

## *Духовные наставления Отца Серафима Саровского*

*В дополнение к помещенным выше назиданиям Старца Серафима, вот и еще несколько духовных его изречений:*

*По телу человек подобен зажженной свече. Она должна сгореть, так и он должен умереть. Но душа бессмертна, и так должно пецись более о душе, чем о теле. Кая польза человеку, аще приобрящет мир весь, и отщетит душу свою? (Мк 8, 36)*

*Наша жизнь одна минута в сравнении с вечностью, и потому не достойны, по Апостолу, страсти нынешнего века — «к хотящей славе явитесь в нас» (Рим 8, 18).*

*Да будет молитва твоя непрестанна, нрав кроток, уста молчаливы, сердце смиренно, дух умилен, тело и душа чисты, послушание безропотно, делание терпеливо, труд усерден, нестяжание пустынноическое.*

*Мы должны отлучаться от слышания и видения того, что противно заповедям Божиим, а научаться всему должны от Самого Господа, по слову его: «Научитесь от Мене, яко кроток есмь, и смирен сердцем, и обрящете покой душам вашим» (Мф 11, 29).*

*Душу надлежит снабдевать словом Божиим. Слово Божие, говорит Григорий Богослов, есть хлеб Ангельский. Им питаются души, алчущие Бога!*

*В особенности должно чаще читать Новый Завет и Псалтирь, и делать это стоя. — Такое чтение просвещает разум Божественным светом.*

*Читать слово Божие лучше в уединении, дабы весь ум читающаго, углубленный в истины Святого Писания,*

принимал в себя их теплоту. Тогда слезы согреют бытие человека, и он исполнится духовных дарований, улаживающих ум и сердце выше всякого слова.

Всякой успех в чем-либо мы должны относить к Господу и с пророком говорить: «Не нам Господи, не нам, но имени Твоему даждь славу!» (Пс 113, 9)

Там видна правдивая к Богу в Христианском человеке любовь, где один Создатель паче всего создания любим и предпочитается.

Человеку, принявшему на себя проходить путь внутренняго внимания, прежде всего должно иметь Страх Божий — начало премудрости. Он должен проходить путь сей с крайнею осторожностью и благоговением ко всему священному. В противном случае должно опасаться, чтоб не отнеслись к нему слова: «Проклят человек, творяй дело Господне с небрежением» (Иер 48, 10).

Можно ли, видя солнце чувственными очами, не радоваться? — Но сколько радостнее бывает, когда ум в мире души видит внутренним оком Солнце Правды — Христа и по сему-то сказал Апостол: Нагие житие на небесах есть (Филип 3, 20).

Все свои мысли, все желания и действия мы должны обращать на то, чтобы получить мир Божий и с Церковию взывать: «Господи Боже наш! Твой мир даждь нам!»

Признак разумной души, когда человек погружает ум внутрь себя и возделывает сердце свое. К сохранению душевнаго мира надобно входить в себя и спрашивать: где я?

Надобно подчинять телесныя чувства внутреннему, чтобы все они, в особенности зрение, служили для внутренняго человека. Благодатные дары получаютя заботящимися о душах своих.

*Для восприятия в сердце света Христова надобно отвлечь себя от видимых предметов, — очистив прежде душу покаянием и закрыть телесные очи с верою в Распятого, погрузить ум внутрь сердца и призывать имя Господа Иисуса Христа. «Возсияет вам, боящимся имени Моего, Солнце Правды!» (Мал 4, 2)*

*Человек состоит из души и тела, а потому и путь жизни его должен состоять из действий телесных и душевных — из деяния и умосозерцания.*

*Путь деятельной жизни — посты, воздержание, бдение, коленопреклонение, молитва — и другие подвиги.*

*Путь умосозерцательной жизни — возношение ума к Богу в сердечном внимании, внутренней молитве и созерцании вещей духовных. По мнению Учителей Церкви — умосозерцание вещей духовных предпочитается познанию вещей чувственных.*

*И в здешней земной жизни таинственным и духовным образом душа приходит в сочувствие будущего осуждения, и в предвкушение вечного блаженства.*

*Господь дает проницательность из соображения вещей настоящих и прошедших предусматривать и будущия, и проразумевать козни вражия.*

*Во всех случаях всевозможно старайся сохранить мир душевный, не возмущаясь оскорблениями, и удерживай гнев внимательно, сохраняя ум и сердце от гневных движений. — Гаси искру вначале.*

*Для перенесения оскорблений должно привыкать к такому расположению духа, как бы они до нас не касались. Такая привычка может доставить человеческому сердцу мир.*

*Когда твою честь кто унижает всеми мерами, старайся простить ему за обиду, какая бы ни была нанесена; не только не должно отмщать, но прощать от*

всего сердца, хотя бы сердце и противилось тому; «Аще не отпускаете человекам согрешения их, ни Отец ваш небесный отпустит вам согрешений ваших» (Мф 6, 15).

Когда мы отвращаемся от человека или оскорбляем его, тогда на сердце как бы накладывается камень.

Не уничижай никого, будь ласков ко всем, не оскверняй уст твоих словом злобы и ненависти. Для сохранения мира душевного остерегись осуждать других.

На сем пути не должно обращаться на чужия дела, мыслить и говорить о них: «Да не возглаголют уста мои дел человеческих», а молить Бога: от тайных моих очисти мя! (Пс 16, 4)

Не должно судить никого, хотя бы собственными очами видел кого согрешающим или коснеющим в преступлении заповедей Божиих, по слову Божию: «Не судите, да не судимы будете!» — и по учению Апостола: «Ты кто еси судя чуждему рабу? Своему Господеву стоит или падает; станет же, силен же есть Бог поставити его» (Рим 14, 4).

Не осуждением, а молчанием сохраняется мир душевный. — Тогда человек просвещается Божественными откровениями.

Среди людей в мире, о духовных вещах говорить не должно, когда не примечается желанья к слушанию.

Одного многословия с теми, которые противных с нами нравов, довольно расстроить душу внимательного человека.

Для сохранения внутреннего человека надобно удерживать язык от многословия.

— Иже хранить свои уста, соблюдает душу свою (Прит 13, 3).

Как восковая свеча незажженная, но поставленная между возженными, истаевает, так и сердце — от беседования с людьми суетными.

*В молчаний переноси, когда оскорбляет враг, и Господу открывай сердце свое: «Всю печаль вашу возверзите нань, яко Той печется о вас» (1 Пет 5, 7).*

*Более всего должно украшать себя молчанием — Амвросий Медиоланский говорит: «Молчанием многих видел я спасающихся, многоглаголанием же ни одного». — Молчание есть таинство будущего века.*

*Молчи, чаще молчи: помни всегда: " присутствие Божие, - и Имя Его.*

*Отдаляй от себя уныние и старайся иметь радостный дух, а не печальный. «Печаль бо многих уби», по слову Сираха.*

*Сделал ли что, сродное слабости человеческой, не возмущайся и не прилагай ко вреду вреда, но мужественно подвигнись на исправление себя.*

*Надобно всегда терпеть что-нибудь, Бога ради. — С благодарностию. Противностями колебаться не должно. Страх не убоимся, ниже смутимся, яко с нами Бог. — Господа Бога нашего освятим в сердечной памяти Его имени и исполнении воли Его.*

*Ум внимательнаго человека есть как бы страж или неусыпный охранитель внутренняго Иерусалима — для отражения видимых приражений и невидимых врагов. Мы неусыпно должны хранить свое сердце от нечистых помыслов. — От хранения сердца рождается в нем чистота, в которой зрится Господь, по уверению Истины вечныя: Блажени чистий сердцем, яко тии Бога узрят (Мф 5, 8).*

*Выше меры подвигов предпринимать не должно, — а стараться, чтобы друг — плоть наша, был верен и способен к творению добрых дел.*

*«Внимай себе». Чтобы о тебе ни говорили обиднаго, будь глух и нем, пропускай все мимо ушей.*

*Если в молитве случится впасть умом в рассеяние мыслей, должно смириться пред Господом Богом и просить прощения, говоря: Согрешил Господи! Словом, делом, помышлением и всеми моими чувствами. — По замечанию Святаго Макария: все тщание нашего супостата отвлечь мысль нашу от памятования о Боге, от страха и Слова Божия.*

*Когда ум и сердце соединены в молитве, и помыслы души не рассеяны, тогда сердце согревается теплотою душевною, в которой воссияет свет Христов, исполняя внутренняго человека миром и радостию.*

*Мы должны всегда в смирении призывать Господа и молиться, да не попустит на нас быть искушению выше силы нашей, но «да избавит нас от лукаваго». Ибо если бы человек был оставлен самому себе, то диавол готов стереть его, как мельничный жернов пшеничное зерно. В молитве «внемли себе», то есть: ум соединяй с душою. — Блюдись осуждать много разговаривающих или смеющихся,*

