Всеми мерами надо стараться, чтобы сохранить мир душевный и не возмущаться оскорблениями от других: для этого нужно всячески стараться удерживать гнев и соблюдать посредством внимания ум и сердце от непристойных движений. Оскорбления от других должно переносить равнодушно и приучаться к такому расположению духа, как бы оскорбления их относились не к нам, а к кому-либо из лиц чуждых нам. Такое упражнение может доставить тишину сердцу человеческому и сделать его обителью Самого Бога. Каким образом побеждать гнев, можно видеть из жития Паисия Великого. Он просил явившегося ему Господа Иисуса Христа, чтобы освободил его от гнева. И рече ему Христос: Аще гнев и ярость купно победити хощеши, ничесоже возжелай, ни возненавидь кого, ни уничижи [**Четьи-Минеи, 19 Июня. Житие преподобного Паисия Великого**.]. Чтобы сохранить мир душевный, должно отдалять от себя уныние и стараться иметь радостный дух, а не печальный, по слову Сираха: "Печаль многих уби, и несть пользы в ней [**Сир. 30, 25**.]. Для сохранения мира душевного должно всячески избегать осуждения других. Неосуждением и молчанием сохраняется мир душевный: когда в таком устроении бывает человек, то получает Божественные откровения" [**Наставления 3 и 4. О мире душевном и о хранении его. Москва, издание второе 1844 года.**]. Царство Божие - правда, и мир, и радость о Дусе Святе. Иже бо сими служит Христови, благоугоден есть Богови [**Рим. 14, 17, 18**.].