

**ЗАМЕНИТЬ
ЗАВИСТЬ
РАДОСТЬЮ**

**Итак, когда собрались они, сказал им
Пилат: кого хотите, чтобы я отпустил
вам: Варавву, или Иисуса, называемого
Христом? 18 ибо знал, что предали Его из
зависти. (РСП66 От Матфея 27:17,18)**

**Когда они шли, при возвращении
Давида с победы над
Филистимлянином, то женщины из
всех городов Израильских выходили
навстречу Саулу царю с пением и
плясками, с торжественными
тимпанами и с кимвалами. 7 И
восклицали игравшие женщины,
говоря: Саул победил тысячи, а
Давид - десятки тысяч! 8 И Саул
сильно огорчился, и неприятно было
ему это слово, и**

он сказал: Давиду дали десятки тысяч, а мне тысячи; ему недостает только царства. 9 И с того дня и потом подозрительно смотрел Саул на Давида. 10 И было на другой день: напал злой дух от Бога на Саула, и он бесновался в доме своем, а Давид играл рукою своею на струнах, как и в другие дни; в руке у Саула было копье. 11 И бросил Саул копье, подумав: пригвожду Давида к стене; но Давид два раза уклонился от него. (РСР66 1-я Царств 18:6-11)

Гавные грехи

Глáвные грехи́, — термин, которым в католическом богословии называют основные пороки, лежащие в основе множества других грехов. В восточной христианской традиции их принято называть семью смертными грехами. Число семь ввёл папа Григорий I Великий. Он перечислил семь грехов, которые затем включил в катехизис церкви, в сочинении под названием «Толкование на Книгу Иова, или Нравственные толкования».

Список семи грехов :

- Гордыня
- Зависть
- Гнев
- Уныние
- Алчность
- Чревоугодие
- Похоть, блуд

**Удивительно, но мы склонны
каяться пред Богом за гнев, блуд. Но
кому в голову приходит признать
уныние грехом.**

**А гордыня разве заметна для
собственного глаза.**

**А кто не любит вкусно поесть. И в
чём тут каяться?**

**А про зависть мы даже сами себе не
хотим признаться, что завидуем.**

Грехи, касающиеся
нашего отношения к
людям, никому не
видны, но они
являются
родоначальниками
многих других страстей.

**Отцы церкви относили
зависть к смертным
грехам, которые
являются причиной
других грехов.**

**Всю нашу жизнь все нас
учат поступать
нравственно, т.е. по
установленным
правилам. Иисус учил
людей поступать и
нравственно, и духовно.**

В чём отличие?

**Нравственность
(мораль) – это нормы
поведения,
сложившиеся в данном
сообществе людей. Это
наши слова и дела.**

**Нравственность
меняется от эпохи к
эпохе, от культуры к
культуре, от религии к
религии.**

**Духовность — это мысли
и отношение.**

***Я могу поступать
совершенно
нравственно, не
выходя за рамки
приличия, но при этом
у меня могут быть
ужасные мысли и
отношение к людям.***

И наоборот, я могу очень
чувствительно и
самокритично отнестись к
своему плохому поступку,
раскаиваясь перед Богом.
Но люди воспринимают
меня, как человека
безнравственного.

10 два человека вошли в храм помолиться: один фарисей, а другой мытарь. **11** Фарисей, став, молился сам в себе так: Боже! благодарю Тебя, что я не таков, как прочие люди, грабители, обидчики, прелюбодеи, или как этот мытарь: **12** пощусь два раза в неделю, даю десятую часть из всего, что приобретаю. **13** Мытарь же, стоя вдали, не смел даже поднять глаз на небо; но, ударяя

себя в грудь, говорил: Боже! будь милостив ко мне грешнику! 14
Сказываю вам, что сей пошел оправданным в дом свой более, нежели тот: ибо всякий, возвышающий сам себя, унижен будет, а унижающий себя возвысится. (РСП66 От Луки 18:10-14)

***Христиане должны
поступать и
нравственно и
духовно. Но
нравственно с точки
зрения учения Христа,
а не мирских
представлений.***

**Если у меня негативное
отношение к человеку,
тогда нужно задать себе
три вопроса:**

- Сделал ли человек вред мне и моей семье?**
- Причинил ли он мне экономический ущерб?**
- Посягает ли он на моё?**