*У кого текут слезы умиления, того сердце озарят лучи Солнца Правды, Христа Бога.*

*Когда человек приемлет что-либо Божественное, сердце его радуется, а когда диавольское, то смущается. Если мы не согласны со влагаемыми от диавола злыми помышлениями, то добро творим. Нечистый дух только на страстных сильно действует, а к очистившимся от страстей приближается только со стороны или внешне.*

*Надобно быть по приличию и по потребности иногда младенцем, а иногда львом, тогда, когда противу нас возстают страсти или лукавые. — «Наша брань не к крови и плоти, но к началом и ко властем, и к миродержителем тьмы века сего, к духовом злобы поднебесным» (Еф 6, 12).*

*Если человек старается в себе иметь сердце смиренное и мысль не возмущенную, мирную, 'тогда все возни вражия бездейственны. — Где мир в помыслах, там почивает Сам Бог. В мире место Его! (Пс 75, 3)*

*Возлюбим смирение, и узрим Божию Славу! — по слову Святаго Исаака: «Уничижи себя и узришь славу Божию!» (Гл. 57, с. 121)*

*Смиряться, и Господь поможет тебе, и «изведет яко свет правду твою, и судьбу твою, яко полудне!»  
Без света все мрачно, так и без смирения — в человеке только тьма.*

*Дух смущеннаго или унывающего старайся ободрить словом любви. Простри ризу твою на согрешающем и покрой его. — Советует Исаак Сирин: «Брату согрешающу покрой его!» (Слов. 89 л. 169)*

*В попечении о подчиненных своих да будет всякой как благоразумная и чадолюбивая мать. Она немощи немощных чад сносит с любовию; в нечистоту падших очищает, омывает, облакает в одежды новыя, обувает, согревает, питает, утешает и старается покоить дух их, чтоб никогда не слышать ей малейшаго вопля их. Так и всякой Настоятель, и старший в обители, должен жить не в свое угождение, быть снисходительным к слабостям, немощи немощных несть с любовию, болезни греховные врачевать пластырем милосердия, падших в преступления поднимать с кротостию, запятнанных скверною порока очищать тихо, одевать учением и примером жизни в одежду добродетели, всеми способами утешать их и ограждать их мир и покой, так, чтобы никогда не было слышно ни малейшаго их вопля, ни ропота.*

# НАСТАВЛЕНИЯ ОТЦА НАШЕГО ПРЕПОДОБНОГО СЕРАФИМА САРОВСКОГО

## 1. О БОГЕ

*Бог есть огонь, согревающий и воспламеняющий сердца и утробы. Итак, если мы ощутим в сердцах своих холод, который от диавола, ибо диавол хладен, то призовем Господа: Он, пришед, согреет наше сердце совершенною любовью не только к Нему, но и к ближним. И от лица теплоты убежит хлад доброненавистника.*

*Отцы написали, когда их спрашивали: ищи Господа, но не испытуй, где он живет. Где Бог, там нет зла. Все происходящее от Бога мирно и полезно и приводит человека к самоосуждению и смирению.*

*Бог являет нам Свое человеколюбие не только в тех случаях, когда мы добро делаем, но и тогда, когда оскорбляем грехами и прогневаем Его. Как долготерпеливо сносит Он наши беззакония! И когда наказывает, как милостиво наказывает!*

*Не называй Бога правосудным, говорит преподобный Исаак: ибо в делах твоих не видно Его правосудия. Правда, Давид называл Его и правосудным и правым; но Сын Его показал нам, что Бог более благ и милостив. Где Его правосудие? Мы были грешники, и Христос умер за нас (Исаак Сир. Сл. 90).*

*Поколикую человек совершенствуется здесь пред Богом, потоликую ходит вслед Его; в истинном же веке Бог явит ему лицо Свое. Ибо праведные, входя здесь на земле в созерцание Его, видят образ Его как в зеркале, а там удостоятся зреть явление истины.*



*Если ты не знаешь Бога, то невозможно, чтобы явилась в тебе и любовь к Нему. Ты не можешь любить Бога, если не увидишь Его. Видение же Бога бывает от познания Его: ибо созерцание не предшествует Богопознанию.*

*О делах Божиих не рассуждай по насыщении своего чрева: при наполненном чреве какое может быть ведение тайн Божиих?*

## *2. О ВЕРЕ*

*Прежде всего должно веровать в Бога, «яко есть, и взыскающим Его мздовоздаятель бывает» (Евр 11, 6). Фера, по учению преподобного Антиоха, есть начало нашего соединения с Богом: истинно верующий есть камень храма Божия, уготованный для здания Бога Отца, вознесенный на высоту силою Иисуса Христа, т.е. крестом, помощью вервия, т.е. благодати Духа Святаго. «Вера без дела мертва есть» (Иак 2, 26); а дела веры суть: любовь, мир, долготерпение, милость, смирение, несение креста и жизнь по духу. Лишь такая вера вменяется в правду. Истинная вера не может оставаться без дел: кто истинно, верует, тот непременно творит и добрые дела.*

## *3. О НАДЕЖДЕ*

*Все, имеющие твердую надежду на Бога, возводятся к Нему и просвещаются сиянием вечного света.*

*Если человек не имеет излишнего попечения о себе из любви к Богу и для дел добродетели, зная, что Бог печется о нем, то таковая надежда есть истинная и мудрая. А если человек все упование свое возлагает на свои дела, к Богу же обращается с молитвою лишь тогда, когда его*

постигают непредвиденные беды, и он, не видя в собственных силах средств к отвращению их, начинает надеяться на помощь Божию, — то такая надежда суетна и ложна. Истинная надежда ищет единого Царствия Божия и уверена, что все земное, потребное для жизни временной, несомненно дано будет.

Сердце не может иметь и мира, пока не приобретет такой надежды. Она-то вполне умиротворяет его и вносит радость в него. О сей-то надежде сказали святейшие уста Спасителя: «приидите ко Мне вси труждающиеся и обремененный, и Аз упокою вы» (Мф 11, 28), т.е. надейся на Меня и утешись от труда и страха.

В Евангелии св. Луки сказано о Симеоне: «и бе ему обещано Духом Святым не видети смерти прежде даже не видит Христа Господня» (Лк 2, 26). И Симеон праведный не умертвил надежды своей, но ждал возжеленного Спасителя мира и, с радостью приняв Его на руки свои, сказал: теперь Ты отпускаешь меня, Владыко, в Твое возжеленное для меня Царство: ибо я увидел надежду мою — Христа Господня.

#### 4. О ЛЮБВИ К БОГУ

Стяжавший совершенную любовь к Богу не существует в жизни сей так, как бы не существовал, ибо считает себя чуждым для видимого, с терпением ожидая невидимого. Он весь изменился в любовь к Богу и оставил все другие привязанности.

Кто себя любит, тот любить Бога не может. А кто не любит себя ради любви к Богу, тот любит Бога.

Истинно любящий Бога считает себя странником и пришельцем на земле сей; ибо в своем стремлении к Богу душою и умом созерцает только Его одного.

*Душа, исполненная любви к Богу, и во время исхода своего из тела не убоится князя воздушного, но с ангелами возлетит, как бы от чужой страны, на родину.*

## **5. О СТРАХЕ БОЖИЕМ**

*Человек, решившийся проходить путь внутреннего внимания, прежде всего должен иметь страх Божий, который есть начало премудрости.*

*Пусть будут в уме его всегда напечатленны сии пророческие слова: «работайте Господеви со страхом и радуйтесь Ему с трепетом» (Пс 2, 11).*

*Он должен проходить путь свой с крайнею осторожностью и благоговением ко всему священному, а не небрежно. В противном случае нужно опасаться, чтоб не отнеслось к нему сие страшное определение Божие: «проклят человек, творяй дело Господне с небрежением» (Иер 48,10).*

*Благоговейная осторожность здесь нужна потому, что сие море (т.е. сердце со своими помыслами и желаниями, которое должно очистить посредством внимания) велико и пространно: «тамо гади, имже несть числа», т.е. в нем гнездятся многие помыслы суетные, неправые и нечистые, — порождения злых духов.*

*«Бойся Бога, — говорит Премудрый, — и заповеди Его храни» (Еккл 12, 13). А соблюдая заповеди, ты будешь силен во всяком деле, и дело твое будет всегда хорошо. Ибо, боясь Бога, ты из любви к Нему все делать будешь хорошо. А диавола не бойся: кто боится Бога, тот одолеет диавола: для того диавол бессилен.*

