

УДК 271.22-475.5  
ББК 86.37  
Д85

Разрешено к печати  
Издательским Советом  
Русской Православной Церкви

Автор-составитель Светлана Девятова

### **Духовный маяк**

Д85 Духовный маяк : советы православных подвижников XX столетия : издание второе, дополненное / сост. С. Девятова. – М. : Артос-Медиа, 2009. – 384 с.

ISBN 978-5-9946-0076-4

В книге собраны размышления и изречения святых и подвижников благочестия минувшего века – от оптинских преподобных и священномучеников до недавно почивших старцев, таких, как архимандрит Иоанн (Крестьянкин), – касающиеся всех основных вопросов христианской жизни и спасения души: Божественной литургии, чтения Священного Писания, борьбы со страстями, поста, послушания, различных христианских добродетелей и др. Отдельные главы посвящены монашеству, духовенству, семейной жизни.

УДК 271.22-475.5  
ББК 86.37

ISBN 978-5-9946-0076-4

© Девятова С.С., составление, 2009  
© Оформление. Издательство  
«Артос-Медиа», 2009

## *О Боге*

---

Бог есть Дух, простое Существо. А Дух чем проявляет Себя? Мыслию, словом и делом... Например, вы читаете молитву – и Он весь в каждом слове, как святой огонь, проникает каждое слово. Каждый сам это может испытать, если будет молиться искренно, усердно, с верою и любовью. Но особенно Он весь в принадлежащих Ему именах: Отец, Сын и Святой Дух; или Троица; или Господь; Господи Боже; Господь Саваоф; Господи Иисусе Христе, Сыне Божий; Душе Святой; Царю Небесный, Утешителю, Душе истины. и прочих именах Своих. Ангелы и святые так же в своих именах близки к нам, как близки имена их и вера наша в них к сердцу нашему, ибо они ни иное что, как дыхания Божии и суть «один дух с Господом» (1 Кор. 6.17).

Бог ближе к нам всякого человека во всякое время. «Бог производит в вас и хотение и действие по Своему благоволению» (Флп. 2.13).

**Б**ог есть такое духовное Существо, от Которого все и без Которого немислимо ничто, в Котором начало, продолжение, жизнь и сохранение всего, Который бесконечно выше всякого времени и пространства.

Вездесущие Божие есть пространственное и мысленное, т.е. везде Бог – в пространственном отношении и везде в мысленном.

Бог есть Благодать, как бы миро неистощимое; мир духовный есть развитие этой Благодати, как бы океан мира благовонного, вещественный – тоже.

Бог есть любовь, прещедрое, премудрое и всемогущее Существо. Потому молящиеся да веруют, что все благопотребное Владыка подаст, как Любовь и как Щедрый – щедро, как Премудрый – мудро, как Всемогущий подаст там и тогда, где и когда не ожидали.

Бог есть всемогущая держава всех миров вещественных, паче же – пречудная, преблагостная, всеправосудная держава мира духовного – ангелов и человеков. В руце Его все духи, их покой и блаженство, как томление и мука злых духов и злых людей.

Господь Вседержитель. Вседержительство Его объемлет всю тварь, горнюю и дольную, умную и чувственную, ангелов и человеков, небо и все, что на нем, землю и все, что на ней, море и все, что в нем; Его вседержительство объемлет решительно все вообще и все части тварей.

Слава Тебе, Животе-Отче, Животе-Сыне, Животе-Душе Святый, Простое Существо, Боже, присно нас избавляющий от душевной смерти, страстями душе нашей причиняемой; Слава Тебе, триипостасный Владыко, яко от одного призывания имени Твоего просвещаеши мрачное лицо души и тела нашего и дарствуеши миром Твоим, превосходящим всякое земное и чувственное благо и всякое разумение. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

## О Божественной литургии

Любите Божественную литургию, берегите благоухающую розу Христову, просвещайте свои души светом солнца Божественного; считайте потерянным днем в своей жизни тот, когда вам не удалось быть за Божественной литургией... Пусть очи ваши видят всегда Божественную чашу, пусть уши ваши всегда слышат: «Приимите, ядите». Благодарите Господа всегда за тот величайший дар, перед которым трепещут ангелы. *Священномученик Серафим (Звездинский)*

**Н**е надо ждать или искать чудес. Есть только одно чудо, которое всегда с нами. Это Божественная литургия. *Оптинский старец Нектарий*

Литургия есть вечеря, трапеза любви Божией к роду человеческому. Около Агнца Божия все собираются на дискосе: живые и умершие, святые и грешные, Церковь торжествующая и воинствующая. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Для всех нас все дело в том, чтобы предаться Христу всем своим сердцем.

Христос открывает Себя только внутри Церкви, там, где люди, находясь вместе, любят друг друга, несмотря на грехи, не из-за их усилий, но по милости и любви Христа. Любовь Христова держит всех нас вместе. Он делает нас одним телом, и мы участвуем в богочеловеческой жизни Господа. Только таким образом, и никак иначе, мы можем вознестись над разрушительной силой греха. И вершина истины есть святая Евхаристия. *Афонский старец Порфирий*

Исходя из важности и святости Таинства Евхаристии, каждый священнослужитель, прежде чем приступить к совершению его, должен тщательно подготовить свою душу и, прежде всего, очистить ее от смертных грехов посредством сердечного сокрушения и устной исповеди пред отцом духовным. Это является единственным средством к умилоствлению Бога и к водворению в душе мира и спокойствия. Считается великим грехом и препятствием к священнодействию, если пастырь или диакон кого-либо осудил, оскорбил, обидел или имеет к кому-либо нерасположение. *Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Требуется не только крайнее внимание, но и сердечная вера в произносимые слова возгласов и молитв ектений.

...Совершая Таинство Евхаристии... надо всего себя – уста, слова – отдавать Святому Духу, но и самому участвовать в этом Таинстве.

...Нужно служить в полном покое сердца...

...20 января 1980 г. служил литургию. Начал с трудом и сухо, и вдруг в сердце открылось, что нужно и самому

каяться – молиться о своих грехах, а затем о неведениях христиан (прихожан). Стал каяться, понуждать себя к покаянию и Бескровную Жертву приносить и за себя и свои грехи. Во время Причастия сердце наполнилось умилением и благодарностью...

...Самому священнику сначала надо с верою произносить слова молитв и чувствовать в себе действие слов Евхаристического канона, точнее слов молитвы перед Причастием Святых Тела и Крови Господа Иисуса Христа, то есть что грехи прощаются и прощены.

Во время литургии желал единения с паствой и молился об этом... Начал читать про себя Великую ектению и почувствовал, что не за паству, а вместе с ней нужно молиться, возносить с верой от лица ее каждое слово Богу, имея ее в уме и сердце. Из дневника московского старца *протоиерея Василия Серебrenникова*

Заботьтесь, чтобы укрепились вера ваша, и на Божественной литургии будьте сосредоточенны на совершенном, чтобы удостоиться увидеть величие Божие... Святой Дух нисходит на Святую Трапезу... Не сидите во время Божественной литургии. Ум ваш да не летает здесь и там. *Блаженный старец Георгий (Карслидис)*

Нет могущественнее благодарности перед Богом, как когда мы совершаем Божественную литургию. Она именуется «Евхаристией», то есть благодарением, мы изливаем перед Господом свою благодарность. Почему она не именуется литургией покаяния, а благодарения? Потому что взял Господь на Себя наши грехи. Он Агнец, закланный за нас. Нам только созерцать, переживать и благода-

рить Агнца, Который взял на Себя грехи всего мира. Вот мы и предстоим. Поэтому наша молитва в Церкви так могущественна. Этой молитвой существует вся вселенная. *Старец Таврион (Ботозский)*

Нет ничего на земле драгоценнее Божественной литургии... Божественная литургия есть точный снимок с земной жизни Спасителя... От Вифлеема, куда Пречистая Дева пришла для переписи, и где родился Господь, и до Иордана, от Иордана до Гефсимании, от Гефсимании до Голгофы, от Голгофы до Воскресения, от Воскресения до Елеонской горы – все видно в литургии. И хотя мы не принадлежим к числу тех блаженных, которые жили во время пребывания Господа на земле, кои имели величайшее счастье видеть Его лицом к лицу, но, обладая драгоценным даром, оставленным нам Господом, мы почти так же счастливы, как и они.

Как мать иногда ведет дитя за руку, иногда сидит около него и наблюдает за ним, а иногда берет в свои объятия его, ласкает, лелеет и питает, так и Господь во всех службах церковных и в домашней молитве как бы держит нас за руку, наблюдает за нами издали, а в Божественной литургии Он берет нас в Свои объятия, сажает нас с Собой за стол и питает нас от Своей Трапезы. Во всех службах, кроме литургии, мы говорим с Господом как бы по телефону, а в Божественной литургии мы говорим с Господом лицом к лицу, мы как бы непосредственно говорим Ему свои нужды, лично благодарим и молимся Ему. Оттого молитва Божественной литургии действенней, чем за какой-нибудь другой службой. Потому за покойников установлено молиться за Божественной литургией. Осо-

бенную отраду вносит она в души усопших. Божественная литургия – окно, прорубленное Господом в грешном, неверующем, прелюбодейном мире, в которое входит свежий воздух. Не будь этого окна, верующие задохнулись бы. Божественная литургия есть единственное верное основание, на которое мы должны наматывать нить своей жизни...

Христиане первых веков христианства ежедневно присутствовали при Божественной литургии и причащались Святых Животворящих Христовых Таин... Если же христианину приходилось отлучаться или путешествовать, то все брали, безразлично раб то был или господин, мужчина или женщина, – брали с собой в небольшой сосуд Святые Тайны и причащались одни. У каждого христианина был обычай носить с собой три драгоценности: крест, святое Евангелие и сосуд со Святыми Тайнами. За Божественной литургией, которая преследовалась язычниками, христиане проливали кровь свою. Их мучили, распинали, жгли, нередко убивали в самом храме, в самих катакомбах при совершении Евхаристии. В древности был обычай совершать литургию на гробах замученных христиан в знак того, какою большою ценою куплена литургия. Теперь в Церкви осталась память от этого – в святыне антиминсы зашивают частицы мощей святых. *Священномученик Серафим (Звездинский)*

...Приступает священник к Божественной литургии. Как мог бы он дерзнуть говорить такие святыне слова, как мог бы он надеяться на какие-то свои силы, чтобы совершилось чудо, и освятились Дары, и хлеб стал Телом Господним, а вино – Кровью Христовой?.. Не своей силой

совершает он это, а силой Господней. В начале Божественной литургии, когда все готово к совершению таинства, когда и священники помолились, и народ собрался, когда хлеб и вино приготовлены и, казалось бы, теперь время священнику действовать, дьякон подходит к нему и говорит: «Время сотворити Господеви!»

В греческом тексте это звучит выразительнее; в греческом тексте это ясно значит: «А теперь пришло Самому Богу действовать...» И действительно – что может человек? Как может он освятить эти дары? Как может он низвести Святого Животворящего Духа в среду верующих? Неужели его словами, его молитвами Дух Святой нас осенит и дары станут Телом и Кровью Господними? Нет; но с нами Бог. Он – посреди нас; каким-то непостижимым чудом через Крещение мы делаемся частицей тайны Христовой, каким-то чудом в Миропомазании мы делаемся храмом, местом вселения Святого Духа. Как это дивно и непостижимо!... *Митрополит Сурожский Антоний*

...В Церкви Божией существует Святой Дух, Который приходит во время Божественной литургии и нас *просвещает...* *Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гавриилия)*

## Причастие Святых Христовых Тайн

«Иисус, взяв хлеб, благословил, преломил, дал им и сказал: примите, ядите; сие есть Тело Мое. И, взяв чашу, благодарив, подал им: и пили из нее все. И сказал им: сие есть Кровь Моя Нового Завета, за многих изливаемая» (Мк. 14.22–24).

«Хлеб же, который Я дам, есть Плоть Моя, которую Я отдам за жизнь мира. Тогда Иудеи стали спорить между собою, говоря: как он может дать нам есть Плоть Свою? Иисус же сказал им: истинно, истинно говорю вам: если не будете есть Плоти Сына Человеческого и пить Крови Его, то не будете иметь в себе жизни. Ядущий Мою Плоть и пьющий Мою Кровь имеет жизнь Вечную, и Я воскрешу его в последний день» (Ин. 6.51–54).

**В** Спасителе, как истинном Боге, воплощается эта вечная жизнь. Для человечества Иисус Христос есть Жизнь и Источник жизни. Кто достойно приобщился Святых Тайн, тот не умрет. Не страшны такому человеку ни бури жизненных бедствий, ни подводные камни житейских обстоятельств, от которых мы, слабые, так часто и малодушно теряем свою голову. Не страшна человеку тяжелая бедность, не страшна для него ни сума, ни тюрьма, ни обида людская, потому что он – причастник

Божий. Бедствия – принадлежность земли; счастье – удел неба... Достоинно причаститься – это уже есть начало Небесного Царства. Удостоившийся благодати Божией не может быть равнодушен к величию Божественных совершенств, которыми он окружен... *Протоиерей Валентин Амфитеатров*

В Теле и Крови Христовой каждая частичка, капелька, есть Христос всецелый, никогдаже разделяемый, един и Тот же.

Когда вкушаешь бессмертную пищу и питье – Тело и Кровь Господа – возносись благодарным сердцем к Господу и говори: «Благодарю Тебя, Господи, Хлебе жизни и Источнике бессмертия. Тело и Кровь Свою в пищу и питье нам даровавший, да, предпочищаемые и освящаемые здесь, внидем в вечное Твое царство наслаждаться вечно Твоего лицезрения и Твоей блаженной жизни. Не попусти, Господи, да пекусь только о телесном хлебе и питии, не попусти, да пристрашусь к ним, но к Тебе единому да прилеплюся». *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Что такое Причастие? Само слово отвечает на этот вопрос: «при частие», то есть приближаясь к целому, я становлюсь частью целого, когда его в себя принимаю. Вот что такое Причастие! Причастие есть Тело Христово. Христос Спаситель сказал Сам: «*Приимите, ядите: сие есть Тело Мое*» (Мф. 26.26). И так же точно: «*Пейте из нее все, ибо сие есть Кровь Моя Нового Завета, за многих изливаемая во оставление грехов*» (Мф. 26.27–28). Это имеет гораздо больше смысла, чем просто символ, как иногда говорят некоторые христиане. Это не только

символ – это сама сущность. Мы верим в то, что мы действительно оказываемся частью самой сущности Божией через Тело Христово. «Обожение» по-гречески «феосис». Мы становимся чадами Божиими в полном смысле этого слова, и это действительно оказывается для нас участием в Божественной жизни. В Божественном Причащении, мы становимся обожествленными силой Духа Святого. Вот что такое Причастие. И вот почему надо готовиться к Причастию, надо всегда быть готовыми, чтобы не подходить к Святому Причастию слишком по-мирскому, слишком по-земному, слишком греховно. Нет, надо очиститься от грехов в покаянии, если возможно – в исповеди, и всегда приходить с открытым сердцем, с открытой душой, с чистой совестью и с любовью к Богу и ко всем братьям и сестрам нашим – членам Церкви Христовой. Евхаристия – благодарение. Евхаристическая жизнь – благодарственная жизнь в Боге и с Богом. В Боге для того, чтобы всегда мы были единым Телом и единым целым. Это и есть Причастие, это и есть смысл и суть всего. Вот такая Божественная сила совершается с нами в этот момент. Мы оказываемся в Царствии Небесном, в Царствии Божиим, в небесном раю. Мы восстановлены и возвращены туда, где были сотворены в самом начале. И в этом восстановлении мы чувствуем всю силу нашего единства Церкви Божией по образу Пресвятой Троицы. Т.е. мы отражаем в себе то, что нам дает Бог Своей любовью. *Епископ Василий (Родзянко)*

Причащаться Святых Тайн – значит призывать Господа так с нами соединиться, что не только душевно, но в самой плоти нашей Его жизнь делается нашей жизнью,

и наша жизнь делается Его жизнью. Поэтому каждый раз, когда, причастившись Святых Тайн, мы делаем дела тьмы, мы как бы влечем Господа насильственно, мучительно по тому самому пути, по которому Его вели в страстные дни на распятие, на страдание, на поругание. Это мы должны помнить.

В то же время мы желаем от Господа жизни новой, преизбыточествующей жизни, и эта жизнь нам дается, потому что, когда приходит к нам Господь и соединяет нас с Собой, вечная жизнь нас покоряет и в нас входит. *Митрополит Сурожский Антоний (Блум)*

Как можно чаще с умилением сердца приобщайся Святых Христовых Тайн. *Схиигумен Савва (Остапенко)*

Самое большое сокровище на земле – это Причастие Святых Христовых Тайн. Дороже этого ничего нет для христианина. Это бесценный дар Божий. *Великовражский старец Григорий Долбунов*

Плоды святого причастия – здоровье души и тела, мир душевный, какая-то радость духовная, легкое отношение к внешним скорбям и болезням... Эти плоды действуют, если мы не оскорбляем святыню... *Преподобный Алексий (Соловьев)*

С каким благоговением мы должны приступать к Телу и Крови Христа, Сына Божия! К какому Таинству приступаем! Огонь Божественный достойных освящает, недостойных попалает. Не думайте, что, попостившись неделю, вы уже достойны причащения. Не в том состоит

приготовление, чтобы не опускать ни одной службы, да чтобы масло не попало на ложку, чтобы от пищи воздержаться, – надобно внутреннее очищение: чтоб тщеславия не было, гордости, непокорности, чтобы худой мысли не удерживать в душе ни на минуту. Через приобщение Святых Тайн освящается душа и тело, через него Бог в нас присутствует... Важно не только принять Святое Причастие, но и стараться как можно дольше сохранить полученную Благодать... Благодать – очень нежная: чтобы приобрести ее, надо много трудиться, а потерять очень легко. Она не выносит малейшей неправды, нечистоты или внутренней скрытой обиды. *Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)*

Что лучше: редко или часто приобщаться Святых Христовых Тайн? Сказать трудно. Закхей с радостью принял в свой дом дорогого Гостя – Господа, и хорошо поступил. А сотник, по смирению, сознавая свое недостойство, не решился принять, и тоже хорошо поступил. Поступки их, хотя и противоположные, но по побуждению одинаковые. И явились они пред Господом равно достойными. Суть в том, чтобы достойно готовить себя к великому Таинству. *Преподобный Никон Оптинский*

---

## О милосердии Божиим

---

**И**з Священного Писания христианин познает благодать и милосердие Божие, Его праведность и нелицеприятие; познает, что Он воздаст каждому по делам его, что Он со славой придет судить живых и мертвых.

Своей надеждой на милосердие Божие грешник, как родниковой водой, через добродетель рассуждения утоляет свою духовную жажду и водворяет в своем сердце радость и утешение. Это духовное утешение не только удерживает христианина от поползновений греховных, но и на ранее сделанные грехи действует подобно пластырю, исцеляющему застаревшие раны.

Милосердие Божие к кающемуся грешнику так велико, что если последний возымеет твердое намерение больше не возвращаться ко греху, то Господь не только прощает ему грехи, но даже и не вспомнит о них вовеки.

Милосердие Божие не оставляет человека согрешающего и после Крещения. Оно дает ему еще одно примиряющее средство – покаяние, которое является уже последним даром милости Божией для спасения грешника. Поэтому перед всяким человеком стоит единственный выбор: или каяться и иметь вечную блаженную жизнь

или оставаться во грехах и навлечь на себя вечное осуждение.

В Новом Завете также имеется бесчисленное множество примеров, являющих милосердие Божие к кающимся грешникам: апостол Петр, трижды отвергшийся от своего Учителя и плакавший о своем согрешении, с любовью принят в лик апостольский; мытарь, великий грешник, «во едином часе ко Христу возопивший», получил прощение; грешнице плакавшей «отпущены грехи многи»; разбойнику, на кресте покаявшемуся, двери рая открыты. И вообще Господь устами пророка говорит: «Не хочу смерти грешника, но чтобы грешник обратился от пути своего и жив был» (Иез. 33.11).

Читая Священное Писание, христианин обогащается духовно и делается способным познать благодать и милосердие Божие. Вот почему Слово Божие для всех нас истинно, неложно и непоколебимо.

Наших знаний и рассуждений о благодати Божией, Его милосердии и долготерпении еще недостаточно для спасения. Нужно эти свойства существа Божия перенести в наше сердце, и не только перенести, но и воплотить их в своей жизни, т.е. сделать сердце наше проводником добра и любви. *Схиархимандрит Иоанн (Маслов)*



зывает ненужную боль в собственном сердце, а затем от этого страдают и другие. Нам всем нужно понуждать себя к богоугодной жизни и к исполнению заповедей Божиих. А это даст нам возможность очистить сердце от всего греховного и скверного. *Схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

## Об исполнении Божественных заповедей

«Господь Бог наш есть Господь единый, и возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим, и всею душою твоею, и всем разумением твоим, и всею крепостию твоею, – вот первая заповедь! Вторая подобная ей: возлюби ближнего твоего, как самого себя. Иной большей сих заповеди нет» (Мк. 12.29–31).

«Заповеди Его не тяжки» (1 Ин. 5.3).

«Кто имеет заповеди Мои и соблюдает их, тот любит Меня; а кто любит Меня, тот возлюблен будет Отцем Моим; и Я возлюблю его и явлюсь ему Сам» (Ин. 14.21).

**Н**ачинай исполнять заповеди, касающиеся малого, и ты исполнишь заповеди, касающиеся великого: малое везде ведет к великому. Начни исполнять хоть заповедь о посте в среды и пятницы или десятую заповедь, касающуюся худых помыслов и желаний – ты исполнишь все заповеди. «Верный в малом и во многом верен, а неверный в малом неверен и во многом» (Лк. 16.10). *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Нужно быть хорошим человеком и устраивать свою жизнь согласно учению Святой Церкви и заповедям Божиим. Ведь всякое недоброжелание, прежде всего, вы-

Недостаточность исполнения заповедей восполняется сокрушением сердечным. Осмелюсь сказать, что сокрушение сердечное, плач сердца о нарушениях заповедей дороже их исполнения по своей воле. Ибо последнее приводит к высокоумию и гордости, чем уничтожается все добро. А сокрушение сердца заменяет, по милости Божией, делание и держит человека во смирении, без чего суетно все делание, оно даже губительно.

Если все заповеди заключаются в двух: в любви к Богу и к ближним, а любовь достигается деланием данных в Евангелии заповедей, то и нужно добиться знания, что ведет кратчайшим и легчайшим путем к исполнению этих заповедей. Для мирского человека можно ограничиться телесным деланием, для более ищущих необходимо кроме этого внутреннее делание.

Сам Господь в двух словах указал, в чем оно состоит и что особенно необходимо в трудные времена: «Бодрствуйте и молитесь» (Мф. 26.41). Не сказано в такие-то часы, а всегда. Бодрствовать значит следить за собой, за своими мыслями, словами, чувствами; следить и все противоречащее Евангелию отгонять молитвой Иисусовой, чем исполняется второе слово. Если будет это делание, то оно заменит все, хотя не исключаются для облегчения и другие делания. Непрестанное понуждение себя к молит-

ве Иисусовой – лучшее доказательство, что человек хочет быть с Господом, хочет исполнить Его заповедь.

Помни, что «Царство Небесное силою берется» (Мф. 11.12), и только отвергающие себя и своих грехов и поносящие себя на делание заповедей наследят царствие Божие. *Игумен Никон (Воробьев)*

Любовь к Богу в том и состоит, чтобы соблюдать заповеди Божии. И заповеди Его не тяжки (1 Ин. 5.3). *Афонский старец Анфим*

В Писании изложены Божественные заповеди, соблюдение которых должно стать основой духовной жизни.

Заповеди обращены к жизни, а не к теории. Следовательно, не нужно искать их теоретического обоснования или пытаться определить, насколько они оправданны, но с верой во Христа, Который нам их дал, воспринимать их как абсолютные и не подлежащие обсуждению требования.

Заповеди являются основой духовной жизни, которая состоит в борьбе с собственными страстями и в жизни по добродетелям. Это длительный труд, который предстоит человеку на протяжении всей его жизни. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Премудр тот, кто стяжал Духа Святого, стараясь исполнить все заповеди Христовы. И если он премудр, то и смирен. *Схиархимандрит Захария*

Чтобы идти по правильному пути, надо следить за собою, сравнивать свои дела, слова, помыслы, влечения и проч. с заповедями Христовыми, не оправдывая себя ни

в чем, стараться исправлять себя, насколько можно, не обвинять и не осуждать других, каяться пред Господом, постепенно смиряться пред Богом и людьми – тогда Господь постепенно будет открывать такому человеку его падение, его порчу, его неоплатный долг...

Укоряйте себя за всякое нарушение малейшей заповеди Божией, не допуская никакого самооправдания... Опирайтесь на Евангелие и на пример Самого Господа Иисуса Христа в борьбе со тщеславием и в приобретении смирения. Надо творить и дела милосердия. Милостыня очищает от многих грехов...

Просите у Господа мудрости и силы и ревности к исполнению Его святых заповедей. «Без Мене не можете творить ничесоже доброго». Поэтому и надо умолять Господа о вразумлении и помощи...

Сам Господь говорит, что если сотворите вся повеленная вам (т.е. все заповеди), – считайте себя рабами непотребными, которые обязаны сделать все, что им приказывает хозяин. Значит, все мы, постоянно нарушающие заповеди, обязаны иметь настроение души, как у мытаря. Не искать в себе каких-либо достоинств, какие бы подвиги ни несли. Всегда мы рабы неключимые. Только милость Божия прощает кающихся и включает в Царствие Божие...

Человек может спастись через веру и исполнение всех заповедей. Исполнение их изменяет психику (душу) человека, обновляет его, делает человека новым по образу Божию, точнее – по образу Спасителя Иисуса Христа. *Игумен Никон (Воробьев)*

Надо раздавать, а мы приобретаем, надо слушать, а мы ропщем, надо отсекасть волю, а мы ею живем, надо

возненавидеть сей мир и все его утехи, а мы его любим – и в итоге мы идем наперекор заповедям Божиим. И тогда везде тяжело.

Поминая смерть, суд, ад, мы приходим в Божий страх, а страх как уздой удерживает на пути заповедей Божиих. *Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)*

...Если исполним все заповеди, а любви не имеем, то значит, ничего не имеем... *Архиепископ Гавриил (Огородников)*

...Хотя и поставлено целью жизни отречение, путь к которой – самоотверженное исполнение заповедей Божиих, но закон греховный направляет всякое действие к своей цели, и в этой борьбе сильно бедствует душа. Господь, врачующий немощ чувств горькими обстоятельствами жизни, по мере отречения сообщает душе невидимую силу и познание Его Промысла... Думаю, что для молитвы нужна чистота души, а она приобретаетса самоотверженной деятельностью по заповедям Божиим...

...Труд в заповедях Божиих – единый неложный путь ко спасению; он врачует самое естество греховное, образует его в подобие Божие и делает, что всякое добро естественно его сердцу, как всякая истина естественна возрожденному (Духом Божиим) уму...

...Раскройте Евангелие, читайте его, вникните в то, чему учил Господь Своих учеников, и вы узнаете, какие заповеди Он дал Своим последователям. Он учил их отречению от всего, от себя главным образом, даже до отвержения души своей. Это отречение необходимо, потому что в душе нашей так много нечистоты, страстей,

противных духу Христову, что без отречения от них невозможно общение со Христом. Это отречение от себя возможно только тогда, когда есть цель, для которой мы можем отречься от себя, отвергать свои страсти. Цель эта – любовь к ближнему. Чтобы исполнить долг любви к ближнему, необходимо оставить себя, отречься от души своей. Любовь эту Господь указал и словом, и примером как проходить. Он учил прощать врагам, иметь милосердие к немощным, не осуждать грешных, жертвовать собою для пользы ближних. Эту заповедь о любви к ближним невозможно исполнить без отречения от пристрастий к земным благам. Можно отречься от себя, можно все уступить ближнему только тогда, когда будем искать вечной жизни, когда будем стремиться возлюбить единое вечное, неизменное Благо, единое полное Совершенство – Бога. И вот главная и первая заповедь Христова: возлюбить Бога всем сердцем, всем помышлением и всею крепостию. В двух словах Господь указал на совершенство духовного пути, но всей жизни человеческой мало для того, чтобы усвоить, чтобы исполнить это слово Христова. Отречься от себя? Но что такое я? Себя познать, как следует, увидеть всю нечистоту своей души, всю ее страстность, всю немощь – вот в чем заключается задача всей жизни для тех, кто искал спасения...

...Чтобы возродиться, чтобы прийти опять в свое естественное состояние, нужно отречься от себя, нужно отказаться от своего я, от самости... Нужно... свое место уступить Тому, Кому единому подобает честь и поклонение. Но нелегко человеку отказаться от себя. Ему нужно умереть для страстей, а смерть всегда тяжела и горька... Но если Господь поможет и, по отречении от страстей,

вместо гордости даст душе вкусить смирение, вместо себялюбия – любовь к ближнему, вместо жестокости – умиление, вместо злобы – кротость, вместо страха – веру, вместо отчаяния – надежду, вместо самолюбия во всех его видах – любовь к Богу, тогда для души составляют отраду жизни скорби; она выше их, она их не чувствует, а только сознает и видит и чувствует великую помощь Божию, укрепляющую дух в скорбях и искушениях жизни; великую премудрость Его путей, ведущую человека к свободе через скорби, и в самых скорбях очищающую его, выводящую из неправильного положения и ставящую всегда на правый путь. Тогда душа чувствует и силу, и радость и благодарит Бога за скорби, и кажутся они ей ничтожными в сравнении с теми благами, которые Он даровал ей через скорби.

...Чтобы сохранить чистоту тела, необходимо сохранить чистоту сердца и ума. Вот и нужна молитва, нужно внимание к своему сердцу, нужен подвиг над собою. Если мы не всегда можем сохранить теплоту, так как она есть дар Божий, то можем всегда укреплять в себе решимость воли подвизаться против страстей, можем возгревать в себе стремление к совершенству, можем нудить себя к подвигу. Заповеди Божии даны нам не для произвола: хотим или не хотим их исполнять; нет, мы обязаны их исполнять, иначе мы погибнем вечно...

...Вместо своего хотения должна быть заповедь Божия, воля Божия, ведущая нас к жизни вечной... Надо просить, молить Господа, чтобы укрепил волю противиться страстным помыслам, обратил бы все силы, все стремления и хотения души к высшим целям, святым, высоким, благородным. *Игуменья Арсения (Себрякова)*

## Чтение Священного Писания, духовной литературы

Не оставляйте чтение святой книги, пока не почерпнете какого урока или правила для жизни. *Святитель Феофан Затворник*

**С**ердце наше есть как бы мрачная земля; Евангелие есть как бы солнце, просвещающее и оживотворяющее сердца наши. Воссияй в сердцах наших истинное солнце правды Твоей, Господи! *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

В деле спасения важнейшую роль играет Священное Писание и писания святых отцов – это лучшее руководство к спасению. После чтения священных книг немалую также роль для спасения души играет покаяние. *Преподобный Симеон (Желнин)*

*Афонский старец Паисий* советовал читать «Жития святых» и «Отечник». Говорил, что они являются прекрасным толкованием евангельской теории.

Мы читаем Евангелие с надеждой на то, что услышим желаемое, и с осторожностью: как бы не услышать того, чего мы не хотим слышать. Нам надо научиться слушать евангельское слово, слушать Христа, Который говорит с нами лично, с намерением услышать Его голос, что бы Он нам ни говорил, и, услышав, не спешить забыть, а, наоборот, себе отметить, зарубкой отметить то, что мы услышали, потому что в этот момент Христос Спаситель лично к нам обращался, лично с нами говорил. *Митрополит Сурожский Антоний (Блум)*

Враг боится молитвы, демонов сокрушает смирение, побивает послушание, обращает в бегство молитва, морит голодом пост, низлагает любовь к ближним. И от слов Священного Писания они как от огня бегут. *Протоиерей Валентин Мордасов*

У святых отцов написано, что на последнее время Духом Святым предусмотрены вместо старцев книги. Человеческая природа единосвойственна. Что было и у прежде нас живших, то повторяется и у нас, те же самые вопросы. И теперь уже, можно сказать, все это записано в книгах. А противоречия иногда мы находим, но они бывают кажущимися. Нужно брать мысли не отрывочно, но в контексте. Нужно отличать законоположения от отдельных частных случаев, которые ко всем не приложимы. Нужно просить Бога, чтобы помог нам правильно понять читаемое, чтобы послал нам поясняющего, как евнуху царицы Каддакии за усердное чтение послал апостола Филиппа (Деян. 8.27–39). *Архимандрит Нафанаил (Поспелов)*

А откуда нам черпать духовные силы, как не от Священного Писания? И святых отцов надо читать, ибо они очень хорошо объясняют Священное Писание и уясняют до тонкости духовную жизнь. Они сами прошли опытом духовную жизнь и для нас точно вехи поставили, чтобы мы не сбивались с духовной дороги. *Схиизумен Иоанн (Алексеев)*

Вот ты находишься в темной комнате и машешь руками, чтобы прогнать тьму, которая, естественно, не уходит. Но если ты откроешь окно и внутрь ворвется свет, то тьма исчезнет. То же самое и с поучением. Священное Писание, жития святых и святые отцы – это свет, который прогоняет душевную тьму. *Афонский старец Порфирий*

В Евангелии содержится вся программа нашей духовной жизни, и поэтому его следует считать «основой всего».

Следовательно, чтение Священного Писания должно стать, как и молитва, ежедневным регулярным правилом и подчиниться дисциплине.

Чтение Священного Писания в должном расположении духа прививает, как и молитва, умение и навык «различать помыслы». *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Память надо набивать чтением Евангелия и творениями святых отцов, одним словом, чтобы ум не был праздным. Прежние события надо заменить другими мыслями, и постепенно прежние воспоминания вытеснятся прочь и тоскливость пройдет. В одном сердце два господина не могут жить вместе.

Мудрую духовную жизнь святые отцы до тонкости объяснили в своих писаниях; а их писание больше познается жизнью... Преподобные отцы, молитесь Бога о нас грешных, и откройте наш умишко, чтобы уразуметь ваше писание...

...Советую тебе читать святое Писание: сперва помолись Богу, чтобы Он открыл твой ум уразуметь Писание; что понятно – старайся исполнять, а не понятно – пропусти. Так святые отцы советуют. Святое Писание надо читать не для знания, а для того, чтобы спасти свою душу. А исследование непостижимого относится к гордости...

Можно читать утром и вечером несколько молитв, сами определяйте сколько, сообразуйте с временем, только, чтобы было не на ветер, а со вниманием, ибо внимание – душа молитвы. Ежедневно надо прочесть главу святого Евангелия и главу апостольских посланий.

Во всех недоуменных вопросах возьми себе за правило совет Богомудрых святых отцов: если предстоит тебе два зла, выбирай меньшее, а если две добродетели предстоят – выбирай большую. Конечно, предварительно помолись, чтобы Господь вразумил. *Валаамский старец Иоанн (Алексеев)*

Не ленись читать Слово Божие и духовные книги. Святое Евангелие нужно непременно читать ежедневно. Слово Божие поддержит и укрепит в истине.

Мирянину, желающему познакомиться с духовной жизнью, лучше всего сначала прочитать книгу епископа Феофана «Что есть духовная жизнь». Эта книга представляет собой как бы ворота в духовную жизнь... Читать также наставления аввы Дорофея, Иоанна Лествичника и

Иоанна Кронштадтского. Духовные книги нужно читать каждый день, чтобы питать душу. *Преподобный Алексей Зосимовский*

Цель чтения – это исполнение прочитанного самим человеком. Мы читаем для заучивания не внешнего, а внутреннего. Не для упражнения языка, а для того, чтобы суметь получить огненный язык и переживать таинства Божии. Учеба, приобретение знаний и получение звания для учения других, без исполнения всего самим человеком, не приносит ему никакой пользы. *Афонский старец Паисий*

Духовный мир постигается духовным деланием, а не разговорами или чтением только. В Евангелии раскрыты все тайны души человеческой, указан путь в царствие Божие, указаны награды и наказания, раскрыты многие тайны загробной жизни, но постигаются они не чтением, и даже не молитвой, а исполнением заповедей. А недостаток делания, всякие нарушения заповедей, восполняются покаянием, исповедью, причащением Святых Тайн... *Игумен Никон (Воробьев)*

*Старец Феодосий Кавказский* советовал своим духовным чадам читать почаще «Откровение Иоанна Богослова», он говорил: «Тогда страх Божий у вас будет».

Люди, которые приняли Христа, уверовали в Него как в Сына Божия, приняли и Его учение, стали называться христианами. И в настоящее время многие миллионы людей считают себя христианами и, значит, признают

Евангелие первую книгою в мире. Книгою, в которой содержится учение Господа нашего Иисуса Христа о том, как надо жить здесь, на земле, чтобы сподобиться после смерти, за гробом, вечной блаженной жизни, а также и в этой жизни еще – земного благополучия...

