



*Уныние,
терпение,
смирение*

Священное
Писание
и
церковный
опыт

АЗЫ ПРАВОСЛАВИЯ

Азы православия

**Уныние, терпение,
смирение. Священное
Писание и церковный опыт**

ТД "Белый город"

2017

УДК 392:27-29
ББК 63.5

Уныние, терпение, смирение. Священное Писание и церковный опыт / ТД "Белый город", 2017 — (Азы православия)

ISBN 978-5-485-00566-5

В этой книге собраны цитаты из Священного Писания и высказывания святых отцов о том, как не поддаваться «великой ночи» уныния, как найти силы терпеть – недостатки ближнего, болезни, обиды, разные трудности и скорби – и укрепить в своей душе эту «царицу добродетелей», что делать для приобретения смирения, которое принесет затем радость духа и веселье мудрости. Когда мы не знаем ответа, то идем за советом к тому, кто переживал то же, что и мы, и нашел ответ. Высказывания святых – это их жизненный опыт, их сердечный совет каждому человеку.

УДК 392:27-29

ББК 63.5

ISBN 978-5-485-00566-5

, 2017

© ТД "Белый город", 2017

Содержание

Уныние	6
Терпение	17
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Уныние, терпение, смирение. Священное Писание и церковный опыт

© Издательство «ДАРЪ», 2017

© ООО ТД «Белый город», 2017

Уныние

Должно всегда молиться и не унывать.

Лк. 18, 1

* * *

Делая добро, да не унываем; ибо в свое время пожнем, если не ослабеем.

Гал. 6, 9

* * *

Прошу вас не унывать при моих ради вас скорбях, которые суть ваша слава.

Еф. 3, 13

* * *

Вы же, братия, не унывайте, делая добро.

2 Фес. 3, 13

* * *

Не пренебрегай наказания Господня и не унывай, когда Он обличает тебя.

Евр. 12, 5

* * *

Укрепите опустившиеся руки и ослабевшие колени.

Евр. 12, 12

* * *

Что унываешь ты, душа моя, и что смущаешься? Уповай на Бога; ибо я буду еще славить Его, Спасителя моего и Бога моего.

Пс. 42, 5

* * *

Памятование о смерти и наказаниях есть меч против беса уныния.

Преподобный Ефрем Сирий

* * *

Не будьте радостными, когда приглашают пить вино, и мрачными и унылыми, когда должно пить воду.

Преподобный Ефрем Сирин

* * *

Будем, возлюбленный, постоянны сердцем, – слабость сердца противна добродетели. Потому не станем малодушествовать, если случится с нами небольшое уныние, но будем сами себя приневоливать, подобно доброму путнику. – Когда случится ему ослабеть на пути, не отказывается он от цели дальнего путешествия, но утешает себя словами: «Еще немного, и дойдешь до ночлега, и отдохнешь». Господь, видя, как тот принуждает себя, подает ему силу, облегчая затруднения.

Преподобный Ефрем Сирин

* * *

Предающийся унынию далек от терпения, как больной – от здоровья. Добродетель познается не в унынии, но в терпении. Терпение же обновляется и укрепляется, когда ум занят созерцанием и помышлением о том. Питаемый таким образом ум приобретает силы, как тело от вкушения чувственных снедей. Если же ум не пожелает такой благодати и достоинства, то действительно сделается бедным и немощным. Поэтому, свергнув с себя пристрастие к вещественному, упражняй ум в Божественном делании.

Преподобный Ефрем Сирин

* * *

Блажен, кого не низложила как немужественного страсть уныния, но он взял совершенное терпение, за которое все святые получили венцы.

Преподобный Ефрем Сирин

* * *

Если дух уныния будет тревожить тебя, возлюбленный, то не падай, но помолись Господу, и даст тебе долготерпение, а после молитвы сядь и собери свои помыслы и утешай душу свою.

Преподобный Ефрем Сирин

* * *

Если хочешь препобедить уныние, займись хотя бы ненадолго каким-нибудь рукоделием, или читай, или часто молись.

