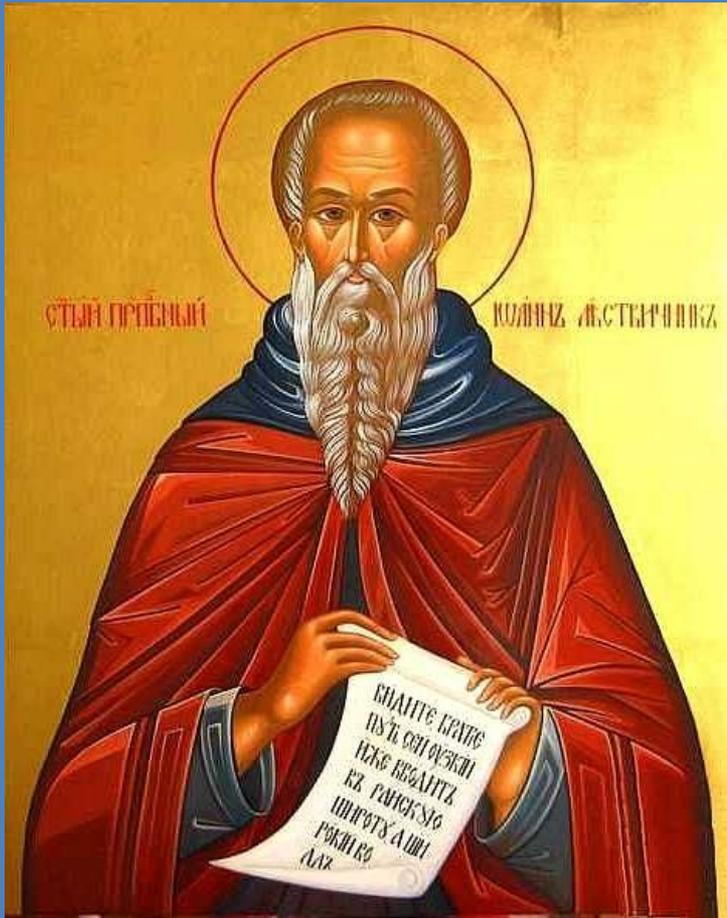


# Страсть печали.



**Печаль – чувство грусти, скорби, душевной горечи. В своем втором значении – забота, беспокойство.**

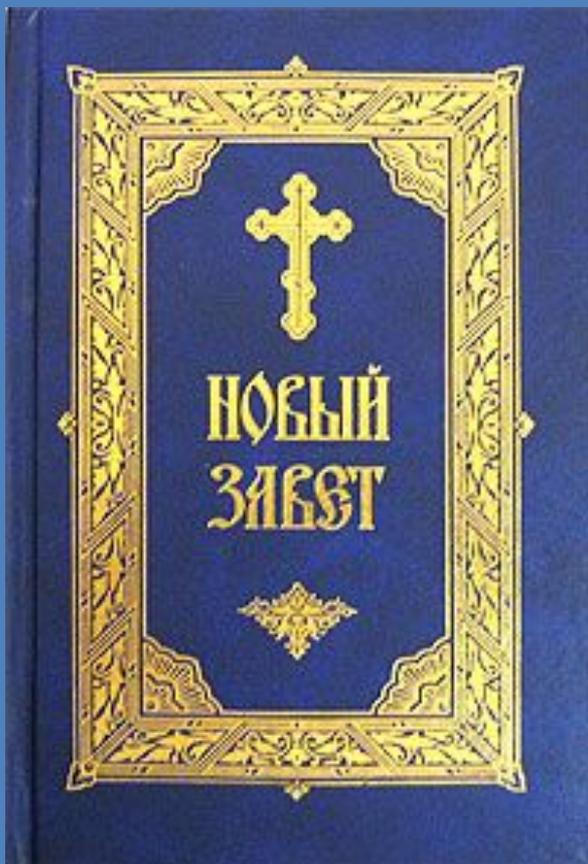
- Чаще всего печаль появляется в душе человека, который имеет глубокую привязанность ко всему земному. Прп. **Иоанн Лествичник** пишет: *«Если кто возненавидел мир, тот избежал печали. Если же кто имеет пристрастие к чему-либо видимому, то еще не избавился от нее; ибо как не опечалиться, лишившись любимой вещи?»* (Леств.2:7).



- Печаль бывает полезной для нас, когда возникает от покаяния в грехах.
- Прп. **Иоанн Кассиан Римлянин** пишет о следующих причинах возникновения печали:
  - 1) от предшествующего гнева;
  - 2) от неисполнения желаний;
  - 3) из-за убытков и потерь;
  - 4) без видимых причин;
  - 5) из-за неразумных забот;
  - 6) из-за страха за свою участь



# Священное Писание о страсти.



- **«Теперь я радуюсь не потому, что вы опечалились, но что вы опечалились к покаянию; ибо опечалились ради Бога, так что нисколько не понесли от нас вреда. Ибо печаль ради Бога производит неизменное покаяние ко спасению, а печаль мирская производит смерть»**

# Средства борьбы со страстью.

- Главные средства борьбы с печалью – молитва со слезами и созерцание будущих благ.
- 1) Средствами борьбы с печалью являются: молитва, милосердие и нестяжательность, по слову прп. Иоанна Лествичника (Леств.26:195).
- 2) Кто возненавидел мир – тот избежал печали. (Леств.2:7).
- 3) Размышления о будущих благах и блаженстве в раю.
- 4) Молитва со слезами.
- 5) Есть особая молитва, текст которой составил святитель **Игнатий Брянчанинов**

- **святитель Игнатий  
Брянчанинов:**

*«Слава Богу за все.*

*Господи! Предаюсь Твоей  
святой воле! Будь со мной  
воля Твоя.*

*Господи! Благодарю Тебя за  
все, что Тебе благоугодно  
послать на меня.*

*Достойное по делам моим  
приемлю; помяни мя,  
Господи, во Царствии  
Твоем».*



# Страсть уныния.



- Уныние – мрачное, подавленное состояние духа, гнетущая тоска, лень.