Нигде мы не найдем такого ясного, такого полного ответа на все запросы нашего духа кроме как в Евангелии, в учении Того, Кто сказал: «Аз есмь путь и Истина и Жизнь» (Ин. 14.6)... Сделаем Евангелие главной книгой своей жизни, не будем расставаться с ним, но всегда будем поучаться в нем, помня, что это – Слово Божие, воля Божия, в исполнении которой – жизнь вечная. А в неисполнении – погибель. Аминь. *Схиархимандрит Кирилл (Павлов)*

Слово Божие – пища для души и тела. В обязанности христианина: не лягу спать, если не прочитаю одну главу Евангелия; две главы Посланий, начиная с Деяний апостолов и кончая Откровением святого Иоанна Богослова; несколько псалмов из Псалтири. И так постепенно будет прочитываться весь Новый Завет и Псалтирь, что и нужно... Надо сделать три закладки и читать подряд, а когда прочитаем все – снова начинать, и так всю жизнь. *Схимонахиня Антония (Кавешникова)*

*Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гавриилия)* советовала читать Евангелие, каждый день одну главу утром и одну вечером; пророков; послание Иакова, каждый день; «Лествицу» Иоанна Синаита (Лествичника); святого Исаака Сирина; святого Максима Исповедника; преподобного Нила; святого Симеона Нового Богослова.

## Об уповании на Промысл Божий

«Не заботьтесь для души вашей, что вам есть и что пить, ни для тела вашего, во что одеться... Душа не больше ли пищи, и тело одежды? Взгляните на птиц небесных: они ни сеют, ни жнут, ни собирают в житницы; и Отец ваш Небесный питает их. Вы не гораздо ли лучше их» (Мф. 6.25–26).

«Не всякий, говорящий Мне: „Господи, Господи!“ – войдет в Царство Небесное, но исполняющий волю Отца Моего Небесного» (Мф. 7.21).

**П**редайте все в руки Божии и не беспокойтесь о будущем. Что будет полезно вам и спасительно, то Господь и пошлет. *Эгинский старец Иероним*

Совершенно положишься на Промысл Божий, на волю Господа, и не печалься, потеряв что-либо из вещей, вообще из видимого; не радуйся приобретению, но да будет для тебя всегдашняя и единственная радость, всегдашнее и единственное приобретение – Господь. Положись на Него совершенно: Он знает, как тебя проведет безбедно чрез настоящую жизнь и привести к Себе – в вечное Свое царство. От недостатка упования на Промысл Божий происходят многие и большие огорчения: уныние, ропот, за-

висть, скупость, сребролюбие или страсть к накоплению денег и вообще имущества, чтобы стало их на лета много, чтобы есть, пить, поживать, веселиться; от недостатка упования на Промысл Божий происходят, в частности, огорчения, например, по случаю потери какого-либо дохода от нашей оплошности, потери вещей особенно ценных и нужных; равно неумеренная радость при находке каких-либо вещей или при получении большого дохода или выигрыша или доходного места, должности. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

*Ищите же прежде Царства Божия и правды Его, и это все приложится вам* (Мф. 6.33), – говорит Господь. Вот истинное сокровище, которое каждый из нас должен искать и прилагать к тому заботу постоянную, – это Царство Божие, находящееся, по слову нашего Спасителя, внутри нас. Оно в нас нашими страстями и суетными попечениями так далеко закопано, что требуется немалый труд, чтобы найти и очистить его. Царство Божие в сердцах истинно верующих есть светлое Царство правды и всех добродетелей христианских, в противоположность темному царству неправды, злых страстей и беззаконий в сердцах неверных и нераскаянных грешников.

Ищите же, прежде всего сего блаженного Царства Божия, вырывая из своих сердец плевелы страстей и очищая душу и тело от скверны всякого греха. Милосердный Господь, желающий всем спасения, взирая на ваш труд, да пошлет вам силы Духа Святого и в очищенное сердце Сам да придет и принесет с Собою светлое Царство истины и добродетели, и тогда все необходимое само собою

приложится. Итак, ищите прежде всего Царства Божия, а все остальное приложится вам. Аминь. *Схиархимандрит Кирилл*

Человек, отдающий свое сердце Христу, как монах, становится другим человеком. Открывает свой ум, наполняется Христом... И когда ум и сердце исполнены Христом, тогда этот человек – умный, мудрый, его всему учит Дух Божий... Во всяком затруднении, которое представляется, не теряется, не отчаивается, но, прибегая к Христу, Который в нем, находит прекрасный и легкий способ пережить его, без ущерба и внутреннего вреда.

Когда возлюбим с божественным вождением Христа, тогда без всякого усилия и принуждения и стесненности, будем призывать с любовью святое имя Его: «Господи Иисусе Христе». *Афонский старец Порфирий*

Кто во всем доверяется Божественной правде, тот не смущается, когда его обижают, и не ищет оправдания в деле, за которое его осудили, но ложные обвинения против себя принимает, как истинные, и не заботится о переубеждении людей, что его оклеветали, но еще сам попросит прощения.

Кто живет просто, тот смиренно думает о себе и чувствует необходимость в отеческой заботе Бога, предоставляя Ему все заботы о себе. В этом случае благой Бог, видя, что эта душа во всем доверяется Ему, а не самой себе, покрывает ее промыслом и милостью. Тогда душа ясно видит помощь Божию и радуется.

Во всем, что собираешься сделать, обдумывай, хочет ли того Христос; и поступай соответственно с ответом на этот



вопрос; старайся быть смиренным и послушным; всегда заботься о том, как сделать доброе для ближнего твоего, а не для себя; не смотри, что делают другие и не испытывай, чтобы не впасть в осуждение. *Афонский старец Паисий*

Премудрость Божия так велика, что и зло Господь обращает в пользу человека. Эта мысль раскрыта многими святыми отцами. Дело вот в чем. Человек может спастись через веру и исполнение всех заповедей. Исполнение их изменяет психику (душу) человека, обновляет его, делает человека новым по образу Божию, точнее – по образу Спасителя Иисуса Христа.

Самым основным свойством «нового» человека является смирение (научитесь от Мене, яко кроток есмь и смирен...), без которого исполнение всех даже заповедей не только не приближает человека к Богу, но делает даже врагом Божиим, т.к. если не будет смирения, то обязательно будет гордость... Оказывается, что грехопадения человека и могут помочь ему в приобретении смирения (если только человек не будет винить в своих падениях никого и ничего, а обвинит себя, что и есть вполне правильно... Это подтверждают и угрызения совести после совершения греха)... *Игумен Никон (Воробьев)*

Внимайте тому, как проходит каждый день. Свое будущее возложите на Промысл Божий. Бог поможет. *Старец Иероним (Апостолидис)*

Никогда не теряй надежды на Промысл Божий. Есть попускание, воля и Промысл Божий. Попускание – когда Бог дает человеку свободу. Человек тогда делает то, что

пожелает. Когда действует воля Божия, человек делает то, что велит Бог. Воля Божия всегда приносит добро. Промысл Божий правит: то совершает попускание, то волю. Когда не можешь решить вопрос и не знаешь, что делать, – доверься Промыслу Божию и не думай больше об этом. *Архимандрит Гавриил (Ургебадзе)*

У Бога нет забытых людей, и Промысл Божий зрит всех. Миром правит Бог, только Бог и никто другой.

Главное в духовной жизни – вера в Промысл Божий и рассуждение с советом... Верьте Богу, доверяйтесь Его всегда благой о нас воле. Приимите все в жизни, и радость, и безотрадность, и благоденствие, и злоденствие, как милость и истину путей Господних. И ничего не бойтесь в жизни кроме греха. Только он лишает нас Божия благоволения и отдаёт во власть вражьего произвола и тирании. Любите Бога! Любите любовь и друг друга до самоотвержения. Знает Господь, как спастись любящих Его. *Архимандрит Иоанн (Крестьянкин)*

*Все могу в укрепляющем мя Господе.* И ничего не страшитесь, дети, не надо бояться того, что будет или может быть, или даже должно случиться по пророчеству людей Божиих. Господь сильнее всех и всего, Он подаст помощь в испытаниях, даст силу потерпеть и смирится, когда нужно. Лишь бы мы были послушны святой Его воле. Просите Заступницу усердную, и Она не оставит вас. *Схимонахиня Нила (Новикова)*

Бог действует в Вечности. Не со спешкой временной нашей жизни. Все будет, как и когда хочет Он...

Сколько будете преуспевать в духовной жизни, столько увидите, что случаются несовершенства, чтобы сделать вас более совершенными. Они посланы Богом. Так вы будете принимать их, потому что каждое из них приходит от Имени Его. Один вас воспитывает, другой любит вас, один утешает вас, другой искушает. Поскольку все бывает либо по попущению, либо так хочет Господь... Когда увидишь это, тогда становится интересно жить!

...Ничего не бывает иначе, чем по воле Божией, или по попущению Его... Поскольку Он – Всемогуший. Поэтому я не могу быть подавленной всем тем, что случается вокруг нас. Потому что, покоряясь воле Божией, я не могу от нее пострадать... Когда я переживаю, я как бы говорю Богу: «Ты не так сделал, как нужно было, как я хотела...» Кто я, чтобы так говорить? Или: «Почему мне говорят это? Почему мне делают другое?» Но могло ли это произойти без Него, без Его попущения? Нет! И тогда мы спокойны!.. Имеем постоянную тишину. Без этой постоянной тишины Бог не может послать Святого Духа в помощь нам. Святой Дух приходит только в человеческой тишине. И тогда он наставит тебя, как сказал Христос: «Пошлю вам Утешителя, и Он наставит вас, и научит вас будущему...» Поэтому говорит тебе иной раз: «Не ходи туда». Потому, что это не было бы во славу Его...

Когда человек постарался смирением, молитвой, многой любовью привести душу свою в тишину, тогда он никогда не может почувствовать великих перемен. Заболела? Прекрасно. Это было в плане Божиим для моей жизни, для испытания, – пройдет... Потеряла любимого человека? Пришло время идти ему встречать другую жизнь, и так должно было быть. *Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гавриилия)*

## Благодать Божия и цель христианской жизни

**Б**ратья, какая цель нашей жизни на земле? Та, чтобы по испытании нашем земными скорбями и бедствиями и после постепенного усовершенствования в добродетели при помощи благодатных дарований, преподаваемых в Таинствах, нам опочить по смерти в Боге – покое нашего духа. «Придите ко Мне все труждающиеся и обремененные, и Я успокою вас» (Мф. 11.28), – говорит Господь. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

В жизни каждого христианина должно стоять на первом месте спасение во Христе и приобретение Царства Небесного. И все это будет зависеть от того, как мы проводим свою земную жизнь в этой юдоли плачевной. Те, кто знает заповеди Господни и устрояет свою жизнь согласно их требованиям, непременно услышат голос Божий: «Приидите, благословенные Отца Моего, наследуйте Царство, уготованное вам от создания мира» (Мф. 25.34). Исходя из этого, все мы должны трудиться над очищением своей души от скверны греховной. А это тре-

бует больших усилий, и притом постоянных. Трудно приобрести чистоту сердца и ума в суетной земной жизни, но без нее, пожалуй, спастись невозможно. Будем, возлюбленные, помнить слова Христовы, что Царство Божие силой берется. Следует также не забывать, что скорби и болезни, которые мы должны нести безропотно, помогают нам приобрести блаженную жизнь. Они, по словам Святогорца, будут нашими проводниками в жизнь вечную. *Схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Благодатное ощущение Господь дает человеку, если у него сердце очищено от страстей. В таком устроении были святые отцы, а нам грешным, должно молиться в покаянных чувствах и просить у Бога помощи в борьбе со страстями. *Схиигумен Иоанн (Алексеев)*

---

## *Почитание Божией Матери*

---

**О**т апостольских времен и до наших дней все истинно любящие Христа воздают почтение Той, Которая родила Его, воспитывала и оберегала в дни детства. Если Ее избрал Бог Отец, сошел на Нее Дух Святый, Бог Сын вселился в Нее, повиновался Ей в дни детства, заботился о Ней, вися на кресте, то не должен ли Ей кланяться всякий, исповедующий Святую Троицу?

Еще в дни Ее земной жизни друзья Христовы, апостолы, проявили большую заботливость и преданность по отношению к Матери Господа, в особенности евангелист Иоанн Богослов, который, исполняя волю Ее Божественного Сына, взял к себе и заботился о Ней, как о матери, с того времени, как Господь со креста изрек ему: «Се, Матерь твоя!» (Ин. 19.27).

Евангелист Лука написал несколько Ее изображений: одни вместе с Предвечным Младенцем, другие без Него. Когда он принес и показал их Пресвятой Деве, Она одобрила их и сказала: «Благодать Сына Моего будет с нами», и повторила некогда в доме Елисаветы воспетую Ею песнь: «Величит душа Моя Господа, и возрадовался дух Мой о Боге, Спасителе Моем» (Лк. 1.46–47).

Царица Небесная давала победу Византийским царям во бранях, почему те имели обычай брать с собою в походы Ее икону Одигитрии (Путеводительницы). Она укрепляла подвижников и ревнителей христианской жизни в их борьбе со страстями и слабостями человеческими. Она просвещала и наставляла отцов и учителей Церкви, в том числе и самого святителя Кирилла Александрийского, когда он колебался признать невинность и святость Иоанна Златоустого.

Пречистая Дева влагала песни в уста составителей церковных песнопений, иногда делая знаменитыми певцами неспособных и не имевших песенного дара, но благочестивых тружеников, как, например, святого Романа Сладкопевца. Удивительно ли поэтому, что христиане старались возвеличить имя Своей всегдашней Заступницы? В Ее честь устанавливались праздники, Ей посвящались дивные песни, Ее изображения почитались.

Особенной частью на небе и на земле прославлена Пречистая Богоматерь, даже в дни поругания святых икон явившая через них настолько дивные чудеса, что и теперь мы с умилением вспоминаем о них. Песнь «О Тебе радуется, Благодатная, всякая тварь» и икона «Троеручица» напоминают об исцелении Иоанна Дамаскина перед этой иконой; изображение Иверской иконы Божией Матери – о чудесном спасении от врагов этой иконы, брошенной в море вдовицей, не могшей спасти ее.

Никакие гонения на чтущих Богоматерь, и все, что связано с памятью о Ней, не смогли уменьшить любовь христиан к своей Заступнице. Установилось правило, что каждый ряд богослужебных песен оканчивается песней или стихом в честь Богоматери (так называемым «Бо-

городичным» стихом). Многократно в году христиане в разных концах вселенной собираются, как и прежде собирались, в храме, чтобы восхвалить Ее, поблагодарить за оказанные благодеяния и испросить милости.

Православная Церковь содержит о Богородице то, что Священное Предание и Священное Писание сообщили о Ней, и ежедневно прославляет Ее в своих храмах, прося у Нее помощи и защиты. Зная, что Ей приятны лишь те восхваления, которые соответствуют Ее действительной славе, святые отцы и песнописцы у Нее Самой и у Ее Сына молили вразумить их, как воспевать Ее: «Огради помышления моя, Христе мой, ибо Чистую Матерь Твою воспети дерзаю» (Икос Успения). «Церковь учит, что Христос истинно родился от Марии Приснодевы» (Святитель Епифаний Кипрский, «Истинное слово о вере»). «Необходимо нам исповедовать, что Святая Приснодевственная Мария действительно есть Богородица, чтобы не впасть в злохуление. Ибо отрицающие, что Святая Дева действительно есть Богородица не суть уже верные, но ученики фарисеев и саддукеев» (Преподобный Ефрем Сирин, «Монаху Иоанну»).

Нет ума и слов выразить величие Той, Которая родилась в грешном человеческом роде, а стала Честнейшей херувимов и Славнейшей серафимов. «Неизреченных Божиих и Божественных тайн зря в Деве благодать являемую и исполняемую явственно, радуясь и образ разумети недоумеюся, странный и неизреченный, како избранная Чистая едина явися паче всея твари видимыя и разумеваемая. Темже восхвалити хотя Сию, ужасаюся зело, умом же и словом, обаче дерзая, проповедаю и величаю: Сия есть селение небесное» (Икос Введения во

храм). «Недоумееет всяк язык благохвалити по достоянию, изумевает же ум и премирный пети Тя, Богородице, обаче, Благая сущи, веру приими, ибо любовь веси Божественную нашу: Ты бо христиан еси Предстательница, Тя величаем» (Ирмос 9-й песни Богоявления). *Святитель Иоанн (Максимович)*

Дева Мария – Владычица милосерднейшая всех сынов и дочерей человеческих, как Дщерь Бога Отца, Который есть любовь; Мать Бога Слова – любви нашей, избранная Невеста Духа Всесвятого, Иже есть любовь единосущная Отцу и Слову. Как не прибегать к такой Владычице и не чаять от Нее всех благ духовных!

Ангельские умы постигнуть и надивиться не могут, коликую премудрость, благость и всемогущество явил Господь нам в воплощении Своем от Пресвятой Девы Марии. «Всякое естество ангельское удивися великому Твоего вочеловечения делу: неприступнаго бо, яко Бога, зряше всем приступнаго человека» (Акафист Пресвятой Богородице, кондак 9). Слава благости Твоей! Слава щедротам Твоим! Слава премудрости Твоей! Слава силе Твоей! Чрез воплощение Свое Господь ясно научил нас всем тайнам веры, которые неизвестны были или малоизвестны в Ветхом Завете. Чрез воплощение Его мы, грешники окаянные, удостоились Пречистого Тела и Крови Его и самым тесным образом соединяемся с Ним, в Нем пребываем, и Он в нас. Чрез воплощение Его Пресвятая Дева Богородица сделалась всеблагомощною нашею Заступницею и Покровом от грехов, бед и напастей, день и ночь за нас молящеюся Царицею и Владычицею нашею, пред силою Которой никакие враги видимые и невиди-

мые стоять не могут, и Самую Матерью нашею по благодати, согласно словам Господа на кресте ученику Своему Иоанну: «Се, Мать твою!», а Ей: «Се, сын Твой» (Ин. 19.26–27).

Как звезда пресветлая, Владычица, вся Она в сиянии Света – Боге, как уголь раскаленный в великом огне. Вся пресветла и огненна. Как легко помыслить, что Он, Бог, есть Свет и Святость, так и Она есть вечный Свет и вечная Святость. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

## О почитании святых

«Все, водимые Духом Божиим, суть сыны Божии»  
(Рим. 8.14).

**М**олятся ли за нас святые, которых мы призываем? Молятся. Молятся и они, скорые помощники и молитвенники о душах наших, как уверяет нас Богопросвещенная Мать наша Святая Церковь. Итак, молись несомненно святым Божиим человекам, прося их ходатайства за себя пред Богом. В Духе Святом они слышат тебя, только ты молись Духом Святым и от души, ибо когда ты молишься искренно, тогда дышит в тебе Дух Святой, Который есть Дух истины и искренности, есть наша Истина и искренность. Дух Святой в нас и в святых людях один и тот же. Святые святые от Духа Святого, их освятившего и в них вечно живущего.

Когда мы призываем святых на молитве, то произнести от сердца их имя – значит уже приблизить их к самому своему сердцу. Проси тогда несомненно их молитв и предстательства за себя – они услышат тебя и молитву твою представят Владыке скоро, во мгновение ока, яко Вездесущему и вся Ведущему.

В конце домашних утренних и вечерних молитв призывай святых: патриархов, пророков, апостолов, святителей, мучеников, исповедников, преподобных, воздержников или подвижников, бессребреников – чтобы, видя в них осуществление всякой добродетели, и самому сделаться подражателем во всякой добродетели. У патриархов учись детской вере и послушанию Господу; у пророков и апостолов – ревности о славе Божией и о спасении душ человеческих; у святителей – ревности проповедовать слово Божие и вообще писаниями содействовать к возможному прославлению имени Божия, к утверждению веры, надежды и любви в христианах; у мучеников и исповедников – твердости за веру и благочестие пред людьми неверующими и нечестивыми; у подвижников – распинанию плоти со страстями и похотями, молитве и богомыслию; у бессребреников – нестяжательности и безмездной помощи нуждающимся.

Святые Божии велики по своему душевному расположению, по своей вере, по своему твердому упованию на Бога и горячей любви к Богу, для Которого презрели все земное. О, как мы пред ними ничтожны, как на них не похожи! Велики они по своим подвигам воздержания, бдения, поста, непрестанной молитвы, упражнения в слове Божиим, в богомыслии. О, как мы на них не похожи! Как же мы должны по крайней мере почитать их! Как просить их молитв за себя с благоговением! Но ни в каком случае не относиться к ним легкомысленно, неблагоговейно, памятуя их обожение, единение с Божеством. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

## О святом Кресте

Для чего святой Крест явился царю Константину на небе? Для означения того, что Крестом вошел в славу Свою Сам Господь наш, а также все апостолы и все мученическое воинство, что Крест есть непобедимая победа, что как Крестом низложен диавол, так им же (Крестом) низложены будут и все враги Креста Христова или христиан, что чрез гонителей христиан действует диавол, которого должно поражать Крестом, что гонимые христиане суть члены Христовы, воины Христовы, которые находятся всегда под заступлением Христа Бога и Креста Его.

Взирая на Крест Спасителя, созерцая распятую на нем нашего ради спасения Любовь и помышляй, для какого блаженства Он спас нас, от каких мук Он искупил нас. На кресте распят за нас Господь – потому-то он имеет такую силу, равно как и крестное знамение. Вот почему он животворен; вот почему еще в Ветхом Завете прообраз его имел великую силу: дерево, на которое вознесен был змей, исцеляло ужаление змеями (Чис. 21.4–9); крест, начертанный жезлом Моисея, разделил воды (Исх. 14.15–29); руки, поднятые Моисеем

на молитву и изображавшие крест, победили Амалика (Исх. 17.9–13) и прочее.

Креста Животворящего, даже знамения его, трепещут демоны из-за того, что к дереву Креста пригвожден был Сын Божий и освятил его Своим страданием на нем. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Крест, бывший до Христа орудием казни и вызывавший страх и отвращение к нему, после крестной смерти Христовой стал орудием и знаменем нашего спасения. Им Христос сокрушил диавола, с него Он сошел в ад и, освободив там томившихся, ввел их в Царство Небесное. Изображение Креста страшно для демонов и, как знамение Христово, чтится христианами. Господь явил его на небе царю Константину, шедшему на Рим для борьбы с мучителем, захватившем власть, и, соорудив знамя в виде Креста, царь Константин одержал полную победу. Получив помощь через Крест Господень, царь Константин упросил свою мать царицу Елену найти и сам Животворящий Крест, и благочестивая Елена, отправившись в Иерусалим, после многих поисков нашла его. Многие исцеления и другие чудеса творились и творятся как от самого Креста Христова, так и его изображения. Им хранит Господь Своих людей от всех врагов видимых и невидимых. Торжественно празднует Православная Церковь обретение Креста Господня, вспоминая одновременно и явление Креста на небе царю Константину. В тот и иные посвященные Святому Кресту дни мы молим Бога, чтобы не только отдельным людям, но и всему христианству, всей Церкви Бог даровал Свои

милости. Выразительно о том говорит тропарь Кресту Господню, составленный в VIII веке, когда друг преподобного Иоанна Дамаскина святитель Косма, епископ Маиумский, написал все чинопоследование службы Воздвижения Креста Господня.

«Спаси, Господи, люди Твоя, и благослови достояние Твое, победы царем (благочестивым) на сопротивные даруя и Твое сохраняя Крестом Твоим жительство».

Начало сей молитвы взято из 27 псалма. В Ветхом Завете словом «люди» обозначались только исповедовавшие истинную веру, люди верные Богу. «Достояние» или «наследство» было все принадлежащее собственно Богу, Божия собственность, каковой в Новом Завете является Церковь Христова. Молясь о спасении людей Божиих (христиан) как от вечных мук, так и земных бедствий, мы молим Господа, чтобы Он благословил, ниспослал благодать, Свои благие дары и всей Церкви, внутренне укрепил ее.

Моление о даровании «победы царем», носителям верховной власти, имеет в основе 143 псалом, 10 стих, и напоминает о победах, силой Божией, царя Давида, а также о даровании через Крест Господень побед царю Константину. Это явление Креста сделало царей, бывших до тех пор гонителями христиан, защитниками Церкви от внешних врагов, «внешними епископами», по выражению святого царя Константина.

«Крест – Хранитель всея вселенная, Крест – красота Церкви, Крест – царей держава, Крест – верных утверждение, Крест – ангелов слава и демонов язва». *Блаженный Святитель Иоанн (Максимович)*

Крест для христианина является непобедимым оружием. Святая Церковь в своих песнопениях воспевает: «Господи, оружие на диавола Крест Твой дал еси нам: трепещет бо и трясется, не терпя взирати на силу его». Крест ограждает христианина во всех обстоятельствах его жизни. И он же, если мы того заслужим, будет увенчивать и нашу могилу. *Схиархимандрит Иоанн (Маслов)*



## О крестном знамении

---

**И**зображая на себе крестное знамение, мы полагаем тремя перстами верхний конец креста, на лбу, во образ Отца, Который есть несозданный Разум; нижний, на чреве, во образ Сына, рожденного прежде всех век из чрева Отца; и поперечную часть на раменах или мышцах – во образ Духа Святого, Который есть мышца или сила Господня, или рука Господня. Еще образ в человеке Святой Троицы: мыслящий ум – образ Бога Отца; сердце, в котором пребывает и изображает себя ум, – образ Сына Божия, ипостасной премудрости Божией; уста, чрез которые исходит то, что есть в мыслях и на сердце, суть образ Духа Святаго. «Дунул, и говорит им: примите Духа Святаго» (Ин. 20.22). *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

## О покаянии, об исповедании грехов

---

«Сотворите же достойный плод покаяния» (Мф. 3.8).

«Раздирайте сердца ваши, а не одежды ваши, и обратитесь к Господу Богу вашему» (Иоил. 2.13).

«Признавайтесь друг пред другом в проступках и молитесь друг за друга, чтобы исцелиться» (Иак. 5.16).

**И**споведь – это путь людей к Богу. Это дар человеку любви Божией. Ничто и никто не может отнять от человека этого дара. *Афонский старец Порфирий*

Каяться – значит в сердце чувствовать ложь, безумие, виновность грехов своих, значит сознавать, что оскорбили ими своего Творца, Господа, Отца и Благодетеля, бесконечно святого и бесконечно гнушающегося грехом, значит всею душою желать исправления и заглаждения их. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Кроме покаяния, нет иного пути ко спасению. Ныне люди спасаются только скорбями и покаянием. Без покаяния нет прощения, нет и исправления. Покаяние есть лестница, вводящая в рай. Бремя грехов наших снимается покаянием и исповедью. *Преподобный Симеон (Желнин)*

Если по немощи что согрешаем – вечером надо слезно покаяться, а если близко духовный отец есть, то еще лучше ему рассказать. Если таковой далеко, то пред всевидящим Богом открывать надо, хотя Он все видит и знает Сам. *Схиархимандрит Серафим (Романцов)*

По святоотеческому учению, мы должны как можно чаще очищать свою совесть посредством Таинства Покаяния перед духовником. А это, в свою очередь, будет способствовать духовному росту и нравственному перерождению души. Ставшие на этот спасительный путь обретут в своем сердце благодатную силу, которая будет помогать им не только распознавать козни диавольские, но и возводить их ум и сердце к Престолу Божию.

Исповеди не надо бояться. Ведь если чего не знает человек, то все видит Бог и Он ждет чистосердечного покаяния, посредством которого кающийся становится чист и свят.

Нужно как можно чаще приступать к исповеди, посредством которой мы снова сможем приобрести мир с Богом и любовь между собой.

За человеческую душу ведут борьбу злой дух и мир со своими соблазнами. Христианин, хотя и получил от Бога благодатную помощь, может впасть в искушение и склонить свою волю на путь греха. Поэтому нужно еще богоустановленное средство, которое бы очищало человека от греховной накипи и снова воссоединяло его с Источником жизни – Богом. Таким средством является таинство покаяния. Сущность его заключается в том, чтобы грешник имел в своем сердце жалость и болезнь о грехах, по Крещении содеянных, которые через

нелицемерное и истинное исповедание и сокрушение сердца, через разрешение иерейское отпускаются. Это спасительное Таинство установлено Искупителем мира словами: «Что вы свяжете на земле, то будет связано на небе; и что разрешите на земле, то будет разрешено на небе» (Мф. 18.18).

Покаяние только тогда будет истинным, когда человек осознает свой грех, возненавидит его, постарается не повторять и получит прощение через исповедь.

Когда грешник в глубине своего сердца осознает свою греховность, обратится к Богу и воздаст Ему благодарение как своему Создателю и Искупителю, тогда он сможет духовными очами увидеть перед собой Бога, по слову псалмопевца: «Всегда видел я пред собою Господа» (Пс. 15.8). Это будет верным признаком его истинного покаяния и воскресения духовного.

Истинное покаяние есть не кратковременное или периодическое воспоминание и сокрушение о своих грехах, но целожизненный подвиг, постоянная душевная настроенность, занимающая исключительно важное место в деле спасения каждого христианина.

Через покаяние христианин возрастает духовно и удостоивается великих милостей Божиих. Только при посредстве покаяния можно перейти из состояния душевного в состояние духовное. *Схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Покаяние – это тот поворот жизни, оборот мыслей, перемена сердца, который нас обращает лицом к Богу в радостной и трепетной надежде, в уверенности, что хотя мы не заслуживаем милости Божией, но Господь пришел

на землю не судить, а спасти, пришел на землю не к праведным, а к грешным.

Но обратиться лицом к Богу с надеждой, призывать Его на помощь – еще не все, потому что многое в нашей жизни зависит от нас самих. Как часто мы говорим: «Господи, помоги! Господи, дай мне терпение, дай мне целомудрие, дай мне чистоту сердца, дай мне слово правдивое!» А когда представится возможность поступить согласно нашей собственной молитве, по влечению нашего собственного сердца, у нас не хватает мужества, не хватает решимости на деле приступить к тому, о чем мы просим Бога. И тогда наше покаяние, наш взлет души остается бесплодным. Покаяние должно начаться именно с этой надежды на любовь Божию и вместе – подвигом, мужественным подвигом, когда мы себя самих принуждаем жить так, как надо, а не так, как мы жили до сих пор. Без этого и Бог нас не спасет, потому что, как говорит Христос, не всякий говорящий «Господи, Господи» войдет в Царство Божие, а тот, кто принесет плод его. А плоды эти мы знаем: мир, радость, любовь, терпение, кротость, воздержание, смирение – все эти дивные плоды, которые могли бы нашу землю уже теперь превратить в рай, если бы только, как древо плодоносное, мы могли их принести. Таким образом, покаяние начинается с того, что вдруг в душу нас ударит, заговорит совесть, окликнет нас Бог и скажет: «Куда идешь? К смерти? Того ли ты хочешь?» И когда мы ответим: «Нет, Господи! Прости, помилуй, спаси!» – и обратимся к Нему. Христос нам говорит: «Я тебя прощаю! А ты из благодарности за такую любовь, не по страху, не ради того, чтобы себя избавить от му-

ки, а потому что в ответ на Мою любовь ты способен на любовь, начни жить иначе».

Пока мы не примем нашу жизнь, все без остатка ее содержание, как от руки Божией, мы не сможем освободиться от внутренней тревоги, от внутреннего плена и от внутреннего протеста. Как бы мы ни говорили Господу: «Боже, я хочу творить Твою волю!» – из глубин наших будет подниматься крик: «Но не в этом! Не в том!..» Да, я готов принять ближнего моего, но не этого ближнего! Я готов принять все, что Ты мне пошлешь, но не то, что Ты на самом деле мне посылаешь. Как часто в минуты какого-то просветления мы говорим: «Господи, я теперь все понимаю! Спаси меня, любой ценой меня спаси!..» Если бы в этот момент перед нами вдруг предстал Спаситель или послал ангела Своего или святого, который грозным словом нас окликнул, который требовал бы от нас покаяния и изменения жизни, мы это, может, и приняли бы. Но когда вместо ангела, вместо святого, вместо того, чтобы Самому прийти, Христос посылает нам ближнего нашего, причем такого, кого мы не уважаем, не любим, и который нас испытывает, который ставит нам уже жизненно вопрос: «А твое покаяние – на словах или на деле?» – мы забываем свои слова, мы забываем свои чувства, мы забываем свое покаяние и говорим: «Прочь от меня! Не от тебя мне получать наказание Божие или наставление, не ты мне откроешь новую жизнь». И проходим мимо и того случая, и того человека, которого нам послал Господь, чтобы нас исцелить, чтобы мы смирением вошли в Царство Божие, понесли бы последствия нашей греховности с терпением и готовностью все (как мы сами говорили) принять от руки Божией. Если мы

не примем нашей жизни от Божией руки, если все, что в ней, мы не примем, как от Самого Бога, тогда жизнь не будет нам путем к вечности; мы все время будем искать другого пути, тогда как единственный путь – Господь Иисус Христос.

Исповедуйся, словно это твой предсмертный час, исповедуйся, словно это последний раз, когда на земле ты сможешь принести покаяние во всей твоей жизни, прежде чем вступить в вечность и стать перед Божиим судом, словно это – последнее мгновение, когда ты можешь сбросить с плеч бремя долгой жизни неправды и греха, чтобы войти свободным в Царство Божие. Если бы мы так думали об исповеди, если бы мы становились перед ней, зная – не только воображая, но твердо зная – что мы можем в любой час, в любое мгновение умереть, то мы не ставили бы перед собой столько праздных вопросов; наша исповедь тогда была бы беспощадно искренна и правдива; она была бы пряма; мы не старались бы обойти тяжелые, оскорбительные для нас, унижительные слова; мы бы их произносили со всей резкостью правды. Мы не задумывались бы над тем, что нам сказать или чего не говорить; мы говорили бы все, что в нашем сознании представляется неправдой, грехом: все то, что делает меня недостойным моего человеческого звания, моего христианского имени. Не было бы в нашем сердце никакого чувства, что надо себя уберечь от тех или других резких, беспощадных слов; не ставили бы мы вопроса надо ли сказать то или другое, потому что мы знали бы с чем можно войти в вечность, а с чем в вечность нельзя войти. Вот как мы должны исповедоваться. И это просто, это страшно просто. Но мы этого не делаем, по-

тому что боимся этой беспощадной, простой прямооты перед Богом и перед людьми. *Митрополит Сурожский Антоний (Блум)*

Верующий не должен рассказывать другим ни о своей исповеди, ни о своей жизни и своем духовном подвиге. Все да будет в тайне и с совета духовника. *Греческий старец Иаков (Цаликис)*

...Есть мощное средство в борьбе со всяким грехом: как только впал в какой большой грех, иди исповедуй пред духовником. Если нельзя сразу, то при первой возможности, ни в коем случае не откладывая на завтра и далее! Кто часто и сразу исповедует грехи, тот доказывает, что он ненавидит грех...

На исповеди от вас требуется перечислить те грехи, которые остались в памяти и тревожат совесть, а прочие общим итогом исповедать: словом, делом, помышлением согрешали. Вот и достаточно для вас. А смущение после исповеди или от врага, или от сознательного скрывтия каких-либо грехов. Если скрыли – в другой раз исповедуйте все, и сокрытое, а если этого нет, то и обращать внимания нечего, а гнать, как и все прочие вражие мысли и чувства... Быть искренней, значит не лгать пред Богом, не оправдывать себя, не лукавить, а предстоять такой, какая есть, со всеми мерзостями, и просить прощения и помилования...

Если по силе своей будете сопротивляться греху, а, согрешив, каяться, умолять Господа о прощении, то постепенно приобретете смирение, а со смирением и силу побеждать грехи. Чем больше будет смирения, тем большее

количество и более упорные страсти будете иметь силу побеждать. *Игумен Никон (Воробьев)*

Господь знает нашу немощь, дал нам ежедневное покаяние до гроба... Преподобный авва Дорофей говорит: «Не тот пьяница, кто раз напился, а тот, кто всегда пьет, и не тот блудник, кто раз соблудил, а тот, кто всегда блудит». По духовному ведению и наказания разные: кто стремится к добродетели и падет, такому надо делать снисхождение, ибо он не стремился ко греху, искусился нечаянно. А кто не стремится к добродетели, такому требуется строгое наказание, чтобы вразумился и стремился к добродетели. *Валаамский старец Иоанн (Алексеев)*

Как только заметишь в себе (при свете совести и закона Божия) – грех ума, слова, мысли, либо какой греховной страсти или привычки, борющейся тебя во всякое время и месте, – сию же минуту кайся Богу (хотя бы и мысленно): «Господи, прости и помоги!» (то есть прости, что я оскорбил Тебя, и помоги, чтобы не оскорблять Твое величие). Эти три слова – Господи прости и помоги, надлежит произносить медленно и несколько раз, или вернее, пока вздохнешь; вздох сей означает пришествие благодати Святого Духа, простившего нам грех сей, за который мы в данный момент каемся Богу...