Преподобный Ефрем Сирин

* * *

Подлинно, уныние есть тяжкое мучение душ, некоторая неизреченная мука и наказание, горшее всякого наказания и мучения. И в самом деле, оно подобно смертоносному червю. Касаясь не только плоти, но и самой души, оно – моль, поедающая не только кости, но и разум, постоянный палач, не ребра рассекающий, но разрушающий даже и силу души, непрерывная ночь, беспросветный мрак, буря, ураган, тайный жар, сжигающий сильнее всякого пламени,

война без перемирия, болезнь, затемняющая многое из воспринимаемого зрением. И солнце, и этот светлый воздух, кажется, тяготят находящихся в таком состоянии, и сам полдень для них представляется подобным глубокой ночи. Вот почему и дивный пророк, указывая на это, говорил: *зайдет солнце для них в полудне* (Ам. 8, 9), не потому, что светило скрывается, и не потому, что прерывается обычный его бег, а потому, что душа, находящаяся в состоянии уныния, в самую светлую часть дня воображает себе ночь. Подлинно, не так велик мрак ночи, как велика ночь уныния, являющаяся не по закону природы, а наступающая с помрачением мыслей, – ночь какая-то странная и невыносимая, с суровым видом, жесточайшая всякого тирана, не уступающая скоро никому, кто пытается бороться с ней, но часто удерживающая плененную душу крепче адаманта, когда последняя не обладает большой мудростью.

Святитель Иоанн Златоуст

* * *

Уныния и лености усердно хранись, если хочешь вскоре снискать себе вечное сокровище.

Святитель Димитрий Ростовский

* * *

Не унывай, человек, не унывай и не будь холодным в Божественной Господней любви, но всегда воспалйся и возжигайся к Его любви. Всегда разжигай свое сердце, всегда восклицай к Нему, дабы не остаться тебе когда-либо во тьме нечувствия и окаменения.

Святитель Димитрий Ростовский

* * *

Возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим, и всею душою твою, и всем разумением твоим, и всею крепостию твоею (Мк. 12, 30), да будешь на все богоугодные дела поспешен и благорасположен. Ныне же ты потому тяготишься и унываешь в богоугодном деле, что истинно Господа твоего не любишь, ибо если бы ты истинно Бога возлюбил, то не ленился бы на славословие Его пресвятого имени, в богоугодном деле не унывал бы.

Святитель Димитрий Ростовский

* * *

Под бременем должности мужайся о Господе и внутренний крест уныния носи в терпении и благодарении милосердного Бога, посещающего нас скорбными наведениями. Ему приятны человеки не в покое и веселии, но в печи смирения, которое оправдывает судьбы Вышнего с благодарением. По множеству же болезней в сердце утешения возвеселят душу твою. Уповай на Бога, а не унывай! От Того спасение.

Преподобный Моисей Оптинский

* * *

Ты затрудняешься чувствованием духа уныния. Неудивительно. Наш непрерывный подвиг не с ним одним, но и с сегомоглавым, а трусить не должно, не на свою смотря немощь, но на Божию силу. *Господь просвещение мое и Спаситель мой: кого убоюсь? Господь защитник жизни моей: кого устрашусь* (Пс. 26, 1)? Я заметил в себе, что уныние нездоровые и мрачные

производит помыслы, и когда увлекаюсь ими со сложением, усиливаю тем дух уныния, когда же глаголами псаломника ободряю себя, говоря: *Почему прискорбна ты, душа моя? и почему смущаешь меня? уповай на Бога* (Пс. 41, 6), – то тем выдерживаю подвиг, обретаю облегчение и успокоение. И ты, брат, возмогай о Господе – и будешь видеть спасение Его, только отнюдь не ищи своей воли. *Не ищю Моей воли, но воли пославшего Меня Отца* (Ин. 5, 30), – сказал Господь.

Преподобный Моисей Оптинский

* * *

Уныние и уклонение от должности по указанию одного губительного духа уныния показывает, что ты еще и доселе ходишь не в истинном разуме и не в вере... С твоею волею... я отнюдь не согласен, а Божией – предаюсь неограниченно и боюсь помыслить вопреки.

Преподобный Моисей Оптинский

* * *

Видите, что не должно приходить вам в уныние при прохождении вами подвигов, но иметь надежду на благодать Божию, оных же не оставлять по силе своей и возможности.

Явно, что враг ратует вас помыслами, будто бы никакой пользы не получаете от прохождения оных, ибо, прекратив их, повергает уже свои горькие плевелы, различные помыслы и страсти, с чем согласно пишет святой Исаак Сирин: «Не о правилах истязен нас Господь в День тот, но как с оставлением их входят в нас нечистые помыслы».

Преподобный Макарий Оптинский

* * *

Скука и уныние, бываемые с вами, не что иное, как брань монашеская, ко искусу вам посылаемая.