*Два вида страха: если не хочешь делать зла, то бойся Господа и не делай; если хочешь делать добро, то бойся Господа и делай.*

*Но никто не может стяжать страха Божия, доколе не освободится от всех забот житейских. Когда ум будет беспопечителен, тогда движет его страх Божий и влечет к любви благодати Божией.*

## *6. ОБ ОТРЕЧЕНИИ ОТ МИРА*

*Страх Божий приобретается тогда, когда человек, отрекшись от всего, что в мире, соберет все свои мысли и чувства и весь погрузится в созерцание Бога и в чувство обещанного святым блаженства.*

*Нельзя вполне отречься от мира и прийти в состояние духовного созерцания, оставаясь в мире. Ибо доколе страсти не утишатся, нельзя стяжать мира душевного. Но страсти не утишаются, доколе нас окружают предметы, возбуждающие страсти. Чтобы прийти в совершенное бесстрастие и достигнуть совершенного безмолвия души, нужно много подвизаться в духовном размышлении и молитве. Но как же возможно всецело и спокойно предаваться созерцанию Бога, поучаться в законе Его и всею душою возноситься к Нему в пламенной молитве, оставаясь среди непрестающего шума страстей, воюющих в мире? Мир во зле лежит.*

*Не освободясь от мира, душа не может любить Бога искренно. Ибо житейское, по словам преп. Антиоха, для нее есть как бы покрывало.*

*Если мы, говорит он же, живем в чужом граде и наш град далеко от града сего, и если мы знаем град наш, то для чего мы медлим в чужом граде и в нем уготовляем себе поля и жилища! И како воспоем песнь Господню на земле чуждей? Мир сей есть область иного, т.е. князя века сего (Сл. 15).*

## 7. О БЕЗМОЛВИИ

*Преподобный Варсонофий учит: доколе на море, корабль терпит беды и приражения ветров; а когда достигнет пристанища тихого и мирного, уже не боится бед и скорбей и приражения ветров, но остается в тиши. Так и ты, монах, доколе остаешься с людьми, ожидай скорбей и бед и приражения мысленных ветров; а когда в безмолвие вступишь, бояться тебе нечего (Варе. Отв. 8, 9). Совершенное безмолвие есть крест, на котором должен человек распять себя со всеми страстями и похотьми. Но, подумай, Владыко наш Христос — сколько наперед претерпел поношений и оскорблений, и потом уже восшел на крест. Так и нам нельзя прийти в совершенное безмолвие и надеяться святого совершенства, если не постраждем со Христом. Ибо, говорит Апостол, «аще с Ним страждем, с Ним и прославимся». Другого пути нет (Варе. Отв. 342).*

*Пришедший в безмолвие должен непрестанно помнить, зачем пришел, чтобы не уклонилось сердце его к чему-либо другому.*

## 8. О ВНИМАНИИ К САМОМУ СЕБЕ

*Проходящий путь внимания не должен верить одному только сердцу своему, но сердечные свои действия и самую жизнь поверять с законом Божиим и с деятельною жизнью подвижников благочестия, такой же подвиг проходивших. Сим средством удобнее можно и от лукавого избавиться и истину узреть яснее.*

*Ум внимательного человека есть как бы поставленный страж или неусыпный хранитель внутреннего Иерусалима. Стоя на высоте духовного созерцания, он смотрит оком чистоты на обходящие и*

*приражающиеся в душе его противные силы, по словам Псалмопевца: «и на враги моя возре око мое» (Пс 53, 9). От ока его не скрыт диавол, «яко лев рыкающий, иский кого поглотити» (1 Пет 5, 8), и те, которые напрягают «лук свой состреляти во мраце правыя сердцем» (Пс 10, 2).*

*По учению св. отцев, при каждом человеке находятся два ангела: один добрый, другой злой. Ангел добрый тих, кроток и безмолвен. Когда он войдет в сердце человека, то говорит с ним о правде, чистоте, честности, спокойствии, о всяком благом деле и о всякой добродетели. Когда почувствуешь это в сердце твоём, очевидно, в тебе находится ангел правды. А дух лукавый остро-желчен, жесток и безумен. Когда он войдет в сердце твое, то узнавай это по делам его (Ант. Сл. 61):*

*Внимай себе, возлюбленный, говорит Исаак Сирий, и при непрестанном делании, имей пред глазами и приключаящиеся тебе скорби, и место пустыни, в которой живешь, и тонкость ума своего вместе с грубостью своего познания, и продолжительность безмолвия вместе со многими вречевствами, т.е. искушениями, какие наводятся на тебя то истинным Врачем ко здравию внутреннего человека, то иногда и бесами и состоят иногда в болезнях и трудах телесных, иногда в ужасающих помышлениях души твоей и в страшных напоминаниях о том, что будет при конце; иногда прививаются и обвязываются благодатная теплота и сладкие слезы, и духовная радость, и подобное. И теперь, во всех ли этих обстоятельствах совершенно видишь, что язва твоя начала подживать и закрываться, т.е. страсти стали ослабевать? Положи примету и непрестанно входи сам в себя, и смотри, какие страсти, по твоему замечанию, изнемогли пред тобой, какие истребились и совершенно оставили тебя, какие начали умолкать вследствие выздоровления души твоей, а не*

удаления только того, что возбуждало их, и какие научился одолевать разумом своим, а не одним лишением себя причин страсти. И еще вникай, совершенно ли видишь, что и гниющей язве твоей начала нарастать живая плоть, т.е. мир душевный; и какие страсти преследуют тебя одна за другою последовательно и стремительно, и чрез какой промежуток времени; телесные ли или душевные это страсти или сложные и смешанные и проходят ли в памяти только как слабые или сильно восстают на душу — и как восстают: властительски ли яко тать; как смотрит на них царь — ум, этот властитель чувств: вступает ли с ними в брань, когда выступают вперед и объявят войну, и доводят ли их до бессилия своею крепостию, или, и видя, не видит их вовсе и не занимается ими; и какие остались из старых страстей, и какие вновь образовались; притом, возникают ли страсти в живых образах, или в чувстве — без живых образов, и в памяти без страстного движения, без размышления о них и без раздражения. И по этому можно узнавать меру душевного здравия (Исаак. Сир. сл. 45).

А потом таковой человек, следуя учению божественного Павла, «принимает вся оружия Божия, да возможет противиться в день лют» (Еф 6, 13), и сими оружиями, при содействии благодати Божией, отражает видимые приражения и побеждает невидимых ратников. Мы видим пример такового духовного бодрствования в Иове многострадальном, о коем св. Церковь воспеваает так: «богатство видево добродетелей Иовлих, украсти кознствовавшие праведных враг, и растерзав столп телесе, сокровище не украде духа: обрете бо вооруженну непорочнаго душу» (Тропарь мая 6-го).

Проходящий путь сей не должен внимать посторонним слухам, от которых голова может быть

наполнена праздными и суетными помыслами и воспоминаниями; но должен быть внимателен к себе.

Особенно на сем пути наблюдать должно, чтоб не обращаться на чужие дела, не мыслить и не говорить о них, по псаломнику: «не возглаголют уста моя дел человеческих» (Пс 16, 4); а молить Господа: «от тайных моих очисти мя, и от чуждых пощады раба Твоего» (Пс 18,13,14).

Чтобы сохранить внимание, надобно уединяться в себя, по глаголу Господню: «никого же на путы целуйте» (Лк 10, 4), без нужды не говорить, разве бежит кто за тобой, чтоб услышать полезное.

Встречающихся старцев или братий поклонами почитать должно, имея очи всегда заключенные.

#### 9. О ПОПЕЧЕНИИ О ДУШЕ

Человек по телу подобен зажженной свече. Свеча должна сгореть, и человек должен умереть. Но душа его бессмертна, и попечение наше должно относиться более к душе, нежели к телу: «кая бо польза человеку, аще мир весь приобрящет, душу же свою отщтит, или что даст человек измену за душу свою» (Мф 16, 26), за которую, как известно, ничто в мире не может быть выкупом? Если одна душа сама по себе драгоценнее всего мира и царства мирского, то несравненно дороже Царство Небесное. Душу же почитаем драгоценнее всего по той причине, как говорит Макарий Великий, что Бог ни с чем не благоволил сообщиться и соединиться Своим духовным естеством, ни с каким видимым созданием, но с одним человеком, которого возлюбил более всех тварей Своих (Макар. Велик. Сл. о свободе ума. Гл. 32).