Но чтобы иметь благой навык к покаянию пред Богом, надо возжелать твердую решимость на это спасительное дело и просить Бога укрепить волю нашу на дело сие; и начать оное с того времени, когда день склонился к вечеру и наступает ночь, и тогда пред отходом ко сну надо

помыслить: как проведен день? *Афонский старец Кирик (Русский старец)*

Признак истинного покаяния – глубокое переживание, сокрушение и скорбь сердца, воздыхания, молитвы, посты, бдения и слезы. Такое покаяние подлинно и истинно. Такое покаяние приносит пользу, ибо подает грешнику прощение и делает его другом Божиим. *Старец Филофей (Зервакос)*

Когда идете на исповедь... не обвиняйте никого... говорите то, в чем хотите получить прощение. Без прощения нельзя достичь ни чистой молитвы, ни целомудрия. *Старец Даниил Катунакский*

Если согрешишь в чем пред Богом, а мы грешим премного каждый день, тотчас же говори в сердце своем, с верою в Господа, внимающего воплю твоего сердца, с смиренным сознанием и чувством своих грехов, псалом «Помилуй мя, Боже, по Велицей милости Твоей...», и прочитай сердечно весь псалом; если не подействовал он один раз, сделай другой прием, только прочитай еще сердечнее, еще чувствительнее, и тогда тебе немедленно воссияет от Господа спасение и мир в душе твоей. Так всегда сокрушайся: это верное, испытанное средство против грехов. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Господь хочет спасения каждому человеку. Но не каждый человек хочет спасения на деле. На словах все хотят спастись, а на деле отвергают спасение. Чем отвергают? Не грехами, ибо были великие грешники, как разбойни-

ки, как Мария Египетская и др. Они покаялись в своих грехах, и Господь простил их; таким образом они получили спасение. А погибает тот, кто грешит и не кается, а сам себя оправдывает в грехах. Это самое ужасное, самое губительное...

Враг будет стараться отнять мир, не давать просить прощения. А ты его не слушай. Побори его, призывая на помощь Господа Иисуса Христа, т. е. твори молитву Иисусову, пока не поборешь раздражения или гнева, или злопамятства. Не отступай от Господа, пока Он не простит тебя и пока не подаст мира душе твоей. Признак прощения Господом – мир в душе...

Просите у Господа покаяния, сердца сокрушенного, постарайтесь понять, почему величайшие святые постоянно плакали о грехах своих. Чаще вспоминайте, что сделал для вас Господь, придя на землю и распявшись за вас, и чем вы воздали Ему. Сознавайтесь и сознавайтесь пред Ним... *Игумен Никон (Воробьев)*

Человек, который не оставляет грехов, даже если и кается в них, подобен морю, которое, хотя в него и впадает много рек, всегда остается соленым, и вода в нем непригодна для питья. *Старец Григорий (Давыдов)*

Если... грех и страсть вскрыты и осознаны как неестественное и болезненное состояние души и в молитве действует покаянное сокрушение, то через покаянную молитву благодать исцеляет в душе и на сердце греховные язвы. Если грех осознан как язва и душа отвращается его, а молитва отводит человека от греха, и слезы погашают страсть, то грех становится уже менее прочен в душе, ибо

святые отцы говорят: чего не хочет душа, то непрочно в человеке. *Пюхтицкий старец Петр (Серегин)*

Покаяние – это великий дар Бога человеку, оно стирает руку, вытаскивает нас из бездны греха, пороков, страстей и вводит во врата рая, оно возвращает нам постоянную после Крещения благодать... Плоды покаяния проистекают от истинного покаяния. А истинное покаяние – это значит искреннее, нелицемерное сокрушение о грехах... Например, берет нас гордость и тщеславие. Мы молим Бога, чтобы Он послал нам смирение. А как практически переделать нашу греховную природу? Надо переплавить нас в огне клеветы, напраслины, насмешек, всякого рода унижений и оскорблений от всех людей и даже от самых близких родственников – вот Господь и присылает нам просимое, потому что когда мы просим у Бога смирения, то это значит просим послать нам людей, которые бы смирили нас. И если мы благодушно, без ропота, без озлобления и раздражения принимаем и с радостью благодарим Бога за все это, молимся за обидчиков и не изменяем к ним своего доброго расположения, то это значит, мы приносим плоды истинного покаяния...

Приступая к исповеди, надо выполнить три условия. Надо примириться со всеми, кто тебе в тягость и кому ты в тягость. Если не успел лично примириться, значит, мысленно от всего сердца прости, оправдай их, а себя обвини. При встрече с ними проси прощения и веди себя соответственно своему покаянному чувству. Надо иметь сокрушение сердца и смирение. Кающийся должен и наружно показать свое смирение, встать на колени. Нерассеянно помолиться... Исповедь есть подвиг самопринуждения.

Многие не могут избежать соблазна самооправдания и на исповеди часто говорят духовнику, что, дескать, согрешить-то я согрешил, но тот-то вынудил меня на грех... Особенно, когда каются в ссоре, гневе, раздражительности, обязательно осудят других. Тех обвинят, а себя выгораживают. Такое покаяние фальшивое, ложное, лукавое, лицемерное, противное Богу. В этом признак самолюбия и отсутствия личного глубокого покаяния. *Схиизумен Савва (Остапенко)*

Мы должны каяться в том, что мы такие, какие мы есть, то есть в последствиях нашей удаленности от Бога: в нашем несовершенстве, в нашей слабости, в нашем бесилии...

Нужно каяться в том, что не испытываешь покаяния, и просить у Бога прощения за то, что не просишь у Него прощения. И когда нам не удастся покаяться, нужно каяться в том, что нам это не удастся...

Покаяние... нужно просить у Бога, не только в связи с тем или иным обстоятельством, но и постоянно: для этого у нас есть Иисусова молитва, которая, будучи постоянной, позволяет нам постоянно получать от Бога помощь. *Архимандрит Сергий (Шевич)*

То, что духовник говорит на исповеди, – это тайна. Если какой человек рассказывает, то и его и духовника враг замучает. Никогда нельзя говорить. *Глинский старец схимандрит Иоанн (Маслов)*

На исповеди *старец Афиноген (Агапов)* прежде всего, требовал осознать два великих наших греха и каяться в

них: первый – это неблагодарность Богу за все, что Он дает нам, а второй – отсутствие истинного страха Божия, благоговения перед Ним; а уж потом нужно было рассказывать обо всех других грехах, из этих двух проистекающих.

Сейчас такое время – перед ураганом затишье. Господь ждет от нас покаяния, ждет, что мы встанем на спасительный путь жизни. Господь дал нам время для покаяния, и мы должны это время прожить по-Божьи. Никогда еще люди не подвергались таким тяжелым испытаниям и искушениям, как теперь. Но чем больше искушений, тем спасительнее наше время. Ни один человек сейчас не проходит по жизни без испытаний... Сейчас наступает последний срок для покаяния, последний шанс нам, чтобы мы покаяться и оставили греховный путь... Должны каждую минуту, каждый час следить за собой – какой мы путь прошли, какие перед нами поставлены преграды на пути ко спасению, какие мы грехи совершили...

И надо немедленно покаяться... Нужно очиститься от греха и идти по Божьему пути. Господь безмерно любит нас. Без меры дает нам дары. Но как мало мы делаем для драгоценной своей души... Мы так мало заботимся о ее чистоте, о ее красоте, чтобы она чистой, а не в заплатах греха, пришла к своему Жениху... *Схиизумен Иероним (Верендякин)*

Если не упадешь – покаянья не познаешь... Осознай свою немощь... Согрешил – сразу кайся... Совесть – честица Бога в твоём сердце. *Архимандрит Гавриил (Ургебадзе)*

Святые говорят: покаяние всемогуще как таинство, как установление Всемогущего Бога. Нет греха, который бы устоял против лица покаяния. Оно есть дар, данный нам от Бога! Поспешим все каяться, помня епитимию Спасителя: «Иди и больше не греши!» (Ин. 5.14). *Старец Никита (Лехан)*

*Глинские старцы* учили каяться сразу, как только согрешил. Если есть кому сказать – хорошо, а если нет – проси прощения у Бога: «Господи, помилуй мя, падшего».

Если согрешила, подумала что-нибудь недоброе – сразу исповедуйся перед сестрами. Главное, чтобы восстановил мир...

Необходимо заранее обдумать свой проступок, оценить его и назвать одним словом, (можно и записывать). Во время исповеди избегайте подробностей, не нужно называть имен – иначе получают сплетни.

Старайтесь контролировать себя в течение дня: следить за своими мыслями, словами, чувствами – и все, что противоречит Евангельским заповедям, отгонять Иисусовой молитвой. А вечером обязательно давать себе отчет о прожитом дне.

Каждый поступок тянет за собой несколько грехов. Например, осуждение: тут и гордость, из-за которой осудила, и самовозвышение – раз ты осудила человека, ты возвысилась над ним, себя лучше посчитала... Мы должны как можно больше слез проливать о своих грехах. Когда нас кто-нибудь сильно обидит – мы плачем. А надо повернуть эти слезы на свои грехи. И эти же слезы

проливать, вспоминая свои грехи. Каждая такая наша слезинка очень дорого стоит. *Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)*

Покаяться – это значит переменить грешные мысли и чувства, исправиться, стать другим. Хорошо осознать свои грехи, почувствовать тяжесть грехопадения. Но взамен оскверненной жизни, изглаживаемой Господом Иисусом Христом в покаянии, нужно начать создавать новую жизнь, жизнь по духу Христову. Необходимо возрастание, духовное восхождение «от силы в силу», как бы по ступеням лестницы. *Архимандрит Иоанн (Крестьянкин)*

У Бога планы Свои, а человек – пришлый. Вот и смотри, шел ли ты путями благословленными, или нет? И как разбойник, покаяйся. Время дается на искушение и на покаяние. И смерти мы не хозяева. Хозяин Творец, Он знает начало и конец. А мы тут «мышки», «яшки» да «самашки». *Схимонахиня Сергия (Дохлова)*

От Господа дана возможность исправления. Покаяйся и благодари Бога. Без скорбей и труда нет дорожки Туда. Ой, друзья мои, не надо увядать, а на Бога уповать: «Господи, помоги!» И он Сам все покажет. *Блаженная старца Варвара (Трофимова)*



## О молитве

«Если пребудете во Мне и слова Мои в вас пребудут, то чего ни пожелаете, просите, и будет вам» (Ин. 15.17).

«Ты же, когда молишься, войди в комнату твою и, затворив дверь твою, помолись Отцу твоему, Который втайне; и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно. А молясь, не говорите лишнего, как язычники, ибо они думают, что в своем многословии будут услышаны; не уподобляйтесь им, ибо знает Отец ваш, в чем вы имеете нужду, прежде вашего прошения у Него» (Мф. 6.6–8).

Молитва не только побеждает законы природы, не только является непреодолимым щитом против видимых и невидимых врагов, но удерживает даже и руку Самого всемогущего Бога, поднятую для поражения грешников. *Святитель Димитрий Ростовский*

**М**олитва – дыхание духовное; молясь, мы дышим Духом Святым: Духом Святым молящегося (Иуд. 1.20). Итак, все церковные молитвы – дыхание Духа Святого, как бы духовный воздух и вместе свет, духовный огонь, духовная пища и духовное одеяние...

Молитва есть дыхание души, как воздух, дыхание естественное тела. Дышим Духом Святым. Ни одного слова

молитвы не можешь сказать от всего сердца без Духа Святого. Молясь, усты к устам со Господом беседуешь, и, если имеешь открытые верою и любовью сердечные уста, в то же время как бы вдыхаешь из Него просимые духовные блага Духом Святым.

Когда станешь на молитву, обремененный грехами многими и одержимый отчаянием, начни молиться с упованием, духом горящим, вспомни тогда, что Сам Дух Божий способствует нам в немощах наших, ходатайствуя о нас воздыхания неизглаголаннами. Когда ты вспомнишь с верою об этом в нас действии Духа Божия, тогда слезы умиления потекут из очей твоих и на сердце будешь ощущать мир, сладость, оправдание и радость о Духе Святе, ты будешь глаголом сердца вопиять: Авва Отче!

Молитва есть возношение ума и сердца к Богу. Отсюда очевидно, что молиться не может тот, кого ум и сердце крепко привязаны к чему-либо плотскому, например к деньгам, к чести, или кто имеет в сердце страсти: ненависть, зависть к другим, потому что страсти обыкновенно связывают сердце, как Бог расширяет его, доставляет ему истинную свободу.

Молитва – золотая связь человека-христианина, странника и пришельца на земле, с миром духовным, коего он член, и паче всего с Богом – Источником жизни. От Бога изошла душа – к Богу и да грядет всегда чрез молитву. От молитвы великая польза для молящегося: она упокоивает душу и тело. «Я успокою вас» (Мф. 11.28). С твердостью сердечною выговаривайте слова молитвы. Молясь вечером, не забудьте высказать в молитве к Духу Святому со всею искренностью и сокрушением сердца те грехи, в кои вы впали в прошедший день. Несколько мгновений по-

каения теплого – и вы очищены Духом Святым от всякой скверны, паче снега убелены, и слезы, очищающие сердце, потекут из очей ваших, и одеждою правды Христовой вы прикрыты и с Ним соединены будете, как со Отцом и Духом.

Молясь Господу, Божией Матери или святым, всегда помни, что Господь дает по сердцу «даст тебе по сердцу твоему» (Пс. 19.5). Каково сердце – таков и дар; если молишься с верою, искренно, всем сердцем, нелицемерно, то сообразно вере твоей, степени горячности твоего сердца, подастся тебе дар от Господа. И наоборот, чем холоднее твое сердце, чем оно маловернее, лицемернее – тем бесполезнее твоя молитва. Поэтому призываешь ли Господа, Божию Матерь, ангелов или святых – призывай всем сердцем. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Даже во время богослужения мытарь произносил только пять слов – и пошел оправданным. Святые отцы говорят, что все молитвы можно заменить одной Иисусовой. Правильное делание этой молитвы будет тогда, когда она сочетается неразрывно с покаянием, будет выражением сердечного сокрушения о своем недостойнстве, греховности, сознания постоянного нарушения заповедей Евангелия. *Игумен Никон (Воробьев)*

Лучшим способом молитвы *афонский старец* Анфим считал искреннее благодарение Бога за все блага, которые Он нам подает, и покаянную молитву с сердечным сокрушением и слезами о прощении бесчисленных грехов наших. Он любил повторять, что часто лепет младен-

ца сильнее трогает милосердие Бога Отца, чем тщательно сформированная молитва взрослых.

Мир стоит молитвою, а когда ослабнет молитва, тогда мир погибнет...

Без молитвы душа не пребудет в любви Божией, ибо через молитву приходит благодать Святого Духа. Молитвою хранится человек от греха, ибо молящийся ум занят Богом и во смирении духа стоит пред лицом Господа, Которого знает душа молящегося...

Любящая Господа душа не может не молиться, ибо она влечется к Нему благодатью, которую познала в молитве... *Преподобный Силуан Афонский*

Что такое молитва? Это – разговор с Богом. Достойна всякого почитания высокая, не материальная цель молитвы. Самая же высокая молитва это та, когда человек забывает все цели свои, даже самые высокие, горя одним желанием – как можно ближе придвинуться к Господу, положить к ногам Его голову свою, отдать все сердце свое. Это есть совершенная любовь и совершенная молитва. Когда хочется лишь Господом дышать, только Им жить, Его любить, укрываться в Его близости, в Его неизреченной любви...

Господь принимает все прошения человеческие, как бы малы и ничтожны они ни были, если сердце человеческое радуется и трепещет, предстоя перед лицом Владыки. Все малое делается великим в этом предстоянии. Все несовершенное делается совершенным.

Не смущайтесь величиной или ничтожеством ваших прошений, но ищите, прежде всего, не то, что вы хоти-

те просить, а Того, Кого вы хотите просить. Недостойны просьбы лишь тех, которые Господа любят меньше, чем ту вещь или дело, о которых они просят. Если же вы любите Господа больше всего, то благословенно всякое прошение ваше, и великое и малое, и всякая просьба ваша исполнится, а та, которая по Божией воле не исполнится, принесет вам большее благо, чем та, которая исполнится. И всегда плод великий остается в нашей душе от молитвы, – мы восходим на небо, к Творцу. *Святитель Иоанн, архиепископ Сан-Францисский (Максимович)*

Молитва требует борьбы, до часа смертного... Внимание – душа молитвы. Ежедневно надо прочесть главу Святого Евангелия и главу Апостольских посланий.

При молитве надо себя держать в большем непотребстве, и если появятся теплота и слезы, не мечтать о себе что-то высокое; пусть они приходят и уходят без нашего принуждения, но не смущайся, когда они пресекаются, иначе и не бывает.

Молитва самый трудный подвиг... Все же Господь, по своему милосердию, временами дает и утешение молитвеннику, чтобы он не ослабевал.

Святые отцы молитву называли царицей добродетелей, ибо она привлечет и прочие добродетели. Но, насколько она высока, настолько и труда большого требует. Преподобный Агафон говорит: «Молитва до последнего издания сопряжена с трудом тяжелой борьбы».

К теплоте сердечной не стремись – она приходит без нашего искания и ожидания; в молитве должен быть наш труд, а успех уже зависит от благодати... В духовной жизни скачки не уместны, а требуется терпеливая по-

степенность... Признак молитвы в теплоте сердечной и в сокрушении сердца... Наш должен быть труд во всякой добродетели, а успех уже зависит от Божией благодати, а благодать Бог дает не за труды, но за смирение, насколько человек смиряется, настолько и благодать посетит... В Отчнике сказано: «Ученик сказал старцу: такой-то видит ангелов. Старец ответил: „Это не удивительно, что он видит ангелов, но удивился бы я тому, кто видит свои грехи“». Хотя это старческое изречение и кратко, но по духовному смыслу очень глубоко, ибо тяжелее всего познать себя самого. *Валаамский старец Иоанн (Алексеев)*

Молитва многообразна и у каждого человека исходит из сердца (души) по-своему, в зависимости от внутреннего устройства, духовного опыта, умения настроить себя на молитву, от созерцательности молящегося... Все учителя Церкви писали о значении молитвы для верующего... Молитвы ко Господу Богу условно можно подразделить на три вида:

1. Просительная молитва, когда молящийся просит Бога оказать помощь, избавить от бед и несчастий, помочь близким, исцелить от болезней, утешить в скорби, дать хлеб насущный, простить грехи или когда он молится за умерших...

2. Благодарственная молитва – возносящая благодарность за оказанную человеку помощь в делах его, за исполнение наших просьб, ранее излагавшихся в просительных молитвах, за то, что Господь милует и дает жизнь... Благодарственная молитва, устремленная к Богу, Пресвятой Богородице и святым, и устремленная не единожды, а много раз, является возвращением человеком

его долга Господу за исполнение просимого ранее в просительной молитве.

3. Прославляющая Бога молитва – это высшее моление к Богу, Творцу неба и земли, это восхваление Господа за все и вся. За скорби и беды, за спасение и избавление, за то, что живем, за радости и горе... Господь – наш Творец, все исходит от Него, Он создал нас и дает нам возможность своей благочестивой жизнью на земле спасти свою душу и по Его милости войти в Царствие Божие. Это великое моление совершенной души, и каждый из нас, постигнув всю силу благодарственной молитвы, может войти в круг прославляющей молитвы.

Прославляющая Господа молитва всегда звучит в храме, и особенно во время самой великой церковной службы – литургии.

Скажу несколько слов о том, как следует молиться. Отрешиться от окружающего тебя мира и войти в слова и дух молитвы без долгого молитвенного опыта многим бывает трудно... Чтобы преодолеть это, необходимо чаще и больше молиться, обязательно, первое время вслух, если есть возможность...

Все евангельские слова боговдохновенны, но с особым чувством я воспринимаю слова, сказанные Спасителем: «Ибо, где двое или трое собраны во Имя Мое, там Я посреде них» (Мф. 18.20). Есть прекрасная, глубоко проникновенная молитва, созданная, по-видимому, в XVI веке, но никогда не включавшаяся ни в один молитвослов и называемая в народе «Молитва по соглашению»... Как правило, при каких-то бедах, несчастьях несколько православных христиан договариваются читать ее одновременно и просить Господа о выздоровлении больного,

о милости к падшему, о спасении воина, заключенного. Молящиеся могут находиться в разных городах, домах, но читают молитву все в одно и то же время утром, днем или вечером. Многие знают эту молитву, но я прочту ее: «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий! Ты рекл еси пречистыми устами Твоими, егда двое или трое на земли согласятся просить о всяком деле, дано будет Отцем Моим Небесным, ибо где двое или трое собраны во Имя Мое, там Я посреде них.

Непреложны словеса Твои, Господи, человеколюбие Твое беспредельно, милосердие Твоему нет конца. Мы, рабы Твои (следует назвать имена одновременно молящихся), согласно молимся о рабах (упоминаются люди или события, о которых молятся), помоги, Господи, все дела наши, совершаемые в сегодняшний, завтрашний и во все дни, о Тебе Самом совершить, но обаче, не как мы хотим, а как Ты. Да будет воля Твоя, Господи. Во имя Отца и Сына и Святаго Духа. Аминь (Ср. Мф. 18.19–21). *Старец Арсений (Стрельцов)*

Начало пути к чистой молитве есть борьба со страстями. Невозможно быть преуспеянию в молитве, пока действуют страсти. Но даже они не препятствуют пришествию благодати молитвы, не было бы только нерадения и тщеславия. *Афонский старец Иосиф Исихаст*

Прежде молитвы читайте несколько строчек из Евангелия или Патерика. Так согреется ваша мысль и перенесется в духовную страну.

Нужно молиться за других с сокрушением и с душевной болью. И этого душа может достичь тогда, когда по

смиренномудрию будет себя считать виновной в том, что случается с ближними...

Человек должен постоянно творить молитву: «Господи Иисусе Христе, помилуй мя». Молитва должна быть простой... Мы произносим молитву, и согревается наша душа.

Чтобы помолиться от сердца, надо ощутить боль. В молитве должно быть усилие, самопожертвование. Чем больше страдает человек, тем больше получает утешение от Бога... Особенно утешает Бог тогда, когда болеешь за других... Самую большую радость человек обретает посредством жертвы...

Предатели, ослабляющие молитву – это духовная сухость и холодность. Против них нужно использовать краткие молитвы, а главным образом – молитву Иисусову, прилежное чтение Священного Писания и духовных книг. Также предохраняют нас от греха и помогают нам мысли о смерти, суде, рае, аде и благодеяниях Божиих... От этого придет страх Божий, зрение самого себя, отвержение плохих помыслов и чувств, и соблюдение нравственной чистоты. Будем всегда проверять самих себя: каемся ли мы в прошлых согрешениях и боимся ли своих немощей. Но не будем терять надежды спасения.

Молитва – это кислород души, ее настоятельная потребность, и она не должна считаться тяжелой повинностью. Чтобы молитва была услышана Богом, нужно, чтобы она исходила из сердца, совершалась со смирением и в глубоком чувстве нашей греховности. Если молитва не от сердца – нет в ней пользы.

Убегай от сильного врага – болтовни с людьми. Как облако закрывает солнце, так болтовня омрачает душу.

Молитва должна быть радостью и благодарением, а не вынужденной и сухой формальностью. Молитва – это отдых. Душа не устает в молитве, ибо, беседа с Богом, она отдыхает.

Молясь, вы должны стоять со смирением и простотою маленького ребенка, дабы удостоиться отеческой заботы. Признавайте свою немощь и ничтожество, чтобы вас покрыла милость Божия, потому что как тень следует за предметом, так и милость Божия – за простотою и смиренномудрием... Кто достиг познания своей духовной немощи, тот достиг совершенного смирения.

Только отсекая свои страсти, мы можем помочь и другим, чтобы и они их отсекали. Молитва должна совершаться и сердцем, а не одними только устами.

Будем молиться за нуждающихся в молитве и за весь мир. Разделим свою молитву на три части: одна – за нас самих, вторая – за живых, и третья – за усопших. Будем регулярно подавать на проскомидию свои имена, чтобы иерей поминал их у святого жертвенника. Не будем доверять самим себе. Самоуверенность есть большое препятствие для Божественной благодати. Когда мы все возлагаем на Бога, тогда Он непременно нам поможет.

Не ограничивайте молитву только словами. Сделайте всю свою жизнь молитвою к Богу. *Афонский старец Паисий.*

Молитва – это источник благодати, слез, Божественного просвещения, теплоты и Божественной ревности.

Молитва – это зеркало души монаха. Это делание разделяется на стадии. Святой Иоанн Златоуст говорит, что человек, в силу не зависящих от него обстоятельств не

имеющий возможности прийти в церковь, при помощи молитвы может сделать себя жертвенником Божиим. Источником преуспеяния является благодать, а она приходит от молитвы.

Молитва начинается словами: «Господи, Иисусе Христе, помилуй мя». Это первая стадия. Вторая стадия заключается в том, что душа оставляет многословие, потому что не может сосредоточиться, но прерывается, когда говорит: «Иисусе Христе, сыне Божий, помилуй мя». А когда приходит в высшее состояние, тогда оставляет «Христе, сыне Божий», а говорит: «Иисусе мой, Иисусе мой»... Когда благодать молитвы воцарится в человеке, тогда начинается его обновление, и ветхий человек со своими привычками и страстями упраздняется... Остается лишь желание любви Христовой, восполняющее все.  
*Афонский старец Ефрем Катунакский*

Молитву гасит осуждение – плод превозношения и преддверие гнева. Оно связывает сердце и препятствует молитве. Самодовольство и похвала самому себе также гасят молитву.

Молитву гасят объедение, рассеянность в поведении, ласкосердие, собирание мимолетных, но частых удовольствий, засорение сердца разными недуховными удовольствиями, леность и нерадение о самой молитве, небрежение во время молитвы и вообще беспечность, бессмысленное поведение, осуждение.

Молитву созидает глубокая убежденность в том, что молитва есть жизнь души и без нее душа мертва, тщательное рачение о непрестанной молитве и благоговение к ней. Воздержание и трезвение тела (устранение всякой

распущенности), молчание со скромностью в мыслях и поведении (что должно привести к смиреномудрию). Воздержание в речи... Недопустимо осуждение ближнего ни под каким предлогом, тем более открытое, в присутствии других (что граничит с клеветой). Молитва затухает тогда, когда бывает засорен и осквернен внутренний храм, когда в нем нет благодати и благоговения.  
*Пюхтицкий старец Петр (Серегин)*

Молитва есть подвиг. Святые отцы говорят, что когда человек молится легко, с радостью, это не он молится сам, а ангел Божий молится с ним, вот ему и хорошо так. Когда же молитва не ладится, когда ты устал, хочешь спать, когда не хочется тебе молиться, а ты все молишься, вот тогда-то и дорога для Бога твоя молитва, потому что ты тогда молишься сам, трудишься для Бога, Он видит этот твой труд и радуется твоему усилию, этой работе для Него.  
*Священномученик Серафим (Звездинский)*

Молитва – это таинственная сила, которая таинственно передается душе другого... Когда молишься, не молись только о себе... Почувствуй рядом с собой все братство, всю Церковь в каждом уголке земли, воинствующую, живущую Православную Церковь нашу. А также и торжествующую и совершенную Церковь нашу.  
*Афонский старец Порфирий*

Светильник, с которым девы могут встретить Жениха, есть Дух Святый, который освящает душу, обитая в ней, очищает ее, уподобляя Христу, все свойства душевные образует по великому Первообразу. Такую душу Христос

признает Своей невестой, узнает в ней Свое подобие. Если же она не освящена этим светильником Духа Святого, то она вся во тьме, и в этой тьме вселяется враг Божий, который наполняет душу разными страстями и уподобляет ее себе. Такую душу Христос не признает Своей и отделяет ее от Своего общения. Чтобы не угас светильник, необходимо постоянно подливать елей, а елей есть постоянная молитва, без которой не может светить светильник... *Глинский старец схиархимандрит Андроник (Лукаш)*

Молитва так же необходима для жизни души, как воздух необходим телу...

Молитва – это дыхание души, без нее душа как бы мертва, и поэтому молиться нужно так же часто, как вдыхать и выдыхать воздух... Молитва имеет ценность, лишь когда она совершается в чистом сердце, то есть если она сопровождается исполнением всех заповедей...

Молитва – самое лучшее средство для того, чтобы приучить себя ощущать присутствие ближнего, как бы далеко он ни находился, глубоко понимать его нужды и быть в состоянии ему помочь. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Если за молитвой не следует добрых дел – молитва мертва... Если во время молитвы у тебя попросят помощи, а ты скажешь «закончу молитву, потом помогу», знай: твоя молитва не угодна Богу. *Архимандрит Гавриил (Ургебадзе)*

Дело... не в количестве молитвы, дело в живом обращении к Живому Богу. Вера в то, что Господь к тебе бли-

же, чем кто-либо из самых близких, что Он слышит не шелест уст твоих, но слышит молитвенное биение твоего сердца и чем оно наполнено в момент твоего обращения к Богу. *Архимандрит Иоанн (Крестьянкин)*

Не только для постоянного пребывания в молитве, но даже и для исполнения молитвенного правила необходим мир душевный. Если мир душевный чем-нибудь нарушен, то молитва становится или только устной, или с большим подвигом совершается умом; сердечною же она никогда не может быть. Мир душевный, как достояние «чистых сердцем», приобретается или, правильнее сказать, ниспосылается Господом по многим трудам и подвигам над душевными страстями и после многих отречений. Но мы, грешные, питающиеся крупичками со стола богатых, стремимся приобрести мир хотя бы во время молитвы. Для этого тоже потребен подвиг тяжелый и продолжительный. Полное отсечение помыслов во время молитвы, отречение от чувств и от всего окружающего мира, предание всего на волю Божию, непоколебимое утверждение сердца в вере, несомненное упование на силу Божию. При таком утверждении сердца молитва совершается в мире. Но если это состояние достигается нашими трудами, а не есть дар благодати Божией, то иногда наш внутренний мир подавляется и омрачается двумя противоположными состояниями: или хладом сердечным, или радостью чувственной, занимающими место или заменяющими смятение помыслов и волнение чувств. Хлад сердечный – это такой исполин, которого победить не достанет человеческих сил. Много надо подвига любви к ближнему, много милосердия к недостаткам ближних и прощения их, чтоб

смягчилось сердце. А во время молитвы – упования на силу Божию... Пройдет хлад – и наступает безумная радость, которая волнует внутренние чувства и нарушает мир. Тогда-то потребно глубокое смирение, временное даже оставление молитвы по недостойнству, служение самоотверженное ближним делом или словом. И только в глубине смирения и само уничиженного чувства кроется мир внутренний, при котором совершается молитва. *Изумения Арсения (Себрякова)*

Мир молитвой держится! *Московская блаженная старица Ольга*

---

### Советы старцев, как следует молиться

---

«Непрестанно молитесь! (1 Фес. 5.17).

«Да просит всякий с верою, нимало не сомневаясь, потому что сомневающийся подобен морской волне, ветром поднимаемой и развеваемой. Да не думает такой человек получить что-нибудь от Господа. Человек с двоящимися мыслями не тверд во всех путях своих» (Иак. 1.6–8).

**М**олитвенное правило пусть будет лучше небольшое, но исполняемое постоянно и внимательно. *Преподобный Никон Оптинский*

У людей мало молящихся слабо сердце; когда они хотят молиться, сердце их расслабляется и расслабляет их руки, тело и мысли, и трудно им молиться. Надо преодолеть себя: постараться молиться всем сердцем, потому что хорошо, легко молиться всем сердцем.

Чтобы провести день весь совершенно свято, мирно и безгрешно, для этого единственное средство самая искренняя, горячая молитва утром по восстании от сна. Она введет в сердце Христа со Отцом и Духом Святым и таким образом даст силу и крепость душе...



С твердостью сердечной выговаривайте слова молитвы. Молясь вечером, не забудьте высказать в молитве к Духу Святому со всей искренностью и сокрушением сердца те грехи, в которые вы впали в прошедший день, несколько мгновений покаяния теплого, и вы очищены Духом Святым от всякой скверны, паче снега убелены, и слезы, очищающие сердце, потекут из очей ваших...

Надо нудить себя и против воли делать усердные поклоны; это нужно против гордости нашей, гнездящейся в глубине сердца. Гордость не любит кланяться.

В молитве главное, о чем нужно прежде всего позаботиться, – это живая, ясновидящая вера в Господа: представь Его живо перед собой и в себе самом, – и тогда, если хочешь, проси о Христе Иисусе в Духе Святом, и будет тебе. Проси просто, ничтоже сумняся, – и тогда Бог твой будет все для тебя, во мгновение совершающий великие и чудные дела, подобно тому, как крестное знамение совершает великие силы...

На молитве всегда твердо верь и помни, что каждая мысль твоя и каждое слово твое могут, несомненно могут быть делом...

Молясь, крепко внимай словам молитвы, чувствуй их сердцем. Не отвлекай от них ума ни в какие помышления....

Как в Боге Отец, Сын и Святой Дух нераздельны, так и в молитве и в жизни нашей мысль, слово и дело должны быть также нераздельны. Просишь ли чего у Бога, веруй, что будет, сделается по твоему прошению, как Богу будет угодно; читаешь слово Божие – веруй, что все, что в нем говорится, было, есть и будет, и сделалось, делается и делается. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Когда враг досаждаёт, хочет мелочами, досадами раздражить, разгневать, похитить мир сердца, скажи только: «Христос Воскресе. Христос Воскресе. Христос Воскресе». Этих слов он боится больше всего, они его жгут, как огонь, и он убежит от тебя.

Не только надо молиться: «Господи, помилуй», не только просить, надо и постоянно благодарить, и уметь славословить Господа – тогда будет мир в душе.

Мы легко обращаемся к заступничеству святых угодников, к ангелам, к Божией Матери, обучаемся непрестанной молитве Иисусовой, а Троицу Святую забываем, будто Троица Святая чудная далеко от нас... Надо чаще обращаться к Святой Троице. *Валаамский старец Михаил (Питкевич)*

Когда кто почувствует себя грешником и не находит выхода себе, – пусть затворится в келии один, читает Сладчайшему Иисусу Христу канон с акафистом, и плачем утешится уврачеванный. Когда кто находится в напастях, каких бы то ни было, пусть читает молебный канон Божией Матери «Многими содержим напастями...», и пройдут для него все напасти... Когда нуждается кто во внутреннем душеосвящении, – пусть читают со вниманием 17-ю кафизму: и откроются ему внутренние очи. *Преподобный Гавриил (Зырянов)*

Не прилагайте сердца к суете мирской. Особенно во время молитвы оставляйте все помыслы о житейском. После молитвы, домашней или церковной, чтобы сохранить молитвенное умиленное настроение, необходимо молчание. Иногда даже простое, незначительное слово

может нарушить и спугнуть из души нашей умиление.  
*Преподобный Никон Оптинский*

Будьте мужественны даже тогда, когда великие испытания Господь посылает. Одолевают страсти, молитва слабеет, даже не хочется ее творить, все внимание поглощают разные желания и страсти... Да тут как нарочно такие беды внутренние и внешние встречаются, от которых слабый человек в уныние впадает. Это страсть – уныние – мертвит все святое, все живое в человеке. Скорее тогда распнитесь крестом, молясь так, как в древности многие из подвижников молились, борясь со страстями. Читайте «Да воскреснет Бог, и расточатся врази Его...»

Если у кого есть, прочтите канон Честному и Живо-творящему Кресту Христову, а потом распнитесь крестом, умоляйте Утешителя душ и телес наших умилосердиться над вами, простить вас и войти в душу вашу и изгнать то уныние, которое убивает вас. *Схиархимандрит Захария*

Никогда не торопитесь в молитве... Каждое святое слово – это великая творческая сила. Каждое слово приближает нас к Богу... Некоторые просят молиться за отца, за дочь, за брата, сестру, а сами нисколько не стараются молиться... Знаете, как батюшке тяжело бывает? Ведь он часть грехов человека берет на себя... Берегите свой сердечный сосуд, чтобы сохранить его чистым, оградите его оградой – непрестанной молитвой... За твердую веру, за непрестанную молитву душа принимает Святого Духа и делается сосудом Божественной благодати...

Чаще читайте Евангелие, Нагорную проповедь Спасителя (Мф. 5.1–12), 15-ю главу Евангелия от Иоанна о любви и послание апостола Павла к римлянам (гл. 13)...

В скорбных обстоятельствах хорошо... обращаться к Божией Матери. Читайте Ей канон молебный «Многими одержим напастьми», и вы сразу почувствуете благую перемену. Чтобы избавиться от одержимости, надо читать 150 раз «Богородице Дево» и молиться Божией Матери «Избавительнице». На Новом Афоне была чудотворная икона «Избавительница». Сколько чудес там было от нее! Не питайте, возлюбленные, ни к кому зла. Когда чувствуете, что гнев овладел вами, то скажите про себя: «Господи, помилуй!» А потом 5 раз – вздохните: «Господи» и выдохните «помилуй», и гнев пройдет, наступит мир и тишина. *Схиигумен Савва (Остапенко)*

Каждый раз, когда мы считаем, что мы молимся, слышит ли Господь нашу молитву? Вот в чем вопрос. Сколько раз, встав на молитву, мы начинаем зевать, или нам приходят на ум разные мысли, что кто-то с нами плохо обошелся, как бы получить назад потерянное, что для этого нужно сделать и проч. Нельзя это назвать молитвой. Поэтому только через душевные и телесные страдания человек может открыть дверь Христу... Достаточно хотеть этого, верить, молиться, а первый шаг – это исповедь и Святое Причащение...