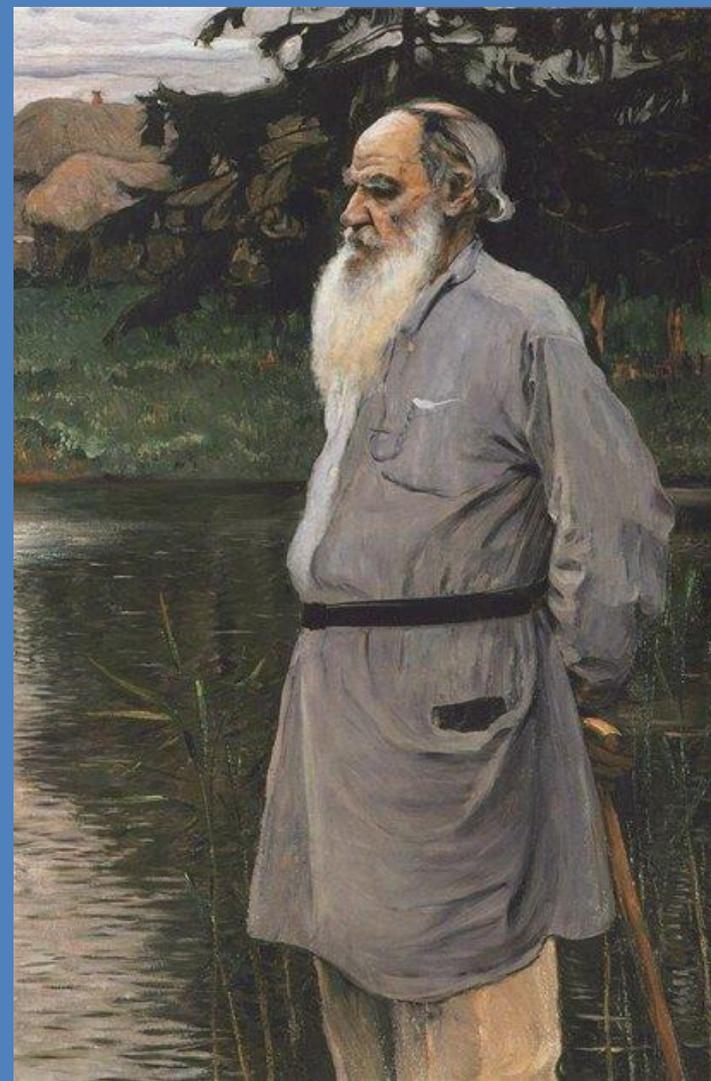
## **Страсть уныния имеет два проявления.**

**Первое** – уныние, вгоняющее в сон: лень на молитве, чтении, работе.

**Второе** – уныние, гонящее из дому в поисках общения и развлечения. Сюда же можно отнести желание ходить и принимать гостей, просмотр телевизора, посещение дискотек, компьютерные игры и т.п. действия. Хотя надо уметь отличать страсть от присущего всем желания общения, т.к. человек существо социальное. Здесь главным является стремление к золотой середине.



- Причинами уныния бывают: уединение, тяжелый физический труд, постоянные развлечения, не исповеданные грехи. Иногда уныние является без всякой причины. Интересный пример проявления этой страсти приводит **Л.Н.Толстой**: *«С тех пор, как я приехал сюда, каждый день в 6 часов вечера начинается тоска как лихорадка, тоска физическая, ощущение которой я не могу лучше передать, как то, что душа с телом расстается»*. Он же пишет и о том, что развлечения не могут избавить от уныния: *«Несмотря на все удовольствия Парижа, на меня нападает невыразимая тоска»*



# Священное Писание о страсти.

**«Что унываешь ты, душа моя, и что смущаешься? Уповай на Бога, ибо я буду еще славить Его, Спасителя моего и Бога моего» (Пс.41:6).**

## Средства борьбы со страстью.

**Главные средства борьбы с унынием– трезвение, усердие ко всякому доброму делу.**

- 1) Одним из средств борьбы с унынием является молитва, соединенная с надеждой на Бога (Пс.41:6).
- 2) Молитва благодарения (см. молитву свят. Игнатия Брянчанинова в страсти печали).





3) Прп. **Амвросий Оптинский** дает следующее наставление в отношении уныния: *«Скука унынию внука, а лени дочь, чтоб отогнать ее прочь, в деле потрудись, в молитве не ленись, тогда и скука пройдет, и усердие придет. А если к сему терпения и смирения прибавишь, то от многих бед себя избавишь»*. Большое значение имеет в борьбе со страстью уныния труд.

4) Не менее важным средством борьбы с унынием является терпение.

5) Иногда единственным средством борьбы с унынием является сон.