Василий Великий, Григорий Богослов, Иоанн Златоуст, Кирилл Александрийский, Амвросий



*Медиоланский и прочие от юности до конца жизни были девственники; вся жизнь их была обращена на попечение о душе, а не о теле. Так и нам все старание должно иметь о душе, тело же подкреплять для того только, чтоб оно способствовало к подкреплению духа.*

*Если самовольно изнурить свое тело до того, что изнурится и дух, то таковое удручение будет безрассудное, хотя бы сие делалось для снискания добродетели.*

*Буде же Господу угодно будет, чтобы человек испытывал на себе болезни, то Он же подаст ему и силу терпения.*

*Итак, пусть будут болезни не от нас самих, но от Бога.*

#### *10. ЧЕМ ДОЛЖНО СНАБДЕВАТЬ ДУШУ*

*Ели хочешь устроить дом души своей, говорит преподобный Варсонофий, то прежде приготовь вещество и все потребное, чтобы художнику оставалось прийти и устроить. Потребное для такового здания суть твердая вера для устройства стен; деревянные окончицы, вводящие свет солнечный, который бы освещал дом, чтобы не было в нем ни малейшей темноты. Оконца деревянные суть пять чувств, честным Крестом Христовым утвержденные, вводящие свет мысленного солнца правды и не позволяющие оставаться в дому твоём ни малейшей темноте врага и доброненавистника твоего. Потом требуется покров, да ни «во дни солнце не ожжет тебе, ниже луна нощию» (Пс 120, 6). Покров скрепляется любовью к Богу, которая бы, покрывая дом, никогда, не падала и не позволяла «заходигНь солнцу во, гневѣ твоѣм», дабы не увидеть его обличающим тебя в день судный и жгучим в огне геенском и луну,*

свидетельствующую о ноц-ном нашем унынии и лености. Наконец, требуется дверь, вводящая в дом и хранящая живущего в нем. Разумей мысленную дверь — Сына Божия, Который говорит: «Аз есмь дверь». Если так устроишь дом души своей и в нем не будет ничего неприличного и неугодного Богу, то Он придет с благословенным Отцем и Духом Святым и обитель у тебя сотворит и научит тебя, что такое хмир души, просветив сердце твое радостью неизглаголанною (Вар. Отв. 171).

Душу снабдевать надобно словом Божиим, ибо слово Божие, как говорит Григорий Богослов, есть хлеб Ангельский, им же питаются души, Бога алчущие. Всего же более должно упражняться в чтении Нового Завета и Псалтири; Евангелие и Послания Апостолов должно читать стоя пред св. иконами, а псалмы можно читать сидя. От чтения Св. Писания бывает просвещение в разуме, который оттого изменяется изменением Божественным.

Надобно так обучать себя, чтобы ум как бы плавал в Законе Господнем, по руководству которого должно устроить и жизнь свою.

Очень полезно заниматься чтением слова Божия в уединении и прочитав всю Библию разумно. За одно такое упражнение, кроме других добрых дел, Господь не оставит человека Своею милостию, но исполнит его дара разумения.

Когда же человек снабдит душу свою словом Божиим, тогда исполняется разумением того, что есть добро и что есть зло.

Чтение слова Божия должно быть производимо в уединении для того, чтобы весь ум читающего углублен был в истины Священного Писания и принимало от Бога в себя теплоту, которая в уединении производит слезы; от них человек согревается весь и исполняется духовных

дарований, услаждающих ум и сердце паче всякого слова.

Телесный труд и упражнение в божественных Писаниях, учит преподобный Исаак Сирин, охраняют чистоту, а труд подкрепляется надеждою и страхом. Надежду же и страх производят в уме удаление от людей и непрестанная молитва. Пока не примет Утешителя, человек имеет нужду в божественных Писаниях, чтобы воспоминание о благах напечатлевалось в уме его и от непрестанного чтения обновлялось в нем стремление ко благу и охраняло душу его от тонких путей греха; имеет нужду потому, что не приобрел еще силы Духа, которая удаляет заблуждение, берет в плен душеполезные припоминания и приближается к той холодности, какая бывает при рассеянности ума. Ибо когда сила Духа низойдет на душевную силу, действительную в нем, тогда вместо закона Писания укореняются в сердце заповеди Духа; и тогда он втайне бывает наставляем Духом и не имеет нужды в помощи чего-либо чувственного. А пока сердце учится через вещественное, вслед за учением идет заблуждение и забвение. А когда учение идет от Духа, тогда память соблюдается невредимою (Исаак Сир. Сл. 58).

Следует также снабждать душу и познаниями " о Церкви, как она от начала и доселе сохраняется, и что терпела она в то или другое время, — знать же сие не для того, чтоб желать управлять людьми, но на случай могущих встретиться вопрошений, также — для убеждения и утешения своего духа.

Более же всего делать это должно собственно для себя, чтоб приобрести мир душевный, по учению Псаломника: «мир мног любящим закон Твой, Господи» (Пс 118, 165).

## 11. О МИРЕ ДУШЕВНОМ

*Мир душевный приобретается скорбями. Писание говорит: «приидохом сквозе огнь и воду и извел еси ны в покой» (Пс 65, 12). Хотящим угодить Богу путь лежит сквозь многие скорби. Как ублажать нам святых мучеников за страдания, которые претерпели они ради Бога, когда мы не можем стерпеть и огневицы?*

*Ничто так не содействует стяжанию внутреннего мира, как молчание и, сколько возможно, непрестанная беседа с собою и редкая — с другими.*

*Ничто же лучше есть во Христе мира, в нем же разрушается всякая брань воздушных и земных духов. Ибо «несть наша брань к крови иплоти, но к началом и ко властем и к миродержителем тмы века сего, к духовом злобы поднебесным» (Еф 6, 12).*

*Признак духовной жизни есть погружение человека внутрь себя и сокровенное делание в сердце своем.*

*Благодать Божия приосеняет такого человека, и он бывает сперва в мирном устроении, а путем сего переходит и в премирное: в мирном, то есть с совестью благою; в премирном же, когда его ум созерцает в себе благодать Святого Духа, по слову Божию «в мире место Его» (Пс 75, 3).*

*Можно ли, видя солнце чувственными очами, не радоваться? Но сколько радостнее бывает, когда ум видит внутренним оком солнце правды — Христа? Тогда воистину радуется он радостию ангельскою. О сем-то и Апостол сказал: «нагие житие на небесех есть» (Филип 3, 20).*

*Кто в мирном устроении неуклонно ходит, тот как бы лжицею черпает духовные дары.*

*Святые отцы, имея мирное устроение и будучи осеняемы благодатию Божией, жили долго.*

*Когда человек придет в мирное устроение, тогда он может от себя и на других изливать свет просвещения разума. Прежде сего человеку надобно повторять сии слова Анны-пророчицы: «да не изыдет велеречие из уст ваших» (1 Цар 2, 3)*

*и слова Господни: «лицемере, изми первое бревно из очесе твоего, и тогда узриши изъяти сучец из очесе брата твоего» (Мф 7, 5).*

*Сей мир, как некое бесценное сокровище, оставил Господь наш Иисус Христос ученикам Своим пред смертью Своею, глаголя: «мир оставляю вам, мир Мой даю вам» (Ин 14, 27). О нем также говорит и Апостол: «и мир Божий превосходяй всяк ум, да соблюдет сердца ваша и разумения ваша о Христе Иисусе» (Филип 4, 7); «мир имейте и святыню со всеми, их же кроме никтоже узрит Господа» (Евр 12, 14).*

*Итак, мы должны все свои мысли, желания и действия сосредотачивать к тому, чтобы получить мир Божий, и с Церковию всегда взывать: «Господи, Боже наш, мир даждь нам» (Пс 26, 12).*

## *12. О ХРАНЕНИИ МИРА ДУШЕВНОГО*

*Надобно всеми мерами стараться, чтобы охранить душевный мир и не возмущаться оскорблениями от других; для сего нужно всячески удерживаться от гнева и посредством внимания оберегать ум и сердце от непристойных колебаний.*

*Оскорбления от других должно переносить равнодушно и приобучаться к такому расположению как бы они не до нас касались.*

Такое упражнение может доставить нашему сердцу тишину и соделать его обителию Самого Бога.

Образ такого незлобия мы видим в жизни св. Григория Чудотворца, от которого некая жена блудница всенародно требовала мзды, аки бы за грех с нею содеянный; а он ни мало не разгневавшись на нее, кротко сказал некоему другу своему: даждь скоро ей цену, колико требует. Жена только что прияла неправедную мзду, подверглась нападению беса. Свяtitель же изгнал из нее и беса молитвою (Чет. Мин. ноябр. 17).

Если же невозможно, чтоб не возмутиться, то, по крайней мере, надобно удерживать язык, по глаголу Псалмопевца: «смятохся и не глаголах» (Пс 76, 5).