Если один молится за остальных... он излучает благодать Божию, и через него благодать распространяется по всей окружающей среде и ее освящает. *Афонский старец Порфирий*

Говори эту молитву умно, без света, ибо свет рассеивает ум: «Господи Иисусе Христе, сладчайший Отче,

Боже и Господи милости и вся твари Творче, призри на смирение мое и вся грехи моя прости, яже во все жития моего время содеях даже до сего дне и часа, и пошли Пресвятого и утешительного Твоего Духа, яко да Той мя научит, просветит, покрывает, еже не согрешати, но с чистою душею и сердцем чтити и поклоняться, славословити, благодарити и возлюбити от вся души и сердца Тебе, сладчайшаго моего Спаса и благодетеля Бога, достойнаго всякия любви и поклонения. Ей, благий Отче Безначальный, Сыне Собезначальный и Пресвятый Душе, сподоби мя просвещения Божественнаго и духовнаго ведения, да созерцая сладкую Твою благодать, ею понесу тяготу сего моего нощнаго бдения и чистыя воздам Тебе моя молитвы и благодарения, молитвами Пресвятыя Богородицы и всех святых. Аминь».

Скажи затем и свои собственные слова, какие можешь и как знаешь, побуждая благоутробие Божие к милости и любви... И приведи себе на ум разные благие воспоминания: смерть, вечную муку, Суд Второго Пришествия. И восплачь, сколько тебе даст Бог. И затем направь свой ум в рай, к наслаждению праведных, к вечным благам. И благодари Благого Спасителя и благодетеля Бога. *Старец Иосиф Исихаст*

Мы часто ропщем: «За что мне такие несчастья?» А Богородице – за что семь ран (скорбей) таких? Если бы каждый день хотя бы один поклон делать Богородице, она уже не отпустит, возьмет под свое покров и приведет в Царство Небесное. *Великовражский старец Григорий Долбунов*

Молиться надо не спеша, потихоньку и внимательно. Если помыслы одолевают – больше внимания в текст. В текст надо углубляться... Молитесь со вниманием, усердно... Помедленнее. Если побыстрее, все в голове будет переворачиваться, ничего не поймешь. Молитесь со вниманием, усердно... Усерднее, чаще надо молиться. *Схиархимандрит Феофил Новый (Россоха)*

Начало пути к чистой молитве есть борьба со страстями. Невозможно быть преуспевающим в молитве, пока действуют страсти... Когда вы хотите узнать волю Божию, забудьте совершенно самого себя, все свои намерения и мысли, и с великим смирением просите в своей молитве познания ее.

И что образуется в вашем сердце или к чему оно склонится, то и делайте, и это будет по Богу. Имеющие большее дерзновение молиться об этом слышат внутри себя более отчетливое извещение и становятся более внимательными к своей жизни и ничего не делают без Божественного извещения...

...Молитва – это единственная помощь, которая содействует очищению разума, и без нее мы не можем жить духовно. Однако никто не может держать ум и молиться чисто, если не придет благодать Божественного и духовного ведения или если не придет сверхъестественным образом некий благой и Божественный помысел или другое действие Божией благодати. Отсюда подвижник должен знать, что не сам он держит ум, а Божия благодать, и по мере Божией благодати он молится чисто... И пусть знает такой, что это не от него, а от Бога. И пусть благодарит Бога. И пусть учит других, что мы должны действовать

теми способами, которые в наших силах, показывая Богу наше намерение и желание молиться чисто. Но придет ли это, зависит от Бога...

...Когда ты приступаешь к исполнению своего долга, к молитве, то приступай с великим смирением, прося милости Божией. Не потому, что Он у тебя в долгу и обязан дать тебе благодать, но ты – узник, и просишь благодати, чтобы она тебя разрешила, и говоришь: «Владыко, сладчайший Господи наш Иисусе Христе! Ниспошли святую Твою благодать и разреши мя от уз греха. Просвети мою тьму душевную, дабы уразумел Твою беспредельную милость и возлюбил и возблагодарил достойно Тебя, сладчайшего моего Спаса, достойного всякой любви и благодарения. Ей, благий благодетелю мой и многомилостивый Господи, не удали от нас Свою милость, но умилившись над Своим созданием. Вем, Господи, тяжесть моих прегрешений, но вем и Твою нечаянную милость. Зрю тьму бесчувственной моей души, но верую со благими надеждами, ожидая Божественного Твоего просвещения и избавления от лукавых моих зол и губительных страстей предстательством сладчайшей Твоей Матери, Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии и всех святых. Аминь». Не прекращай просить так до последнего твоего дыхания, и Бог силен исполнить твое прошение. Ему слава и держава во веки веков. Аминь. *Афонский старец Иосиф Исихаст*

Когда мы хотим чего-то, и это у нас не получается, будем говорить: «Буди имя Господне благословенно – и в удаче, и в неудаче». *Старец Даниил Катунакский*

Приучайте себя к чтению Акафиста Пресвятой Богородице с исключительной преданностью, и со временем вы увидите, сколько на вас изольется благодати – такой, говорю вам, какую вы никогда не испытывали... Только не ожидайте, что с первого раза это увидите, потому что не бывает гроздьев на винограде, только что посаженном. А со временем самые спелые и сладкие гроздья вы соберете...

Постоянно стучите в ворота Ее Материнского сочувствия и любви к человечеству.

Непрестанным стуком акафиста Ей и молитв во славу Ей и вы найдете помощь и заступление не только в этой преходящей жизни, но также и в смертный час. *Старец Афанасий из Григорианской обители*

Не оставляй молитвы. Бойся нерадения и равнодушия, когда ты молишься и чувствуешь умиление, то весь день будешь летать, как на крыльях...

Если среди тысячи слепых людей есть хоть один зрячий, то он сможет всех их вывести на правильный путь. *Старец Иероним (Апостолидис)*

Поверхностность и торопливость на молитве очень вредна и опасна. Небрежение удаляет страх Божий, без которого молитва невозможна.

Небрежение приводит к потере молитвы... Каждая фраза, каждое слово молитвенного обращения должны быть для нас глубоко жизненны, должны произноситься с предельным вниманием, с приложением всех сил естества: всем сердцем, всем помышлением, всею душою, всею крепостию. Иначе обращение будет не-

полным, а молитвенная жертва порочной, не имеющей плода спасения.

Иногда бывает так, что человек во время молитвенного правила стоит и перебирает слова заученных молитв, а в это время в его ум врываются разные посторонние мысли о житейских делах и планах, воспоминания и заботы увлекают за собой сердце (чувство), и вместо молитвы он оказывается за занятием не только пустым, но и греховным. Конечно, это не молитва... Это бывает тогда, когда перед молитвословием мы не имели полной решимости «отложить всякое житейское попечение», когда пристрастие к мирскому и тварному для нас дороже Господа Бога и Его Царства Небесного, в которое Он нас призывает, когда мы бываем ленивы на труд благочестия и отпустили свое сердце на самотек легких и дешевых удовольствий, когда к молитве приступаем неподготовленными, легкомысленно и небрежно.

К молитве же всегда нужно готовиться, хоть кратко, но решительно, чтобы душа и сердце встряхнулись до основания...

Когда ум в молитве соединен с сердцем, бодрствует и следит за благоговением и чистотой сердца, лукавые духи не могут легко сеять свои пагубные плевелы в сердце человека или увлекать ум в парящие греховные мечтания, ибо тогда ум ... сам молится вместе с ним. Рассеянность есть признак нашей душевной лениности и плод небрежения.

Посторонние мысли приходят на молитве по разным причинам: или вспоминается то, что понравилось, что когда-то повлияло на сердце; или сердце привлекают мысли по его настроенности; или естество наше, необуз-

данное воздержанием, влечет сердце к греховным мечтаниям. Одним словом, сердце собирает себе суету и беззакония и рождает праздные или греховные мысли...

Ты лишился молитвы через нерадение и небрежение, от которого впал в грех, убивший молитвенное дерзновение пред Богом. Вспомни, с какого момента прекратилась молитва, и какие были события, действия и переживания за это время. Уясни себе, что было особенно противно Богу в твоём поведении в этот период: движения гнева, пристрастия, злопамятство, обиды или движения каких-то других страстей. Найдя свои греховные ошибки, кайся в них и проси прощения (молись). Кайся и сожалей о лениности, небрежении, нерадении, о нечистой совести и молись, как можешь...

Иногда бывает трудно молиться потому, что со словами молитвенными и Священного Писания не согласуются ни качество сердца, ни частные желания и стремления. Кроме того, и враг не дремлет, а, как злая хищная птица, всегда стремится... отнять (или не допустить до внимания) слышимые и читаемые священные слова, предлагая нам приятность суетных воспоминаний, мыслей и желаний...

В пути и за несложной работой, при свободном уме и при желании во всякое время можно каждый свой вздох посвятить Господу с молитвой Иисусовой: «Сыне Божий, помилуй мя грешного». Эта краткая молитва удобно сочетается с ритмом дыхания: первые два слова – вдох, последние три – выдох. Слова произносятся тайно – умом.

Если хочешь пребывать в непрестанной радости, то постоянно помни о Боге, не согрешай и непрестанно с умилением молись Богу...

Молись постоянно, пока владеешь сознанием, кроме сна. Если это исполнишь, то будешь молиться и подсознательно. А затем будешь молиться (сердцем) даже во время сна, то есть буквально непрерывно. Но, прежде всего, необходимо соблюдать общие всем известные правила молитвы: не празднословить в рассеянности, не осуждать, не гневаться, не иметь пристрастий и прочее... Молитвенное состояние есть показатель общего состояния души: здоровья или неблагополучия... Если человек чист и находится в Господе, то Сам Дух Святый в нем молится воздыханиями неизглаголаннми (Рим. 8.26). Близость наша к Богу (родство) заключается в Его образе в нас и в уподоблении Ему добрыми делами...

Для молитвы непрерывной требуются два условия: благоговение и постоянство. *Пюхтицкий старец Петр (Серегин)*

По свидетельству духовной дочери старца Георгия, прозорливой старицы схимонахини Олимпиады (Ивановой), преподобноисповедник Георгий, явился ей во сне после смерти и сказал, как надо молиться: «Всемиловитый Господи, прости все мои согрешения вольные и невольные. Сохрани мя от враг видимых и невидимых, от лихих и злых людей. Укрой мя от властителей. Пошли мне в жизни то, что мне нужно. И будет во всем Твоя святая воля. – Читать псалом 90-й».

Схимонахиня *Антония (Кавешникова)* благословляла своих духовных чад учить на память молитвы: «Отче наш», «Богородице Дево, радуйся», «Символ веры», 50-й

и 90-й псалмы. Советовала читать краткое молитвенное правило прп. Серафима Саровского и молитву: «Господи, просвети мой ум, успокой мое сердце, помоги мне в жизни, избавь меня от лукавого»...

Старица советовала ежедневно читать 17-ю кафизму, говорила: «На мытарствах 17-я кафизма будет уже в защите за вас». Схимонахиня считала, что пасхальные свечи дают особую благодать, в частности говорила: «Когда посещаешь больного человека, прочитай молитву за болящего или акафист и обязательно зажги пасхальную (красную) свечу».

Просите Всевышнего, не забывайте Его день и ночь. Лучше всего молиться рано утром и ночью. Самое спокойное время. Проснись, встань, умойся и разговаривай с Богом, все Ему рассказывай. Господь любит, чтобы Ему все рассказывали. И Он найдет пути, избавит тебя и поможет. Если же Господь дает страдание, дает и терпение и укрепляет Духом Святым. И если трудное даст Господь, надо радоваться...

С полуночи до трех часов святое небо открыто. Очень ценная молитва в эти часы. После полуночи хорошо класть три великих поклона с молитвой к Спасителю, Матери Божией и ангелу-хранителю...

Если болеют дети, надо читать 90-й псалом и «Отче наш» по семь раз. Если что-то серьезное, читать надо по двенадцать раз... Если несчастье случилось с человеком, надо читать 90-й псалом... Если беспокойные дети, болезненные, то над спящими надо почитать сорок раз молитву «Богородице Дево, радуйся» и три воскресенья подряд причастить детей Святых Христовых Таин... Ког-

да бывают нечистые помыслы, уныние, тоска, – много раз читать молитву «Богородице Дево, радуйся». Господь непременно ради молитв Божией Матери даст мир душе. *Схимонахиня Антония (Кавешникова)*

Крестное знамение надо полагать правильно, со страхом Божиим, с верою, а не махать рукой. А потом поклониться, тогда оно имеет силу... Молиться можно на всяком месте, во всякое время: стоя, сидя, лежа, во время работы, в пути... *Преподобный Севастиан Карагандинский*

Надо повести борьбу с самолюбием. Молитесь Богу, прося Его помощи, и Бог поможет вам избавиться от всяких страстей... Каждый раз, когда вам случится разгневаться, раздражиться, – как только опомнитесь, кайтесь в уме пред Богом и просите прощения у ближнего... Читайте святых отцов назидательные книги, и они наставят вас, как жить богоугодно и спасти свою душу.

Не падайте духом и не унывайте. Молитесь Богу с верой и полным упованием на Его милость. Для Бога все возможно, только мы со своей стороны не должны думать, что мы достойны особого попечения о нас от Бога. В этом заключается гордость. А Бог гордым противится, а смиренным дает благодать. Будьте внимательны к себе. Все испытания, постигающие нас болезни и скорби, не без причины. Но если потерпите все безропотно, то Господь не оставит вас без наград. Если не здесь, на земле, то всячески на небе.

Смиримся под крепкую рукою Божией и совершенно предадим себя в волю Божию и найдем себе успокоение душевное. *Старец Стефан (Игнатенко)*

Если вы обидели мать и она вас прокляла или обругала – кладите за ее здоровье по 40 поклонов ежедневно, чтобы Господь простил вас...

Если кто умер на вас в обиде, делайте за него 40 поклонов. Церковь молится о кающихся грешниках, а за нераскаянных бесполезно молиться.

Если вы не будете исполнять то, о чем просит вас мать, ваши молитвы Господь не услышит...

Если не спится ночью, надо перекреститься и помолиться: «Господи благослови на мирный сон». И перекрестить постель. Так следует делать каждый вечер перед сном.

Надо каяться с прошением: «Господи, избави меня от всего того, что мешает Твоему пребыванию во мне. Господи, научи меня всегда пребывать в покаянии. *Великовражский старец Григорий (Долбунов)*

Учитесь самоукорению: без него нельзя. Молитва – это главное в жизни. Если чувствуете лень, нерадение, что же делать? Таков уж есть человек! А вы молитесь Богу в полном внимании, просто, как дети, говорите слова молитвы Самому Господу: «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешную».

Вникайте в каждое слово молитвы умом; если ум отбежит, опять его возвращайте, принуждайте его тут быть, а сами языком слова молитвы повторяйте. Так будет хорошо! А сердце пока оставьте и не думайте о нем, довольно вам такой молитвы. Главное, чтобы чувство самоукорения неотступно было бы, чувство своей греховности и безответности – перед Богом... А укорять себя надо не только в делах плохих. Дел-то греховных у вас, может быть,

и немного, а за мыслы греховные тоже будем отвечать.  
*Зосимовский старец Герман*

Нужно стараться согревать в себе чувство раскаяния, сердечного покаяния перед Богом. Не нужно прибегать ни к каким искусственным приемам, например вдыханию или выдыханию (как некоторые учат), а просто развивать в себе чувство глубокого искреннего покаяния. Мало-помалу преуспеешь и тогда почувствуешь великую сладость от молитвы... Читай утром и вечером молитвы по молитвослову, затем, по усердию, можно и каноны: Спасителю, Божией Матери, Ангелу Хранителю, а потом акафисты, какие захочется. Нужно непременно ежедневно, в течение 10 минут (это пока), без счета, чтобы не было машинально, читать Иисусову молитву, не галопом, а с размышлением... Надо непременно читать авву Дорофея и святого Иоанна Лествичника...

За новопреставленного полагается утром и вечером делать по 12 поклонов. Молись всегда об избавлении от скорбей и от грехов, но под конец молитвы всегда добавляй, говори Господу: «Обаче, Господи, да будет воля Твоя».

Когда кто страдает бессонницей, нужно молиться седмочисленной мученикам, а чтобы сон не одолевал во время молитвы, нужно молиться Спасителю, Божией Матери и святому Пантелеимону.

Когда во время Херувимской или в другие важные минуты приходят в голову разные житейские мысли, нужно тотчас прибегать к Иисусовой молитве. Твори крестное знамение и произноси молитву Иисусову тихонько вслух, это поможет не блуждать мыслями. Нуж-

но собрать мысли и молиться с умилением, с сердечным сокрушением и детским доверием. Господь за такое доверие пошлет умиление, тогда и ощутишь великий плод от такой молитвы. Понуждай себя. Итак, если не будешь себя понуждать к молитве, то заглохнет в тебе молитвенный порыв. Сначала трудно, а затем как бы потечет внутренняя молитва, но принуждать себя надо непременно. *Преподобный Алексий Зосимовский*

Прежде всего, очень важно помнить, что молитва – это встреча, это отношения, и отношения глубокие, к которым нельзя принудить насильно ни нас, ни Бога. И тот факт, что Бог может сделать для нас Свое присутствие явным или оставить нас с чувством Своего отсутствия, уже является частью этих живых, реальных отношений...

Для того чтобы мы могли молиться, мы должны войти в отношения, которые определяются как Царство Божие. Мы должны сознать, понимать, что Он – Бог, что Он – Царь, и отдаться, поручить себя Ему. Мы всегда должны хотя бы помнить о Его воле, даже если пока неспособны ее выполнить...

Очень часто мы в молитве невнимательны, наше сердце не в ней, и та жизнь, какой мы живем, не служит молитве опорой...

Бывают моменты, когда можно сделать попытку проваться в глубины, взывая к Тому, Кто в корне и глубине всякой вещи... И тогда молитва станет чем-то вполне осуществимым – хотя и будет суровым, напряженным и отважным трудом. *Митрополит Сурожский Антоний (Блум)*



Всякое время старайся молча сносить упреки... Молись: «Царица Небесная, спаси нас, грешных, и не дай нам впасть в пропасть. Знаю я, Владычица, все эти скорби нам полезны для души. Но, Владычица, видишь, как мы немощны и сильно прилепились к земной жизни. Дай нам терпения понести свой крест и не остави нас грешных Своим небесным утешением». И так если будешь поступать в продолжение всей жизни временной на земле, то не оставит Тебя Господь со Своей Пречистой Матерью и временами будет тебе давать такие внутренние утешения, с какими не может сравниться никакое земное наслаждение и утешение...

Ходишь ли, работаешь ли, сидишь ли... в пути – всегда имей в уме молитву Иисусову: «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешную». И эта молитва научит тебя доброму и хорошему, даст тебе терпение, смирение и будет тебя охранять от всякого зла, и Ангел Хранитель никогда не отступит от тебя. *Иеромонах Даниил (Фомин)*

При нападении страстей и при всяких искушениях вражиих, в болезнях, в скорбях, в бедах и напастьях – во всех трудностях жизни говорите: «Все для меня делает Господь, а я сама не могу ничего сделать, ничего стерпеть, превозмочь, победить. Он – сила моя!»

Начинай каждый день утром полагать начало благое, прося словами Златоуста: «Господи, сподоби мя любить Тя...»

Заметишь, что не удалось сделать все, что хотелось, скажи: «Господи, помилуй!» Надо бы заставить себя, да лень одолела – «Господи, прости». Если кого, забыв-

шись, осудишь – скорее кайся, если что нарушишь – тоже. Покаявшись, старайся не грешить, а на допущенном не останавливай внимание, чтобы всегда иметь покойный дух, ни на что и ни на кого не возмущайся. *Глинский старец Серафим (Романцев)*

Когда на душе тревога, старец архимандрит Серафим (Батюков) советовал зажигать свечу и читать канон Божией Матери «Многими содержимь напастьми».

Святой Серафим Саровский говорил одному из своих близких: «Когда ты молишься, когда ты приступаешь к Богу, то Бог во Христе выполняет твою молитву, но не проси о пустяках, помня, какой ценой Он подаст тебе просимое: воплощение, жизнь земная, страсти, распятие, сошествие в ад – вот цена, какую Он заплатил, чтобы мы могли к нему обращаться! Поэтому с таким трепетом, с каким благоговением и чувством ответственности мы должны бы приступать к Нему! *Митрополит Сурожский Антоний (Блум)*

Иисус для сердца все: насыщение, просвещение, очищение, окрыление, укрепление, утешение... Когда, погружившись в глубину сердца, в согласном единении ведения и желания и разума с чувством обретается воскликновение: «Да будет воля Твоя», исчерпывающее всю полноту сердца, то душа видит себя в обновлении жизни, благоухание которой открывает...

Надо молить Господа, чтобы даровал великое покаяние православным людям. Только в этом спасение России и мира. *Схиизгумения Мария (Дохторова)*

Что бы ни было, ты знай моли Господа: «Господи, будь со мной! Не покидай меня!» И Матерь Божию моли.

Надо молиться Богу, поститься... Можно и одну молитву знать и Богу угодить...

Вставая с постели, попроси: «Благослови, Господи, день прожить по святым Твоим заповедям Господним». Ложась спать, проси: «Господи, прошу греха моего покаяние, на сон благословение» или «Прими меня, Господи, и благослови на сон грядущий»...

Хочешь благодать получить, надо подготовить себя, чтобы имел искру Божию. Всякий человек может получить благодать, только молись Богу, проси Христа: «Господи, прости и помилуй меня». Он, когда будет надо, благодать и пошлет... Читай Евангелие, Псалтирь, молитвослов...

Никто не хочет ночью помолиться, хотя бы одну ночь не поспать! Тогда все устроится, и поможет Бог! *Московская блаженная старица Ольга*

Всегда читайте «Богородице Дево, радуйся» по 150 раз с поклонами – и Матерь Божия совершит спасение.

Утром, выходя из дома следует прочитать 26-й, 50-й и 90-й псалмы, а между ними, в начале и в конце по одной молитве «Богородице Дево, радуйся». После этого, если рядом разорвется снаряд или пуля, или случится пожар – никакая беда тебя не коснется.

Читайте 26-й, 50-й, 90-й псалмы, и Господь и Матерь Божия подадут Свои милости...

Раз есть тщеславие исполнением правила, много не бери, а тяни четки с Иисусовой молитвой, не считая, но только смиренно и со вниманием.

Старайся аккуратно молиться утром, вечером и при всяком деле, хотя бы так: «Благослови, Господи. Слава Тебе, Господи». И вместо других мыслей говори: «Господи, помози ми. Господи, защити мя. Господи, буди врач души и телу. Господи, научи мя творити волю Твою». Тако творя, ты будешь беседовать с Богом, что и есть молитва. Другие мысли не принимай – они не Божии. *Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)*

Когда трудно начать молиться или продолжать молитву, этому нужно противостоять усилием воли... Именно в усилиях и трудностях проявляется наша привязанность к Богу и становится очевидным, чего мы на самом деле стоим. Нет молитвы без усилия. Это не умаляет значения благодати, которая помогает нам и облегчает для нас молитву, но означает, что в молитве всегда есть некая область, в которой все зависит от нас и на которую и должны быть направлены наши усилия.

Практика молитвы требует большого терпения...

Всякое дело, которое мы ведем с молитвой, приносит нам пользу, тогда как наша деятельность без молитвы бесплодна, даже если она кажется доброй. «Кто не собирает со Мною, тот расточает» (Мф. 12.30).

Прежде чем начать молиться, мы должны попросить у Бога прощения за все наши ошибки и немощи. Молитва должна сопровождаться состоянием покаяния. Чтобы наша молитва была действенной, мы должны ощущать, что являемся грешниками.

Все наши просьбы в молитве должны произноситься со смирением, если мы хотим, чтобы Бог их услы-

шал. И вообще смирение всегда должно сопровождать молитву. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Чтобы записаться в Книге Жизни, читайте молитву «Господи, не лиши меня Небесных Твоих благ...» *Схиигумения Магдалина (Досманова)*.

Слово произнесенное имеет две формы: духовную – значение, смысл и вещественную – бесконечные вибрации в атмосфере.

Слово Божие в человеке проходит до «разделения составов и мозгов» (Евр. 4.12).

Эти изменения в теле сопровождаются некими чувственными ощущениями. Во время молитвы или трезвения ни на какие ощущения чувственные не надо обращать внимания. Где внимание, там ум устанавливает свою силу и соединяется с этой областью...

Внимание надо соединять только с верой и чистым смыслом. Надо также помнить, что душа не видит Бога, а Бог по всемогуществу и Благодати видит душу, и когда мы верой показываем Господу желания души... то... по Благодати Божией исполняются наши молитвенные желания. Это благодать молитвы и надежда спасения. *Схиигумения Мария (Дохторова)*.

*Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гавриилия)* говорила, что в молитве нельзя просить материальных благ, следует просить мудрости, терпение, просить, чтобы Господь помиловал: «...Когда мы говорим: „помилуй“, Он разве не знает непосредственную нашу ну-

жду... Не можем мы просить Его для кого-нибудь другого ничего. Поскольку и этот другой – чадо Его! Будем говорить Ему: „Да будет воля Твоя в жизни его“... Нам нужно быть совершенно покорными! Об этом тебе говорит (слово): „раб Господень“...»

## Иисусова молитва

Главный же плод молитвы Иисусовой не теплота и сладость, а страх Божий и сокрушение о грехах. Чувство покаяния хранит молящегося человека от всех козней диавольских. *Святитель Феофан Затворник*

**К**огда мы творим молитву столько, сколько есть у нас сил, то заставляем и ум понимать произносимое нами. Но, чтобы добиться этого, требуется большое понуждение. Однако во время работы устами говори непрестанно: «Господи Иисусе Христе, помилуй мя». Ум, конечно же, рассеивается, отвлекается на работу, бродит то там, то здесь. Но ухо-то слышит, кое-что схватывает и опускает это в сердце. *Старец Арсений Исихаст*

«Иисусова молитва» заменит крестное знамение, если почему-либо нельзя будет возложить его. *Преподобный Никон Оптинский*

Чтобы не терпеть непрерывных стужений злого духа, надо постоянно иметь в сердце Иисусову молитву: «Иисусе, Сыне Божий, помилуй мя!» Против невидимого диавола – невидимый Бог, против крепкого – Крепчайший.

Имея Христа в сердце, бойся, как бы не потерять Его, а с Ним и покоя сердечного, горько начинать снова, усилия прилепиться к Нему снова по отпадении будут тяжки и многим стоять горьких слез. Держись всеми силами за Христа, приобретай Его, и не теряй святого дерзновения пред Ним.

Христос, введенный в сердце верою, восседает в нем миром и радостью. Недаром говорится о Боге: свят еси и во святых почиваеши. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Если при умной сердечной молитве имеется сокрушение сердечное и самоукорение, то можно заниматься такой молитвой, Бог благословит вас. Более полные объяснения смотрите в книгах святителя Игнатия Брянчанинова. Особенно во втором томе, да и в пятом есть.

Старайтесь удерживать ум от рассеянности и заключать его в слова молитвы... Да поможет вам Господь подвизаться в молитве и преуспевать в ней, а также в терпении скорбей, болезней, преуспеть в смирении и кротости...» *Старец Стефан (Игнатенко)*

Читайте непременно молитву Иисусову: имя Иисусово должно быть постоянно у нас в сердце, уме и на языке: стоите ли, лежите ли, сидите ли, идете ли, за едой – и всегда-всегда повторяйте молитву Иисусову. Это очень утешительно! Без нее нельзя. Ведь можно молитву Иисусову и короче говорить: это отцы святые советуют для новоначальных. Это полезнее и крепче будет. Помните шесть слов: «Господи Иисусе Христе, помилуй мя, грешного». Повторите медленнее: «Господи Иисусе Христе,

помилуй мя, грешную» – и еще медленнее: «Господи – Иисусе – Христе, – помилуй мя, – грешную». Так хорошо! *Зосимовский старец Герман*

Творить Иисусову молитву можно лишь в состоянии покаяния, смирения, целомудрия и любви к Богу и к ближнему... Для того, кто много молится, велик риск впасть в прелесть... Иисусова молитва без смирения – это катастрофа... Иметь молитву в себе непрестанно, так, чтобы она стала одновременно самопроизвольной и постоянной, человек может тоже только в результате долгого и регулярного подвига... Истинный источник чистой и постоянной молитвы – чувство потребности в Боге, ощущение того, что без Него мы ничто (этому способствуют покаяние и смирение), и любовь к Богу, которая заставляет нас непрестанно желать соединения с Ним. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Надо не помыслы принимать, а молитву совершать. Молитву творите во всякое время и положении – вот будет Вам моление, бдение, чтение и благодарение.

Творите молитву – она все восполнит. Всегда надо читать: «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй нас грешных». Сидишь, кушаешь, беседуешь, идешь, стираешь, стряпаешь, моешь, копаешь, носишь – всегда надо читать Иисусову молитву. Тогда не будет тоски. Говоря так, и Господа радуем, живых и почивших, и свою душу обогащаем, и в рай вселяемся о Христе Бозе.

Как дышишь, не спрашивая, как это делается, так и молитву читай да читай – и получишь спасение. Читайте

Иисусову молитву во всякой нужде и печали, тогда придет по времени искомое...

С людьми, когда они прекословят или порицают, надо молчать да молитву Иисусову творить. Это чудное средство.

К Иисусовой молитве надо относиться с большим рассуждением, дабы не впасть в прелесть... (Кто прежде времени берется за сей подвиг, а не стяжал молчания, терпения, отсечения своеволия... оттого бывает прелесть. Поэтому Отцы, остерегая от сего дела, строго говорят не входить в сие делание прежде времени).

Мы горды, потому и молитвы Иисусовой нет... За гордость молитва не дается... Молитва с гордостью не принимается Богом. *Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)*

Господь милосердный своей благодатью спасет вас. Всегда будьте с молитвой Иисусовой! *Иеромонах Даниил (Фомин)*

## О добрых делах

Если мы желаем, чтобы чувство любви и блаженства было в нас непрерывным и даже вечным, то и добрые дела наши по вере также должны быть непрерывными и молитва беспрестанной.

Для достижения Царствия Божия в Святом Евангелии Господь предлагает разные добрые дела: от чаши студеной воды, поданной жаждущему, до полного самоотвержения в любви, чтобы каждый Его последователь готов был пожертвовать временной жизнью за своего ближнего.

Но отдельные дела тогда полезны нам, если имеют воспитательное значение. Нам предлагается, чтобы, делая добрые дела, мы созидали в сердце «сокровищницу» не злых помышлений, вытекающих из гордости фарисейской, но чтобы в сердце нашем образовалось Царствие Божие. И не только собирали сокровище добрых дел, как отдельных поступков, но совершенствовались в добродетели: «Будьте совершенны, как совершен Отец ваш Небесный» (Мф. 5.48). С таким именно намерением и нужно совершать добрые дела во славу Божию. *Старец иеромонах Петр (Серегин)*

Делание добра – это выращивание венца для Царства Небесного. Делаем доброе дело – сажаем цветок для такого венца. Делаем зло – срываем цветы с него. Какой венец получите – зависит от вашего труда. *Схиигумен Иероним (Верендякин)*

До падения человек был свободен в избрании и делании добра. По падении человек стал рабом греха. Преподобный Симеон Новый Богослов говорит, что человек по падении потерял свободу делать добро, осталась лишь свобода избирать добро, предпочесть добро, желать делать добро. Чтобы его сделать, человек должен обратиться с молитвой к Богу, чтобы Он дал силы совершить добро, которого он возжелал. Так же говорит и преподобный Исаак Сирин. *Игумен Никон (Воробьев)*

Чтобы соделать спасение своей душе, недостаточно ограничить себя одним уклонением от зла, но надобно делать и добро. Спасти невозможно тому, кто ничего не делает для спасения ближнего. Живи для других – и сам спасешься. *Преподобный Симеон (Желнин)*

Добро является добром лишь в том случае, если делающий его жертвует чем-то своим: сном, покоем и тому подобным, потому и сказал Христос: «От лишения своего» (Лк. 21.4). Когда я делаю добро, отдохнув, оно недорого стоит. Устав, и идя на жертву для того, чтобы помочь другому, я испытываю райскую радость. Мой собственный покой рождается от того, что я доставляю покой другому. *Афонский старец Паисий Святогорец*

## О добродетелях

«Итак, облекитесь, как избранные Божиим, святые и возлюбленные, в милосердие, благодать, смиренномудрие, кротость, долготерпение... Более всего облекитесь в любовь, которая есть совокупность совершенств» (Кол. 3.12–14).

**С**амые главные добродетели суть следующие: искренняя исповедь, считать себя хуже всех и грешнее всех и отсечение своей воли. *Афонский старец Кирик (Русский старец)*

Характерная черта духовного благородства – все делать исключительно и только по благочестию, ради любви Божией, а не по эгоизму, т.е. с корыстной целью. *Афонский старец Паисий*

Мы часто наслаждаемся благоуханием цветов. Но, к сожалению, не думаем о том, что все это воспринимаем сердцем нашим, которое больше всего нуждается для своей любви в благоухании веры, надежды, любви, воздержания, чистоты и терпения и прочих божественных цветов – добродетелей. Не пора ли нам обратить внимание на этот «духовный букет», наслаждаться и жить им?

Основание добродетелей – смирение. Как соль для предметов питания, так необходимо смирение для всех прочих добродетелей. Ни одна добродетель, не будучи проникнута смирением, не будет иметь необходимой жизненной силы.

Смирение – начало и конец добродетелей. Смирение сохраняет совершенные добрые дела, как надежная печать. *Старец иеромонах Петр (Серегин)*

Благодать Бог дает не за труды, но за смирение: насколько человек смиряется – настолько и благодать посетит. Нам должно стремиться к добродетели насколько хватит наших сил, но устоять в добродетели – не в нашей власти, а в Господней; и хранит Господь не за наши труды, а за смирение. *Схиизумен Иоанн (Алексеев)*

Понудься, чадо, обрести в жизни своей: простоту, сочувствие, мужество, благообразие, искреннюю любовь, разумение, учись усердно и долго молиться. Будь милосерд к бедным, люби их. Постигай молчание и терпеливую стойкость. Никого не оскорбляй и не высмеивай. Обретай кротость, смирение, беззлобие ради того, чтобы Господь прославил тебя с ангелами и святыми. *Старец Афанасий из Григорианской обители*

Они (добродетели) – средства, без которых мы не можем прийти в совершенство. И нам даже необходимо до крови трудиться над всеми ими и над другими... Ибо на самом деле безмолвие – это единственная помощь, которая содействует достижению всех добродетелей. Однако мы говорим: никто не может выдержать его тяжесть в со-

знании и рассуждении, если Господь не пошлет как дар и милость благодать безмолвия.

...Молитва – это единственная помощь, которая содействует очищению разума, и без нее мы не можем жить духовно... Слезы – единственное оружие против бесов и баня очищения грехов, если они бывают [соединены] с ведением. Однако, они не от самого человека... И пусть такого научит опыт, что он плачет не тогда, когда хочет сам, а когда хочет Бог. И пусть благодарит подателя Бога. А не имеющих слез пусть не осуждает. Ибо Бог не дает всем одно и то же.

Также мы говорим и о бдении, что оно содействует очищению ума, если бывает со знанием и рассуждением. Однако, если не поможет Господь, от него не происходит плода. Так что способный бдеть должен просить у Бога ведения и управлять собой с рассуждением. Ибо без Божией помощи он остается бесплодным.

Также и пост, и все другое, если хорошо управляет-ся, – это добродетели, исполняя которые в поте лица, мы, с одной стороны, показываем наше намерение Богу, а с другой – противоборствуем страстным похотениям. Ибо если мы не понудим себя к этим добродетелям, непременно будем согрешать... Если Господь не пошлет очистительных вод Своей Божией благодати, то мы остаемся бесплодными и наши труды становятся добычей бесов. Ибо труды подавляются нашими страстями, и мы ничего не пожинаем. И добродетели, если недобро исполняются, становятся злом. Итак, более всего другого мы нуждаемся в духовном рассуждении и должны в поте лица просить его у Бога. Ему слава и держава во веки веков. Аминь. *Афонский старец Иосиф Исихаст*

Есть три вещи, которые помогают человеку утвердиться в добродетели: печаль по Богу, слезы о своих грехах и постоянное памятование о смерти. Тот, кто проживает каждый день своей жизни как последний, никогда не согрешит. *Афонский старец Анфим*

Каждый христианин обязательно должен быть распят на кресте мироотречения; не только монахи отрекаются от мира, но всякий, носящий имя христианина, потому что он не может любить мира, ни яже в мире.

Есть у христианина и четыре гвоздя, которыми он пригвождается к кресту.

Первый – это самоотвержение.

Десную руку пронзает этот гвоздь, потому что именно правая наша рука, главным образом, творит, действует. Ее-то, образ действующего начала, и пригвождает гвоздь самоотвержения.

Что же значит – отвергнуться себя? Не обращать внимания, не замечать себя; бранят – не огорчаться, хвалят – не радоваться, как будто и не о нас речь.

Второй гвоздь – терпение, им пригвождается левая рука, потому что левая рука считается символом злого начала, протеста.