Святые и великие мужи были этими бранями искушаемы, но еще не в такой мере, а непомерно сильнее, и этим наказывалась их к Богу любовь, то и вы в посещении вас ими не пренемогайте¹, но мужественно стойте, терпя, – и облак уныния разженется, и воссияет свет, тишина и спокойствие.

Преподобный Макарий Оптинский

* * *

Мрачность-то духа, хотя и ко искусу посылается иногда, однако все надо испытать: не за гордость ли посылается? И надо смириться.

Преподобный Макарий Оптинский

¹ Пренемогать – изнемогать. – *Здесь и далее примеч. ред.*

* * *

Во время сухости и томности также не должно падать в ров уныния и отчаяния, не искать в себе того, чего мы недостойны – великих дарований Божиих, а успокаиваться на смирении, считая себя недостойным оных.

Преподобный Макарий Оптинский

* * *

Предлагаю совет против уныния: терпение, псалмопение и молитва.

Преподобный Макарий Оптинский

* * *

От уныния спасай себя, как от недуга блудного. Он из числа семи смертоносных страстей.

Преподобный Макарий Оптинский

* * *

Бывают дни красные, радостные, бывают и черные, мрачные от разных житейских неприятностей. А это указывает, чтобы в радости не забываться, а в неприятностях не слишком упасть духом, ибо как после ненастья бывают дни красные, так и после уныния весело бывает на душе.

Преподобный Антоний Оптинский

* * *

А что вы мало молитесь Богу и редко когда читаете, я жалею о том, ибо у вас на все прочее время есть, а на молитву и чтение нет его. От этого-то вы и чувствуете в себе уныние, и тоскливость, и беспокойство о своей неизвестности, и недоверчивость. А когда будете чаще пребывать в молитве, и печаль свою во всем возлагать на Господа Бога, и уповать на Его всеильную помощь, тогда Он и успокоит вашу душу.

Преподобный Антоний Оптинский

* * *

Итак, возлюбленное мое чадо, ни о чем не унывай, а на Бога уповай и старайся при случающихся неприятностях затверживать это: во имя Господа Иисуса Христа все терплю.

Преподобный Антоний Оптинский

* * *

Страсть уныния – лень ко всякому доброму делу, в особенности к молитве. Оставление церковного и келейного правила. Оставление непрестанной молитвы и душеполезного чтения. Невнимание и поспешность в молитве. Небрежение. Неблагоговение. Праздность. Излишнее успокоение сном, лежанием и всякого рода негой. Перехождение с места на место. Частые

выходы из кельи, прогулки и посещения друзей. Празднословие. Шутки. Кошуны. Оставление поклонов и прочих подвигов телесных. Забвение грехов своих. Забвение заповедей Христовых. Нерадение. Пленение. Лишение страха Божия. Ожесточение. Нечувствие. Отчаяние.

Святитель Игнатий (Брянчанинов)

* * *

Уныние значит та же лень, только хуже. От уныния и телом ослабеешь, и духом. Не хочется ни работать, ни молиться, в церковь ходишь с небрежением, и весь человек слабеет.

Преподобный Амвросий Оптинский

* * *

Нападет на тебя тоска – читай Евангелие.

Преподобный Амвросий Оптинский

* * *

Помнишь слова: *Соединяющийся с Господом есть один дух с Господом* (1 Кор. 6, 17), – относятся к тому, чтобы быть осторожным против неуместной дремоты и зевания, еже бывает от уныния, по сказанному: *Воздрема душа моя от уныния* (Пс. 118, 28); уныние бывает оттого, что не презрели мы еще тщетной славы и дорожим мнением человеческим или хоть не дорожим, а не отвергли еще его.

...Если желаете, то можете опять стремиться и направляться к тому, что душу облегчает и успокаивает, а с другой стороны, должны постараться оставлять все то, что обременяет душу и совесть и отягчает самое тело, так как уныние, от рассеянности начинаясь в душе, переходит и на самое тело и обоих отягчает и расслабляет.

Преподобный Амвросий Оптинский

* * *

Скука – унынию внука, а лени – дочь. Чтобы 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 зол себя избавишь.

Преподобный Амвросий Оптинский

* * *

Замечаешь, что у тебя бывает уныние от большой суеты и от упущения правила, а также от большого понуждения и трудов. Прибавлю к этому: бывает уныние и от тщеславия, когда что не по-нашему делается или другие толкуют о нас не так, как бы нам хотелось. Еще бывает уныние от рвения непосильного. Мера во всем хороша.