В сем случае мы можем взять в образец себе св. Спиридона Тримифунтского и преп. Ефрема Сирина. Первый (Чет. Мин. дек. 11) так перенес оскорбление: когда, по требованию греческого царя, входил он во дворец, то один из слуг, бывших в палате царской, сочтя его за нищего, смеялся над ним, не пускал в палату и даже ударил его в ланиту. Св. Спиридон, будучи незлоблив, обратил ему, по слову Господню, и другую (Мф 5, 39). Преподобный Ефрем (Чет. Мин, янв. 28), постясь в пустыне, раз лишен был пищи та-ким образом: ученик его, неся пищу, нечаянно разбил по дороге сосуд. Преподобный, увидев ученика печальным, сказал ему: «Не скорби, брате: аще бо не восхоте прийти к нам пища, то мы пойдем к ней». И как преподобный пошел, сел при сокрушенном сосуде, и собирая снедь, вкушал ее. Так-то он был безгневен.

А как побеждать гнев, сему можно поучиться из жития Паисия Великого (Чет. Мин. июня 19), который просил Господа Иисуса Христа, явившегося ему, чтобы Он освободил его от гнева. И Спаситель сказал ему: «аще

*хочеши победити гнев и ярость купно, ничесоже возжелай, ни возненавиди кого, ни уничижи».*

*Чтобы сохранить душевный мир, должно отгонять от себя уныние и стараться иметь дух радостный, по слову премудрого Сираха, «многи печаль убы, и несть пользы в ней» (Сир 30, 25).*

*Для сохранения мира душевного также всячески должно избегать осуждения других. Снисхождением к брату и молчанием сохраняется мир душевный. Когда в таком устроении бывает человек, то получает божественные откровения.*

*Чтобы не впадать в осуждение ближних, должно внимать себе, ни от кого не принимать худых вестей и быть ко всему мертвым.*

*К сохранению душевного мира надобно чаще входить в себя и спрашивать: где я?*

*При сем должно наблюдать, чтобы телесные чувства, особенно зрение, служили внутреннему человеку и не развлекали душу чувственными предметами: ибо благодатные дарования получают только те, которые имеют внутреннее делание и бдят о душах своих.*

### *13. О ПОДВИГАХ*

*Не должно предпринимать подвигов сверх меры, а стараться, чтобы друг — плоть наша — был верен и способен к творению добродетелей.*

*Надобно идти средним путем, «не уклоняясь, ни на десно ни на шуе» (Прит 4, 27); духу давать духовное, а телу телесное, потребное для поддержания временной жизни. Не должно также и общественной жизни отказывать в том, чего она законно требует от нас, по словам Писания: «воздадите Кесарево Кесареви, и Божья Богови» (Мф 22, 21).*

*Должно снисходить и душе своей в ее немощах и несовершенствах и терпеть свои недостатки, как терпим недостатки ближних, но не облениться и непрестанно побуждать себя к лучшему.*

*Употребил ли ты много пищи, 'или сделал другое что сродное слабости человеческой, не возмущайся, не прибавляй вреда ко вреду, но, мужественно подвигнув себя к исправлению, старайся сохранить мир душевный, по слову Апостола: «блажен не осуждали себе, о нем же искушается» (Рим 14, 22). Тот же смысл заключают в себе и слова Спасителя: «аще не обратитесь, и будите яко дети, не внидите в царство небесное» (Мф 18, 31).*

*Тело, изможденное трудом или болезнями, должно подкреплять умеренным сном, пищею и питием, не наблюдая даже и времени. Иисус Христос, тотчас по воскресении дочери Иаировой от смерти, «повелел дати ей ясти» (Лк 8, 55).*

*Всякий успех в чем-либо мы должно относить ко Господу и говорить с Пророком: «не нам, Господи, не нам, но имени Твоему дождь славу» (Пс 113, 9).*

*Лет до тридцати пяти, то есть до преполовления земной жизни, велик подвиг человеку к сохранению себя, и многие в сии лета не устаивают в добродетели, но совращаются с правого пути к собственным пожеланиям, как о сем св. Василий Великий свидетельствует (Бесед, на начал, притч. Стр. 305): многие много собрали в юности, но посреде жития бывши, восставшим на них искушениям от духов лукавствия не стерпели волнения и всего того лишились.*

*Чтобы не испытать такого превращения, надобно поставить себя как на мериле испытания и внимательно наблюдать всю жизнь за собою, по учению св. Исаака Сирина: якоже на мериле приличествует извесити коемуждо жительство свое (Слов. 40).*



#### 14. О СВЕТЕ ХРИСТОВОМ

*Дабы принять и ощутить в сердце своем свет Христов, надобно, сколько можно, отвлечь себя от видимых предметов. Предочистив душу покаянием и добрыми делами, при искренней вере в Распятого, закрыв телесные очи, должно погрузить ум внутрь сердца и вопиять, непрестанно призывая имя Господа нашего Иисуса Христа. Тогда по мере усердия и горячности духа к возлюбленному (Лк 3, 22) человек в призываемом имени находит услаждение, которое возбуждает желание искать высшего просвещения.*

*Когда ум с таким упражнением долго пребудет, укоснит сердце, тогда воссияет свет Христов, освещая храмину души божественным сиянием, как говорит от лица Бога св. Пророк Малахия: «и воссияет вам, боящимся имени Моего, солнце правды» (Мал 4, 2). Сей свет есть купно и жизнь по евангельскому слову: «в Том живот бе, и живот бе свет человеком» (Ин 1, 4).*

*Когда человек созерцает внутренне свет вечный, тогда ум его бывает чист и не имеет в себе никаких чувственных представлений, но весь будучи углублен в созерцание несозданной доброты, забывает все чувственное, не хочет зреть и себя, но желает скрыться в сердце земли, только бы не лишиться сего истинного блага — Бога.*

#### 15. О СЛЕЗАХ

*се святые и мира отрекшиеся иноки всю жизнь свою плакали в чаянии вечного утешения, по уверению Спасителя мира: «блажени плачущий, яко тии утешатся» (Мф 5, 4).*

Так и мы должны плакать об оставлении грехов своих. К сему да убедят нас слова Порфиросного Пророка: «ходящий хождаху и плакахуся, метающе семена своя: грядуще же придут радостию, вземлюще рукояти своя» (Пс 125, 6); и слова Исаака Сирина: омочи ланиты твоя плачем очию твоею,<sup>1</sup> да почит на тебе Святыи Дух и омоет тя от скверны злобы твоея. Умилостиви Господа твоего слезами, да придет к тебе (Сл. 68, об отречении от мира).

Когда мы плачем в молитве и к слезам при-  
мешивается смех, то это от дьявольской хитрости. Трудно постигнуть тайные действия врага нашего.

У кого текут слезы умиления, у того сердце озаряется лучами солнца правды — Христа Бога.

#### 16. О ПОКАЯНИИ

Делаящему спастися всегда должно иметь сердце, расположенное к покаянию и сокрушенное: «жертва Богу дух сокрушен, сердце сокрушенно и смиренно Бог не уничижит» (Пс 50, 19).

В таком сокрушении духа человек с легкостью может безбедно проходить хитрые козни дьявола, коего все силы направлены к тому, чтобы возмутить дух человека и в возмущении посеять свои плевелы, по словеси евангельскому: «Господи, не доброе ли семя сеял еси на селе Твоем, откуда убо плевелы; он же рече им: враг человек сие сотвори» (Мф 13, 27).

Когда же человек старается иметь сердце смиренное и мысль сохранить в мире, тогда все козни вражий бывают бездейственны; ибо где мир помыслов, там почивает Сам Бог: «в мире сказано, место Его» (Пс 75, 3).