Правую ногу христианина прибавляет ко кресту гвоздь бдения молитвенного, стояния молитвенного. «Непрестанно молитесь», – говорится в слове Божиим. Нужно, чтобы даже когда тело спит, отдыхает, душа бы бодрствовала, молилась.

Четвертый гвоздь, которым пронзается левая нога христианина, – это труд молитвенный. *Священномученик Серафим (Звездинский)*



Не в нашей власти состоит устоять в добродетели, это дело благодати, а благодать хранит именно только за смирение. Лествичник говорит: «Где случилось падение – там предварила гордость». Великое для нас счастье, что мы имеем книги святых отцов, ибо у них подробно говорится о духовной жизни. *Валаамский старец Иоанн (Алексеев)*

Кто терпеливо переносит презрение, бесчестие и убыток, тот может спастись.

Хранящий в душе своей памятозлобие подобен тому, кто хранит огонь в соломе.

Всякое дарование Божие обращается нам во вред, когда от него не Божией, но собственной славы ищем.

Превосходнейшая из добродетелей – никого не презирать. *Глинский старец схиархимандрит Андроник*

Добродетели – это привычное душевное расположение или состояние, которое помогает нам жить, всем существом обратиться к Богу, жить в Боге...

Христианин не должен быть пассивным, пускать все на самотек, нужно брать жизнь в свои руки; нельзя поддаваться и идти на поводу у ощущений, воображения, впечатлений, но во всем и всегда нужно быть себе хозяином. Это та добродетель, которая у святых отцов названа «воздержание» в самом широком смысле этого слова.

Чтобы стяжать эту добродетель, у нас есть сила благодати, подаваемая нам в Таинствах... Возрастание в духовной жизни проявляется не столько в ярких, бросающихся в глаза приобретениях, сколько в постепенном отречении от всего. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Терпение, благодарение, молитвенный труд – все недоумения, препятствия и скорби сотрут, и в тихое пристанище приведут...

Будете любить – ни тоски, ни уныния не будет.

Господь учит нас быть подобно детям, не осуждать, не обижаться, всех любить, терпеть, благодарить, на промысел Божий возлагаться...

Смиряйтесь, терпите, любите. Любовь будет – и стены разойдутся.

Любовь – единственное, что надо стяжать. *Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)*

Мы должны воспитывать в себе дух кротости, смирения, незлобия, долготерпения и умеренности во всех поступках. А чтобы иметь в себе такое расположение духа, надо помнить общую слабость человеческую, общую склонность ко грехам, в особенности – свои великие немощи и грехи, а также, бесконечное к нам самим милосердие Божие, которое прощало и прощает нам грехи многие и тяжкие за покаяние и умоление наше. *Схиархимандрит Феофил Новый (Россоха)*

Люби Иисусову молитву, а она тебя оденет, яко ризою, добродетелями, поведет путем спасения, ободрит, обвеселит и жребий спасения со избранными дарует. *Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)*

Снисхождение и кротость – оружие и признаки духовно сильного человека. Он все «понимает» и все прощает. *Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гавриилия)*

## О вере, надежде и любви

---

«Более же всего имейте усердную любовь друг ко другу, потому что любовь покрывает множество грехов» (1 Пет. 4.8).

**В**ера подобна лучу, надежда – свету, а любовь – кругу солнца. Все же они составляют одно сияние и одну светлость. *Лествица (Слово 30.2)*

Надежда есть обогащение невидимым богатством; надежда есть несомненное владение сокровищем еще прежде получения сокровища.

Надежда есть упокоение в трудах. Она – дверь любви; она убивает отчаяние, она – залог будущих благ. *Лествица (Слово 30.29–30)*

## О вере

---

«Без веры угодить Богу невозможно, ибо надобно, чтобы приходящий к Богу веровал, что Он есть, и ищущим Его воздает» (Евр. 11.6).

«Вы, веруя в Сына Божия, имеете жизнь вечную» (1 Ин. 5.13).

«**В**ера есть осуществление ожидаемого и уверенность в невидимом», – говорит святой апостол Павел (Евр. 11.1). В ней свидетельствованы древние праведники. Верую они побеждали царства, творили правду, получали обетования, заграждали уста львов, угашали силу огня, избегали острия меча, укреплялись от немощи, были крепки на войне, прогоняли полки чужих (Евр. 11.1–2, 33–34). Так сильна вера и в делах житейских, и особенно в подвигах жизни духовной. *Схиархимандрит Кирилл (Павлов)*

Сердечная вера необходима человеку, потому что светоч ума нашего очень ограниченный, не много вмещает в себе света умного, а Господь Бог есть беспредельный Свет, и мир есть бездна Его всемогущества и премудрости, тогда как в нас только ничтожная, так сказать, капля Его силы и мудрости, потому что столь-

ко, а не больше, вместить их могли мы в своем брненном теле.

Прося Господа или Пречистую Матерь Божию или ангелов или святых, нужно иметь такую веру, какую имел капернаумский сотник (Лк. 7.1–10). Он веровал, что, как слушались его воины и исполняли его слова, так тем более, по всемогущему слову Всеблагоего Господа, исполнится его просьба. Если твари своею ограниченной силою исполняли то, о чем он их просил, то не исполнит ли Сам Владыка Своею всемогущею силою прошения рабов Своих, с верою и надеждою к Нему обращающихся! Не исполнят ли наших прошений, с верою, надеждою и любовью приносимых, и верные, сильные благодатью и ходатайством к Богу слуги Его – Пречистая Матерь Божия, ангелы и святые.

Вера есть ключ к сокровищнице Божией. Она обитает в простом, добром, любящем сердце. «Если сколько-нибудь можешь веровать, все возможно верующему» (Мк. 9.23). Вера – духовные уста: чем свободнее они раскрываются – тем большим потоком входят в них божественные источники; свободно да раскрываются эти уста, как телесные уста, да не сжимаются сомнением и неверием: сожмешь их сомнением и неверием – и закроются для тебя сокровищница Божиих благ. Чем с большею открытою сердечностью поверишь Божиему всемогуществу – тем с большею щедростью раскроется для тебя Божие сердце. «Все, чего ни будете просить в молитве, верьте, что получите, – и будет вам» (Мк. 11.24). *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Человек, который не верует, живет как слепой. Евангелие говорит о Закхее, который старался увидеть и по-

знать Бога, так что даже залез на смоковницу, несмотря на свой важный чин. Так и мы должны веровать, искать Бога и стремиться к нему. Цель всякого познания – Бог. *Протоиерей Валентин Мордасов*

Вера приводит человека в страх. В какой страх? В страх сделать грех. В страх огорчить Бога. Боящийся смиряется, а смиренный имеет в себе Духа Святого. *Старец Филофей (Зервакос)*

Будем веровать с вами так, как верит Святая Православная Церковь Христова. Будем иметь такую чистую, простую, детскую веру, какую имел преподобный Серафим Саровский. Он свято верил во все догматы нашей Церкви и во все, о чем говорят нам святые отцы и свидетельствуют их жития, изложенные в Четьих-Минеях. Только такая детская вера – без колебания и сомнения – даст нам чудотворную молитву. Только такая вера вскроет в нас ту благодать Святаго Духа, которая живет в нас с момента Крещения и которая получается нами в других Таинствах Церкви. Только такая вера дарует нам божественную силу побеждать зло, всегда и неуклонно исполнять все спасительные заповеди для соединения со Христом и участия в Его Божественной радости и здесь, и в Небесном Царствии Христовом...

Господь близ; если позовешь Его, Он сразу откликнется. *Святитель Серафим (Соболев)*

Нужно немало внутренне потрудиться, чтобы получить живую веру в Господа и слова Его. Только при этой вере становится легко жить и переносить все тяготы жизни. Тем более, что она – коротенькая подготовка к вечности. Надо творить и дела милосердия. Милостыня очищает от многих грехов. *Игумен Никон (Воробьев)*

Вера – основа любви. Непрестанно храни веру, непрестанно храни семя любви, которое несет в себе вера, чтобы оно могло прорасти и принести радость. Потому что вера сама по себе, без любви холодна и безрадостна. Но если любовь в тебе охладеет, не принесет плода радости, храни веру и жди.

Храни веру любой ценой. И жди, жди, пока любовь не прорастет из веры. Если потеряешь любовь, потеряешь плод с дерева; потеряешь веру – погубишь само дерево.  
*Святитель Николай Сербский*

Вера должна быть конкретна: действует, спасает и руководит нами Господь Иисус Христос. *Московский старец протоиерей Василий Сребренников*

Знания без Бога пусты. Поле и пашня только тогда дадут духовные всходы, если там будут посеяны семена веры...

...Когда грешишь, благодать отходит... и вера ослабевает... Вера должна быть постоянна. Верующие люди никогда не спорят, не ругаются. Или согласны или не согласны. *Схиигумен Иероним (Верендякин)*

Вера – это не представление о Боге, а духовное состояние, которое охватывает все наше существо и обретает очень конкретное и жизненное воплощение. (В напоминание слов Евангелия о том, что строить следует на камне, а не на песке. Камень – это вера.) *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Стоять надо насмерть в вере... Где нет Бога, там хозяйничает враг Божий. И «наказание» или жизненная туга – это его проделки. А когда человек после долгого вражьего водительства обращается к Богу, то и тут начинается на какое-то время усиленная месть врага, и нужно много

терпения и несомненной веры, что враг силен, но всемогущ лишь Господь, и Он не оставит усердно прибегающего к Божией помощи. Господь да умудрит Вас и поможет.  
*Архимандрит Иоанн (Крестьянкин)*

Что значит верить в Бога? Верить необходимо не только в существование Бога-Творца и в спасение, дарованное нам через Иисуса Христа, но надо верить неизменно, во всех обстоятельствах жизни, как бы тяжело ни было, что Бог милосерд, хочет нашего спасения и, видя, зная не только в чем временное наше благо, но и вечное, ведет нас к нему как любящий, но мудрый отец своих детей, направляя их с одинаковой любовью, лаской и строгостью. Поэтому надо все принимать с упованием на милость Божию, прося только помощи Его, всякое испытание или искушение, извне ли оно приходит, от наших ли немощей или от людей – орудий Божиих для нашего спасения, и часто обоюдного. Нашим смирением спасаются и ближние наши, огорчающие нас. *Игуменья Арсения (Себрякова)*

Без веры никто не может быть свободным... Свобода может тогда только придти по божественной благодати – когда мы перестанем иметь эгоизм, и когда возлюбим друг друга. Для этого и дал нам Христос это как новую заповедь. Ибо только так мы обрящем совершенную свободу. Ибо Бог – Любовь есть. Истинная Свобода. *Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гавриилия)*

## О любви

«Сие заповедую вам, да любите друг друга» (Ин. 15.17).

«Любовь познали мы в том, что Он положил за нас душу Свою: и мы должны полагать души свои за братьев» (1 Ин. 3.16).

«Любовь долготерпит, милосердствует, любовь не завидует, любовь не превозносится, не гордится, не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла, не радуется неправде, а сорадуется истине; все покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит» (1 Кор. 13.4–7).

**Н**адо любить всякого человека, видя в нем образ Божий, несмотря на пороки его. Нельзя холодностью отстранять от себя людей. *Преподобный Никон Оптинский*

Кого любишь, о том хочется мыслить, о том хочется говорить, с тем хочется быть. А Господа любит душа, как Отца и Создателя, и предстоит Ему в страхе и любви: в страхе, потому что Господь; в любви, потому что знает душа Его как отца; Он зело милостив и благодать Его сладка паче всего. И я познал, что молиться легко, потому что помогает благодать Божия. Господь милос-

тиво нас любит и дает нам молитвою беседовать с Ним, и каяться, и благодарить. Нет сил описать, как много нас любит Господь; Духом Святым познается сия любовь, и душа молящегося знает Духа Святого...

О братья, нет ничего лучше любви Божией, когда Господь согреет душу любовью к Богу и ближнему своему.

Велика милость Господня: душа познала Бога – Небесного Отца своего, и плачет, и тужит, зачем я столь много оскорбляла Бога, и Господь дает прощение грехов, и радость и веселие любить своего Творца, и любить ближнего, и плакать за него, дабы Милосердный Господь всякую душу взял к Себе, где уготовал Он место Своими страданиями на Кресте.

Кто познал сладость любви Божией, когда душа согрета благодатью и любит Бога и брата своего, тот знает отчасти, что «Царствие Божие внутри нас» (Лк. 17.21).

Блаженна душа, возлюбившая смирение и слезы, и ненавидящая злые помыслы... Блаженна душа, любящая брата (своего), в ней ощутимо живет Дух Господень, и дает ей мир и радость, и она плачет за весь мир. *Преподобный Силуан Афонский*

Любовь покоит и приятно расширяет сердце, оживляет его, а ненависть мучительно стесняет и тревожит его. Кто ненавидит других – тот мучит и тиранит сам себя, тот глупее всех глупцов.

Люби без размышления: любовь проста. Любовь никогда не ошибется. Также без размышления веруй и уповай: ибо вера и упование также просты; или лучше: Бог, в Коего веруем и на Коего уповаем, есть простое Су-

щество, так же как Он есть и простая любовь. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Истинная любовь по заповеди устремляется к ближним и к Богу, ища послужить ближнему и Бога прославляет, до забвения себя и своей временной жизни, то есть с полным самоотвержением. Любовь истинная не ищет «своих сил», то есть никакого самоутверждения. Она готова жертвовать самым дорогим и невознаградимым – даже временной жизнью. *Старец иеромонах Петр (Серегин)*

Главнейшая обязанность человека – любить Бога и потом своего ближнего, и более всего – своего врага. Если мы возлюбим Бога так, как нужно, то мы сохраним и все другие Его заповеди. *Афонский старец Паисий*

Не тревожься и не пытайся отсечь или исправить недостатки другого. Возлюби его с его недостатками. Господь позаботится о нем.

Никогда не беспокойся, любят ли тебя. Ты только изливай на всех от любви Христовой.

Если возлюбишь от всего сердца Христа нашего, все будет легко. И послушание и смирение. Тогда всех братьев ты полюбишь без усилия и произвольно такой же любовью Христовой. Так как не ты будешь любить, но сам Христос, Который займет твое сердце...

Нынче люди терпят неудачи, потому что ищут любви к себе. Правильно же – не интересоваться, любят ли тебя, но любишь ли ты сам Христа и людей. Только так наполняется душа. *Афонский старец Порфирий*

Настоящая любовь не бывает без подчинения. Как ты можешь оказывать любовь и обслуживать, если не покорился воле другого? Любое движение настоящей любви есть услуга, и, значит, послушные прилагают двойное усилие. С одной стороны, вера тому, кто дал поручение, а с другой – любовь, примененная в том служении, которое совершается. *Афонский старец Иосиф Исихаст*

Любите всех людей, еще и врагов ваших. Это самое основное. Всегда имейте любовь, и к тем, кто нас любит, и к тем, кто нас ненавидит. Простим им, и будем любить всех, и пусть нам делают хоть самое большое зло. Тогда будем истинные чада Божии... Как духовные мои чада, любите вообще мир, без всякой ненависти. Тогда только вы будете чада старца – сейчас, и в жизни вечной. Проповедуйте только любовь. Это основной закон Божий. Любовь и только любовь...

Великое достоинство и награду имеет тот христианин, который любит всех братьев и первым прощает тех, кто сделал ему зло. Поэтому, если мы и делаем все добрые дела, а ближнего своего не любим, то мы не делаем ничего. Сами по себе мы – ноль, ничто. Любви, братья мои, ждет от нас Бог. *Блаженный старец Георгий (Карсидис)*

Мы должны подражать любви Божией. Случай сделать кому-нибудь добро – это есть милость Божия к нам, поэтому мы должны бежать, стремиться всей душой послужить другому. А после всякого дела любви так радостно, так спокойно становится на душе, чувствуешь, что так и нужно делать, и хочется еще и еще делать добро, а после этого будешь искать, как бы мне ко-

го еще обласкать, утешить, ободрить. А потом в сердце такого человека вселится Сам Господь: «Мы приидем и обитель у него сотворим» (Ин. 14.23). А раз Господь будет в сердце, такому человеку нечего бояться, никто ему ничего не может сделать. *Святой праведный Алексий Мечев*

Кто исполняет Божий закон любви, тот имеет в себе залог бессмертия. Об этом сказано в Святом Писании: что посеет человек, то пожнет, посеет плоть – пожнет тление, посеет дух – пожнет жизнь вечную (Гал. 6.8). *Старец Михаил Едлинский*

Кто любит Бога, тот захочет страдать ради Бога, и по мере роста любви будет возрастать желание все перенести, лишь бы не удалился от нас Господь, лишь бы быть ближе к Нему. А не любить Господа нельзя, если приблизимся к Нему, вернее, если Он к нам приблизится. *Игумен Никон (Воробьев)*

Любовь к ближнему выражается во всех делах во благо ближних и в делах милосердия и любви к ним, и в молитве за них. На тех же делах милосердия и на молитве восстанавливается и самое сердечное чувство любви. Если мы желаем, чтобы чувство любви и блаженства было в нас непрерывным и даже вечным, то и добрые дела наши по вере также должны быть непрерывными и молитва беспрестанной. Поэтому о непрерывной молитве мы читаем и часто беседуем. Иногда мы жалуемся на то, что постоянство молитвы у нас нарушается необходимыми делами и разговорами. Но

это происходит только тогда, когда увлекаемся ими до самозабвения, до забвения о Боге. *Пюхтицкий старец Петр (Серегин)*

Любовь к ближнему определяет истинную ценность всей духовной жизни. Если ее нет, то все остальное тщетно. Любовь к ближнему – это духовная любовь: она подразумевает связь и соотнесенность с Богом. Ближнего нужно любить в Боге и благодаря Богу, нужно любить ради Бога, а не для себя самого. Любовь без Бога – это эгоистическая любовь. Любовь к ближнему подразумевает понимание, сострадание, милосердие и доброту.

Любовь исключает всякое осуждение ближнего. Важно, чтобы в наших отношениях с людьми они чувствовали, что мы их не судим... Нужно непреклонно соблюдать верность истине и добру, но проявлять крайнюю терпимость по отношению к людям, которые грешат или заблуждаются...

Любовь подразумевает также и смирение. Любовь исключает чувство какого бы то ни было превосходства по отношению к другим.

Мы должны испытывать не только смирение, но и покаяние, помня не только о своих грехах, но и обо всем том, что мы могли сделать хорошего, но не сделали. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Бог есть любовь, но Бог не есть равенство. Равенство изгнало бы и справедливость, и любовь, изгнало бы и нравственность. Любит ли муж жену за равенство? И мать любит ли своего ребенка за равенство? Разве друзья любят друг друга за равенство?

Неравенство – основа справедливости и побудитель любви. Пока живет любовь, никто не вспоминает о равенстве. Пока царит справедливость, никто не думает о равенстве.

Когда уходит любовь, люди говорят о справедливости и подразумевают равенство. Когда за любовью уходит и справедливость, начинают говорить о равенстве и подразумевают безнравственность, то есть изгнанную нравственность подменяют порочностью.  
*Святитель Николай Сербский*

Только любовью можно постигнуть внутреннюю жизнь других людей и войти с ними в тесное духовное общение.

Реальная любовь – носить немощи друг друга... Любовь сильнее смерти... В любви сокрыт ключ и истинного боговедения и истинной христианской жизни. *Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Старец афонский Силуан писал: «Сердце рвется сказать; ум недоумевает, как сказать; слезы не дают сказать, как нас много любит Господь». И то же чувство овладевает человеком, когда он переживает и человеческую, братскую любовь – любовь, которая основана на Христе. Иоанн Златоуст говорит: не бывайте ни в чем должны друг другу, кроме как в одном – в любви, потому что любви не отплатишь; на любовь можно только отозваться благодарностью и ответной любовью...

В литургии святого Василия Великого есть такие слова: «Благих благими сохрани, а злых благими со-

твори Твоею благодатью». И вот мы живем в мире, где есть добрые и злые. Дай Бог, чтобы мы были среди добрых, среди Христовых, среди тех, которым Господь сказал: «Как Меня послал Отец, так и Я вас посылаю» (Ин. 20.21)... Войти в мир кротостью, любовью, беззащитностью, готовностью все отдать, чтобы другой обогатился надеждой, чтобы поверил он в любовь, – вот к чему мы призваны. Сила Божия в немощи совершается, а сила человеческая всегда может разбиться о большую силу. Только простота голубиная, только любовь неодолимы ничем, но лишь настоящая любовь, любовь, о которой говорил апостол Павел, не пристрастная, не та любовь, которой мы выбираем любимых и откидываем нежеланных, а та любовь, которая, как солнце Божие, светит и на добрых и на злых, потому что хочет добра злым, желает и им стать детьми Царствия Божия, а не погибнуть во тьме кромешной...

Мы – Христовы. Возлюбим же друг друга новой любовью, Божией, не только тем человеческим чувством, которое нам позволяет друг друга любить, когда мы нравимся один другому, а той любовью, которая жизнь свою льет, чтобы другие нашли жизнь. И тогда будет у нас радость. Тогда будет и у Господа радость, что не напрасно Он человеком стал, не напрасно жил, не напрасно учил, не напрасно и умирал. *Митрополит Сурожский Антоний*

Без любви христианин не христианин. И христианство – не христианство. Любовь есть закон человеческого сердца, закон всякого нравственного, разумного существа. *Схиархимандрит Кирилл (Павлов)*



Человеку нужно только одно – любить Бога. А если он будет любить Бога, то остальное все приложится, и Господь по благодати откроет все необходимое...

Удивительный вопрос: «Как Мария Египетская, будучи неграмотной, живя в пустыни, знала наизусть Священное Писание?» Это Господь за любовь ее открыл ей все. *Схиигумен Иероним (Верендякин)*

Полюбите ближнего! И вы полюбите Христа. Полюбите обидчика и врага! И двери радости распахнутся для вас, и Воскресший Христос сретит вашу воскресшую в любви душу. Вот и все! Так мало ждет от нас Господь! В этом – наш рай! Это – наше Воскресение! Полюбите Любовь и живы будете Воскресшим в страдании Любви Спасителем! *Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)*

Выше всех канонов и уставов – любовь. Если ненавидишь хотя бы одного человека – в его образе ненавидишь самого Христа и далек ты от Царствия Небесного. Надо любить всех. Но если не можешь, хотя бы желай всем добра. В последние времена людей спасет любовь, смирение и доброта. Доброта откроет врата рая, смирение введет туда, а любовь покажет Бога.

Если имеешь все, но не имеешь любви – считай, что ничего не имеешь. Если ненавидишь хотя бы одного человека – в его образе ненавидишь Самого Христа и далек от царствия Божия. *Архимандрит Гавриил (Ургебадзе)*

Если вы хотите, чтобы к вам все имели любовь, то имейте ее, прежде всего сами (из Древнего Патерика). «Любовь не мыслит зла» (1 Кор. 13.5), не думает, что к

ней относятся не с любовью. *Архимандрит Нафанаил (Поспелов)*

Нам дана от Господа заповедь любви к людям, к нашим ближним. Но любят ли они нас, нам об этом нечего беспокоиться. Надо лишь о том заботиться, чтоб нам их полюбить. *Архимандрит Иоанн (Крестьянкин)*

Любовь – это самое главное... Господь – это любовь бесконечная. *Архиепископ Гавриил (Огородников)*

Да поможет нам Господь иметь эту великую любовь к ближним, это снисхождение к их недостаткам. Как свидетельствует святой апостол Павел, при достижении сей любви мы будем исполнять весь закон Христов, все Его спасительные заповеди. Тогда крещенская благодать Святого Духа воссияет на нас своим Божественным светом. Тогда исполнятся над нами слова чудной церковной песни: «Елицы во Христа крестистесь, во Христа облекостесь» (Гал. 3.27) и крещенская благодать будет для нас одеждою Христовою. Эта одежда Христова, или благодатный Божественный свет, покроет нас от всех нападений демонов, когда наши души, после смерти, будут проходить воздушные мытарства. Эта одежда Христова, сия крещенская благодать, раскрытая нами исполнением заповедей и скорбями, покроет нас на Страшном суде Христовом. Как брачная одежда, сия благодать введет нас в Небесный чертог нашего Спасителя и будет источником вечной непрестанной радости в Небесном Царстве Господа нашего Иисуса Христа. Аминь. *Святитель Серафим (Соболев)*

Любовь к ближнему по Богу, радость и тишина приобретаются постоянной молитвой. Постоянно говори с Ангелом Хранителем. Обо всем. Особенно в трудных обстоятельствах, и когда не можешь прийти к взаимопониманию с кем-либо. Он всегда помогает.

Две вещи имеют большое значение: «Любите друг друга» (Ин. 13.14) и: «Не бойся, только веруй» (Мк. 5.36).

...Любовь, какую мы питаем к другому лицу, никогда не должна доходить до степени идолослужения... Когда мы любим человека, друга, товарища, и в один день узнаем, что он не таков, как мы думали? Как бы спадает маска...

Не так. Он не виноват перед нами. Ибо мы любим некий идеал и хотим его воплотить в человеке. Восхищаемся им, тогда как он не достоин восхищения. И если будем восхищаться и восхищаться им, и придет и трение, и мы узнаем его лучше, то однажды он падет с пьедестала, который мы ему сотворили, и мы... гневаемся вместе с ним. Однако он с самого начала не виноват. Виноваты мы, что своей фантазией поставили его на пьедестал. Сделали его идолом, восхищались им, а потом сбросили вниз. В то время как он был, есть и будет тот, кто он есть! *Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гавриилия)*

---

## О рассуждении

---

*Р*ассуждение нужно всегда и везде. Если отнимешь от добродетели – добродетель перестает приносить пользу. *Афонский старец Паисий*

Не всякое дело угодно Богу, а только сделанное правильно, с рассуждением. Например, можно поститься, но с ропотом на пост или на пищу или на приготовителя пищи; можно поститься, но осуждать не постящихся, поститься и тщеславиться постом, языком обижать ближнего. Можно терпеть болезнь или скорбь, но роптать на Бога или людей, жаловаться на свою участь. Такие «добрые дела» бывают неуютны Господу, так как делаются без рассудительности. *Преподобный Симеон (Желнин)*

## О смирении и кротости

«Так и вы, когда исполните все повеленное вам, говорите: мы рабы ничего не стоящие, потому что сделали, что должны были сделать» (Лк. 17.10).

«Многие же будут первые последними, и последние первыми» (Мф. 19.30).

«Научитесь от Мене, яко кроток есмь и смирен сердцем» (Мф. 11.29).

«Блаженны кроткие, ибо они наследуют землю» (Мф. 5.5).

**О**человече, учись Христову смирению, и даст тебе Господь вкушать сладость молитвы...

За то страдаем мы, что не имеем смирения. В смиренной душе живет Дух Святой, и Он дает душе свободу, мир, любовь, блаженство. Стяжать смиренный дух – это великая наука, которую скоро не одолеешь. *Преподобный Силуан Афонский*

Путем к смирению служат телесные труды, совершаемые разумно, и то, чтоб считать себя ниже всех, и непрестанно молиться Богу. *Авва Дорофей*

Слез покаяния ждет от нас Господь. Ад уже и так на-

полнен гордыми. Смиренным, смиренным хочет видеть человека Господь. *Афонский старец Тихон*

Если мы не преуспеем в смирении, то добрый Отец наш не попустит восчувствовать скверну нашу, ибо тогда эгоизм приведет душу нашу к отчаянию или безумию, а самых немощных – к самоубийству. Добрый Бог просвещает нас и дает нам видеть только то, что мы можем перенести, и постепенно открывает нам все и даже больше. *Афонский старец Паисий*

Смирение, самоосуждение и кротость да будут нашими друзьями. Именно такому человеку бывает весьма радостно в любых ситуациях. Для него все греховное и порочное кажется несносным, и поэтому душа его ищет и страдает по небу. Жилище блаженное – там. Здесь же – слезы и воздыхания. Но и они не должны приводить душу в уныние, но в радостное состояние, чающее отраду в вечности со Христом.

Смирение – это одна из основных христианских добродетелей, на которой зиждутся все остальные добродетели. Смирение – это степень совершенства, благодаря которой совершается наше восхождение к Богу. Смирение – это мост, возводящий от земли на небо, мост, по которому восходили все подвижники благочестия. Они смиряли себя не только в очах Божиих, называя себя «нищими духом», но и перед лицом греховного мира, в котором являлись они светильниками веры и благочестия. Через смирение они низводили Божественную благодать Святого Духа, которая восполняла и вспомоществовала им в жизни.

Смирение оправдывает нас пред Богом. Через сознание своей греховности, своего ничтожества мы получаем благодать Святого Духа. Святой Макарий Великий говорит: «Если кто не соблюдает великого смиренномудрия, тот предается сатане и обнажается от данной ему Божественной благодати». *Схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

В душе смиренной упокаивается Господь. *Протоиерей Валентин Мордасов*

Смирение проявляется в глубоком сердечном сознании своего ничтожества греховного. От такого сердечного состояния является служебное отношение к Богу и ближним: «Когда исполните все повеленное вам, говорите: мы рабы ничего не стоящие, потому что сделали, что должны были сделать» (Лк. 17.10).

Ревностные исполнители воли Божией именуются уже не рабами, а друзьями: «Я уже не называю вас рабами, ибо раб не знает, что делает господин его; но Я назвал вас друзьями, потому что сказал вам все, что слышал от Отца Моего» (Ин. 15.15); и получают наследие в Царствии Божиим: «Где Я, там и слуга Мой будет» (Ин. 12.26). Так смиренные вознесутся до сынов Божиих по Благодати. Согрешая и видя свой грех, гордый человек расстраивается о своем унижении, унывает, отчаивается и может погибнуть; смиренный же сожалеет о том, что оскорбил Бога, раскаивается и обретает путь ко спасению. *Старец иеромонах Петр (Серегин)*

Каким путем идти к Богу? Идите путем смирения! Смирением несением трудных обстоятельств жизни, смирен-

ным терпением посылаемых Господом болезней; смиренною надеждой, что не будете оставлены Господом, скорым помощником и любвеобильным Отцом Небесным; смиренною молитвою о помощи свыше, об отгнании уныния и чувства безнадежности, которыми враг спасения тщится привести к отчаянию, губельному для человека, лишаящего его благодати и удаляющего от него милосердие Божие. *Преподобный Нектарий Оптинский*

Никто не спасся без смирения. Помни, что до конца жизни ты будешь впадать в грехи, тяжкие или легкие, гневаться, хвастаться, лгать, тщеславиться, обижать других, жадничать. Вот это-то сознание и будет держать тебя в смирении. Чем тут гордиться, если ежедневно грешишь и обижаешь ближнего. Но на всякий грех есть покаяние. Согрешил и покайся... и так до конца. Делая так, никогда не будешь отчаиваться, а постепенно придешь в мирное устроение. А для этого нужно блюсти помыслы. Бывают они добрые, безразличные и худые. Последних никогда не принимай... А если станешь его рассматривать... он тебя очарует, и ты с ним согласишься, и будешь обдумывать, как бы его исполнить, а потом его исполнишь делом – вот и грех.

Многими скорбями – вот жертва Богу... Какая бы ни была «тучная жертва» – не угодна она Богу, если хоть капля жаления в ней есть, хоть малая доля стяжания и пристрастия. Все главное – в искренности, правдивости, чистоте сердца. Жертва, угодная Богу, была жертва бедной вдовицы, потому что была всецелая, от чистого сердца – такую жертву Он приемлет с любовью. *Валаамский старец Михаил (Питкевич)*

Наш учитель – смирение. Бог гордым противится, а смиренным дает благодать, а благодать Божия – это все... Там тебе и величайшая мудрость. Вот ты смиришься и скажи себе: «Хотя я и песчинка земная, но и обо мне печется Господь, и да свершается надо мной воля Божия». Вот если ты скажешь это не умом только, но и сердцем, и действительно смело, как подобает истинному христианину, положишься на Господа, с твердым намерением безропотно подчиняться воле Божией, какова бы она ни была, тогда рассеются пред тобою тучи, и выглянет солнышко и осветит тебя и согреет, и познаешь ты истинную радость от Господа, и все покажется тебе ясным и прозрачным, и перестанешь ты мучиться, и легко станет тебе на душе...

Путь ко смирению... Следует сознать себя немощнейшим червяком, ничего не могущим сделать доброго без дара Духа Святаго от Господа нашего Иисуса Христа, подаваемого по молитве нашей и ближних наших и по Своему милосердию. *Преподобный Анатолий (младший) Оптинский*

Наложенное правило всегда трудно, а делание со смирением еще труднее. Что трудом приобретается, то и бывает полезно. *Преподобный Иосиф Оптинский*

Не ропщи и не позволяй себе оскорбить кого-либо. Если кто укорит тебя в каком-нибудь грехе, которому ты не причастен, смири себя перед укоровшим и наследуешь венец. *Глинский старец схиархимандрит Андроник*.

Христианское смирение – это проявление силы человеческого духа... Победить эту силу не могут никакие вну-

трение и внешние человеческие усилия. Кто носит в себе такое смирение, какое носили преподобный Сергей, преподобный Серафим, преподобный Амвросий Оптинский, каким обладали тысячи истинных рабов Божиих, – тот проявляет не слабость духа, а его величие и крепость.

Смирение – это способность видеть истину. *Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*.

Спасение наше на Кресте, а именно в крестных страданиях... Как нельзя без воздуха дышать, без пищи – жить, без ног ходить, так нельзя без скорбей войти в царствие Небесное. Желаящий спастись должен приобрести, по слову святого Варсонудия, великое смирение... Смирение же состоит в том, что человек признает себя грешником, не делающим никакого добра перед Богом, смирение – это когда он тщательно соблюдает молчание, когда не усиливается, чтобы кто-либо принял его слова, когда он отвергает собственную волю, воздерживается от лжи, не произносит пустых слов, старшему не противоречит, терпеливо переносит бесчестие и понуждает себя переносить труд и скорби... Истинно смиренный, если и имеет какие от Бога дарования: молитву, или слезы, или пост, или что иное – все сие тщательно скрывает, ибо похвала людская, как моль или ржа, все изъедает... Смиренный делает добро тому, кто делает ему зло... Смиренный чужд ненависти, прекословия и непокорства и обладает добрыми качествами: беззлобен, приветлив, милосерден, тих... Чтобы соделать спасение своей души, недостаточно ограничить себе одним уклонением от зла. Но надобно делать и добро... Живи для других – и спасешься. *Преподобный Симеон (Желнин)*

То, что случается с человеком, абсолютно связано со смирением... Человек может ненавидеть конкретные страсти и не желать их, и даже проливать кровь ради удаления их, – однако у него ничего не получится, ибо Бог не помогает ему; и не будет помогать ему – пока тот не смирится. (Потому что, хотя он ненавидит конкретные страсти, однако он – раб гордости, которая вводит во все остальные страсти.)

Чтобы духовно преуспеть, человек может просить у Бога любви, молитвы, мудрости, послушания и других добродетелей. Однако Бог... не даст нам ничего из просимого, сколько бы мы не подвизались, – если мы прежде не смиримся. Когда же имеем единственную целью – смирение, тогда Бог все даст нам даром. Бог одного хочет от нас – смирения, ничего больше.

Те, кто родились калеками, или стали калеками по вине других, или по своей собственной невнимательности, если не ропщут, но смиренно славят Бога и живут со Христом, будут причтены Богом к исповедникам.

Есть в мире великое зло, не замечаемое нами: это непонимание путей промысла Божия и в результате этого – ропот. Бог не попускает испытаний, из которых не вышло бы чего-нибудь хорошего. Когда калека примет с радостью посланное ему испытание, тогда Бог причислит его к праведникам.

Да покорится ум наш полностью Божественной благодати. Христос только одного ищет от нас – смирения. Все остальное потом дает Божественная благодать.

Только смирением можно прийти в себя и спастись. Только смирение спасает. *Афонский старец Паисий*

Святое смирение – Дар Божий... Не от наших усилий...

Нужно благодарить Бога постоянно и смиряться в Любви Его. Просить у Бога для себя смирения, подготавливать себя и просить у Бога этот святой дар...

Мы бываем не готовы, когда просим чего-либо у Бога, например смирение.

Когда созреем, тогда он дает нам. Только нужно иметь открытыми глаза души, понять цель Его...

Бог посылает благодать человеку, который повинуется и спрашивает. Чтобы пришла благодать, нужно смирение. *Афонский старец Порфирий*

Смирять себя надо. Одно крыло смирение, другое самоукорение. Нужно наедине громко молиться Иисусовой молитвой. *Преподобный Алексий Зосимовский*

Смирение является самым главным средством, при помощи коего мы можем совершить дело своего спасения.

Смирение не есть одна из добродетелей, а есть целое христианское мирозерцание, начало новозаветной христианской жизни и самая эта жизнь.

Вот почему преподобный Макарий Египетский в своих дивных творениях говорит, что смирение есть признак христианства, или, что, то же, критерий, по которому можно определить христиане ли мы, или язычники; есть ли в нас благодать или нет ее; с Богом ли мы, или без Бога; счастливы ли мы или несчастны.

Без смирения все добродетели не имеют для нас никакого спасительного значения. Да и как может быть иначе,

когда сама благодать – главное средство нашего спасения, даруется нам от Бога только за смирение.

