

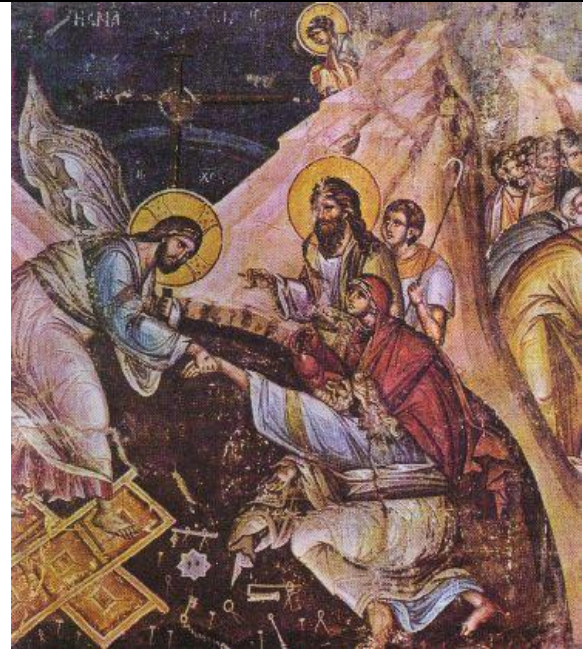
Ukrainian Orthodox Church of Canada Українська Православна Церква в Канаді L'Église orthodoxe ukrainienne du Canada

[Home Page](#) | [Listing of Articles](#)

**14-та Неділя по
П'ятидесятниці: Яка ціль
болючих почуттів?**

**Fourteenth Sunday after
Pentecost:
What is the purpose of
painful emotions?**

Fr. Ihor Kutash - о. Ігор Куташ
kutash@unicorne.org



Св. Ап. Павло каже в сьогоднішньому Апостолі (2 Коринтян 1:21-2:4): «[З] великого горя та з туги сердечної я написав вам з рясними слізьми не на те, щоб були ви засмучені, але щоб пізнали любов, що в мене її пребагато до вас!» Павлові слова дають нам ціну настанову щодо людських співвідношень. Люди, які намагаються встановити справжні зв'язки з другими не можуть завжди оминати потреби висказати те, що висказати важко – справи зв'язані з почуттями, а особливо з почуттями болю, гніву та смутку. Не можемо ми завжди говорити ласкаві та приємні слова у наших взаємовідносинах з іншими людьми. Всі ми – різні і неодмінно часами прочешимо одне одного «проти шерсті».

Це ж Сам Творець дав нам

St. Paul says in today's Epistle (2 Corinthians 1:21-2:4): "[O]ut of much affliction and anguish of heart I wrote to you, with many tears, not that you should be grieved, but that you might know the love which I have so abundantly for you". Paul's words give us a valuable lesson regarding human relations. Humans striving for an authentic relationship can not avoid expressing things that are hard to say – matters associated with emotion, particularly feelings of hurt, of anger, of sadness. We cannot always say soft and pleasant things when we are relating with other people. We are all different and therefore bound to rub each other the wrong way from time to time.

Our Creator Himself is the One Who has given us emotions. They serve a very important purpose, just as pain serves an important purpose in the maintenance of

почуття. Вони служать важливій меті, подібно як біль служить важливій меті в збереженні здорового тіла. Біль каже нам, що є щось таке, що загрожує нашому фізичному здоров'ю і ми мусимо доглянути це, а то зазнаємо недугу а навіть смерть. Почуття служать тій же самій цілі для нашого ума та душі. Болючі почуття кажуть нам, що щось загрожує нашому психічному та духовному здоров'ю, і ми повинні звернути увагу на них і прийняти відповідні кроки, щоб повернути собі рівновагу та спокій душі.

Наприклад гнів каже нам, що щось потурбувало наш сенс про те, що справедливе й чесне. Ми мусимо задуматися про це. Чи можна щось зробити, щоб направити справу? Чи може в нас надто високі сподівання? Чи можна справу полагодити тим, щоб просто простити обіду та піти вперед, чи може ми повинні висловити своє почуття, що нас хтось скривдив, щоб ця людина могла навчитися відноситися до інших чутливіше? Над цими запитаннями повинні ми застановитися. Рішення, які б не були вони важкі для виконання – залежать від нас.

Коли ж ми відчуваємо якусь обіду, це означає, що в нас якісь потреби недогляне ні. Хтось не бере серйозно під увагу наші почуття. Можливо вони й не знають про те, як ми почувуємось. Ми повинні обдумати, як нам найкраще висловлювати наші почування, щоб інші могли знати про наші потреби а також мусимо й ми намагатися розуміти й відзиватися на почуття інших.