Начало покаяния зарождается от страха Божия и внимания к себе, как говорит св. Мученик

*Вонифатий (Чет. Мин. дек. 19), страх Божий есть отец внимания, а внимание — мать внутреннего покоя. Страх Господень пробуждает спящую совесть, которая делает то, что душа, как в некоей воде чистой и невозмущенной, видит свою некрасоту, и так рождаются начатки и разрастаются корни покаяния.*

*Мы всю жизнь грехопадениями своими оскорбляем величество Божие; а потому и должны всегда со смирением просить у Господа оставления долгов наших. Можно ли облагодатствованному человеку по падении восстать чрез покаяние?*

*Можно, по Псаломнику: «превратился пасти, и Господь прият мя» (Пс 117, 13). Когда св. Пророк Нафан обличил Давида в грехе его, то он, покаявшись, тут же получил прощение (2 Цар 12, 13).*

*К сему примером служит и один пустынный, который, пошедши за водой, при источнике пал в грех. Но, возвратившись в келью, он сознал свое согрешение и паки начал проводить жизнь подвижническую, как прежде. Враг смущал его, представляя ему тяжесть греха, отрицая возможность прощения и стараясь отвлечь его от подвижнической жизни; но воин Христов устоял на своем пути. О сем случае Бог открыл некоему блаженному отцу и велел брата падшего в грех ублажить за такую победу над диаволом.*

*Когда мы искренне каемся во грехах наших и обращаемся ко Господу нашему Иисусу Христу всем сердцем нашим, он радуется нам, учреждает праздник и созывает на него любезные Ему Силы, показывая им драхму, которую Он обрел паки, т.е. царский образ Свой и подобие. Возложив на рамена заблудшую овцу, Он приводит ее ко Отцу Своему. В жилище всех веселящихся Бог водворяет и душу покаявшегося вместе с теми, которые не отбегали от Него.*

*Итак, не вознерадим обращаться к благоутробному Владыке нашему скоро и не предадимся беспечности и отчаянию ради тяжких и бесчисленных грехов наших. Отчаяние есть совершеннейшая радость диаволу. Оно есть грех к смерти, как гласит Писание (1 Ин 5, 16; Ант. Сл. 77). «Аще не предашься унынию и нерадению, говорит Варсонофий, то имаши почудитися и прославите Бога, как Он пременяет тя от еже небыти воеже быти» (т.е. из грешника в праведника. Отв. 114). Покаяние во грехе, между прочим, состоит в том, чтобы не делать его опять. Как от всякой болезни есть врачевание, так и всякому греху есть покаяние.*

*Итак, несомненно приступай к покаянию, — и оно будет ходатайствовать за тебя пред Богом. Непрестанно твори сию молитву преп. Антioxа:*

*«Дерзая, Владыко, на бездну благоутробия Твоего, приношу Тебе от скверных уст и нечистых устен молитву сию: помяни, яко при-звася на мне имя святое Твое, и искупил мя еси ценою крове Твоея, яко запечатлел мя еси обручением Св. Духа Твоего, и возвел мя еси от глубины беззаконий моих да не похитит мя враг. Иисусе Христе заступи мя и буди ми помощник крепкий в брани, яко раб есмь похоти и воюем от нея. Но Ты, Господи, tie остави мя на земли повержена во осуждении дел моих; свободи мя, Владыко, лукавого рабства миродержителя и усвой мя в заповедях Твоих. Путь живота моего, Христе мой, и свет очей моих — лице Твое. Боже, Владыко и Господи, возношения очей моих не даждь ми, и похоть злую остави от мене; заступи мя рукою Твоею святою. Пожелания и похот-ствования да не объмут мя, и душе безстудной не предаждь мене. Просвети во мне свет лица Твоего, Господи, да не объмет мене тма, и ходящий в ней да не похитят мя. Не предаждь, Господи, зверем невидимым душу исповедающуюся Тебе. Не попусти,*

*Господи, уязвитися рабу Твоему от псов чуждих. Приятельце Святаго Духа Твоего быти мя сподоби, и дом Христа Твоего, Отче Святыи, созижди мя. Путеводителю заблудших, путеводствуй мя, да не уклонюся в шуяя. Лице Твое, Господи, видети вожделех. Боже, светом лица Твоего путеводи мя. Источник слез даруй ми, рабу Твоему, и росу Святаго Твоего Духа даждь созданию Твоему, да не изсохну яко смоковница, юже Ты проклял еси: и да будут слезы питием моим и молитва моя пищею. Обрати, Господи, плач мой в радость мне, и приими мя в вечным Твоя скинии. Да постигнет мя милость Твоя, Господи, и щедроты Твоя да обнимут мя, и отпусти вся грехи моя. Ты бо еси Бог истинный, отпускай беззакония. И не попусти, Господи, посрамитися делу рук Твоих по множеству беззаконий моих, но воззови мя, Владыко, единородным Твоим Сыном, Спасителем нашим. И воздвигни мя лежащего, яко Левию мытаря, и оживотвори мя грехми умерщвленнаго, яко сына вдовицы. Ты бо един еси воскресение мертвых, и Тебе слава подобает во веки. Аминь» (Ант. Сл. 77).*

## *17. О ПОСТЕ*

*Пост состоит не в том только, чтобы есть редко, но в том, чтобы есть мало; и не в том, чтобы есть однажды, но в том, чтобы не есть много. Неразумен тот постник, который дожидается определенного часа, а в час трапезы весь предается ненасытному вкушению и телом, и умом. В рассуждении пищи должно наблюдать и то, чтобы не разбирать между снедами вкусными и невкусными. Это дело, свойственное животным, а в разумном человеке недостойно похвал. Отказываемся же мы от приятной пищи для того, чтобы усмирить воюющие члены плоти и дать свободу действиям духа.*

*Истинный пост состоит не в одном изнурении плоти, но и в том, чтобы ту часть хлеба, которую ты сам хотел бы съесть, отдать алчущему. «Блажени алчущие яко тии насытятся» (Мф 5, 6).*

*Подвигоположник и Спаситель наш Господь Иисус Христос, пред выступлением на подвиг искупления рода человеческого, укрепил Себя продолжительным постом. И все подвижники, начиная работать Господу, вооружали себя постом и не иначе вступали на путь крестный, как в подвиге поста. Самые успехи в подвижничестве они измеряли успехами в посте.*

*К строгому посту святые люди приступали не вдруг, делаясь постепенно и мало-помалу способными довольствоваться самою скудною пищею. Преподобный Дорофей, приучая ученика своего Досифея к посту, постепенно отнимал от стола его по малой части, так что от четырех фунтов меру его ежедневной пищи низвел наконец до восьми лотов хлеба.*

*При всем том святые постники к удивлению других не знали расслабления, но всегда были бодры, сильны и готовы к делу. Болезни между ними были редки, и жизнь их текла чрезвычайно продолжительно.*

*К той мере, как плоть постящегося становится тонкою и легкою, духовная жизнь приходит в совершенство и открывает себя чудными явлениями. Тогда дух совершает свои действия как бы в бестелесном теле. Внешние чувства точно закрываются, и ум, отрешаясь от земли, возносится к небу и всецело погружается в созерцание мира духовного.*

*Однако ж не всякий сможет наложить на себя строгое правило воздержания во всем или лишить себя всего, что может служить к облегчению немощей. «Могий же вместити, да вместит» (Мф 19, 12).*

*Пищи употреблять должно каждый день только чтобы тело, укрепясь, было другом и помощником душе в совершении добродетели: иначе может быть и то, что при изнеможении тела и душа ослабеет. По пятницам и средам, особенно же в четыре поста, пищу, по примеру отцев, употребляй один раз в день, — и Ангел Господень прилепится к тебе.*

### *18. О ХРАНЕНИИ НМА*

*Вы непрестанно должны хранить сердце свое от непристойных помыслов и впечатлений, по слову Приточника: «всяцем хранением блюди сердце твое: от сих бо исходища живота» (Прит 4, 23).*

*От бдительного хранения сердца рождается в нем чистота, для которой доступно видение Господа, по уверению вечной Истины: «блажени чистый сердцем, яко тии Бога узрят» (Мф 5, 8).*

*Что есть лучшего в сердце, того мы без надобности не должны обнаруживать: ибо тогда только собранное остается в безопасности от видимых и невидимых врагов, когда оно как сокровище хранится во внутренности сердца. Не всем открывай тайны сердца своего.*

### *19. О МНОГОСЛОВИИ*

*Одного многословия с теми, которые противных с нами нравов, довольно расстроить внутренность внимательного человека. Но всего жалостнее то, что от сего может погаснуть тот огонь, который Господь наш Иисус Христос пришел воврещи на землю сердец человеческих: ибо ничтоже тако устужает огонь от Св. Духа вдыхаемый в сердце инока к освящению души, якоже сообращение и многословие и собеседование, кроме*

*онаго, еже со чады тайн Божиих, еже к возвращению разума Его и приближению (Ис. Сир. Сл. 8).*

*Особенно же должно хранить себя от обращения с женским полом: ибо, как восковая свеча, хотя и незажженная, но поставленная между зажженными, растаивает, так и сердце инока от беседования с женским полом неприметно расслабевает, о чем и Св. Исидор Пелусиот говорит так: аще (глаголющу Писанию) кия беседы злые тлят обычаи благи: то беседа с женами, аще и добра будет, обаче сильна есть растлiti внутренняго человека тайно помыслы скверными, и чисту сущу телу, пребудет душа осквернена: что бо твердее есть камене: что же воды мягчае, обаче всегдашнее прилежание и естество: побеждает: аще убо естество, едва подвижимое, подвизается, и от тоя вещи, юже имать ни во чтоже, страждет и умалается: то како воля человеческая, еже есть удобь колеблема, от обыкновения долгого не будет побеждена и превращена? (Исидор Пелус. письм. 284, и Чет. Мин. в жит. его февр. 4 дня).*