Ради смирения и кротости благодать сохранит нас от всех козней вражьих, превратит все скорби в радости, навеки соединит нас со Христом, и мы еще в земной нашей жизни будем испытывать несказанную небесную радость этого единения с Богом.

Пусть смирение будет для нас самою первою и основою добродетелью. Если оно будет у нас, то мы приобретем дивную кротость с ее высшею любовью к бедным. Ибо только за смирение Господь дает нам Свою благодать, которая одна только может дать нам силу любить своих оскорбителей. *Святитель Серафим (Соболев)*

А как смириться? Сам человек не может стяжать этого свойства. Надо во всем: и в мелочах, и в крупном – познавать свою немощь и ограниченность, свое бессилие, свою «ветхость» и «плотянность» и каждое проявление их употребить в свою пользу – укорять себя, считать себя негодной и непотребной рабой Божией, постоянно нуждающейся в милосердии Божии и помощи. Надо творить и дела милосердия. Милостыня очищает от многих грехов...

Смирение обладает силой собирать помыслы в памятование о Боге, а немирствие, тщеславие, гордость рассеивает помыслы. Если помыслы сильно рассеиваются, значит, что-то неладно в душе, значит, враг получил доступ к душе нашей и надо каяться пред Богом, и умолять о прощении и помощи. Надо поискать причины этого. Иногда это бывает (если и гнева нет) от излишней суетливости, привязанности к миру, от длинных мирских разговоров,

от осуждения ближних. Хорошая внимательная, от сердца исходящая молитва есть путь к царствию Божию, которое внутри нас есть. Если нет такой молитвы – значит, мы чем-то прогневали Господа...

Самым основным свойством «нового» человека является смирение (научитесь от Мене, яко кроток есмь и смирен...), без которого исполнение всех даже заповедей не только не приближает человека к Богу, но делает даже врагом Божиим, т. к. если не будет смирения, то обязательно будет гордость... Оказывается, что грехопадения человека и могут помочь ему в приобретении смирения (если только человек не будет винить в своих падениях никого и ничего, а обвинит себя, что и есть вполне правильно... Это подтверждают и угрызения совести после совершения греха). *Игумен Никон (Воробьев)*

Умудренные благодатным опытом говорят: единственное состояние духа, через которое входят в человека все духовные дарования, есть смирение. Что же представляет из себя смирение? Мы скажем: это непрестанная молитва, вера, надежда и любовь трепетной души, предавшей свою жизнь Господу. «Агница Твоя, Иисусе... зовет велиим гласом: Тебе, Женише мой, люблю, и Тебе ищущу, страдальчествовую и сраспинаюся, и спогребаюся крещению Твоему, и стражду Тебе ради, яко да царствую в Тебе, и умираю за Тя, да и живу Тобою, но яко жертву непорочную приими мя, с любовию пожержуюся Тебе. Тоя молитвами, яко милостив, спаси души наша».

Смирение есть дверь, отверзающая сердце и делающая его способным к духовным ощущениям. Сми-

рение доставляет сердцу невозмутимый покой, уму – мир, помыслам – немечтательность. Смирение есть сила, объемлющая сердце, отчуждающая его от всего земного, дающая ему понятие о том ощущении вечной жизни, которое не может взойти на сердце плотского человека. Смирение дает уму его первоначальную чистоту. Он ясно начинает видеть различие добра и зла во всем. А в себе всякому своему состоянию и движению душевному знает имя, как первозданный Адам нарекал имена животным по тем свойствам, которые усматривал у них. Смирением полагается печать безмолвия на все, что есть в человеке человеческого, и дух человека в этом безмолвии, предстоя Господу в молитве, внемлет его вещаниям. До ощущения сердцем смирения не может быть чистой молитвы. Непрестанной памяти Божия присутствия препятствует рассеянность наших помыслов, увлекающих наш ум в суетные попечения. Только когда вся жизнь наша всецело направлена к Богу, человек делается способным и начинает верою во всем видеть Бога... и во всем покоряться Его воле, без чего не может быть памяти Божией, не может быть чистой молитвы и непрестанной. Еще более вредят памяти Божией, а потому и молитве, чувства и страсти. Поэтому надо строго и постоянно внимать сердцу и его движениям, твердо, сопротивляясь им, ибо увлечения уводят душу в непроницаемую тьму. *Архимандрит Серафим (Батюков)*

Смирение – основа всех добродетелей. Колос, когда он пустой, болтается во все стороны, а когда нальется зерном, склоняется и ветры ему уже не страшны. Так и

человек: пустой болтается туда-сюда, а смиренный при всех искушениях не может повредиться. *Старец Григорий (Давыдов)*

Мы должны терпеть все искушения и испытания, как терпел Спаситель. И не только терпеть должны мы, а и с радостью переносить. Тогда мы достигнем спасения.

Каждому человеку дана Богом мера спасения. Насколько мы будем смиряться, настолько будем приближаться к Богу. Вот почему смирением мы всегда, если пожелаем, сможем получить спасение. Не жалея плоти – она есть лишь жилище наше. А там, внутри, Невеста наша, которая будет встречаться с Женихом, с Богом. Душа – Невеста Христова! Вот ее-то, Невесту, и нужно украшать цветами. Нужно сплести драгоценный венок. И нужно успеть сплести этот венок до кончины жизни нашей. И если успеем, то Господь даст нам спасение. Только вот мы не всегда постоянны. А надо всегда быть постоянным. Упал – вставай, беги. Лежишь? Все равно твори молитву! Если не успеешь встать, как в борьбе бывает, когда судья досчитает до десяти, – значит, проиграл. А если даже и положили тебя на лопатки, но ты сразу вскочил, то ты еще не побежден, бой продолжается! Так и мы должны немедленно вскакивать, должны держаться до конца в неравном бою...

Смирение – это внутреннее состояние нашей души. Никогда не гневаться, не раздражаться, не сердиться. Всегда терпеть, любить. Любовь долготерпит. *Схиигумен Иероним (Верендякин)*



Смирение – это основа духовной жизни и в то же время, как и любовь, – ее вершина. *Архимандрит Сергий (Шевич)*

Милость – это золото, смирение – бриллиант. *Архимандрит Гавриил (Ургебадзе)*

Эти слова: «Смирение никогда не гневается», – будут служить для тебя зеркалом! Хочешь ты знать, смирен ли ты, проследи за собой, если ты разгневался, то ты не смирен! *Старец Никита (Лехан)*

Когда человек имеет любовь, терпение, послушание и смирение, он приобрел и этот мир и Рай. Но кто препятствует? Всегда сила тьмы, которая говорит нам, что мы правы... Всегда «прав» другой! Это очень важно... Потому что он своим «Я» – прав. (Мы) делаем, что считаем правильным, но не будем вести с ним бесцельные беседы, не будем осуждать, не будем терять тишину. Он будет продолжать свой путь, и оставим его на волю Божию. Он не может нам повредить. Потому что мы имеем над собой некое Начало, которое согласно с нашей правдой. Есть духовник... есть Владыка, есть вся Церковь, которая согласна. Сверх всего, есть Евангелие, которое говорит: «Вот – правда, вот – заповедь»... Порой придет безбожник, какой-нибудь противник, начнет бесцельные беседы с мыслью расстроить вас. Никогда этого не показывайте, хотя вы огорчены, ранены... Не показывайте этого. Ибо тогда он выиграл свою игру... В другой раз придет еще большая сила. Если же вы снова проявите бесстрашие, то он скажет: «Напрас-

но я бью здесь. Пойду бить в другом месте...» Поэтому, прежде всего, нет – гневу! Потому что Господь говорит: «Не противься злему» (Мф. 5.39). Потому что, когда мы идем против чего-нибудь, убиваем себя в ссоре. Если придет кто-нибудь в это время и увидит нас, поймет ли он, кто прав, а кто не прав? Никогда! Мы становимся оба лукавыми и от лукавого. Поэтому говорю вам: когда начинается беседа, которая идет к ссоре, один из двоих, если он Божий человек, должен молчать и говорить в себе: «Господи, Иисусе Христе, помилуй нас». Через две минуты все прекращается...

Не нужно нам идти против того, что нас искушает... Когда мир с другими людьми не восстановлен, Христос говорит нам: «Когда идешь помолиться и вспомнишь, что брат твой имеет что-то на тебя, – не ты на брата, – тогда оставь жертву и дар твой Богу, т. е. молитву, пойд и примиришься с братом и возвращайся» (Мф. 5.24). Другими словами, если совесть твоя не спокойна по отношению к людям, не можешь иметь спокойной свою совесть по отношению к Богу. Но то, что Он говорит, очень важно: что другой будет виноват, а ты будешь просить прощения. И говорю, как на исповеди: это было самым трудным делом, которое я ввела в практику в своей жизни. Дело не в том, что мне нужно смириться и пойти сказать (ибо я ходила и говорила от всего сердца), но в том, как, каким образом принимал это другой человек. Потому что иной раз он может сказать: «Да, но, наверное, она виновата, раз пришла и просила у меня извинения...» Тогда как это не так: мы просто стараемся ввести в практику Евангелие. Потому что иначе, когда мы вечером идем на молитву, не мо-

жем (молиться) и спокойствия, которое должно быть, не имеем. Не будем смотреть, что делает другое лицо. Оно как бы в скобках и не имеет никакого значения. Во всяком случае, нам нужно следить за буквой Евангелия, потому что тогда, говорит оно, «обращаете покой душам вашим». Все в том, чтобы быть в примирении с Господом, Который в тебе. *Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гавриилия)*

Будь ниже да к Богу ближе... Смирение и терпение – превыше поста и молитв. *Схимонахиня Мисаила (Гранкина)*

Смирение есть единственное состояние духа, чрез которое входят в человека все духовные дарования. Оно есть дверь, которая открывает сердце и делает его способным к духовным ощущениям. Смирение доставляет сердцу невозмутимый покой, уму – мир, помыслам – немечтательность. Смирение есть сила, объемлющая сердце, отчуждающая его от всего земного, дающая ему понятие о том ощущении вечной жизни, которое не может взойти на сердце плотского человека. Смирение дает уму его первоначальную чистоту...

...При всяком смущении и искушении единственный выход и успокоение – это смирение. Только этою стезею приходит душа к истине, все разрешающей, к теплоте врачующей, к свободе облегчающей. *Игуменья Арсения (Себрякова)*

Если видишь погрешность ближнего, которую ты бы хотел исправить, если она нарушает твой душевный

покой и раздражает тебя, то и ты погрешаешь и, следовательно, не исправишь погрешности погрешностью – она исправляется кротостью. *Преподобный Иосиф Оптинский*

Самое главное – быть кротким человеком. *Старец Амвросий Балабановский*

Кротость, прежде всего, выражается в молчании наших уст во время оскорблений. А разве отвечать на оскорбление кротостью не есть великое чудо? Вот почему преп. Иоанн Кассиан в своих дивных творениях говорит, что кротость, или кроткий человек, есть чудо из чудес. Кротость есть наше совершенство. Больше всего мы должны стремиться к приобретению высшего дара Святого Духа – совершенной христианской любви и кротости. Только кроткий находится под особенным покровительством Божиим. А это покровительство есть источник всех неизреченных к нам милостей Божиих, всякого нашего счастья и блаженства временно-го и вечного.

Отсюда понятно, почему св. отцы говорят: «Не ищи чудес, а ищи кроткого человека, который есть чудо из чудес»...

Кротость есть младенческое незлобие, и не только младенческое, но и ангельское, и не только ангельское, но и Божественное. Самым отличительным и существенным свойством святых была именно кротость. Эту кротость имел преп. Серафим Саровский. Когда в Саровском лесу напали на него три разбойника, то он бросил на землю бывший в его руках топор, скрестил

руки на груди и кротко сказал им: «Делайте со мною, что вам угодно». Разбойники почти до смерти избили святого старца его же собственным топором. А когда этих разбойников изобличили в преступлении и передали суду, то св. Серафим ходатайствовал перед властями об освобождении их от наказания. Этого мало. Разбойников по ходатайству преп. Серафима освободили из тюрьмы. Они пришли к угоднику Божию просить у него прощения, и он от всего сердца, как родной отец, простил их.

Эту кротость имел святитель Тихон Задонский. Когда один гордый и злобный помещик ударил его по лицу, то святитель Тихон упал к ногам помещика и просил у него прощения.

Во всей полноте и совершенстве имел эту дивную кротость Спаситель наш. Когда Его били по голове и терновому венцу тростью, когда плевали Ему в лицо, Господь не отклонял головы Своей, Он кротко и молча смотрел на Своих мучителей. Когда же начали распинать Господа, Он молился за Своих палачей.

Вот к какой благодати, к какому высшему и дивному ее проявлению в нас, мы должны стремиться всем сердцем своим. Если мы достигнем сей кротости, мы достигнем блаженства Небесного Христова Царства. *Святитель Серафим (Соболев)*

Кротость есть такое соединенное с осторожностью расположение духа, чтобы никого не раздражать и ничем не раздражаться. Преподобный Иоанн Лествичник говорит о ней так: «Кротость есть неподвижное состояние души, одинаково приемлющее как бесчестие, так

и похвалы». «Если гнев есть припоминание затаенной ненависти, соединенное с желанием сделать зло огорчившему, то негневливость есть ненасытное желание бесчестия, подобно беспредельному желанию похвал в тщеславных. Негневливость есть победа над естеством вследствие подвигов, трудов, одерживаемая нечувствительностью к оскорблениям», – говорит он же.

Кроткий, – по слову преподобного Ефрема Сирина, – если и обижен, радуется; если и оскорблен, благодарит; гневных укрощает любовью; принимая удары, не мятется; когда с ним ссорятся, спокоен; когда подчиняют – веселится, не уязвляется чужой гордыней; в унижениях радуется, заслугами не кичится; со всеми мирен, начальству покорен; на всякое дело готов, чужд лукавства, не знает зависти».

Кроткий человек никогда не платит злом за зло, обидой за обиду; не сердится, не возвышает в гнев голоса на согрешающих и обижающих. Кроткий, будучи укоряем, не укоряет, терпя злострадания и напасти от других, не грозит мщением, но предоставляет мстить за себя Судии Праведному. В многосложной земной человеческой жизни встречаются разные обстоятельства, которые требуют, чтобы человек, не считаясь со своим личным спокойствием, всей душой встал на защиту правды и закона. И вот в этом случае и открывается высокое достоинство кроткого человека: в том, что он умеет превосходно защищать святую правду и честь без всякого раздражения и страстного волнения. Кроткий человек умеет искусно обличать нарушителей правды, не оскорбляя их. И когда они, движимые собственной злобой, осыпают его укоризнами, он велико-

душно принимает их и не отвечает тем же; ударяемый в одну ланиту, он всегда готов бывает, по заповеди Христа, подставить и другую...

Добродетель кротости заключает в себе и смирение. В чем выражается смирение кротких людей? В их глубоко самоиспытании и осознании своих недостатков. Они подвергают испытанию и разбору не одни только свои недостатки, но и добродетели таким образом, что никогда не бывают вполне довольны собой, не считают себя совершенными, но, подобно апостолу Христову, всегда стремятся к почести вышнего звания, к высшему совершенству. Господь подает им Свое благодатное просвещение, научает их Своим спасительным путям: «Научит кроткия путем Своим» (Пс. 24.9), – возвещает святой псалмопевец Давид. Господь подает им мудрость свыше, которая, по слову Божию, «чиста... мирна, скромна, послушлива, полна милосердия и добрых плодов, беспристрастна и нелицемерна» (Иак. 3.17).

Высочайший пример кротости являет нам Сам Господь наш Иисус Христос, Который, будучи Творцом всего мира, с такой кротостью и терпением переносит все оскорбления, поругания, преследования, издевательства, биения, заплевания от Своего же создания – неблагодарного человека. И переносит все без ропота, со всецелой покорностью воле Небесного Отца. Он всегда поступал согласно со словами Своими: «Не ищу воли Моея, но воли пославшаго Мя Отца» (Ин. 5.30)... Христианская кротость есть кротость уст и языка, или смиренное молчание, когда человек, убегая празднословия и срамословия, противных любви христианской, хранит благоговейное и спасительное безмолвие.

Христианская кротость есть кротость всех поступков и всего поведения, или братолюбие, когда человек во всех случаях и со всеми обращается скромно, дружелюбно и уважительно.

Кроткий человек во всяком положении и состоянии сохраняет мир души. *Схиархимандрит Кирилл*

Снисхождение и кротость – оружие и признаки духовно сильного человека. Он все «понимает» и все прощает. *Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гавриилия)*

## О послушании

«Послушание лучше жертвы и повиновение лучше тука овно» (1 Цар. 15, 22).

Послушание есть действие без испытания, добровольная смерть, жизнь чуждая любопытства, беспечалие в бедах, неуготовляемое пред Богом оправдание, бесстрашие смерти, безбедное плавание, путешествие спящих. Послушание есть гроб собственной воли и воскресение смирения... Послушный, как мертвый, не противоречит и не рассуждает, ни в добром, ни во мнимом худом; ибо за все должен отвечать тот, кто благочестиво умертвил душу его. Послушание есть отложение рассуждения и при богатстве рассуждения. *Преподобный Иоанн Лествичник*

Если нет возможности исполнить обет послушания, некому повиноваться, надо иметь готовность все делать согласно воле Божией. Есть два вида послушания: внешнее и внутреннее.

При внешнем послушании требуется полное повиновение, исполнение всякого дела без рассуждения. Внутреннее послушание относится к внутренней, духовной жизни и требует руководства духовного отца.

Но совет духовного отца следует проверять Священным Писанием... Истинное послушание, приносящее душе великую пользу, это когда за послушание исполняешь то, что несогласно с твоим желанием, наперекор себе. Тогда Сам Господь берет тебя на Свои руки. *Преподобный Никон Оптинский*

Святые отцы говорят: «Рассуждение выше всего, смирение дороже всего, молчание лучше всего, а послушание – это такая добродетель, без которой невозможно спастись». *Преподобный Алексей Зосимовский*

Редко кто знает тайну послушания. Послушливый велик перед Богом. Он подражатель Христу, Который дал нам в Себе образ послушания. Послушливую душу любит Господь и дает ей Свой мир, и тогда все хорошо, и ко всем она чувствует любовь... Послушание нужно не только монахам, но и всякому человеку. Все ищут покоя и радости, но мало кто знает, что они достигаются послушанием. Без послушания даже от подвигов рождается тщеславие. *Преподобный Силуан Афонский*

Святые отцы учат нас пребывать в высочайшей из добродетелей – в послушании, чтобы мы стали подражателями Христу. Такова их цель. То есть послушанием они очищают нас от разных страстей мудрования и от привязанности к своей воле, чтобы мы получили Божию благодать. *Афонский старец Иосиф Исихаст*

Всегда будь послушен, если же послушание утомительно и трудно, вспомни тогда Господа нашего и Его

страдания. *Старец Афанасий из Григорианской обители*

Послушание и природная простота ведут к святости кратким путем. *Афонский старец Паисий*

Послушание является необходимым условием для любого восхождения. *Старец Каллиник Исихаст*

Разве не преслушание и своеволие являются причиной падения и гибели и ангелов, и людей? И закон тления нашей осязаемой природы не имеет ли своей причиной преслушание?

...Я совершаю послушание, чтобы не стать преслушником, потому что послушание – это догмат духовной жизни. Примером для меня служит наш Искупитель...

Послушание принесет все. Послушание принесет благодать... Все страсти постепенно исцеляются послушанием. Не спасают ни священство, ни пост, ни подвиг. Только послушание. Послушание творит чудеса. Послушание – это смирение. Оно принесет все дары. За послушание Господь дарует молитву. Спасает не молитва, а послушание. Богословие – следствие молитвы. А молитва – плод послушания. Если обладаешь послушанием, то найдешь молитву и богословие. *Старец Ефрем Катунакский*

Послушанием мы умерщвляем на земле телесные наши члены, чтобы лучше действовали духовные. Послушание есть гроб для собственной нашей воли... Не будем забывать слова Диадохия Фотикийского, что послуша-

ние есть первая среди начальных добродетелей, которая упраздняет гордость или большое о себе мнение и рождает смиренномудрие. Поэтому для каждого, кто с готовностью подчиняет себя послушанию, оно становится дверью, отверзающей любовь Божию. Таким образом, нам необходимо им вооружиться, если мы хотим вести брань с лукавым, и оно, в свою очередь, покажет нам безошибочную дорогу ко всякой добродетели...

Послушание возводит нас на небо, потому что изгнало преслушание первосозданных. Послушание прогоняет гордость, самодовольство и уподобляет нас Богу. Будем подвизаться, чтобы нам достичь этого подобия, ибо подобное стремится к подобному; чтобы соединиться нам с источником света, добродетели и всякой доброты, который есть Сам Господь наш Иисус Господь. *Старец Анфим*

Великое дело – послушание. *Старец Амвросий Балабановский*

Послушанием Сына Человеческого своему Отцу открылся путь ко спасению... Своя воля только делает плохо, а послушание воскрешает...

Человек должен принуждать себя делать доброе, ущемлять себя хотя бы в малом ради Господа. *Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)*

Держи себя всегда в напряжении. То послушание спасительно, что тяжело дается, а что нравится и легко – дешево стоит. *Валаамский старец Иоанн (Алексеев)*

Все дает послушание... Слушай, что тебе говорят, и выполняй, тогда и жизнь установится. *Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

От послушания не отказывайся. В терпении спасай свою душу. Облегчения ты можешь попросить, но если облегчения не благословляют, то нужно понуждать себя к исполнению, ибо Царство Небесное «нудится», «силою берется» (Мф. 11.12). *Архимандрит Нафанаил (Поспелов)*

Послушание не заключается в том, чтобы раболепно исполнять приказания священника, даже если они подаются в форме советов. «Послушание» от слова «слушание», и цель послушания – научить человека оторваться от собственных мыслей, от собственного отношения к вещам и вслушиваться в то, что говорит ему другой человек. *Митрополит Сурожский Антоний*

Знайте, что за послушание Господь подаст терпение, великую милость и спасение. *Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)*

Надо слушаться тогда, когда это легко понести, надо слушаться и тогда, когда это трудно понести. В условиях мирской жизни не может быть осуществлено послушание так, как оно ставится в монастырях, ибо здесь нет возможности для духовника так руководить каждым движением в жизни человека, как это можно сделать в монастырях. Но важна готовность, важна

самая решимость отказаться от своей воли. *Протоиерей Валентин Свенцицкий*

Самовольство – пагуба, а послушание – сила. Ты захоти слово спасения, а Бог тебя спасет. Знай этот короткий урок, знай... Будет так, как Бог даст, а не как мы хотим. Прими со страхом, положи в сердце и иди в послушании. *Схимонахиня Сергия (Дохлова)*

## О терпении

«Терпением вашим спасайте души ваши» (Лк. 21.19).

«Терпение нужно вам, чтобы, исполнив волю Божию, получить обещанное» (Евр. 10.36).

**т**ерпение есть непрерывающееся благодушие.  
*Преподобный Никон Оптинский.*

Терпи и терпи все – все злострдания, всю тяжесть труда, укорения, клевету, но больше всего бойся отчаяния – это самый тяжелый грех. *Валаамский Старец Михаил (Питкевич)*

Терпи! И знай, что Бог, в конце концов, всегда воздаст по правде! И если порой по какой-либо причине божественный Его промысел судит, что не нужно воздавать – тогда будь уверен, что наверняка воздаст твоим детям и даже во сто крат. *Афонский старец Паисий*

Бывает вместе со скорбью и теснотою новое ис-

кушение: окаменение, одеревенение, нечувствительность сердца ко всему истинному, доброму и святому; весь бываешь как камень, как колода, без веры, без способности молиться, без надежды на Божие милосердие, без любви. Как тяжело быть камнем или деревом, без веры и любви, будучи создан верить, чувствовать, надеяться, любить! И это надо терпеть и в терпении молиться, чтобы Господь отвалил камень нечувствия от дверей гроба сердца нашего, чтобы отнял от нас сердце каменное и дал нам сердце плотное. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Господь сказал всем нам: «Терпением вашим спасайте души ваши» (Лк. 21.19). Конечно, мучительно нести скорби и болезни, но для нас они так нужны, как воздух для тела. Именно они помогут нам исполнить закон Христов. Ведь кроме них у нас нет никаких добрых дел, то есть молитвенного подвига нет, смирение и терпение в нашей душе отсутствуют. А пороки развиваются, подобно зловредным насекомым, с неудержимой быстротой, полностью оскверняют наше сердце и помрачают ум. Находясь в таком состоянии, человек теряет свое христианское достоинство и уходит на страну далече, в пропасть ада. Но ведь Спасителю нашему жалко каждого человека, за которого Он пролил Свою дражайшую Кровь. Вот Он, как любящий Отец, и посылает нам средство, очищающее нашу душу: болезни и скорби, посредством которых удерживает нас от злых наших, греховных поползновений.

Исходя из этого, нам не следует роптать, а, наоборот, благодарить Бога за Его милость. Каждому чело-



веку дается жизненный крест, притом по его силам. Но мы по своей греховности вообще не желаем нести никакого креста. А ведь без его несения спастись невозможно. А если так, то будем благодарить Бога за все, что Он посылает нам. *Схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Бог попускает человеку претерпевать различные испытания, болезни, вред и многое другое, клевету со стороны окружающих нас людей, оскорбления, несправедливости. Мы должны принимать их терпеливо, без расстройств, как благословение Божие. Когда кто-нибудь поступает с нами несправедливо, мы должны радоваться и считать того, кто несправедлив по отношению к нам, своим великим благодетелем. *Афонский старец Паисий*

От злословия, зависти, сплетен... никто, никогда и нигде укрыться не может. Прячьтесь от них куда угодно, удаляйтесь всеми возможными средствами... Есть верное средство – терпение. Пока не пригвоздила нас смерть... будем терпеть, а зависть презирать, за одержимых же ею творить посильные молитвы. *Протоиерей Валентин Амфитеатров*

Предсказано древними Отцами о нашем времени. Сказано: будут спасаться верою, терпением скорбей и болезней и покаянием. Дел у нас нет. Во всем и во всякое время нарушаем заповеди Христовы, поэтому остается нам каяться, терпеть и верить, что Господь Иисус Христос, «пришедший взыскать и спасти погибшего», спасет и

нас, умоляющих Его о прощении и спасении. В это надо твердо верить. Надеющийся на свои дела строит свой дом на песке...

Надо чаще призывать имя Божие, ставить себя пред лице Божие и просить терпения, когда станет слишком тяжело. Как змеи ядовитой нужно остерегаться ропота. Неблагоразумный разбойник ропотом и бранью не только усилил свои муки, но и погиб навеки, а благоразумный – сознанием, что достойное по делам приемлет, и страдания облегчил, и царствие Божие наследовал. *Игумен Никон (Воробьев)*

Духовное богатство приобретается в терпении. Терпение же испрашивается непрестанной молитвой: «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя», – и помилует. *Глинский старец Серафим (Романцев)*

Если тебя оклеветали, на добро ответили злом, не держи в сердце зла. Кто умалит себя, тот возвысится. *Архимандрит Гавриил (Ургебадзе)*

Мы в этом мире для того, чтобы терпеть неприятности (чтобы нести свой крест). *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Житейское море – у всех свое горе... Терпел Моисей, терпел Елисей, терпел Илия, буду терпеть и я... Бранят – в рай гонят, а хвалят – в ад пихают. *Тамбовская старица Александра (Аристова)*

Чтобы знать Бога, быть в откровении, надо иметь терпение, главное – терпение, через это открывает-

ся воля Божия. *Блаженная старица Варвара (Трофимова)*

Терпение – это тоже живая сила души при духовном разуме, познающем изменения вещей и всего земного, при вере сердца, при смирении духа. Терпение дает душе постоянство, оно переходит в мужество и тогда становится не пассивным чувством, а деятельным. *Игумена Арсения (Себрякова)*

---

## О милосердии

---

«А кто имеет достаток в мире, но, видя брата своего в нужде, затворяет от него сердце свое, – как пребывает в том любовь Божия?» (1 Ин. 3.17).

**П**ринуждай себя к милосердию, к добру к ближним, нужно помогать нуждающимся, развивать в себе жалость и любовь. *Преподобный Алексий (Соловьев)*

Ничтожна милостыня того человека, который подает ее не доброхотно, потому что милостыня вещественная не его, а Божий дар, ему же принадлежит только расположение сердечное. Поэтому многие милостыни окажутся почти суетными оттого, что они были подаваемы недоброхотно, с сожалением, с неуважением к лицу ближнего. Как и гостеприимцы многие окажутся суетными вследствие лицемерного, тщеславного обращения со своими гостями. С сердечным расположением да приносим жертвы свои на алтарь любви к ближнему: «Доброхотно дающего любит Бог» (2 Кор. 9.7).

Нищие ежедневно преследуют тебя? Это значит милость Божия непрестанно преследует тебя. «Блаженны милостивые, ибо они помилованы будут» (Мф. 5.7). Кто

же будет убегать от милости Божией? *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Ищи непрестанно дел милосердия и любви, сострадательности, без этих дел невозможно угодить Богу. Будь солнышком для всех, милость выше всяких жертв. *Схиигумен Савва (Остапенко)*

Милостыня хороша и спасительна, когда соединяется с исправлением сердца от гордости, злобы, зависти, праздности, лености, чревоугодия, блуда, лжи и обмана и прочих грехов. А если человек не заботится об исправлении сердца своего, надеясь на свою милостыню, то он мало получит пользы от нее, ибо что одною рукою создает, то другою разрушает. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Когда творишь милостыню, не смотри на лицо того, кому ее даешь, хороший ли он человек или плохой. Ты, когда можешь, давай без исследования. Милостыня изглаждает множество грехов. *Старец Иероним (Апостолитис)*

Рука ваша да будет всегда открыта... Не обижайте никого... Молитва и милость идут вместе...

Пусть не прельщают вас ни богатство, ни слава, но всегда ходите праведно. То, что вы приобрели честно, не расточайте бесцельно. Живите честно и смирно. Сколько можете, простирайте руку вашу на милость... Стучите в двери бедных, болящих, сирот. Более же предпочитайте дома скорбящих, нежели дома радующихся. Если делае-

те добрые дела, будете иметь великую награду от Бога. Удостоитесь видеть чудеса, и в иной жизни будете иметь бесконечное веселие...

Молитва без милости мертва... Творите милостыню вдовам и сиротам. Милостыня и молитва идут рука об руку. *Блаженный старец Георгий (Карслидис)*

Понудь себя делать добро людям, так как Господь сказал, что милостивые будут помилованы, и что суд без милости будет тем, кто не творил сам милости... Надо творить и дела милосердия. Милостыня очищает от многих грехов. *Игумен Никон (Воробьев)*

Сея вокруг себя семена любви и милосердия, мы как бы обязываем Господа милостью Его к себе. То, что мы подаем нищему, голодному, нуждающемуся, то, что мы делаем страдающему, плачущему, утешая его – привлекаем благословение Божие к нам. Сказано в слове Божиим: «Благотворящий бедному дает взаймы Господу» (Притч. 19.17). А Господь воздает всегда щедрым Своим отеческим воздаянием.

«Блажен, кто помышляет о бедном! В день бедствия избавит его Господь. Господь сохранит его и сбережет ему жизнь... Господь укрепит его на одре болезни» (Пс. 40.2–4).

Вот каковы плоды этой добродетели, этой священной заповеди нашего христианского закона о любви и милосердии, преподанной всем нам к неуклонному исполнению в жизни земной нашим Господом Спасителем...

Господь сказал: «Милости хочу, а не жертвы». Он, многомилостивый, хочет и от нас милости, милосердия, не-

злобия и терпения относительно ближних наших. Он же готов всегда помогать нам во всяком добром деле. Если у тебя злое сердце, проси в покаянии, чтобы Он смягчил твоё сердце, сделал кротким и долготерпеливым, и будет оно таково. *Схиархимандрит Феофил Новый (Россоха)*

Что отдал, то приобрел; что удержал, то потерял! Во имя Отца и Сына и Святого Духа! *Старец Никита (Лехан)*

Ничего у нас нет своего, только грехи, не нужно ничего копить, а спасаться, раздавая. Спасайтесь милостыней. Милостыня покрывает множество грехов – и своих, и тех, за кого просишь. Поэтому когда подаешь милостыню, обязательно нужно сказать, за кого ты просишь. Произнеси про себя краткую молитву: «Господи, прими подаяние за (имя) во славу Твою». *Схимонахиня Нила (Новикова)*

## О совести

«Совесьть в людях есть ни что иное, как глас ходящего в сердцах человеческих Бога вездесущего. Очи Его отверсты на вся пути сынов человеческих» (Иерем. 32.19).

**С**овесьть каждого человека - это луч света от единого, всех просвещающего духовного Солнца – Бога. Чрез совесть Господь Бог державствует над всеми, как Царь Праведный и Всемогуший. И как могущественна Его держава чрез совесть! Никто не силен совершенно заглушить ее голоса! Она говорит без лицепрятия всем и каждому, как глас Самого Бога! Чрез совесть мы все у Бога, как один человек, потому и Десятословие обращено как бы к одному человеку: Аз есмь Господь Бог твой, да не будут тебе... Не сотвори кумира... Не приемли... Помни день субботный... Чти отца и мать; не убий; не прелюбы сотвори; не укради; не лжесвидетельствуй; не пожелай... (Исх. 20, 1-17). Или: возлюбиши Господа Бога твоего всем сердцем твоим, и... ближняго своего яко сам себе (Мрк. 12, 30, 31), потому что «он» совершенно то же, что «я».

«Хранящие таинство веры в чистой совести» (1 Тим.

3.9). Чистого сердца требует святая, божественная, пренебесная вера христианская, чтобы благотворно воздействовать на все существо человека, а в нечистом сердце она обитать не может и производить благотворных перемен в нем не может, если человек не исправляется от своих пороков. Вот почему и в христианстве много званных, но мало избранных. Многие именуются христианами, но не многие в самом деле таковы, не многие творят плоды Царствия Божия. Не вера виновата, что христиане таковы, а носящие имя Христово на себе виноваты в своем невнимании к вере и ее правилам, в своей нечистоте и в своем пристрастии к земному, по которому они не могут вместить в своем нечистом сердце чистейшего небесного сокровища – веры Христовой – и погибают у самого источника спасения.

Когда будешь в годах зрелых и вступишь в жизнь подвижническую, когда будешь служить Богу чистою совестью – тогда испытаешь на сердце и благое иго Спасителя.

Поверь свою совесть, жизнь свою и дела свои Богу, ведущему сердца наши. Впрочем, смотри на себя беспристрастно: в самом деле, не тяжел ли ты по своему характеру, особенно для домашних своих; может быть, ты угрюм, неласков, необщителен, неразговорчив. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

---

## О хранении чистоты сердца

---

«Блаженны чистые сердцем, ибо они Бога узрят»  
(Мф. 5.8).

Христианам особенно потребно иметь чистое сердце, потому что сердечными очами нужно зреть Бога, яко же Он есть – с Его любовью к нам и со всеми Его совершенствами, красоту ангелов, всю славу Владычицы, красоту Ее души и величие Ее как Матери Бога, красоту душ святых Божиих и их любовь к нам; нужно зреть, как они есть сами в себе, нужно зреть истины христианской веры со всеми ее таинствами и чувствовать их величие; нужно зреть состояние душ своих, особенно грехи свои. Сердце же нечистое, т.е. занятое пристрастием к земному, питающее в себе похоти плотские, похоти очес и гордости житейской, не может видеть этого ничего, что мы указали.

Чем чище сердце – тем оно просторнее, тем более вмещает в себе любимых; чем грешнее – тем оно теснее, тем менее оно способно вмещать в себе любимых до того, что оно ограничивается любовью только к себе и то ложною – любим себя в предметах, недостойных бессмертной души: в серебре и злате, в любодеянии, в пьянстве и прочем подобном.

Вы не могли не заметить, что вся сила в сердце: легко на сердце – и всему человеку легко, хорошо; тяжело на сердце – и всему худо; но это облегчение вы можете найти только в вере и, значит, особенно в Церкви, как месте веры по преимуществу; здесь Бог касается очищающе благодатью Своєю сердец ваших и дает вам носить Свое благое иго.

Что полюбит человек, в чем будет обращаться – то и найдет: полюбит земное – земное и найдет, и поселится у него на сердце это земное и сообщит ему свою земляность и свяжет его; полюбит небесное – небесное и найдет, и поселится оно в его сердце и будет животворно им двигать.

Испытывай себя чаще: куда зрят очи твоего сердца: к Богу ли и к жизни будущего века, к премирным, блаженным и светоносным силам небесным и святым, водворенным на небесах, или к миру, к земным благам: пище, питью, одежде, жилищу, к людям грешным и суетным их занятиям? О, если бы очи наши были устремлены выну к Богу!

