

Когда нас что-нибудь гнетёт, молитва может расслабить состояние напряжения. Так говорит Св.Писание: “Только в Боге успокаивается душа моя: от Него спасение мое. Только Он - твердыня моя, спасение мое, убежище мое: не поколеблюсь более”. (Псалтирь 61:2-3)

Напряжение (например, загруженность работой), которого нельзя избежать, может помочь нам возрастая в вере и в характере. Так говорит Св.Писание: “И не сим только, но хвалимся и скорбями, зная, что от скорби происходит терпение, от терпения опытность, от опытности надежда”. (Римлянам 5:3-4)

Нажим извне не обязательно должен означать напряжение изнутри. Так говорит Св.Писание: “Не заботьтесь ни о чем, но всегда в молитве и прошении с благодарением открывайте свои желания пред Богом, и мир Божий, который превыше всякого ума, соблюдет сердца ваши и помышления ваши во Христе Иисусе”. (Филиппийцам 4:6-7)