Преподобный Амвросий Оптинский

* * *

...В болезненном положении нужно избирать средства к своему успокоению в собственном смысле действительные, а не кажущиеся только действительными, которые более могут повредить, нежели воспользоваться²... Всего более необходима и полезна молитва, т. е. призывание милости и помощи Божией во всякое время, кольми паче в болезни, когда страждущий утесняем бывает или болезнью телесной, или безотрадным томлением душевным и вообще печальным и унылым настроением духа, что ясно подтверждает и святой апостол Иаков, говоря: *Злостраждет ли кто из вас, пусть молится* (то есть призывая милость и помощь Божию), *весел ли кто, пусть поет псалмы*... (см. Иак. 5, 13). Советую тебе в настоящее время читать эти письма <святителя Иоанна Златоуста к диакониссе Олимпиаде> со вниманием и перечитывать: в них ты увидишь, как полезно терпеть болезни и всякие скорби с благодарением и покорностью воле Божией, хотя дело это и очень небеструдное. Но что делать? Надобно же направляться к душеполезному исходу из затруднительного положения, а не просто действовать так, как представляются нам вещи. Кроме нездоровья телесного, надобно поискать еще и причин душевных к уяснению печального и мрачного расположения духа.

Преподобный Амвросий Оптинский

* * *

1. Тоску и скуку враг наводит

Пишете, что тоска и скука томит. Беды ведь внешней – видимой – никакой нет?! Так это вражье дело. Враг не любит покойных сердец... и вот он ухитряет каким-то образом сердце сжимать и сладкий покой из него изгонять. Молитесь к Господу и Божией Матери... и пройдет... Только не ропщите и не досадайте на это, а говорите: по делам, по делам! И прибавляйте: прости, Господи, грехи мои, ведомые и неведомые. Враг томит без толку, а вы, обратив сие томление в томление о грехах, перехитрите его, сделав его орудием доброго душевного чувства.

2. Появление уныния: а) при отсутствии благодатных влечений; б) при пресыщении от чтения и размышления

Сказав, что «Царствие Божие обнаруживается», Сперанский продолжает: «Тогда, когда все размышления, все рассуждения о предметах небесных становятся сухими, скучными, безвкусными...» Нет, не так: то влечение не есть следствие этого безвкусия, а безвкусие есть следствие того влечения. Надобно сказать так: когда то влечение обнаружится, тогда прекращается всякая своеличная деятельность, умом ли или другими силами, и желания ее нет; разве только враг может подходить и на что-нибудь наводить, внушая, что то и то тебе надо сделать или обдумать, чтоб развить начинающееся доброе состояние. У Сперанского это выражено слишком сильно: «сухими, скучными, безвкусными», тогда как довольно было сказать: все прекращается и оставляется. Если эти слова Сперанского понять так, как они звучат, то они будут указывать на бывающие в духовной жизни остановки от сухости, безвкусия и скучности. Это припадки духа уныния, мучителя подвижников. Но тогда не бывает никаких благодатных влечений; напротив, отсутствие их и бывает причиной уныния. Тут место только молчаливому терпению. Бывает также нечто похожее на это, когда кто долго читает со вниманием и углубленно размышляет о читаемом; душа насыщается тогда и читать более не хочет, и требует утомленному вниманию отдыха в молитве. Само собою видно, что тут бывает влечение совсем

² Принести пользу.

не то, о котором идет речь: тут обычная потребность отдыха, обнаруживаемая утомленной душой, подобно тому, как обнаруживается она утомленным телом.

Святитель Феофан, Затворник Вышенский

* * *

Не унывай – враг будет нападать, что уже и испытываешь. Новоначальный – ему сподручнее, как всякий нетвердо стоящий для опытного борца. А чтобы не быть таковой, т. е. неискусной и шаткой, читай непременно каждый день авву Дорофея или святого Иоанна Лествичника. В их книгах – великая сокровищница уроков для духовной жизни. И если будешь идти указанным ими путем по силе твоей, верь, не погибнешь и наследуешь Царство Вечное.