С величайшей осторожностью нужно держать в своем скудельном сосуде, в сердце, сокровище Духа, реки во чреве своем воды живой (Ин. 7.38); нужно бодрствовать над своим сердцем, быть кротким, удерживаться от раздражительности и движений самолюбия, привязанности к земному, от нечистых восстаний плотских; в противном случае бесценное сокровище Духа мгновенно оставит нас: вдруг исчезнут из сердца мир и радость, это чувство необыкновенной, ангельски-духовной легкости души, парящей на свободе сердца и мысли; исчезнут и эти реки воды живой, которые пред тем только текли и напояли

обильно бразды души; душу наполнит чуждый огонь, мучительно палящий внутренности, лишаящий ее мира и радости и наполняющий ее чувством скорби и тесноты и подстрекающий к раздражительности и хуле. Так явно, так резко обозначаются и сменяются в нас Царство Божие и царство врага, царство жизни и царство смерти! Христианин видит это внутренними очами и удивляется Божией правде и святости, удивляется и недремлемости врага, всегда яко лев рыкающего и ищущего кого поглотити (1 Пет. 5.8).

Многоразличные греховные привязанности сердца нашего Господь испытывает различным образом: иного (скупого) испытывает потерю денег или имения, или какой-либо части из собственности, попускает ворам скрадывать, разбойникам грабить, иного пожаром, иного наводнением, иного напрасными издержками по неудавшимся делам, иного болезнью и издержками на лекарства и врачей, соединенными с болезнью, иного потерю жены, сестры, друга или подруги, иного бесчестьем – всех испытывает всяко, да всяко откроет в каждом его слабые, болезненные стороны сердца и научит каждого исправлять себя. Потому, какой бы ни случился убыток из твоего имения, верь, что на то есть воля Господня и говори: «Господь дал, Господь и взял; да будет имя Господне благословенно!» (Иов 1.21).

Когда ощутишь, что в сердце твоём не стало мира из-за пристрастия к чему-нибудь житейскому, а вместо того в нем дышит раздражительность и злоба, стань тотчас на страже сердца и не давай наполнить его диавольскому огню. Молись сердечною молитвою и укрепляй Божию силою страстное, нетерпеливое сердце свое. Будь твердо

уверен, что злодышущее разжение сердца есть дело врага; а враг сильно воюет на сердце чрез сытый желудок. Опыт.

Когда сердце твое возмутится духом от страсти какой-либо, и ты лишишься покоя, исполнишься смущения, и с языка твоего будут слетать слова недовольства и вражды к ближним – не медли оставаться в этом пагубном для тебя состоянии, но тотчас преклони колена и исповедуй пред Духом Святым согрешение твое, сказав от всего сердца: оскорбил я Тебя, Душе Святой, духом страсти моей, духом злобы и непокорства Тебе; и потом от всего сердца, с чувством вездеприсутствия Духа Божия, прочитай молитву к Духу Святому: «Царю Небесный, Утешителю, Душе истины, иже везде Сый и вся исполняй, Сокровище благих и жизни Подателю, прииди и вселися в мя и очисти мя от всякия скверны, и спаси, Блаже, душу мою страстную и любосластную» – и сердце твое исполнится смирения, мира и умиления. Помни, что всяким грехом, всякою страстью и пристрастием к чему-либо земному, всяким неудовольствием и враждою на ближнего из-за чего-либо плотского оскорбляется Всесвятой Дух, Дух мира, любви, Дух, влекущий нас от земного к горнему, от видимого к невидимому, от тленного к нетленному, от временного к вечному: от греха к святине, от порока к добродетели. О, Всесвятой Душе! Управителю наш, Воспитателю наш, Утешителю наш! Сохраняй нас державою Твоею, Отчая Святыня! Душе Отца нашего Небесного, насади в нас, воспитай в нас Дух Отчий, да будем истинные Его чада во Христе Иисусе Господе нашем.

Сердце, пекущееся о житейских вещах, особенно излишних, оставляет Господа – Источника жизни и мира и

потому лишается жизни и спокойствия, света и силы, а когда раскается в суетном попечении и от тленных вещей опять всем сердцем обратится к нетленному Богу, тогда опять начинает в нем течь источник воды живой, опять водворяется тишина и спокойствие, свет, сила и дерзновение пред Богом и людьми. Мудро надо жить.

Когда у нас есть Христос в сердце, то мы всем довольны бываем: и неудобство для нас как лучшее удобство, и горькое – как сладкое, и бедность – как богатство, и голод – как сытость, и скорбь – как радость. Ах, как необходим для человека Христос, Жизнодавец и Спас душ наших! Как необходимо ради Христа, ради того, чтобы Он вселился в нас, и алкать, и жаждать, и меньше спать, и проще одеваться, и все переносить спокойным, терпеливым, незлобивым духом. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Все сердце твое без остатка отдай Богу – и ощутишь рай на земле. *Схиигумен Савва (Остапенко)*

Человек может острейшим и сильнейшим оружием имени Иисуса Христа очистить сердце от грехов и страстей и, благоговейным умом прилепляясь к сердцу, совершать службу светлости и жизни. А если в сердце будет жертвенник – там будет и Приемлющий дары.

«Око сердца», или голос сердца, молитвенно обращенное к Богу, имеет подкрепляющую силу в совести.

Стремясь к трезвению и чистоте сердца, необходимо читать Слово Божие – Новый Завет, которое ослабляет страсти, очищает сердце и пополняет духовное рассуждение.

Невидимая брань в том и состоит, что христианин подавляет в душе и теле своим греховные поползновения молитвой и другими благодатными средствами: покаянием, причащением, воздержанием и прочими.

Различные грехи по-разному действуют на сердце человека. Грехи гордости, превозношения, неудовольствия, гнева и им подобные подавляют и исключают из сердца молитву. А грехи сласти, пристрастий, тщеславия отводят ум и сердце в греховные мечтания и тем самым также лишают душу молитвы.

Сойди вниманием в сердце свое и старайся непрестанно молитвенно предстоять там Богу, не допуская туда пристрастий к тварному и помышлений о суете мирской. Под пристрастием можно разуть и раскрытие сердечного «вкуса» к чему-нибудь тварному, которое нам нравится. *Старец иеромонах Петр (Сергеев)*

Не живет Господь в том сердце, в котором царит жадность, пристрастие к земным благам, к сладостям земным, к деньгам и прочему. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

## О прощении

«Любя друг друга, надо терпеть друга друга и оставлять, прощать другим их погрешности против нас, чтобы и Отец наш небесный простил нам согрешения наши» (Мф. 6.14).

Себе все легко прощаешь, если согрешишь против Бога или против людей, – легко извиняй и других. Люби ближнего как себя, прощай ему много. «Сколько раз прощать брату моему, согрешающему против меня? До семи ли раз? <...> Не говорю тебе: до семи раз, но до седмижды семидесяти раз» (Мф. 18.21–22), – говорит Господь. В этом и познается любовь. Даже мало еще этого для любви: любовь любит врагов своих, добро творит ненавидящим, благословляет проклинающих ее и молится за творящих ей обиду (Лк. 6.27–28).

Чтобы не помнить тебе злобы против тебя ближнего, а от души прощать его, вспомни, что ты сам не чужд злобы, равно как и всех других страстей. Признавай немощи и страсти ближнего за свои собственные: «Прощайте друг друга, как и Бог во Христе простил вас» (Ефес. 4.32). О, как я грешен, противен по грехам моим очам Божиим, людям и даже себе самому! Кто же для меня может быть



более противен, кроме меня самого? Воистину никто; в сравнении со мною все праведники. Буду же я немилосердно гневаться на себя и прощение обид и погрешностей ближнего против меня непотребного считать за особенное счастье, да и мне долготерпеливый, щедрый и милостивый Господь простит хотя некоторые согрешения. Я должен помнить, что этим только я и заслуживаю себе милость Владыки, иначе мне давно не надлежало бы жить.

А если хочешь, чтобы грехи были прощены тебе – прощай брату его согрешения против тебя. «Ибо если вы будете прощать людям согрешения их, то простит и вам Отец ваш Небесный, а если не будете прощать людям согрешения их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших» (Мф. 6.14–15).

Будем же охотно и усердно прощать ближним долги их нам; станем приносить Богу ежедневно эту жертву и будем жить в любви. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Господь не услышит молитв тех, кто не хочет прощать ближних. *Протоиерей Валентин Мордасов*

---

## Об обретении счастья

---

Счастье обретается, когда довольствуются малым. Сегодня люди что делают? Покупают, покупают, покупают вещи, автомобили, электронику и массу другого и, естественно, им не хватает денег, и они постоянно пребывают в тревоге. Нужно довольствоваться малым и не замахиваться на многое, ибо, имея требуемое и только необходимое, не нужно много работать. Тогда у них будет больше времени посидеть дома вместе с детишками и с семьей, чем-либо заняться, помолиться и вообще побыть в семейном тепле и уюте, и не быть в постоянном напряжении на дорогах. Полагаю, что решение находится не в том, как больше заработать денег, а как по христиански устроить нашу жизнь, чтобы иметь поменьше требований и удовлетворяться абсолютно необходимым. *Афонский старец Паисий*

Покой души – какое счастье для человека! Можно иметь полное жизненное довольство, можно иметь в пользовании все удобства жизни, все блага мира сего, можно считать себя счастливым в семейной и общественной жизни, но если на душе не будет покоя, то, увы,

счастье наше будет далеко не совершенным. Так призрачно, так суетно то, что в мирском понимании принято называть счастьем. Не к такому счастью зовет нас Христос: «Придите ко Мне все труждающиеся и обремененные, и Я успокою вас; возьмите иго Мое на себя и научитесь от Меня, ибо Я кроток и смирен сердцем, и найдете покой душам вашим; ибо иго Мое благо, и бремя Мое легко» (Мф. 11.28–30). Христос зовет нас, обещая дать покой нашим душам. Пойдем, пока не поздно, пойдем, пока еще слышится Его любвеобильнейший голос, обещающий покой душам нашим. *Белгородский старец архимандрит Серафим (Тяпочкин)*

## О хранении уст

«За всякое праздное слово, какое скажут люди, дадут они ответ в день суда: Ибо от слов своих оправдаешься, и от слов своих осудишься» (Мф. 12.36–37).

«Так и язык – небольшой член, но много делает... Он исполнен смертоносного яда. Им благословляем Бога и Отца, и им проклинаем человеков, сотворенных по подобию Божию. Из тех же уст исходит благословение и проклятие: не должно, братия мои, сему так быть. Течет ли из одного отверстия источника сладкая и горькая вода?» (Иак. 3.5–11).

**К**ак облако закрывает солнце, так болтовня омрачает душу. *Афонский старец Паисий*

Надо уметь владеть своим языком. Иметь воздержание в слове. Невоздержанное, необдуманное слово гордого человека может вызвать раздражение. Немощного – соблазнить. Болтливого может привести к осуждению и клевете. У невоздержанного в слове человека, когда он находится в гневе, всегда сыпятся изо рта бесчисленные всякие поношения, укоризны на людей –

даже ближних, даже ни в чем неповинных. Невоздержанный в слове человек, оказавшись в беде, изливает целые потоки ропота и жалоб на всех и на вся. При довольстве, напротив, изливается бесчисленное количество хвастовства, самохвальства, самодовольства и превозношения...

А поэтому надо внимательно следить за тем, что мы говорим. И о чем говорим. Наше слово должно быть только доброе, только к назиданию, только к прославлению имени Божиего. Именно к назиданию и созиданию душевного спасения ближнего. Во все времена люди обращали на это большое внимание. И хотя празднословие иногда люди и терпят ради развлечения, но все равно любящие праздновать теряют уважение в глазах людей. И древние мудрецы всегда, когда принимали к себе учеников, то не спешили, но предварительно испытывали их в продолжительном молчании и только тогда оставляли при себе. Настолько они внимательно относились к подбору, к приему своих учеников...

Не будем осуждать, клеветать, злословить. Станем хранить свои уста от всякого вида гнилости, помня, что слово – дар Божий. Будем свое слово употреблять только для славы имени Божиего и для назидания и пользы наших ближних. В чем да и поможет нам Господь Бог наш Иисус Христос, Которому слава и честь ныне и присно и во веки веков. Аминь. *Схиархимандрит Кирилл (Павлов)*

Больше надо молчать. Говорливых в раю нет. *Старец Амвросий Балабановский*

Не говорите много, воздержитесь от греха многословия. Любите молчание. Если вы привыкнете к молчанию, то не захотите разговаривать. Такова красота молчания! *Эгинский старец Иероним (Апостолидис)*

Господь дотолé хранит твою душу, доколе ты хранишь свой язык. Не умножай слов, многословие удалит от тебя Дух Божий.

Великое дело научиться молчанию. Молчание – подражание Господу нашему, Который «ничтоже отвеча, яко дивится Пилату» (Мк. 15.5). *Глинский старец Андроник (Лукаш)*

Молчание – замечательная вещь. Если научитесь сдерживать язык, ощутите радость молчания. Отвечайте только тогда, когда спрашивают. Не заводите бесед. *Эгинский старец Иероним*

На святых во всей полноте осуществились слова Господа: «На кого воззрю? Токмо на кроткого и молчаливого и трепещущаго словес Моих» (Ис. 66.2). Для чего Господь, говоря здесь о кротости, говорит и о молчании? Для того чтобы показать, что в молчании должна выражаться наша кротость.

Но можно устами молчать, а в сердце иметь страшную злобу и ненависть против обижающих нас. Ему угодно, чтобы во время молчания молчало и сердце наше.

Поэтому пусть молчание Христа на суде будет для нас в данном случае постоянным примером и слова в сем Евангелии: «Иисус же молчаше» (Мф. 26.63) да бу-

дут главным и основным руководством в нашей духовной жизни...

Будем всегда помнить об увещании прп. Серафима Саровского одному иноку в словах: «Молчи, молчи, беспрестанно молчи». Разумеется, и устами, и сердцем во время оскорблений для достижения кротости или совершенной любви. *Святитель Серафим (Соболев)*

Глаза завяжи, уши заткни, руки свяжи, ноги спутай, в рот положи яичко, вот так живи и спасайся. *Старец Константин (Шипунов)*

Больше надо молчать. Много говорит пустой человек. Если будешь мало говорить, к твоему слову будут прислушиваться. Когда говорят старшие – все выслушать, не перебивать, потом вежливо, кротко ответить. *Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Где можно, лучше помолчи... Слово – серебро, молчание – золото. *Схимонахиня Мисаила (Гранкина)*

Молчание очищает ум от помыслов. Познание своей греховности, своего неразумия, своего бессилия, своей недостаточности во всем приводит душу к вере разума. Отвержение своих хотений во всем приводит к деятельной вере, выражающейся в великой простоте и смирении. Первое приводит к чистоте ума, а второе – к чистоте сердца. *Игуменья Арсения (Себрякова)*

Закрой свой рот получше, на семь замков, как говорят святые отцы, знай свое дело: твори Иисусову

молитву, сколько она добра приносит в жизни. Молчание – это ангельская молитва. Она не сравнится с нашей человеческой молитвой. Помалкивай больше и прислушивайся побольше, потому что от нее (ангельской молитвы) помощь во всем! Язык мой – враг мой, оно так и есть. Сколько зла и расстройств приносит он в жизни... Если мы осуждаем ближнего за какой-то грех, значит, он в нас еще живет. Если человек не осуждает, значит, этот грех не касается его. Когда душа чистая, она никогда не станет осуждать. Потому что «не судите, да не судимы будете» (Мф. 7.1). *Схимонахиня Антония (Кавешникова)*

## О несении креста

«Тогда Иисус сказал ученикам Своим: если кто хочет идти за Мною, отвергнись себя, и возьми крест свой и следуй за Мною» (Мф. 16.24).

**Р**адость утешает, но не приближает к Богу. Она обманывает тебя, и ты забываешь об узком пути, о несении креста. Я много раз от большой радости получал вред. Скорби, искушения и утеснения очищают тебя, и ты ощущаешь близость Бога. Крест соделывает тебя смиренным и приносит воскресение. *Афонский старец Ефрем Катунакский*

Надо знать, что путь спасения – путь Креста. Спасение наше на Кресте, а именно в крестных страданиях. *Преподобный Симеон (Желнин)*

Тяжело нести крест находящихся скорбей, но это наш удел. Поэтому, если хочешь быть в числе Христовых овец, то принимай все встречающиеся скорбные обстоятельства, как от руки Божией. Скорби пусть будут тобой руководить, как старец. *Старец схиархимандрит Серафим (Романцов)*

Кроме внешнего креста, мы должны еще нести и крест внутренний. Сын Божий говорит: «Кто не несет креста своего и идет за Мною, не может быть Моим учеником» (Лк. 14.27). Что же это за крест, который мы должны нести? Это жизненный путь наш, путь скорбей, бедствий, страданий, горя, нередко преследующих человека с детства до самой смерти. Этот крест является уделом каждого человека на земле. И притом у каждого из нас есть свой крест, который мы должны нести, хотим этого или нет. Никто не свободен от этого крестоношения. И благо тому, кто несет свой крест безропотно, достойно христианина. Мы должны быть учениками Христовыми не по имени только, но и по жизни. Например, посетила нас тяжелая болезнь или лишились мы своих родных, друзей и благодетелей, которых унесла неумолимая смерть, или кто-то нас напрасно поносит, или другая какая скорбь – мы не должны унывать и падать духом, но все терпеть и считать несчастье вполне заслуженным и даже малым по сравнению с нашими грехами. Это крест наш, доставшийся нам в сей жизни, его нужно взять и нести по примеру Спасителя.

В мире много неприятностей и болезней встречают каждого человека. Но особенно этот удел сопровождает христианина, и он нужен нам, как воздух или же пища для нашего тела, потому что скорбями очищаются наши души и бывают пригодны к получению жизни вечной. Бог, как любящий Отец, знает, что для нас полезно и спасительно. А мы, со своей стороны, будем благодарить Его за все Его милости. Однако нужно отметить, что скорби и болезни приносят пользу только тем христианам, которые их переносят с терпением и любовью, и притом только тем,

которые считают себя достойными по своим грехам еще больше всяких неприятностей. Но тех христиан, которые несут их с ропотом и нежеланием, они не спасают, а, наоборот, действуют губительно на душу. И такие люди-ропотники вместо Царствия Небесного получают вечные мучения, от чего да избавит нас Милосердный Господь. Будем нести свой жизненный крест до самой Голгофы, на которой ради нашего спасения был распят наш Господь Иисус Христос. И кто будет идти по этому узкому пути безропотно, тот получит награду в обители Отца Небесного.

Путь в Царствие Божие тернист и труден. Священное Писание говорит, что «многими скорбями надлежит нам войти в Царствие Божие» (Деян. 14.22). Но безропотно несение их облегчает наш жизненный крест и, кроме того, спасительно действует на нашу душу, очищает сердце и делает его способным к восприятию Божественной благодати. *Схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Если христианин действительно понимает свое назначение и значение скорбей, то он безропотно понесет свой крест. А если он не понимает этого, то начинает роптать, начинает судить Самого Господа: «За что мне Господь скорби посылает, болезни и тому подобное, разве я хуже других?» – и остается вне Царствия Божия.

Так и Евангелие: вы видите, что Господь постоянно говорит о том, чтобы мы бодрствовали, следили за собой, несли свой крест борьбы с грехом и терпения скорбей, чтобы мы отвергались себя. Если Сам Господь ради нас был распят на кресте, сделался Агнцем Божиим, вземлющим грехи мира, если Он за нас пострадал, то и мы,

христиане, должны же свой маленький крест понести и пострадать в борьбе с грехом для очищения себя, чтобы сделаться достойными войти не в какое-нибудь место, подобное земному, а войти в само Царство Божие, в общение с Господом, сделаться детьми Божиими. Но для этого нужно понести труд, нужно возлюбить Господа, необходимо благодарить Его, умолять Его, чтобы Он помог нам очиститься от своих грехов, дал бы нам силы понести свой крест до конца жизни. И подобно тому, как Господь с Креста сошел во гроб, а затем воскрес, так и нам всем предстоит с креста пойти в гроб, чтобы перейти к Господу в вечное воскресение. Так должны мы в течение своей земной жизни отвергаться себя, обрезать от себя всякий грех, нести без ропота, с благодарностью, крест, который возложил на нас Господь, умолять Его, чтобы Он помог нам провести жизнь по-христиански, по-христиански умереть и наследовать Царствие Божие, уготованное всем истинным последователям Христа от создания мира, где все просветится как солнце, неизреченной радостью Божественного Света. *Игумен Никон (Воробьев)*

Господь дает крест всегда по силам, сверх сил не дает, а когда уже крест не несешь, Господь и убирает его. *Игумен Исаия (Будюкин)*

*Старец Даниил Катунацкий* говорил, что христианин, не знающий поста, не сможет нести крест, как нес Свой Крест Спаситель, не сможет и последовать за Христом.

Взяв свой крест, пойдем, стопочка за стопочкой – куда? – за Христом на Голгофу! С ним умрем, с ним и вос-

креснем! С Ним потерпим, с Ним и прославимся. С Ним здесь немного постраждем, с Ним и вечно царствовать будем. *Старец Таврион (Батозский)*

Кто терпит свой крест до конца, тому венец готовится, а награда на Небесах такая от Бога, что человек даже не может себе представить. *Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)*

Крест – орудие казни. На нем распинали преступников. И вот правда Божия зовет и меня на крест, как преступника Закона Божия, ведь мой плотской человек, любящий покой и беспечалие, моя злая воля, мое преступное самолюбие, моя гордость до сих пор противятся живительному Закону Божию. Я уже и сам, познав силу живущего во мне греха и обвиняя себя, как за спасительное от греховной смерти средство, хватаюсь за скорби моего жизненного креста. Сознание, что только скорби, ради Господа претерпеваемые, усвоят меня Христу, и я стану участником Его земной участи, а значит, и небесной, вдохновляет на подвиг, на терпение...

Страшен Крест Христов. Но я люблю его – он родил для меня ни с чем несравнимую радость Святой Пасхи. Но к этой радости я могу приблизиться только со своим крестом. Я должен добровольно взять свой крест, я должен полюбить его, признать себя вполне достойным его, как бы труден и тяжел он не был.

Взять крест – это значит великодушно переносить насмешки, поношения, гонения, скорби, которыми греховный мир не покусится одарить послушника Христа.

Взять крест – это значит, претерпеть без ропота и жалоб тяжкий, невидимый никому труд над собой, невидимое томление и мученичество души ради исполнения евангельских истин. Это и борьба с духами злобы, которые яростно восстанут на того, кто возжелает свергнуть с себя иго греха и подчиниться Христу.

Взять крест – это добровольно и усердно подчиниться лишениям и подвигам, которыми обуздывается плоть. Живя во плоти, мы должны научиться жить для духа.

И надо обратить особое внимание на то, что каждый человек на своем жизненном пути должен поднять именно свой крест. Крестов бесчисленное множество, но только мой врачует мои язвы, только мой будет мне во спасение, и только мой я понесу с помощью Божией, ибо он дан мне Самим Господом.

Как бы не ошибиться, как бы не взять крест по своему произволу, тому произволу, который в первую очередь и должен быть распят на кресте самоотвержения?!

Самовольный подвиг – это самодельный крест, и несение такого креста всегда оканчивается падением великим.

А что же значит свой крест? Это значит идти по жизни по своему пути, начертанному для каждого Промыслом Божиим, и на этом пути подъять именно те скорби, что попустит Господь...

...У каждого человека – крест свой. И этот свой крест заповедано каждому христианину принять с самоотвержением и последовать Христу. А последовать Христу – это изучить Святое Евангелие так, чтобы только оно стало деятельным руководителем в несении нами нашего жизненного креста. Ум, сердце и тело всеми своими дви-

жениями и поступками, явными и тайными, должны служить и выражать спасительные истины Христова учения. И все это значит, что я глубоко и искренне сознаю врачующую силу креста и оправдываю суд Божий надо мною. И тогда мой крест становится Крестом Господним.

«Господи, в несении креста моего, Твоей десницей мне ниспосланного, укрепи меня вконец изнемогающего», – молит сердце. Сердце молит и скорбит, но оно же уже и радуется сладостной покорности Богу и своему причастию страданиям Христовым. И это несение своего креста без ропота с покаянием и славословием Господа – есть великая сила таинственного исповедания Христа не только умом и сердцем, но самым делом и жизнью...

Крест – есть кратчайший путь к небу. Христос Сам прошел им. Крест – есть вполне испытанный путь, ибо им прошли все святые. Крест – есть вернейший путь, ибо крест и страдания – удел избранных, это те тесные врата, которыми входят в Царство Небесное. *Архимандрит Иоанн (Крестьянкин)*

Господь всех благ Датель. И знает, где нас провести: через скорбь, через огонь или воду – через все проведет и не уронит. Так что ж нам больно рыпаться-то? Не всякий это поймет. Дан нам крест от небес, как бы дар дорогой. *Схимонахиня Сергия (Дохлова)*

## Истинный пост

«Когда поститесь, не будьте унылы, как лицемеры, ибо они принимают на себя мрачные лица, чтобы показаться людям постящимися. Истинно говорю вам, что они уже получают награду свою. А ты, когда постишься, помажь твою голову и умой твоё лицо, чтобы явиться постящимся не перед людьми, но перед твоим Отцом, Который втайне; и твой Отец, видящий тайное, воздаст тебе явно» (Мф. 6.16–18).

**П**ервое условие нашего говения и христианского поста – незлобие души... Когда душу нашу обуревают злые воспоминания и неблагоприятность, когда наше сердце беспокойно волнуется чувством гнева, мести и ненависти, то мы не постимся и не говеем. В этом состоянии человек, хотя бы уста его и повторяли слова молитв, а слух внимал церковным песнопениям, не замаливает свой грех, но усугубляет его. В этом состоянии человек – раб страсти. Истинный же пост возбуждает в душе чистейшие, благороднейшие чувства любви... Нужно ни на минуту не забывать обязанности быть кротким. Кротость и уступчивость – это первые одеяния христианского поста. Умение сдерживать гневный порыв, умение отдалить от себя зависть и соперничество, навык поступиться вели-



кодушно своими правами – это есть первое богоугодное начало поста христианского.

Продолжая идти в том же направлении, человек-христианин во дни поста должен выработать себе еще ценное добродетельное качество – снисходительность. В забывчивости о своих личных недостатках мы часто являемся грозными и страшными к человеческим ошибкам и проступкам... Таким образом, главное и первое условие поста – приобретение человеком любви к человеку. Любящая душа, озаренная светом благодати, украсится дарами Святаго Духа...

Второе условие христианского поста изображено в следующих словах Самого Иисуса Христа: «Когда постигнетесь, не будьте унылы, как лицемеры, лицемеры помрачают свои лица, чтобы явиться пред людьми постящимися» (Мф. 6.16). Лицемеры соблюдают правила поста и говения только напоказ людям, а не для Бога постятся. Они хотят, чтобы другие их считали постниками, а не для того, чтобы постом расположить свою душу к добрым делам и угодить Богу. Лицемерный пост оскорбляет Бога, отвращает Его любящее и правосудное око от человека.

Истинный пост должен быть предпринимаем для Бога, то есть для того, чтобы возможными – душевными и телесными – подвигами очистить душу от грехов, расположить ее к добру. Очевидно, такая душевная деятельность труднее, нежели лицемерное телесное пощение. Здесь человек находится в ежеминутном соприкосновении со своей совестью. Совесть постоянно напоминает человеку о смирении, о сокрушении сердца...

Третье условие христианского поста, по учению Евангелия, это постоянное мысленное обращение человека

к небесному счастью, приобретенному для нас Иисусом Христом. По наставлению святой Церкви, мы должны постоянно молиться и думать о том, как бы получить Небесное Царство. *Протоиерей Валентин Амфитеатров*

Только непрерывным усилием и терпением человек познает, что он «не хлебом единым» живет (Лк. 4.4), и восстанавливает в себе главенство духа над плотью. Пост есть действенное оружие против дьявола. Уста постящегося и воздерживающегося человека услаждаются сердечной молитвой. Самое лучшее лекарство для здоровья, для возрастания добродетели, избавляющее человека от всех нападений зла, – это пост. Пост не только приносит множество благ, но и умиливает Самого Бога. *Афонский старец Анфим*

В постное время постись, но знай, что Богу угоден пост не одного тела, то есть воздержание чрева, но паче воздержание ушей, очей, языка, а также сердца от служения страстям. *Схиигумен Савва (Остапенко)*

Пост – это время, когда мы должны встать перед лицом суда Божия, вслушаться в голос своей совести и воздержаться от причастия, если мы не можем приобщиться достойно. А приобщиться достойно означает, что перед каждым причащением мы должны примириться с теми, с кем мы в раздоре; мы должны остановиться на помышлениях нашего ума и сердца, обличающих нас в измене Богу и в неверности людям – и сделать что-то в этом направлении; мы должны примириться с Богом Живым, дабы не оказалось, что Он умер за нас напрасно. Поэтому зада-

ча наша сейчас состоит в том, чтобы глубоко задуматься о себе самих, подвергнуть себя беспощадному, строгому суду и подойти к приобщению через исповедь, через покаяние, через тщательное испытание собственной жизни, так, чтобы не оказаться осужденными, приступив небрежно к Святой Трапезе.

Вступим поэтому сейчас в пост и подготовим себя строгой дисциплиной ума, внимательно испытывая движения сердца: как мы относимся к другим, к себе, к Богу, как мы учимся у Церкви молитве, поклонению и послушанию Божиим заповедям?

И отнесемся также более внимательно, чем мы это делаем обычно, к соблюдению физических правил поста. Они рассчитаны на то, чтобы помочь нам стряхнуть расслабленность и потворство своим слабостям, пробудить в нас чуткость и бодрость, не дать нам закоснеть в нашей приземленности, которая мешает нам воспарить к Богу.

Соблюдайте эти правила, готовьтесь внимательно на протяжении всего поста, ожидая пришествия Господня, но не пассивно, а в том состоянии собранного бодрствования, с которым часовой на страже ожидает прибытия своей царицы или царя. Будем помнить, что находиться в присутствии Божиим – величайшая честь, самое святое, что с нами может случиться; это не «право» наше, а величайшая честь, которую Бог нам оказывает, и будем держать себя соответственно! *Митрополит Сурожский Антоний (Блум)*

Духовный пост – это не осуждать никого, не иметь ни на кого злобы, побеждать по-евангельски зло добром, молиться за обидчиков; а также, если про кого-нибудь

услышишь плохое, не передавать этого другим, быть всегда в молитвенном настроении, никому не завидовать и не злорадствовать. *Старец Феодор (Соколов)*

Не тот исправно постится, кто воздерживается только от пищи, но то почитается полным постом, когда при этом удаляется и от всякого дела злого, и не только дела, а всякого слова праздного и мысли неподобной – словом, всего, Богу противного. *Преподобный Варнава (Радонежский старец)*

Постимся постом приятным, благоугодным Господеви. Истинный пост есть злых отчуждение, воздержание языка, ярости отложение, похотей отлучение, оглашения, лжи и клятвопреступления. Сих оскудение пост истинный есть, и благоприятный (2-я стихира на вечерни понедельника 1-й седмицы Великого поста). Вот истинный и благоприятный пост для Господа. Удаление от этих пороков, от порочного состояния и составляет истинный пост. И прежде всего нам надо обратить внимание на удержание, обуздание своего языка. Это малый член, но если мы его не обуздаем, то он нас будет влачить во дни поста по дебрям всякой лжи, клеветы, осуждения и злословия. Также надо обратить внимание и на то, чтобы стараться из своего сердца удалить всякую ненависть, неприязнь по отношению к ближнему, стараться быть во всем и ко всем тихим, кротким, смиренномудрым, благоснисходительным и любовным. В особенности надо стяжать любовь как мать всех добродетелей...

...Помимо усердия ко внешнему, телесному говению, воздержанию, необходимо обратить внимание на свое

внутреннее состояние, на искоренение всякого порока в нашей душе, чтобы нам в себе распять всякое самолюбие, превозношение, тщеславие, эгоизм, гордость и стараться приобрести снисхождение, милосердие, любовь к ближнему. Без этого и наше говение не принесет нам успеха. *Схиархимандрит Кирилл (Павлов)*

Пост – телу чистота, душе красота! Пост – ангелов радование, бесов горе. Но надо помнить: в наше время лучше совсем не поститься, чем поститься без ума. *Архимандрит Павел (Груздев)*

Истинный пост: прекратим пустые разговоры, не ищем выгоды, не смотрим на сучок в глазу брата, не судим чужого раба. *Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гавриилия)*

Если постишься, то и мягкий ржаной хлеб не ешь, и досыта не вкушай.

Если ты день не ешь, а на другой день приготовишь себе хорошую пищу, такой пост Бог не примет.

Если молишься для людей, чтобы тебя люди видели, а на душе у тебя этого нет, это не молитва. *Пузовская святая мученица Евдокия*

## О грехах

«Всякий, делающий грех, есть раб греха» (Ин. 8.34).

**Ч**ерви, терзающие душу нашу, – это страсти и грехи наши, бесконечно много этих червей на душе нашей, потому что много, много у нас грехов: и словом, и делом, и мыслю – всем мы согрешаем...

Но главных грехов святые отцы считают восемь, остальные же грехи только языки этих восьми змей, только ядовитые зубы их.

Первая змея – чревообъядение. Это прежде всего всякого рода излишества в пище и питье, объядение, пьянство, лакомство... Всякого рода забота о плоти, самоуслаждение – вот языки этой ядовитой змеи. Но самый главный из них – самолюбие, когда человек думает и заботится слишком много о себе, о своем покое.

Вторая змея – любодеяние. О зубах ее и говорить, по словам апостола, «срамно есть», но по долгу архипастыря я назову и покажу вам эти страшные зубы: один из них – блуд, нарушение целомудрия; второй – прелюбодеяние. Этот зуб разрывает хитон супружества, когда муж нарушает верность жене или обратно – тогда, знай-

те, что это действие зуба второй змеи. Но у нее еще есть зубы – пороки противоестественные... К тем, которые отдаются в их власть, апостол обращается со словами: «Разве вы не знаете, что вы есть Христовы и тело ваше храм Божий есть?» Кто отдает себя во власть второй змеи, тот разрушает и оскверняет этот храм. У второй змеи есть и более тонкие зубы, о них сказал Христос: «Всякий, кто взглянет на женщину с воделением, уже прелюбодействует вместе с ней...»

Третья змея – сребролюбие, любовь к деньгам, страсть к наживе. У человека, одержимого этой страстью, уже не остается в душе места для Христа, ему некогда подумать о спасении, потому что он всегда в смятении, в тревоге, как бы не упустить какого-либо сокровища. У этой змеи есть один очень острый зуб, который теперь очень часто кусает: многопопечительность... Не думают люди, что Господь прежде нашего прощения знает наши нужды...

Стрельей змеей тесно связана четвертая – гнев. Много зубов у этой змеи. Первый из них – раздражительность... Бывает и хуже: мы не только браним своего брата, а еще дальше и убиваем или словом, или взглядом...

Пятая змея – печаль. Есть печаль о Боге, та печаль, которая заставляет сокрушаться и плакать о грехах, – печаль святых угодников, но есть и другая печаль – печаль о благих мира сего. Два острых зуба имеет эта змея – ропот и тоска...

Уныние – шестая змея, ее можно назвать параличом души... Вся жизненная сила ее оскудевает, молитва не ладится, работать над собой не хочется, душа как бы падает в тяжелый сон.

Могущественная седьмая змея, многочисленны ее детеныши, тонки, удивительно тонки ее зубы. Тщеславие – имя ее... Тщеславие – тщетная, напрасная слава. Тщеславится человек умом, талантом, красотой лица, богатством одежды и обстановки, умом, знанием, ученостью. Ужаснее всего, что даже великие подвижники от этого зуба страдали, потому что можно превозноситься и подвигами... С пренебрежением часто относится человек тщеславный к другим людям, с раздражением встречает всякое сопротивление. С осторожностью смотрите, как опасно ходите.

Восьмая змея – гордость. Самого сатаны грех этот. Гордость ведет ко многим грехам, страшнейший из них – безбожие, за которым наступает смерть души.

Мы рассмотрели восемь змей души нашей, грехи эти смертные, потому что душа, ими одержимая, умирает медленной смертью.

Если есть змеи в душе, то там же растут и цветы небесные, которых боятся змеи. Первая змея – чревообъядение – боится цветка воздержания. Любодеяние не выносит крошечной росинки с цветка целомудрия, чистоты. Сребролюбие боится милосердия. Гнев убивается чудным цветком кротости. Печаль – неизреченною, неизглаголанною радостью о Духе Святе. Уныние – цветами терпения. Тщеславие не выносит небесной красоты цветка смирения.

Что же касается последнего небесного цветка, малейшая росинка с которого, как страшный яд, убивает гордость со всеми ее змеенышами, имя этого дивного цветка – любовь. Любовь ко Христу – самый дивный, самый прекрасный цветок души нашей... Один подвижник трид-

цать лет взывал ко Христу: «Дай мне каплю любви». И через тридцать лет молитву его услышал Господь; старец впал в тяжелую болезнь, во время очень тяжелых испытаний упала в его сердце чистейшая капля с небесного цветка, и такое блаженство охватило душу старца, что он благословлял свои страдания.

Господи, и мы тебя умоляем, урони каплю любви и в наши души, зажги в них огонь с цветка Твоего Божественного.

...У каждого из нас есть свой кремль, освященный, Божественною силою воздвигнутый кремль души нашей. Этот кремль нужен для того, чтобы сохранить от врагов внутреннее духа нашего. У нашего священного кремля тоже, как и у всякого, четыре стены.

