25/05/2020

Депрессия в эпоху после окончания карантина? Слова отцов Церкви лечат наши души и наше волнение



Уже второе воскресенье подряд были открыты церкви, и тысячи людей по всей Греции приложились к иконам, помолились и причастились, спустя два месяца после закрытия церквей.
Именно веры придавала всем сил в эти сложные времена.
Все это время именно молитва придавала бодрости христианам. Молитва и слова отцов Церкви бальзамом ложились на душу, были утешением в минуты отчаяния и давали ответы на все вопросы.

Предстоятели, Архиереи, святогорские монахи, священники и верующие объединили свои усилия перед лицом испытаний, обретая силы.

Православные христиане проявили огромное терпение и выдержку, в очередной раз доказав, что вера — именно тот «инструмент», который помогает человеку справиться с трудностями в жизни.

Согласнно новому исследованию, недавно опубликованному в медицинском

периодическом издании JAMA Psychiatry, частое участие в религиозных таинствах может помочь в профилактике заболеваний, связанных с психическим здоровьем; исследование было порведено при участии работников сферы здравоохранения, которые в последние месяцы испытали на себе большие нагрузки.
Исследователи с факультета общественного здоровья из Университета гарварда доказали, что те, кто посещают храмы, реже идут на самоубийство или в случае проблем пытаются забыться при помощи различных препаратов.
Исследователи отмечают, что отчет дополняет предыдущие исследования и доказывает, что всечеловеческие религиозные ценности и принципы любви и милосердия делают людей более устойчивыми к психологическим проблемам.

В Православии есть много утешительных высказываний, которые могут стать человеку опорой и поддержкой.

Цветник мудрости.

Мы приведем лишь некоторые из цитат, которые помогали нам выжить в эти сложные дни.

«Можно принять лекарство, и пройдет у тебя боль в желудке, но если не пройдет огорчение, снова он будет болеть. Не соглашайся с рассуждениями, кооторые тебя расстраивают, чтобы не потерять те дары, которыми одарил тебя Господь. Чем более правильным будет твое суждение, тем более спокойным ты будешь, и тем лучше будет твое здоровье, и не нужны тебе будут лекарства», — говорил старец Паисий.

Тот, кто надеется на Господа, мирно идет по жизни и проходит свой путь без волнений и забот. Он не сдается перед испытаниями, а напротив надеется, что даже в ббезвыходной ситуации Господь укажет выход. В вере человек получает надежду на правосудие.
св. Нектарий, епископ Пентаполийский

наступают очень трудные времена, но по милости Господа нашего и со святой водой нам нечего бояться.
старец Гавриил Цафос

Вместо того, чтобы думать о происходящем и преувеличивать его размеры, давайте вспомним что-нибудь из Евангелия и применим это к нашей ситуации. И утешимся мы происходящим и будем усердно трудиться во имя Христово.
старица Феосемни, игуменья монастыря Хрисопиги в Ханья о. Крит

Три ступени у смирения: На первой ступени ты подчиняешься старшим и не возвышаешься над равными. На второй ступени ты подчиняешься равным и не возвышаешься над младшими. И на третьей ступени ты подчиняешься младшим и считаешь себя ранвым тварям безмолвным и недостойным общения с людьми.
старец Амвросий

Одиночество может заставить человека заболеть и лишиться сил. Но только любовь в силах излечить и воскресить весь мир.
старец Моисей Святогорец

Церковь — это убежище души. Она похожа на Ноев ковчег. Все, кто вошли в ковчег, спаслись, все, кто остались снаружи, утонули. Так и Церковь. Все, кто прибегают в ней, спасаются от потопа грехов. Все, кто остаются снаружи, тонут в пучине заблуждения и разложения.
св. Иустин Попович

Когда плоть наша страдает от болезней, истощается она и чувствует себя измученной и бессильной. Когда же она здорова и получает плотские наслаждения, она радуется, счастлива и превосходит саму себя. Но мы не должны придавать значения обманчивым чувствам плоти.
св. Иоанн Кронштадский

Нет ничего случайного в нашей жизни. Господь заботится о самых мелких деталях нашей жизни. Он ен пренебрегает нами, мы не одни в этом мире. Он любит нас, Он думает о нас постоянно и защищает нас.
св. Порфирий Кавсокаливит

Духовное состояние человека, не подверженное духовным испытаниям и телесным заболеваниям, безусловно, далеко не самое лучшее при изобилее земных благ. Тогда сердце создает все виды греха и страстей, которые приводят человека к духовному увяданию и смерти.
см. Иоанн Кронштадский

Стресс — это болезнь души и не зависит от материального дефицита. У

здорового человека могут быть миллионы на счету в банке, а жить он будет в стрессе. Стресс можно побороть в уверенном сражении и с доверием к провидению Господнему.
прп. Порфирий Кавсокаливит

Психиатры и психологи говорят
о комплексах и наследственности,
так как незнакома им душа человека,
которая излечивается только божественной любовью
и живет в радости Христовой.
прп. Порфирий Кавсокаливит