***Если на все вопросы
отвечаю «нет», то
нужно покаяться.***

***Нужно задать
вопрос: почему у
меня такое
отношение?***

***Мы ответственны не
только за свои слова
и дела, но за
отношение и мысли.
Потому что они
будут дальше
формировать мои
слова и действия.***

**Неправильные мысли
ведут к вражде и
ненависти.**

**Если ты в заносчивости своей
сделал глупость и помыслил злое, то
[положи] руку на уста; 33 потому
что, как сбивание молока
производит масло, толчок в нос
производит кровь, так и
возбуждение гнева производит
ссору. (РСП66 Притчи 30:32,33)**

**Христианские
пустынники
упражнялись в
благочестии в 4-х
сферах.**

- **Зрение**
- **Речь**
- **Слух**
- **Отношение**

1) Оберегай зрение.

Упражнение.

Если ты видишь красивую женщину, то ты должен опустить глаза и помолиться: «Господи, благодарю Тебя, что Ты так красиво сотворил этого человека. Помоги ему, чтобы его красота не помешала ему войти в Царствие Небесное».

2) Поправляй свою речь.

Упражнение.

- Искоренять самооправдание и обвинение. Если человек говорит: «Ты меня ранил, обидел». А я говорю: «Это твои проблемы». Это неправильно. Нужно попросить прощение за то, что я ранил. Нужно говорить не извини, а прости. Извини – это значит, я имел ввиду другое. И вообще, это твои проблемы.**

**Прости – это значит я
останавливаюсь, я буду следить,
чтобы это не происходило.**

- Не допускать зависть, гнев,
печаль, уныние. Начать
практиковать себя говорить
комплименты, научиться радоваться
успехам других.**

3) Сохранять слух.

Упражнение. Если я становлюсь свидетелем разговоров о другом человеке, то это чаще всего граничит со сплетнями и осуждениями. В этом случае я должен:

- Перевести тему. Например, попросить о помощи. Это меняет тему без оскорбления собеседника.**

- **Убежать от плевел (лукавый сеет плевелы). Если не можешь перевести разговор, лучше уйти.**
- **Помолиться за сплетника.**

**4) Бодрствуй над отношением,
внутренним состоянием сердца.**

**Всё, что ведёт меня к
скрытому и тайному
отношению, аскетизм
пытался искоренять это
из сердца.**

**Христианские аскеты
говорили, что самая
распространённая
страсть — зависть. Её
надо выявлять. Если не
делать этого, то
приходит ненависть к
человеку.**

**Зависть - это такая
страсть, в которой люди
не считают нужным
каяться и просить
прощение за это. Она так
глубоко кроется, что её
трудно сразу распознать
и избавиться от неё.**

**Кроткое сердце - жизнь для тела, а
зависть - гниль для костей. (РСП66
Притчи 14:30)**

**Зависть начинается со
сравнения, порождает
недовольство, приводит к
печали и заканчивается
ненавистью.**

- **Начинается с констатации факта: у него это есть, а у меня нет.**

- **А почему это у него есть, а у меня нет? Недовольство.**

● Активная зависть: что сделать, чтобы у него этого не было. Ты понимаешь, что ты ничего не можешь сделать, чтобы у него этого не было. Наступает печаль.

- **Если это не заметить и не раскаяться, приходит тихая ненависть. Она в свою очередь перерастает в открытую вражду и разрушение отношений.**

Зависть — это форма
печали.

**Нужно научиться
трансформировать
зависть в радость за успех
других.**

Порядок действий.

- У него это есть, а у меня нет.
- Как он достиг этого?
- Спросить у Бога, нужно ли мне иметь тоже самое. Это очень важный момент. Нужно знать своё призвание, чтобы не распылаться на другие вещи, к которым я не призван. Завистливый человек не знает, чем ему нужно заниматься, поэтому у него много времени подсматривать за другими.

- Если да, то я признаю, что я хочу поучиться у него этому. Я не буду гордым, чтобы попросить его о помощи или совета.
- Что я должен сделать, чтобы у меня было тоже самое?
- Видя его успех, я буду радоваться, начну говорить ему комплименты и выражать свою благодарность.

Практическое задание.

- Составить список тех, кому я завидую.**
- Спросить у Бога, нужно ли мне то, чему я завидую.**
- Если да, то наметить план достижения.**
- Практиковать радоваться успехам других и говорить комплименты и слова благодарности.**