Почуття смутку означає, що наш біль - глибокий. Наш світ темніє. На це

a healthy body. Pain tells us that something is threatening our physical health and we need to attend to it, or suffer illness and even death. Emotions serve the same purpose for our mind and soul. Painful emotions tell us that something is threatening our mental and spiritual health, and we do well to heed them and take the appropriate steps to restore our equilibrium and tranquility.

For example, anger tells us that something has disturbed our sense of what is just and fair. We need to reflect on just what that means. Can something be done to set things right? Are our expectations too high? Can the matter be settled by just forgiving the slight and moving on, or do we need to express our sense of being slighted so that the other person may perhaps learn to act in a more sensitive way? These are questions that we must consider. The decisions, difficult though they may be to carry out, are ours to make.

When we feel hurt, this means that some of our needs are not being met. Someone is not taking our feelings seriously. Perhaps they are not aware of how we feel. We need to think about how to best express our feelings so that others can know what we need, and we must also try to understand and respond to the feelings of others.

The emotion of sadness means that the hurt we are feeling is profound. Our world is growing dark. Serious attention must be given to this state, because it can lead to despondency and despair – and these are sinful, that is they get in the way of our connection to God, the eternal Source of joy and peace.

This Icon of the Resurrection portrays the emotions experienced by the

треба звернути поважну увагу, бо ж може це довести до зневіри і відчаю – а це гріх, тобто вони перешкоджатимуть нашому зв'язку з Богом, вічним Джерелом радості та спокою.

Ця Ікона Воскресення зображує почуття Осіб, що в ній знаходяться. Адам, якого наш Господь піднімає з безодні, наче б то виявляє почуття подиву бачачи свого Бого-Людського Нащадка, Який визволяє його від смерті. А Єва наче б то виявляє смуток, який може походити з покаєння за те, що вона піддалася спокусі (Адам також піддався спокусі – і піддається кожен із нас) і так принесла смерть у світ. А зворушення, яке бачимо на обличчі нашого Господа, це любляча співчутливість до Своїх (і наших) предків та їхніх нащадків (між ними й ми). Він прийняв участь у нашому стані до найглибшої міри, навіть прийнявши нашу смерть у Себе, і цим знищив її силу і визволив усіх її жертв від поневолення нею.

Що за Джерело для оптимізму тут знаходиться! Ми не мусимо затримувати в собі гнів чи біль чи смуток. Ми можемо постійно єднатися з цим Блаженим Джерелом, з безкінечною Любов'ю Божою, Що постійно проявляється нам у всьому творінні – а особливо в Церкві, коли ми молимося і святкуємо Його Любов і Її славні діла! Це ж приводить і до позитивних дій з нашої сторони. І можемо ми давати знати другим про наші почуття, щоб вони нам допомагали. Приходять і нагоди для нас їм допомагати. Ось це Божий план для нас. Ось у такому Царстві ми покликані жити. Коли ми любимо людей, як Павло, ми настільки заангажовані, що можемо прийняти й ризик, що хтось

ones in it. Adam, who is being raised from the abyss by our Lord, seems to express wonder at his Divine-Human Descendant, Who is rescuing him from death. Eve seems to express a sorrow that may be due to her penitence at having succumbed to temptation (Adam succumbed to temptation as well – and so do we all) and so brought death into the world. The sublime emotion expressed by our Lord is that of loving compassion – for His (and our) ancestors and all their descendants (us among them). He has partaken of our state to the fullest extent possible, even accepting our death into Himself – and thereby destroying its power, and freeing all its victims from enslavement.

What a Source for optimism is here! We need not hold on to anger, or hurt, or sadness. We can unite and keep on uniting with this Blessed Source, the infinite Love of God continually manifest towards us in all of creation – and especially in the Church, as we pray and celebrate His Love and its glorious outworking! This can lead to positive action on our part. And we can let others know how we feel so they can help us. Occasions also present themselves for us to help them. That is what God intends for us. That is the sort of Kingdom we are called to live in. When we love people as did Paul, we care enough to risk being hurt - and (without wishing to do so) hurting others - in order to truly love and be loved.

<p>нам може чимось завдати болю та що й ми (не бажаючи того) можемо також комусь болю завдати. Бо ж бажаємо ми справді любити і приймати любов.</p>	
---	--