*А потому для сохранения внутреннего человека надобно удержать язык от многоглаголания: «муж бо мудр безмолвие водит» (Прит 11, 12); и «иже хранит?! свои уста, соблюдает свою душу» (Прит 13, 3); и помнить слова Иова: «завет положих очима моима, да не помышлю на девицу» (Иов 31, 1), и слова Господа Иисуса Христа: «всяк, иже воззрит на жену, ко еже вожделети ея, уже любодействова с нею в сердце своем» (Мф 5, 28).*

*Не выслушав прежде другого, отвечать не должно: «иже бо отвецает слово прежде слышания, безумие ему есть и поношение» (Прит 18, 13).*



## 20. О РАСПОЗНАВАНИИ ДЕЙСТВИЙ СЕРДЕЧНЫХ

*Когда человек примет что-либо Божественное, то радуется в сердце; а когда диавольское, то входит в смущение. Сердце христианское, приняв что-либо Божественное, не требует стороннего убеждения в том, что сие от Господа, но самым тем действием убеждается, что восприятие его есть небесное: ибо ощущает в себе плоды духовные:*

*«любь, радость, мир, долготерпение, благодать, милосердие, веру, кротость, воздержание» (Гал 5, 22, 23). А диавол хотя бы преобразился «и в ангела светла» (2 Кор 11, 14) или представлял мысли самые благовидные, сердце все будет чувствовать какую-то неясность, волнение в мыслях и смятение чувств. Объясняя сие, св. Макарий Египетский говорит: «Хотя бы (сатана) и светлые видения представляя благо обаче действия подати отнюдь не возможет: чрез что и известный знак его дел бывает» (Сл. 4, гл. 13).*

*Итак, по разнообразным действиям сердечным человек может познать, что есть божественное и что диавольское, как о сем пишет св. Григорий Синаит: «От действия убо возможешь вознать возсиявый свет в душе твоей, Божией ли есть, или сатанин». (Доброт., ч. I Григория Син. О безмолвии).*

## 21. О БОЛЕЗНЯХ

*Ело есть раб души, а душа — царица; а потому милосердием Божиим бывает и то, когда тело изнуряется болезнями: от сего ослабевают страсти и человек приходит в себя: да и самая болезнь телесная рождается иногда от страстей.*

*Отними грех, и болезней не будет; ибо они бывают в нас от греха, как сие утверждает св. Василий Великий: «Откуда недуги? Откуда повреждения телесные? Господь создал тело, а не недуг; душу, а не грех. Что же паче всего полезно и нужно? Соединение с Богом и общение с ним посредством любви. Теряя любовь сию, мы отпадаем от Него, а отпадая, подвергаемся различным и многообразным недугам» (О том, что Бог не есть причина зла. Стр. 213).*

*Кто переносит болезнь с терпением и благодарением, тому вменяется она вместо подвига, или даже более.*

*Один старец, страдавший водяною болезнию, говорил братьям, которые приходили к нему с желанием лечить его: «Отцы, молитесь, чтобы не подвергся подобной болезни мой внутренний человек; а что касается до настоящей болезни, то я прошу Бога о том, чтобы Он не вдруг освободил меня от нея; ибо, поколику «внешний наш*

*По человек тлеет», потолику «внутренний обновляется» (2 Кор 4, 16)».*

## *22. О МИЛОСТЫНИ*

*Должно быть милостиву к убогим и страным, о сем много пеклись великие светильники и отцы Церкви. В отношении к сей добродетели мы должны всеми мерами стараться исполнять следующую заповедь Божию: «будьте милосердii якоже и Отец ваш милосерд есть» (Лк 6, 36), также: «милости хочу, а не жертвь» (Мф 9, 13).*

*Сим спасительным словам мудрые внимают, а неразумные не внимают; оттого и награда неодинакова, как сказано: «сеющий скудостию, скудостию и пожнут;*

*сеющие же о благословении, о благословении и пожнут» (2 Кор. 9, 6).*

*Пример Петра Хлебодава (Чет. Мин. сент. 22), который за кусок хлеба, поданный нищему, получил прощение во всех его грехах, как это было показано ему в видении, — да подвигнет нас к тому, чтобы и мы были милостивы к ближним: ибо и малая милостыня много способствует к получению Царства Небесного.*

*Творить милостыню мы должны с душевным благорасположением, по учению св. Исаака Сирина: «аще даси что требующему, да предварит даяние твое веселие лица твоего и словесы благими утешай скорбь его» (сл. 89).*

### *23. О ПОМЫСЛАХ И ПЛОТСКИХ ДВИЖЕНИЯХ*

*Мы должны стараться быть свободными от , помыслов нечистых, особенно когда при-Г носим молитву Богу. Ибо нет единения между смрадом и благовонием. Для сего нужно отражать первое нападение греховных помыслов и движений и рассеивать их от земли сердца нашего. Пока дети вавилонские, т.е. движения и помыслы злые, еще младенцы, должно разбивать и сокрушать их о камень, который есть Христос; особенно же нужно сокрушать следующие три страсти: чревоугодие, сребролюбие и тщеславие, которыми ухищрялся диавол искушать даже Самого Господа нашего Иисуса Христа в конце подвигов Его в пустыне. Диавол, как лев, скрываясь в ограде своей (Пс 9, 30), тайно расставляет нам сети нечистых и нечестивых помыслов. Итак, немедленно, как только увидим, надобно расторгать их посредством благочестивого размышления и молитвы.*

*Требуется подвиг и великая бдительность, чтобы во время псалмопения ум наш согласовался с сердцем и устами, дабы в молитве нашей к фимиаму не примешивалось зловоние. Ибо Господь гнушается сердцем с нечистыми помыслами. Закон говорит: «не ори юнцем и ослятем» (Вт 20, 10), т.е. с помыслом чистым и нечистым не приноси молитвы.*

*Будем подражать Давиду, который говорит: «во утриях избивах вся грешные земли, еже по-требити от града Господня вся делающая беззаконие» (Пс 100, 8). Законом запрещено было нечистому входить в дом Господа. Дом сей — мы, и Иерусалим внутри нас. «Грешные земли» — суть кроющиеся в сердце нашем змеевидные помыслы. Будем и мы с ним взывать ко Господу: «устрой душу мою от злодейства их» (Пс 34, 17), «расточи языки, хотящая бранем» (Пс 67, 31), дабы и нам услышать: «в скорби призвал Мя еси, и избавих тя» (Пс 80, 8).*

*Будем непрестанно, день и ночь, со слезами повергать себя пред лицом благодати Божией, да очистит он сердца наши от всякого злого помышления, чтобы мы достойно могли проходить путь звания нашего и чистыми руками приносить Ему дары служения нашего.*

*Ежели мы не согласны со влагаемыми от диа-вола злыми помышлениями, то мы добро творим.*

*Нечистый дух только на страстных имеет сильное влияние; а к очистившимся от страстей приражается лишь со стороны, или внешне. Человек в молодых летах не можно не возмущаться от плотских помыслов. Но должно молиться Богу, да потухнет искра порочных страстей при самом начале. Тогда не усилится пламень.*

## 24. О ТЕРПЕНИИ И СМирЕНИИ

*Надобно всегда терпеть и все, чтобы ни случилось, Бога ради, с благодарностию. Наша жизнь — одна минута в сравнении с вечностью; и потому «недостойны, — по Апостолу, — страсти нынешняго времени к хотящей славе явиться в нас» (Рим 8, 18).*

*В молчании переноси, когда оскорбляет тебя враг, и единому Господу открывай тогда свое сердце.*

*Кто унижает или отнимает твою честь, всеми мерами старайся простить ему, по слову Евангелия: «от взимающего твоя не истязуй» (Лк 6, 30).*

*Когда люди поносят нас, то мы должны считать себя недостойными похвалы, представляя, что ежели бы мы были достойны, то все кланялись бы нам.*

*Мы всегда й пред всеми должны уничивать себя, следуя учению св. Исаака Сирина: «уничжи себе, и узришь славу Божию в себе» (Слово 57).*

*Итак, возлюбим смирение, узрим славу Божию, идеже бо истекает смирение, тамо слава Божия источается.*

*Не сущу свету, вся мрачна: так и без смирения ничего нет в человеке, как только одна тьма.*