Преподобный Анатолий Оптинский

* * *

Если во время или вне молитвы враг запнет душу твою какими либо хулами или мерзостями, не унывай от них, но скажи с твердостью в сердце своем: для очищения от этих-то и подобных им грехов и пришел на землю Господь наш Иисус Христос, в этих-то и подобных им немощах духа и пришел Многомилостивый помочь нам; и когда скажешь эти слова с верой, сердце твое тотчас успокоится, ибо Господь сердце твое очистит. Вообще ни от какого греха как от мечты не надо унывать, а уповать на Спасителя. О, безмерное благоутробие Божие! О, величайшее служение Богочеловека нам грешным! И доньше Он помогает человеколюбиво, очищая и спасая нас. Итак, да посрамится держава вражия.

Святой праведный Иоанн Кронштадтский

* * *

И святыми Божиими овладевало дьявольское отчаяние и уныние. Что же с нами грешными? О, нас враг уязвляет часто сердечным озлоблением, уничижением и лютым унынием! Нужно постоянно обращаться ко Господу и быть с Ним каждую минуту, чтобы не овладело нами вражье озлобление и уныние. Есть и еще средство избавиться от вражьи уныния – пространный путь мира: только предайся удовольствиям света, и оставит тебя уныние, по крайней мере на время удовольствий; а потом повлечет тебя к этим удовольствиям, и они сделаются для тебя потребностью, ты будешь находить в них и только в них одних отраду и веселье; но сохрани Бог всякого христианина от того, чтобы таким средством избавиться от дьявольского уныния. Лучше идти тесным путем, терпеть уныние и искать частой помощи и избавления у Господа Иисуса Христа, веселящего трудящихся Его ради над спасением своим, нежели сойти на пространный и гладкий путь мира и там удовольствиями плоти купить свободу от духа уныния. Враг духом уныния многих согнал с тесного и спасительного пути на широкий и гладкий, но гибельный путь.

Святой праведный Иоанн Кронштадтский

* * *

Не унывайте же, подобные мне грешники, но только веруйте в Сына Божия. Уважайте друг друга, грешники, и не презирайте никакого грешника, ибо все мы – грешники, и всех пришел спасти, очистить и до небес вознести Сын Божий.

Святой праведный Иоанн Кронштадтский

* * *

Когда смущает тебя и повергает в уныние сердце твое злоба людей, вспомни, как бес-
предельно любит тебя всемогущий и всеправедный Господь Бог, Который до времени терпит
злобу и потом во время свое достойным образом наказывает ее.

Святой праведный Иоанн Кронштадтский

* * *

Не надо унывать, а благодушно и с терпением переносить находящийся на душу нашу мрак
сердца, расслабляющий и нудящий к нетерпению и злобе огонь, скорбь и тесноту, зная, что это
необходимо в порядке нашей духовной жизни, что этим Господь испытывает нас, не похулим
ли мы путь истинный, путь святой веры и добродетели и не соизволим ли пути лукавому.

Святой праведный Иоанн Кронштадтский

* * *

Уныние, случающееся с нами от неудачи в каком-либо деле, особенно священническом,
которое мы делаем для других, и стыд на лице происходит от врага нашего бесплотного, кото-
рый везде ищет нас поглотить, яко лев рыкающий, и нудит нас ко всякой неудаче, ко всякому
греху. Поэтому чтобы быть беспрепятственным в деле, надо готовиться к нему предварительно
разумным изучением его, соединенным с воздержанием и молитвой; надо стремиться к совер-
шенству во всем и не давать места диаволу. Если случится неудача в деле, не надо поддаваться
унынию, но, признав перед Богом свой грех и свою немощь, смириться перед Ним, отвергнуть
свое самолюбие и, не стыдясь, признаться в своем грехе и в своей неосмотрительности, в лено-
сти или слабости и грех свой повергнуть в бездну милосердия Божия, прося Его милости и
помощи на будущее время к доброму и успешному совершению своего дела.

Святой праведный Иоанн Кронштадтский

* * *

Чем, какими страстями ни бороли бы тебя враги, терпи без уныния, без озлобления, с
кротостью и смирением и не допусти в сердце движения нетерпения, злобы, ропота и хулы.

Святой праведный Иоанн Кронштадтский

* * *

Кто знает постоянство и злобность над собой врагов бесплотных, тот не станет много
унывать, хотя и всячески они повергают сердце его в уныние; тот не станет и раздражаться
на все, зная, что они (враги) всячески побуждают к раздражительности, всячески побуждают
злоститься, завидовать, прилепляться к деньгам и вещественным стяжаниям. Только – необ-
ходимое условие – надо быть внимательным к себе, ибо враг нередко прикрывается нашим
самолюбием и как бы ратует за наше благополучие, сам же положительно губит нас. Надежда
христианская! Сколь многие лишены тебя через козни невидимых врагов! Сколь многие впа-
дают в отчаяние и лишают себя жизни! Вспомним добровольных удушенных, утопленников
и иным образом налагающих на себя руки, затем пьяниц и прочих.

