії побільшало, а опір незрозумілій «лінії» ставав сильнішим. Так тривало рік... цілий рік повільного шкрябання по клавіатурі ноутбука... Повірте, то було жалюгідне видовище... але до моменту, коли все-таки я усвідомила ту неподібність! А все тому, що я була не спостерігачкою, не дослідницею, не аналізаторкою, не здогадливою, чи то інтуїтивною філософінею, яка захотіла про щось написати книгу, я була тим «піддослідним кроликом», який отримав шанс відчувти все, про що пишуть так багато, досвідчити особисто, прожити, і вже тоді написати **власну** історію величезного шматка свого життя. Історію, побудовану на основі непростих відносин з Богом, а тому обов'язково з підступами лукавого. Чому обов'язково? Тому що там, де кличуть Бога, лукавий обов'язково втрутиться, щоб завадити покликати Його **ще раз**.

...Я старалася щиро просити Бога дати сил перебороти «лінь» і врешті-решт дописати книгу... просила, усвідомлюючи, що цей непродуктивний стан триватиме вічно, а я так і не зможу протистояти енергетичним блокам, які відверто «тримали мене за руки». Він почує... Відтоді писалося «на одному диханні». Я поспішала якнайшвидше розповісти, нічого не опустивши... Моя книга більше не ниділа поміж сумнівів, які навіть на тому етапі мого духовного розвитку все ще конвульсивно випробовували мене. Не можна допускати слабінку, коли впевнена, що лукавий вже немає доступу до твоїх думок, проблем, які рояться навколо кожного твого дня... Тому що та впевненість і є слабінкою... Допоки ми на землі, в тлінному тілі, доти він не здасться у боротьбі

проти нас. Єдина виправдана впевненість — це достеменно доглянута Душа, яка пов'язана з Богом не лише своєю архетипністю, а й кожним наступним днем після народження і до самої смерті, днем, у якому всю нашу свідомість займає виконання Божої волі — любити Його, себе і людей. А більше нічого і не треба для щастя правдивого, у якому є все.

...Я написала її. Написала з величезними потугами. Метафорично показавши свої долоні кожному, хто мандруватиме сторінками книги, бо на них написана моя Доля — страхітлива бувальщина тендітної Душі, що досвідчила щось більше, аніж логіка.

Я не знаю, хто читатиме мою книгу: провінційний актор чи столична вчителька, можливо, студент-першокурсник, або ж поважна професорка, скромний робітник, чи то відома співачка... Але я маю величезну мрію, аби читалося всім... І нехай так станеться, що «за збігом обставин» або просто «випадково» ця книга потрапить у руки безлічі людей... бо те, що я написала у цій книзі, звернено до кожного, незалежно чим людина живе, який у неї соціальний статус, освіта, рівень культури та моральні цінності. Всі ми є однаковими в одному: ми — люди. Створені одним Богом і народжені на цей світ спочатку задля однієї спільної місії, а вже потім кожен індивідуально для своєї. Як би ми не старалися відділити себе один від одного, зробитися кращими, вартіснішими, успішнішими, або ще краще мудрішими — є однаковий шлях для всіх, шлях, який нікому не вдасться оминати. Якщо ж ми будемо сходити з нього або, не дай, Боже, взагалі не почнемо торувати його, то ризикуємо заблукати назавжди посеред чужого світу, що ніколи не стане рідний людям. Наша домівка не тут, тут наше випробування, так зване кінематографічне, але життєве «Джуманджі» — завдання дане «Всесвітом» —