*Как воск, не разогретый и не размягченный, не может принять налагаемой на него печати, так и душа, не искушенная трудами и немощами, не может принять на себя печати добродетели Божией. Когда диавол оставил Господа, тогда приступили ангелы и служили Ему (Мф 4, 11). Так, если во время искушений несколько отходят от нас ангелы Божий, то недалеко, и скоро приступают и служат нам Божественными помышлениями, умилением, услаждением, терпением. Душа, потрудившись, стяжевает и прочие совершенства. Почему св. прор. Исаяя говорит: «терпящие Господа изменят*

*крепость, окрылатеют, аки орли, потекут и не утрудятся, пойдут и не взалчут» (Ис 40, 31.).*

*Так терпел и кротчайший Давид: ибо, когда Семей поносил его и метал на него камни, говоря: «изыди мужу беззаконный», — он не сердился; и когда Авесса, вознегодовав на сие, сказал ему: «почто проклинает пес умерший, сей Господина моего Царя?» ■— он запретил ему, говоря: «оставите его, и тако да проклинает мя», ибо Господь увидит и воздаст мне благое (2 Пар 16, 7-12). Почему после и воспел: «терпя потерпех Господа, и внят ми, и услыша молитву мою» (Пс 39, 2).*

*«Сосуды скудельничи искушат пещь: и искушение человеческое в помышлениях его» (Сир 27, 7). «Но горе вам погубльшим терпение! и что сотворите, егда посетит Господь?» (Сир 2, 14).*

*Как чадолюбивый отец, когда видит, что сын его живет беспорядочно, наказывает его, а когда увидит, что он малодушен и наказание сносит с трудом, тогда утешает, так поступает с нами и благий Господь и Отец наш, употребляя все для нашей пользы, как утешения, так и наказания, по Своему человеколюбию. И потому мы, находясь в скорбях, как дети благопокорливые, должны благодарить Бога. Ибо если станем благодарить Его только в благополучии, то подобны будем неблагодарным Иудеям, которые, насытившись чудной трапезы в пустыне, говорили, что Христос воистину есть пророк, хотели взять Его и сделать Царем; а когда Он сказал им: «делайте не брашно гиблющее, но брашно пребывающее в живот вечный», тогда говорили Ему: «кое убо Ты твориши знамение? Отцы наши ядоша манну в пустыни» (Ин 6, 27, 30, 31). Прямо на таких падает слово «исповеется Тебе, егда благо сотворити ему», — и таковой «даже до века не узрит света» (Пс 48, 19, 20).*

*Посему Апостол Иаков учит нас: «всяку радость имейте, братия моя, егда во искушения впадете различна, ведяще, яко искушение ваша веры содетельвает терпение: терпение же дело совершенно да имать» и прибавляет: «блажен муж, иже претерпит искушение: зоне искусен быв приимет венец жизни» (Иак 1, 2-4, 12).*

## *25. О ДОЛЖНОСТЯХ И ЛЮБВИ К БЛИЖНИМ*

*С ближними надобно обходиться ласково, не делая даже и видов оскорбления.*

*Когда мы отвращаемся от человека или оскорбляем его, тогда на сердце нашем как бы камень ложится.*

*Дух смущенного или унывающего человека надобно стараться ободрить словом любви.*

*Брату грашацу, покрой его, как советует св. Исаак Сирий: «простри ризу твою над согрешающим и покрой его» (Сл. 89).*

*Все мы требуем милости Божией, как Церковь поет: «аще не Господь бы был в нас, кто доволен цел сохранен быти от врага, купно и человекоубийцы?»*

*Мы в отношении к ближним должны быть как словом, так и мыслию чисты и ко всем равны; иначе жизнь нашу сделаем бесполезною.*

*Мы должны любить ближнего не менее, как самих себя, по заповеди Господней: «возлюбиши ближняго твоего, яко сам себе» (Лк 10, 27). Но не так, чтобы любовь к ближним, выходя из границ умеренности, отвлекала бы нас от исполнения первой и главной заповеди, т.е. любви Божией, как о сем поучает Господь наш Иисус Христос: «иже любит отца или мать паче Мене, несть Мене достоин: и иже любит сына или дщерь паче Мене, несть Мене достоин» (Мф 10, 37). О сем предмете весьма хорошо рассуждает св. Димитрий Ростовский: «там видна*

неправдивая к Богу в христианском человеке любовь, где тварь с Творцем сравнивается; а там видна правдивая любовь, где один Создатель паче всего создания любитя и предпочитается». (Част. поуч. 2).

## 26. О НЕОСУЖДЕНИИ БЛИЖНЕГО И О ПРОЩЕНИИ ОБИД

Не должно судить никого, хотя бы собственными очами видел кого согрешающим или коснеющим в преступлении заповедей Божиих, по слову Божию: «не судите да не судими будете» (Мф 7, 1); «ты кто еси, судяй чужд ему рабу? своему Господеву стоит или падает, станет же: силен бо есть Бог поставити его» (Рим 14, 4). Гораздо лучше всегда приводить себе на память сии Апостольские слова: «мняйся стояти, да блюдетя, да не падет» (1 Кор 10, 12).

Ибо неизвестно, сколько времени мы можем пребывать в добродетели, как говорит Пророк, опытом сие дознавший: «рех по обилии моем: не подвижуся во век. Отвратил же еси лице Твое, и бых смущен» (Пс 29, 7, 8).

За обиду, какова бы она ни была, не должно отмщать, но, напротив, прощать обидчика от сердца, хотя бы оно и противилось сему, и склонять его убеждением слова Божия: «аще не отпущаете человеком согрешений их, ни Отец ваш Небесный отпустит вам согрешений ваших» (Мф 6, 15); «молитесь за творящих вам напасть» (Мф 5, 44).

Не должно питать в сердце злобы или ненависти к ближнему — враждующему, но должно любить его и, сколько можно, творить ему добро, следуя учению Господа нашего Иисуса Христа: «любите враги ваша, добро творите ненавидящим вас» (Мф 5, 44).



*Итак, если мы будем сколько есть сил стараться все сие исполнять, то можем надеяться, что в сердцах наших воссияет свет Божественный, озаряющий нам путь к горнему Иерусалиму.*

*Поревнуем возлюбленным Божиим: поревнуем кротости Давида, о котором преблагий и любоблагий Господь сказал: «нашел Я мужа по сердцу Моему, который исполнит все хотения Мои». Так Он говорит о Давиде незлопамятном и добром ко врагам своим. И мы не будем делать ничего в отмщение брату нашему, дабы, как говорит преп. Антиох, не было остановки во время молитвы. Закон велит заботиться об осле врага (Исх 23, 5). Об Иове свидетельствовал Бог, как о человеке незлобивом (Иов 2, 3); Иосиф не мстил братьям, которые умыслили на него зло; Авель в простоте и без подозрения пошел с братом своим Каином. По свидетельству слова Божия, святые все жили в незлобии. Иеремия, беседа с Богом (Иер 18, 20), говорит о гнавшем его Израиле: «егда воздаются злая за благая? Помяни стоящего мя пред Тобою, еже глаголати за них благая» (Ант. Сл. 52).*

*Бог заповедал нам вражду только против змия, т.е. против того, кто изначала обольстил человека и изгнал из рая — против человекоубийцы — дьявола. Повелено нам враждовать и против Мадиянитян, т.е. против нечистых духов и блуда и студодеяния, которое сеют в сердце нечистые и скверные помыслы.*

*Предел добродетели и мудрости есть бесхитростное действие с разумом.*

*Отчего мы осуждаем братий наших? Оттого, что не стараемся познать самих себя. Кто занят познанием самого себя, тому некогда замечать за другими. Осуждай себя, и перестанешь осуждать других.*

*Осуждай дурное дело, а самого делающего не осуждай.*

*Самих себя должно нам считать грешнейшими всех, и всякое дурное дело прощать ближнему, а ненавидеть только дьявола, который прельстил его. Случается же, что нам кажется, другой делает худо, а в самом деле, по благову намерению делающего, это хорошо. Притом дверь покаяния всем отверста, и неизвестно, кто прежде войдет в нее — ты ли, осуждающий, или осуждаемый тобою.*

*Если осуждаешь ближнего, учит преп. Антиох, то вместе с ним и ты осуждаешься в том же, в чем его осуждаешь. Судить или осуждать не нам надлежит, но единому Богу и Великому Судии, ведущему сердца наша и сокровенная страсти естества (Ант. Сл. 49).*

*Итак, возлюбленные, не будем наблюдать за чужими грехами и осуждать других, чтобы не услышать: «сынове человечестии, зубы их оружия и стрелы и язык их меч остр» (Пс 56, 5).*

*Ибо когда Господь оставит человека самому себе, тогда дьявол готов стереть его, яко мельничный жернов зерно пшеничное.*