Святой праведный Иоанн Кронштадтский

* * *

Дух Святой называется Утешителем по существу Своему, которое есть мир, радость и блаженство бесконечное, и по действию Своему на души верующих, которых Он утешает, как мать, в их добродетелях, в их страданиях, скорбях и болезнях, в их подвигах за веру; называется еще Утешителем в противоположность злomu духу уныния, который часто приражается к душам нашим. Всякое явление имеет причину. Так, сотворив какое-либо доброе дело, вы радуетесь, находите утешение в душе своей. Отчего? Оттого, что в вас Дух Утешитель, везде Сый и вся исполняй, Сокровище благих³, Который утешает вас. Напротив, сделав что-либо худое или и не сделав ничего худого, вы ощущаете иногда в душе убийственное уныние. Отчего? Оттого, что вы допустили овладеть собой злomu духу уныния. Например, вы становитесь на молитву, и вами овладевает уныние, между тем как до молитвы его не было; или вот вы принимаетесь читать какую-нибудь книгу духовного содержания, например Священное Писание, и вами тоже овладевает уныние, леность, сомнение, маловерие и неверие. Отчего? Оттого, что вас искушают, над вами коварствуют злые духи уныния, сомнения и неверия. Вы в церкви у Богослужения, и вам скучно, тяжело, лень – на вас напало уныние. Отчего опять? Оттого, что над вами коварствуют злые духи уныния и лености. Или вы принимаетесь за сочинение духовное, например за проповедь, и в вашем сердце, в вашем уме мрак, холод, а во всем теле – расслабление. Отчего? Оттого, что в вас коварствуют невидимые враги. Доказать это легко: только не стань всего этого делать, и будет так легко и приятно, будет такой простор в душе и сердце – откуда что возьмется! Потому Дух Святой совершенно необходим всем нам во всех благих делах наших: Он есть наша сила, крепость, свет, мир, утешение.

Святой праведный Иоанн Кронштадтский

* * *

Пусть никто не унывает из грешников, сколь бы он ни был грешен, но да упоает получить прощение и очищение всех грехов своих; ибо мы имеем Спасителя, по благодати с нами присутствующего всегда в Церкви Своей, особенно в Святых Тайнах, Который снисшел очистить нас от всякого греха, только бы мы веровали в Него, искренне и невозвратно каялись и причащались с верой и любовью пречистого Тела и Крови Его.

Нам нужно быть только мудрыми духовно, чистыми и незлобивыми, чтобы Дух Божий был с нами и в нас и действовал через нас. Если ненавидят нас ради имени Иисуса Христа, мы должны радоваться. Будем терпеть: только за терпение до конца обещано спасение. Значит, спасение – весьма важное дело, когда оно обещается как награда терпящим до конца.

Святой праведный Иоанн Кронштадтский

* * *

Унынию не поддавайся, а всегда старайся веселой и довольной быть, это вполнину облегчает скорбь.

Преподобный Иосиф Оптинский

³ Молитва Святому Духу.

* * *

От уныния спасайся плачем о грехах. «Когда унываешь, – говорит апостол, – молись, а когда весела, то пой псалмы и песни духовные» (ср.: Иак. 5, 13).

Преподобный Иосиф Оптинский

* * *

Уныние терпи и не поддавайся ему, а принуждай себя или делать что-нибудь, или правило исполнять.

Преподобный Иосиф Оптинский

* * *

Уныние потерпи со смирением – это от врага, надо потерпеть для спасения. Да не осуждай других, а то и от этого бывает уныние.

Преподобный Иосиф Оптинский

* * *

Только бы не впасть в уныние, ибо уныние порождает отчаяние, а отчаяние уже смертный грех.

Преподобный Варсонофий Оптинский

* * *

Послушник каялся батюшке, что проспал лишний час.

– Это вас борет бес уныния. Он всех борет. Борол он и преподобного Серафима Саровского, и преподобного Ефрема Сирина, который составил всем известную молитву: «Господи и Владыко живота моего...» Смотрите, что он поставил на первом месте: «Дух праздности», и, следствие праздности, «уныния не даждь ми», – говорит он. Это – лютый бес. На вас он нападает сном, на других уже наяву унынием, тоской. На кого как может, так и нападает. Ведь вы не можете сказать, что вы находитесь в праздности...

– Да, батюшка, почти нет минуты свободной.

– Ну вот, он на вас и нападает сном; ничего, не скорбите.

Преподобный Варсонофий Оптинский

Терпение

Претерпевший же до конца спасется.
Мф. 10, 22

* * *

Терпением вашим спасайте души ваши.
Лк. 21, 19

* * *

Испытание вашей веры производит терпение; терпение же должно иметь совершенное действие, чтобы вы были совершенны во всей полноте, без всякого недостатка.
Иак. 1, 3–4

* * *

Будьте долготерпеливы до пришествия Господня. Вот, земледелец ждет драгоценного плода от земли и для него терпит долго, пока получит дождь ранний и поздний. Долготерпите и вы, укрепите сердца ваши, потому что пришествие Господне приближается.
Иак. 5, 7–8

* * *

И не сим только, но хвалимся и скорбями, зная, что от скорби происходит терпение, от терпения опытность, от опытности надежда.
Рим. 5, 3–4

* * *

Но когда надеемся того, чего не видим, тогда ожидаем в терпении.
Рим. 8, 25

* * *

Утешайтесь надеждою; в скорби будьте терпеливы, в молитве постоянны.
Рим. 12, 12

* * *

Злословят нас, мы благословляем; гонят нас, мы терпим; хулят нас, мы молим; мы как сор для мира, как прах, всеми попираемый донныне.
1 Кор. 4, 12–13

* * *

Любовь долготерпит.

1 Кор. 13, 4

* * *

Мы отовсюду притесняемы, но не стеснены, мы в отчаянных обстоятельствах, но не отчаиваемся; мы гонимы, но не оставлены; низлагаемы, но не погибаем.

2 Кор. 4, 8–9

* * *

Вы терпите, когда кто вас порабощает, когда кто объедает, когда кто обирает, когда кто превозносится, когда кто бьет вас в лицо. К стыду говорю, что на это у нас недоставало сил.

2 Кор. 11, 20–21

* * *

Плод же духа: любовь, радость, мир, долготерпение, благость, милосердие, вера.

Гал. 5, 22

* * *

Господь же да управит сердца ваши в любовь Божию и в терпение Христово.

2 Фес. 3, 5

* * *

Для того я и помилован, чтобы Иисус Христос во мне первом показал все долготерпение, в пример тем, которые будут веровать в Него к жизни вечной.

1 Тим. 1, 16

* * *

Терпение нужно вам, чтобы, исполнив волю Божию, получить обещанное.

Евр. 10, 36

* * *

И мы, имея вокруг себя такое облако свидетелей, свергнем с себя всякое бремя и запинаящий нас грех и с терпением будем проходить предлежащее нам поприще.

Евр. 12, 1

* * *

Знаю твои дела и любовь, и служение, и веру, и терпение твое, и то, что последние дела твои больше первых.

Откр. 2, 19

* * *

Господь долготерпелив и многомилостив.

Числ. 14, 18

* * *

У терпеливого человека много разума, а раздражительный выказывает глупость.

Притч. 14, 29

* * *

Долготерпеливый лучше храброго, и владеющий собою лучше завоевателя города.

Притч. 16, 32

* * *

Конец дела лучше начала его; терпеливый лучше высокомерного.

Еккл. 7, 8

* * *

Терпеливый до времени удержится и после вознаграждается веселием. До времени он скроет слова свои, и уста верных расскажут о благоразумии его.

Сир. 1, 23–24

* * *

Нет и меры терпению, если оно растворено смиренномудрием.

Преподобный Ефрем Сирин

* * *

Дарование терпения – от Господа, и любящим Его дарует Он его; обладающие им избавятся от многих скорбей.

Преподобный Ефрем Сирин

* * *

Нет и меры терпению, если только оно срастворено (соединено с) любовью.
Преподобный Ефрем Сирин

* * *

Потерпи Господа в день скорби, чтобы покрыл тебя в день гнева.
Преподобный Ефрем Сирин

* * *

Каждый должен, сколько нужно, терпеть недостатки ближнего с упованием на Бога. Но горе тому, кого терпят, а он не разумеет того!

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.