Первая стена, обращенная прямо ко внешнему миру, самая большая, самая важная, называется смирение. Вторая стена – самоукорение. Если первая учит не превозноситься, считать себя хуже всех людей, то вторая гласит – «что бы ни случилось с тобой, помни, что ты один во всем виноват». Третья стена – страх Божий. У кого воздвигнута эта стена, тот будет избегать греха, чтобы не оскорбить Господа. Четвертая стена – память Божия. Когда есть эта стена, человек ни на одну минуту не забывает, что он ходит пред лицом Бога, который видит не только его дела, но и мысли. Но кроме стен, кремль божественный защищает четыре стража, у каждой стены по одному.

У первой стены страж – внимание. Этот страж следит за входящими и допускает только тех, кто имеет билет добродетели, остальных же не допускает. У второй стены страж, на долю которого выпало очищать кремль, если врагам все же удалось проникнуть. Страж этот – покая-

ние. У третьей стены на страже ревность по Боге, грозный этот страж избивает врагов, которые все же проникли в кремль. И четвертый страж бичом изгоняет и поражает своих врагов, которые сумели спрятаться от первых трех стражей. Имя четвертому стражу – молитва Иисусова.

Вот как укрепляется кремль, в такой не проникнут никакие враги, потому что их не допустят стражи и каждый из нас посмотрит: в порядке ли стены? Не обрушились ли где? На месте ли стража? Если так, то будь спокоен за дом души твоей, кремль охранит ее, и дом этот станет жилищем Самого Бога, а кремль будет подобен дому, построенному на камне, ни бури, ни волны житейские не обрушат его.

Я хочу вам подарить... драгоценную цепочку из золотых колечек, пусть она будет у вас на сердце, а еще лучше, пусть она хранится у вас в сердце – эта драгоценная цепочка... Память Божия, страх Божий, покаяние, самоконтроль, смирение, мир совести и мир с людьми. *Священномученик Серафим (Звездинский)*

Задача нашей жизни – соединиться с Богом, а грех совершенно препятствует этому; поэтому бегайте греха, как страшного врага, как убийцы души, потому что без Бога – смерть, не жизнь. Поймем же свое назначение, будем помнить непрестанно, что общий Владыка зовет нас к соединению с Собою. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Если же грех и страсть вскрыты и осознаны как неестественное и болезненное состояние души, и в молитве действует покаянное сокрушение, то через пока-

янную молитву благодать исцеляет в душе и на сердце греховные язвы. Если грех осознан как язва и душа отворачивается его, а молитва отводит человека от греха, и слезы погашают страсть, то грех становится уже менее прочен в душе, ибо святые отцы говорят: чего не хочет душа, то непрочно в человеке. *Старец иеромонах Петр (Серегин)*

Борись с грехом, живущим внутри тебя, это: ложь, лукавство, тщеславие, клевета, зависть, нечистота, маловерие, гнев, раздражительность, леность, печаль мира сего, забвение имени Божия, забвение смерти, желание почета, уважения от людей и прочего. Если будешь следить за собой, то увидишь, что ты ежеминутно грешишь и оскорбляешь Бога.

Наш Спаситель – Господь. Никакой человек не может спасти ни себя, ни других. Всех спасает Господь Иисус Христос, Спаситель мира, если сознаем свою гибель и обратимся к Нему с молитвой о спасении. Никогда никому Господь не отказывал в прощении, помощи и спасении, только нужно самому действительно почувствовать опасность своего положения, состояния гибели, т. е. сознать, что погибаем во грехах, что недостойны не только царствия Божия, но недостойны даже и молиться. Если с таким сознанием человек будет обращаться к Богу с молитвой о помиловании и спасении, то такой человек получит спасение. Путь ко спасению – через покаяние в своих грехах, а не в осуждении ближних. Если же человек осуждает ближних, то, значит, он не чувствует своих грехов и нет у него покаяния. *Игумен Никон (Воробьев)*

Грехи – это воры, которые обкрадывают нас... Война непрерывная с грехом необходима, доколе мы на земле; сидеть, сложа руки, нельзя, иначе грех одолеет, и победит и подвергнет вечному плену, стыду и муке. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Грешных страстей никогда не удовлетворишь, чем больше их кормишь, тем больше они требуют пищи. *Валаамский старец Иоанн (Алексеев)*

Не думайте, что вы освободитесь от греха обрядами Моисеева Закона. Моисей – только слуга. Но если Сын освободит вас, то истинно свободны будете. *Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)*

Святой Иоанн Лествичник говорит: «Когда человек плачет о своих грехах, то не осуждает других». Поэтому, как мы только перестаем осуждать себя, мы тотчас начинаем осуждать других...

Каждый грех, даже малый, влияет на судьбу мира, – так говорит старец Силуан. Грех – самое великое в мире зло, – говорит святой Иоанн Златоуст. Наши нераскаянные грехи – это новые язвы, которые мы нанесли Христу Спасителю, это страшные раны и в нашей душе, и грехи от них остаются на всю жизнь... Лишь в Таинстве Покаяния можно очистить и исцелить душу. *Схиигумен Савва (Остапенко)*

Нет большого и малого греха. Малый или большой грех – всегда грех. Маленькие грехи нам делают больше зла, чем один большой грех, потому что маленькие гре-

хи проходят незамеченными, и мы не стараемся их исправить. *Старец Иоиль (Яннакопулос)*

Самая жестокая борьба – это битва за спасение души, самая трудная победа – это победа над собою... Каждый из нас ежеминутно окружен искушениями, и каждый из нас по своей немощи впадает в грехи... Всю свою жизнь христианин должен... побеждать в себе и склонность ко греху, с которой мы рождаемся, и те грехи, какие по нашему нерадению или слабости овладевают нашим сердцем. Эта духовная борьба неизбежна в жизни христианина и, ведя ее, он духовно растет, ему в этом помогают вера и благодать Божия.

Побеждая в себе греховное начало, выкорчевывая из своего сердца страсти и пороки, мы одновременно с этим приобретаем те свойства, которыми украшается христианская душа и приобрести которые мы должны как дети своего Небесного Отца: правду, мир и радость. *Старец Михаил (Едлинский)*

Правильно идущий путем духовным начинает видеть в себе все больше и больше грехов, пока наконец духовным зрением не увидит себя всего во грехе, в проказе душевной, почувствует всем сердцем, что он – грязь и нечистота, что недостойн он призывать даже имя Божие, и только, как мытарь, не смея возвести очи горе, с болью сердечной взывает: «Боже, милостив буди мне, грешному». Находясь долгое время в таком душевном устроении, человек в свое время выходит из него оправданным, как вышел мытарь...

Не оправдывай себя и свои ошибки, а пред собой и пред Богом называй вещи своими именами, сознавай

свои грехи. Надо больше молиться и умолять Господа о прощении и помощи...

Если человек не видит своих грехов, это не значит, что их нет у него... Это значит, что человек не только во грехах, но еще и в слепоте душевной... Надо просить у Господа: «Даруй ми зрети моя прегрешения»...

Борясь с грехом, живущим в себе, и постоянно впадая в те или другие грехи, человек опытно, а не теоретически, познает свою порчу, свое бессилие и постепенно приобретает смирение. Всюду и постоянно побежденный грехами, он, наконец, в глубоком сокрушении сердца, со слезами припадает ко Господу, сознается от всей глубины души в своей греховности, в своем бессилии самому победить грех и будет умолять Господа: «Боже, аще хочеши, можеши мя очистити (так говорил прокаженный), а сам я ничего не могу сделать. Господи, спаси меня, Господи, научи мя творить волю Твою, Господи, изведи из темницы душу мою»... И, таким образом, грехопадения, будучи злом, делаются причиною величайшего добра. В этом дивная Премудрость Божия, как и во всем, во всем... не унывай, когда впадешь в какой грех, а обвини себя пред Богом, исповедуй Ему свое согрешение, не обвиняя никого, смирись, познай свою немощь во всем и проси у Господа, чтобы Он сотворил в тебе Свои святые заповеди. Но это не значит, что ты сам не должен всеусильно бороться. Нужно всеусильно бороться, надо изучать приемы борьбы у святых отцов, надо предусматривать обстоятельства, способствующие победе или поражению, и избегать последних и искать первых, а главное – при возникновении греховных помыслов не переставать от всего сердца вопи-

ять ко Господу о помощи с сознанием своего бессилия самому победить грех. Даже если впадешь в грех, то и при совершении греха надо вопиать ко Господу и, не стыдясь, повергать себя мысленно пред Богом, говоря: «Господи, вот видишь, что я творю, помилуй мя, помоги мне, освободи от власти диавола»... Премудрость Божия так велика, что и зло Господь обращает в пользу человека. Эта мысль раскрыта многими святыми отцами. Дело вот в чем. Человек может спастись через веру и исполнение всех заповедей. Исполнение их изменяет психику (душу) человека, обновляет его, делает человека новым по образу Божию, точнее – по образу Спасителя Иисуса Христа. *Игумен Никон (Воробьев)*

Каких грехов у нас нет? Только тех, которые не существуют. Но какие грехи Господь не прощает? Только нераскаянные... *Старец Григорий (Давыдов)*

Различные грехи по-разному действуют на сердце человека. Грехи гордости, превозношения, неудовольствия, гнева и им подобные подавляют и исключают из сердца молитву. А грехи сласти, пристрастий, тщеславия отводят ум и сердце в греховные мечтания и тем самым также лишают душу молитвы...

Сойди вниманием в сердце свое и старайся непрестанно молитвенно предстоять там Богу, не допуская туда пристрастий к тварному и помышлений о суете мирской. Под пристрастием можно разуть и раскрытие сердечного «вкуса» к чему-нибудь тварному, которое нам нравится. *Пюхтицкий старец Петр (Серегин)*

Если постоянно считаешь чужие грехи, будешь множить свои. *Святитель Николай Сербский*

Нужно удерживать свои глаза от запрещенного древа – греха, и тогда только душа сможет воспрянуть от духовной спячки. *Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Развитие греха и искажение жизни происходит постепенно: начинается с помрачения ума (чтобы ум был светел, надо ежедневно читать Святое Евангелие и видеть жизнь и оценивать в свете Евангельских истин), за сим следует расслабление воли, и покатылся снежный ком греха, растет и растет, пока тебя не раздавит. За расслаблением воли следует искажение совести, когда все видим в искаженном свете, и получаем за все растление тела. *Архимандрит Иоанн (Крестьянкин)*

Когда одна из духовных дочерей сказала, что у нее столько грехов, что Господь не простит, *схиигумен Иероним (Верендякин)* ответил: «Наши грехи, словно капля в океане Божией любви».

Дерзок тот человек, который не видит своих грехов и много мнит о себе. Все гордые и тщеславные сердцем мерзки в глазах Господа. Чужие грехи – не твое дело. Ты сиди и плачь о своих грехах. Нарушить обещание – большой грех. Надо иметь один страх – страх совершить грех. *Архимандрит Гавриил (Ургебадзе)*

Мы слепы и немые к ежедневным чудесам Божиим и к



урокам, какие Он дает нам каждый день. И непокорны. И все это из-за того, что мы грешные. Это верно, мы грешные. И говорят: «Ба... да я не сделала ни одного серьезного греха... Зачем мне иметь сокрушение?» А, нет! Ибо, по сути, ты – грешный и, поскольку не признаешь этого, вдвойне грешный.

Древние говорили: «Если что приносит тебе несущее, носи и переноси; если же вознегодуешь, и себя пожалеешь, то и несущее тебя понесет». Т. е. если жизнь принесет тебе неудачи, иди и ты с неудачами. Спокойно. Но если восстанешь и пожалеешь себя, то снова приходят эти несчастья. *Схимонахиня Гавриила*

Грехи наши, сделанные в сокровенности сердца, не только словом, но хоть мысленно, – они оскверняют сердце, расслабляют его, делают порочным, слабым, недейственным, слепым и глухим. Греховность наша отзывается и на других, на всем мире. Мы не даем нашим ближним того, чего они вправе требовать или ожидать от нас. Ни любви, все носящей, все терпящей, всем жертвующей, ни силы опытного слова, ни примера терпения и благой деятельности, – ничего мы не даем им. И смотрят они на нас тоже с нелюбовью, и идет об нас общий говор все расслабляющий, всех растлевающий. Вот и виноваты мы пред всеми, вот и нужно просить у всех прощения, вот и новая причина смириться глубоко, глубоко в своем сердце. *Игуменья Арсения (Себрякова)*

## О страстях

«Итак, умертвите земные уды ваши: блуд, нечистоту, страсть, злую похоть и любодеяние, которое есть идолослужение» (Кол. 3.5).

«Если истинно возлюбим Бога, то сею самую любовью отгоним страсти». *Преподобный Максим Исповедник*

**К**то победил страсти и стяжал разум духовный, тот без образования внешнего имеет доступ к сердцу каждого. *Преподобный Иосиф Оптинский*

Замечай за собою, за своими страстями, особенно в домашнем быту, где они свободно проглядывают, как кроты в безопасном месте; вне дома одни ваши страсти обыкновенно прикрываются другими страстями, более благовидными, а там нет возможности выгнать этих черных кротов, подкапывающих целостность нашей души.

Страсти по духовному устройению заразительны. Например, злоба, еще не высказанная на словах, не выраженная на деле, а скрывающаяся лишь в сердце и отражающаяся слегка на лице и в глазах, уже передается душе того, на которого я имею злобу, и другим приметна; возмущаюсь я страстью – мое возмущение касается и сердца

другого, делается какой-то духовный перелив нечистого потока из одного духовного вместилища в другое. Уничтожишь в себе страсть к брату – уничтожится и в нем; успокоишься сам – успокоится и он. Какая тесная связь между душами! Верно слово апостола: «Мы члены друг другу» (Ефес. 4.25), «мы многие одно тело» (1 Кор. 10.17), «от одной крови Он произвел весь род человеческий» (Деян. 17.26). Потому-то Божественная заповедь требует: «Возлюби ближнего твоего, как самого себя» (Мф. 22.39). На взаимном чувстве или понимании наших душ друг друга основывается действие или бездействие проповеднических слов: если проповедник говорит не от сердца, лицемерно, слушатели внутренним чутьем понимают несоответствие слов проповедника с его сердцем, с его жизнью, и слово не имеет той силы, которую оно могло бы принести в том случае, когда проповедник произнес бы его сердечно, особенно когда сам исполнял бы слово свое на деле. Между душами человеческими находится слишком тесная внутренняя связь и сообщение. Потому-то добрые, благочестивые, сердечные расположения общительны душам других, особенно же добрые дела.

Не питай пристрастно плоть свою, не ласкай ее, не угождай ей и не усиливай ее тем против духа. Иначе, когда придется работать духом, например молиться или писать духовно-нравственное сочинение, тогда увидишь, как она возобладала духом и связала его по рукам и по ногам; все порывы его ниспровергнет, не даст встать ему и войти в силу свою. Невольником будет дух у плоти.

Отчего мы беспокоимся, терзаемся, не получивши ожидаемого или потерявши какое-либо сокровище? Оттого, что ожидаемое, равно как и потерянное сокровище,

было кумиром нашего сердца, оттого, что сердце наше отступает от Господа, Источника живых вод, Который Один может наполнить и успокоить сердце наше. Прилепимся всем сердцем к Богу – и никакая земная потеря, никакое неисполнившееся ожидание какого-либо блага земного, например, денег, знака отличия и прочего, что внешне и тленно, не огорчит нас. Приучимся жить внутри себя. Будем обращать мысли к горним благам, к мзде небесной, которая одна вожделенна, верна и делает истинно блаженным получившего ее.

Когда молишься, говори в сердце своем против разных вражиих помыслов и разжжений: «Господь – все для меня». Так и во всей жизни при нападении страстей и при всяких налогах вражиих, в болезнях, в скорбях, в бедах и напастях говори: «все для меня Господь; я сам не могу ничего сделать, ничего стерпеть, превозмочь, победить – Он сила моя». *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Молясь о себе и борясь со страстями, осознаешь свою скверну и чувствуешь, как необходимость, милость Божью, и горячо просишь ее. Размышляешь о благости Божией, любви Его, что Он сделал для тебя, что удивительное сотворил: видишь с другой стороны свою немощь и молитва твоя разгорается.

Многие пытаются очищаться механически, без очищения себя от ветхого человека. Хотят приобрести навык в молитве, не обращая внимания на страсти. И видишь, что таковые претыкаются и задаются вопросом: «Почему?»

Они похожи на часы, которые постоянно тикают тик-так, но носят в себе балласт страстей. Они не почувств-

вовали, как необходимость, милость Божию. *Афонский старец Паисий*

Страсти: блуд, похотение греховное, сребролюбие, уныние, злоречие, гнев, ненависть, тщеславие и гордость – это главные ветви зла. Все страсти, если попущена им будет свобода, действуют, возрастают, усиливаются в душе, наконец, объемлют ее, овладеют ею и отлучат ее от Бога; это те тяжкие бремена, которые возлегли на Адама после того, как он вкусил от древа; эти страсти убил на Кресте Господь наш Иисус Христос. Это те ветхие мехи, в которые не вливается вино новое; это те пелены, которыми обвязан был Лазарь; это бесы, посланные Христом в стадо свиней; это ветхий человек, которого повелевает апостол христианину совлечь с себя. *Глинский старец схиархимандрит Андроник (Лукаш)*

Всякая страсть есть страдание души, ее болезнь, и требует немедленного врачевания. Самое уныние и другого рода охлаждение сердца к деятельности духовной суть болезни. Подобно, как человек, который был болен горячкой, по прошествии болезни еще долго остается слабым, вялым, неспособным к делу, – так и душа, болевшая страстью, делается равнодушна, слаба, немощна, бесчувственна, неспособна к деятельности духовной. Это страсти душевные. На них вооружаться, бороться с ними, их побеждать – есть главный труд.

Необходимо усердно трудиться в этой борьбе с душевными страстями. Молитва обнаруживает нам страсти, которые живут в нашем сердце. Какая страсть препятствует нашей молитве, с той и должны мы бороться неотложно,

и сама молитва поможет в этой борьбе, и молитвой же искореняются страсти. *Архимандрит Серафим (Батюков)*

Наши страсти – это наши великие болезни. Когда наша природа желает, боится или иным каким-нибудь образом приходит в возбуждение, она тогда страдает, терпит, волнуется и выходит из того спокойствия, в котором и заключается ее здоровье.

Но из всех страстей самая большая – это ненависть, особенно когда она сопровождается смертоносными признаками мщения.

О, что это за недуг! Это возгоревшаяся желчь, которая изнутри возбуждает дух, стесненный тысячами волнений, а извне обнаруживается на лице, искаженном от печали. Это великая тяжесть уныния, которая падает на сердце, волнует и подавляет его. Это внутренняя возбужденность души, вызывающая самые страшные движения, это мрачный туман в уме, подымающий волнения пагубных помыслов. Яд в крови, отравляющий всякое удовольствие, поджигающий и распаляющий жестокость. Это злодейская страсть. *Схиархимандрит Феофил Новый (Россоха)*

Страсти являются частью нашего падшего состояния и составляют в нас «ветхого человека». Если мы пребываем во грехе или привыкаем ко греху, то мы становимся неспособны замечать в себе страсти, так как они кажутся нам нормальными, будучи в наших глазах просто чертами характера, присущими всем людям.

Борьба со страстями имеет первостепенное значение в духовной жизни и должна происходить постоянно. Даже когда христианин очищается от страстей, ему приходится

бороться с помыслами, которые бесы не перестают внушать людям, чтобы развить в них страсти, если они есть, или чтобы возродить их, если они истреблены...

Борьба не должна прекращаться. Ни одного дня не должно проходить без того, чтобы не пытаться одержать победу над страстными помыслами, поступками или состояниями.

Если первой заповедью Христа является любовь к Богу, а второй – любовь к ближнему, как к самому себе, то основными страстями являются те, которые противоположны этим заповедям и приводят к таким состояниям, устремлениям и намерениям, которые отвращают нас от любви к Богу и к ближнему, а также от истинной любви к самим себе. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Страсти живут в душе человеческой, и мы их не всегда видим в себе и понимаем. Вот и живет человек как будто тихо и спокойно до времени, потом вдруг представляется какой-нибудь случай – и страсти сильно обнаруживаются. Вот тогда этот случай не нужно упускать – он послан Богом для того, чтобы человек познал свои страсти. Ты чувствуешь в настоящее время зависть и нелюбовь к ближним, увидела в своем сердце как бы нарыв какой. Как же теперь лечить его? Не нужно стараться заживлять его только сверху, потому что если сверху ранка затянется, то гной останется все-таки там и может заразить всю кровь. Нужно разрезать, расковырять этот струп, выдавить из него все, тогда заживлять. Нужно не бороться с помыслом, осуждающим ближнего, говоря себе: «Эта сестра все не такая, это только мне так кажется; это искушение» и прочее. Нет, надо узнать ее немощи ближе, не отвра-

щать от них взора, приблизиться к ним, прочувствовать болезненно, сердцем всю тяжесть их, не видеть их чужими, потому что они – сестры, но общими человеческими, своими собственными, переболеть их, перестрадать и потом простить их всем своим братьям, потому что они искуплены, прощены Христом. Или так, это еще понятней. Когда ты кого-нибудь страстно любишь, например своих родных, то, как ты страдаешь их страданиями, несешь вместе с ними их тяжести, бережешь их от всякого зла в своем уме! Это да послужит тебе уроком, что так должна ты любить каждого ближнего. Конечно, это не вдруг, не в один день и не в один месяц, нужны годы для этого, нужно не оставлять труда и с помощью Божиею достигнуть желаемого. У нас так бывает: вчера враги, сегодня примирились – друзья, но нужно шире обхватывать духовным оком жизненные случаи, глубже понимать их. Все обстоятельства жизненные для того и посылаются Богом, чтобы человек учился в них, извлекал для себя из них духовные уроки. *Игуменья Арсения (Себрякова)*

## О тщеславии, гордости, эгоизме

«Всякий, возвышающий сам себя, унижен будет, а унижающий себя возвысится» (Лк. 18.14).

**К**аждому человеку так свойственно тщеславие, что оно буквально всего человека пронизывает, от внешнего до самых сокровенных глубин... Необходимо... с гневом отогнать его и воззвать ко Господу: «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного. Не хочу, не принимаю, освободи меня от него, даруй ми зрети моя прегрешения». Прочтите о тщеславии у Иоанна Лествичника, особенно гл. 5, 6, 7, 10, 11, 14, 17, 23–6, 31, 34, 38, 39, 41, 43, 45, прочтите и о гордости гл. 1, 2, 5, 11, 16, 17, 20, 34, 38. Надо творить и дела милосердия. Милостыня очищает от многих грехов. *Игумен Никон (Воробьев)*

Самолюбие и гордость наша обнаруживаются особенно в нетерпении и раздражительности, когда кто-нибудь из нас не терпит малейшие неприятности, причиненные нам другими намеренно или даже ненамеренно, или препятствия, законно или незаконно, намеренно или ненамеренно противопоставляемого нам людьми или окружающими нас предметами. Самолюбие и гордость наша

хотели бы все поставить на своем, окружить себя всеми почестями, удобствами жизни временной, хотели бы, чтобы нашему мановению повиновались безмолвно и быстро все люди и даже – до чего не простирается гордость! – вся природа. Христианин, ты должен непременно быть смирен, кроток и долготерпелив, памятуя, что ты – брение, прах, ничтожество, что ты нечисть, что все доброе в тебе – Божие, что Божьи дары – жизнь твоя, дыхание, и все; что за грех непослушания и невоздержания ты должен теперь искупать свое будущее блаженство в раю долготерпением, которое необходимо в мире несовершенств и бесчисленных грехопадений падших людей, живущих с нами вместе и составляющих многочисленные члены единого, острупленного грехами человечества. «Носите бремена друг друга, и таким образом исполните закон Христов» (Гал. 6.2). Кто нетерпелив и раздражителен, тот не познал себя и человечества и недостойн называться христианином! Говоря это, произношу суд на себя, ибо я первый недугую нетерпением и раздражительностью. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Что такое гордость? Гордость есть желание и стремление человека выделить себя перед другими, услаждение только собою и даже противление Богу. Все то доброе, что имеет гордец, он приписывает самому себе, своим собственным заслугам. Гордый человек тем самым грешит и против своих ближних. Он презирает их и осуждает, ибо говорит, подобно евангельскому фарисею, о своей святости: «Я не таков, как прочие люди» (Лк. 18.11). Это высокомерие и осуждение ближних противно Творцу, Который «от одной крови произвел весь род человеческий»

(Деян. 17.26). Гордость есть мать всех пороков. Священное Писание ясно говорит, что «начало греха – гордость» (Сир. 11.15). Вот насколько вредна и пагубна гордость для каждого человека.

Иисус Христос Своим Божественным учением и Собственной жизнью показал нам высочайший образец смирения. Ибо Он говорил Своими Богодухновенными устами, призывая к Себе всех труждающихся и обремененных: «Научитесь от Меня, ибо Я кроток и смирен сердцем» (Мф. 11.29).

Матерь Божия, Пресвятая Дева Мария, только лишь через глубочайшее смирение вознесена превыше Херувимов и славнее Серафимов. А гордость денницы низвергла его с небесной высоты «во юдоль плачевную». Смирение делает людей святыми, а гордость лишает их общения с Богом. *Схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Все грехи мерзки пред Богом, но нет более мерзкого, чем гордость сердца. *Протоиерей Валентин Мордасов*

Гордость можно узнать по плодам: гнев, лицемерие, досада, ненависть, зависть, прекословие, своенравие, непокорство и корень хулы. *Схиигумен Иоанн (Алексеев)*

Начало гордости – конец тщеславия, середина – уничижение ближнего, самохвалство в сердце, ненависть обличения, а конец – отвержение Божией помощи, упование на свое тщание, бесовский нрав. *Схиархимандрит Кирилл (Павлов)*

Бесчестие и укоризны – суть лекарства для гордой ду-

ши, поэтому, когда смиряют тебя извне, смири внутренне себя, то есть приготовь, воспитай свою душу.

Гордость – это основной узел, который связывает все грехи, пороки и страсти, а смирение – меч острый, который их рассекает. Нам гордиться нечем. Тело и все способности дал нам Господь, и все это не наше, а Господне. Наше у нас – лишь пороки и страсти, но гордиться ими неразумно. Гордым свойственно раздражаться, ругаться, спорить, обижаться.

Святой Иоанн Златоуст говорит: «У того, кто допускает это – недостаток ума».

Надо работать над собой и вырабатывать такой характер, чтобы никогда ни с кем не спорить, не злиться, не раздражаться. *Старец Афиноген (Агапов)*

Преподобный Иоанн Лествичник говорит о гордости так: «Гордость есть отвержение Бога, бесовское изобретение, презрение человеков, матерь осуждения, исчадие похвал, знак бесплодия души, отгнание помощи Божией, причина беснования, виновница падений, источник гнева, дверь лицемерия, твердыня бесов, грехов хранилище, причина немилосердия, неведение сострадания, жестокий истязатель, бесчеловечный судья, противница Богу, корень хулы...

Где совершилось грехопадение, там прежде водворялась гордость, ибо провозвестник первого есть второе. Положим, что есть двенадцать бесчестных страстей; если произвольно возлюбишь одну из них, то есть гордость, то она одна наполнит место прочих одиннадцати. Высокомудрый сильно прекословит, смиennemудрый же не только не прекословит, но и очей возвести не смеет. Не

преклоняется кипарис и не стелется по земле: так и высокосердый не может иметь послушания. Высокоумный человек желает начальствовать, а иначе он и не может поступить. Бог гордым противится, кто же может помиловать их? Нечист пред Господом всяк высокосердый (Притч. 16.5), кто же может очистить его? Наказание гордому – его падение, досадитель – бес, а признак оставления его от Бога есть умоисступление. Отвергающий обличение обнаруживает страсть, а кто принимает оное, тот разрешился от уз ее.

Стыдно тщеславиться чужими украшениями, и крайнее безумие – гордиться Божиими дарованиями. Превозносись только теми добродетелями, которые ты совершил прежде рождения твоего; а те, которые ты исполнил после рождения, даровал тебе Бог, как и самое рождение. Какие ты исправил добродетели без помощи ума, те только и твои, потому что Бог даровал тебе и самый ум. Какие подвиги показал ты без тела, те только и относи к своему тщанию, ибо и тело не твое, а творение Божие.

От гордости происходит забвение согрешений, а память о них есть ходатай смиренномудрия. Гордость есть крайнее убожество души, которая мечтает о себе, что богата, и, находясь во тьме, думает, что она во свете. Сия скверная страсть не только не дает нам преуспевать, но и с высоты низвергает. Гордый подобен яблоку, внутри сгнившему, а снаружи блестящему красотой. Гордый человек не имеет нужды в бесе, он сам сделался для себя бесом и супостатом.

В сердцах гордых рождаются хульные слова, а в душах смиренных – небесные видения. Тать не любит солнца; гордый же уничтожает кротких.

Если от одной этой страсти (гордости) некто ниспал с Неба, то должно исследовать, не возможно ли смирением, и без других добродетелей, взойти на Небо? Кто пленен гордостью, тому нужна помощь Самого Бога, ибо суетно для такого спасение человеческое. Таковым весьма полезно повиновение, жестокое и презренное жителство и чтение о сверхъестественных подвигах святых отцов. Может быть, хотя чрез это, сии недугующие получают малую надежду ко спасению».

Подумаем, дорогие братья и сестры, куда по окончании настоящей жизни может привести нас смирение и куда – гордость. Гордость неизбежно должна привести туда, куда привела она падшего Денницу, то есть к вечной гибели, удалению от Бога. *Схиархимандрит Кирилл (Павлов)*

Гордость страшнее всего. *Преподобный Севастиан Карагандинский*

Гордость – главная причина греха. Она определяется так: тот горд, кто считает всех злыми, а себя добрым. *Великовражский старец Григорий Долбунов*

Гордость бывает разная. Есть гордость мирская – это мудрование, а есть гордость духовная – это самолюбие...

От того и трудной стала жизнь, что люди запутали ее своим мудрованием, что вместо того, чтобы обращаться за помощью к Богу, стали обращаться за помощью к своему разуму да на него полагаться... Не бойся ни горя, ни страданий, ни всяких испытаний: все это посещения Божии, тебе же на пользу...

Живи просто, по совести, помни всегда, что Господь

видит, а на остальное не обращай внимания! *Преподобный Анатолий Оптинский*

Гордиться нам нечем, ведь если и есть что хорошее в нас, то не наше, а Божие...

Когда тебе в голову придет гордый и тщеславный помысел о себе, так ты гони его сию же минуту и говори прямо вслух: «Знаю я, какой хороший. А это кто сделал?» И начни перебирать свои грехи – помысел и отойдет. *Преподобный Алексей Зосимовский*

Гордость помрачает, смирение просвещает. *Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Святые говорят: «Мнение смирения о себе – ужаснейший вид гордости! С великим трудом изгоняется гордость, когда человек не признает ее гордостью, она кажется ему смирением!» «Кто сам себя хвалит, то это один из явных признаков прелести духовной».

Прелесть – есть ложная мысль! Признаки прелести таковы: головы поднимают, как праведные. Голос повышают, как достойные. Упрекают, как умнейшие. Предлагают свое, как знающие. Ненавидят обличения, сердятся. Имеют желание настаивать на своем.

Будем верить святым отцам, что признак гордости – оправдывание себя... Да, мы все не понимаем своей выгоды, своей пользы. Мы стыдимся сознаваться, открывать свои пороки и тем самым мешаем благодати Божией. Ибо если я сейчас скажу: «Я слеп», то Господь скажет: «Хочу, прозри!» «Я хром», Господь скажет:

«Ходи!» «Я прокажен» – «Хочу, очистись!» «Я глух» – «Хочу, слыши!» *Старец Никита (Лехан)*

Существует то, что называют «духовная гордость». Но где гордость, там нет Духа, значит, остается одна гордость. *Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гаврилия)*

Когда мы получаем какой-то плод в нашей духовной жизни, нужно стараться обогащаться этим в Бога, а не в самих себя и стараться избегать самодовольства, которое является явной приметой эгоизма...

Еще одна форма проявления эгоизма – это отсутствие (или недостаток) любви по отношению к Богу и к ближнему, что в отношении ближнего проявляется в таких наиболее тяжких формах, как нечуткость и равнодушие...

Нужно каяться в том, что мы недостаточно любим людей и в недостаточной мере чутки к несчастьям других.

Помимо покаяния, лучшим средством борьбы с этой страстью является молитва, которая способствует развитию в нас любви к Богу и к ближнему и, вместе с тем, если говорить об отношениях с людьми, помогает нам понять положение ближнего, его трудности, его нужды, делает нас чувствительными ко всему этому и вразумляет нас, как лучше ему помочь...

Главной, самой тяжелой страстью... является гордость, противоположная не только той любви, которую мы должны испытывать к Богу, к ближнему и к самим себе (в положительном смысле), но и второй после любви христианской добродетели – смирению.



Именно по причине гордости пали ангелы и из-за нее первый человек стал причиной грехопадения всего человечества.

Гордость – это наш первый враг, и все наши несчастья происходят из-за нее.

Гордость является источником всех духовных болезней – иначе говоря, всех остальных страстей, а также почти всех душевных расстройств. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Кто гордится, тот никуда не годится. *Тамбовская станица Александра (Аристов)*

---

## Об обидах

---

Отчего это мы обиды человеческие помним и на обиженных гневаемся и злобимся, а обиды диавольские, самые злейшие, зловреднейшие и непрерывные, весьма скоро забываем, хотя бы изобижены были от него тысячу раз в день; между тем как одну обиду какого-либо человека держим на сердце иногда не один день? Это прелесть диавольская! Диавол ловко умеет нас обманывать: обижая нас сам, он прикрывается всегда нашим же самолюбием, как бы желая угодить нам поначалу посредством движения известной страсти, хотя после всегда убивает, и горько достается нам от него за наше глупое, неразумное самолюбие. Обиды же, причиненные нам другими, он всегда увеличивает в сто раз и представляет их в ложном виде: и опять и здесь прикрывается нашим самолюбием, как бы ревнуя о нашем благосостоянии, которое другие будто бы думают разрушить своими обидами. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Все обиды терпи сначала молчанием, потом укорением себя, потом молитвой за обижающих. *Схиигумен Савва (Остапенко)*

Если ты не простишь тебя обижающего, то и Господь не простит тебе ни одного греха... *Великовражский старец Григорий (Долбунов)*

Оскорбит ли кто? Уступи ему, и наступит мирная тишина, избавляющая душу от смущения. В духовной жизни не воздается злом за зло, но зло побеждается благочестно. Добро творите обидящим вас, молитесь за творящих вам напасть и всю печаль возложите на Господа. Он заступник и утешитель страждущим. *Глинский старец Серафим (Романцев)*

Когда мир с другими людьми не восстановлен, Христос говорит нам: «Когда идешь помолиться и вспомнишь, что брат твой имеет что-то на тебя, – не ты на брата, – тогда оставь жертву и дар твой Богу, т. е. молитву, пойди и примиришься с братом и возвращайся». Другими словами, если совесть твоя не спокойна по отношению к людям, не можешь иметь спокойной свою совесть по отношению к Богу. Но то, что Он говорит, очень важно: что другой будет виноват, а ты будешь просить прощения. И говорю, как на исповеди: это было самым трудным делом, которое я ввела в практику в своей жизни. Дело не в том, что мне нужно смириться и пойти сказать (ибо я ходила и говорила от всего сердца), но в том, как, каким образом, принимал это другой человек. Потому что иной раз он может сказать: «Да, но, наверное, она виновата, раз пришла и просила у меня извинения...» Тогда как это не так: мы просто стараемся ввести в практику Евангелие. Потому что иначе, когда мы вечером идем на молитву, не можем (молиться) и спокойствия, которое должно быть,

не имеем. Не будем смотреть, что делает другое лицо. Оно как бы в скобках, и не имеет никакого значения. Во всяком случае, нам нужно следить за буквой Евангелия, потому что тогда, говорит оно, «обращаете покой душам вашим». Все в том, чтобы быть в примирении с Господом, Который в тебе.

Кто занят самим собой, телесно или психологически, не имеет времени заняться другим, и не интересуется. Он становится эгоцентричным. *Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гавриилия)*

## О зависти

Другой страсти, более пагубной, чем зависть, и не зарождается в душах человеческих. Она менее вредит посторонним, но есть первое и ближайшее зло для того, кто имеет ее. Как ржавчина изъедает железо, так зависть – душу, в которой живет она. Лучше же сказать, как об ехиднах говорят, что они рождаются, прогрызая носившую их утробу, так и зависть обыкновенно пожирает душу, в которой зарождается. *Святитель Василий Великий*

Зависть в христианине есть безумие. Во Христе все мы получили бесконечно великие блага, все обожены, все соделались наследниками неизреченных и вечных благ Царствия Небесного; да и в земных благах обещано нам довольство под условием искания правды Божией и Царствия Божия: «Ищите же прежде Царства Божия и правды Его, и это все приложится вам» (Мф. 6.33); нам повелено довольствоваться тем, что имеем, и не быть сребролюбивыми: «Имейте нрав несребролюбивый, довольствуясь тем, что есть» и прибавлено: «Ибо Сам (Господь) сказал: не оставлю тебя и не покину тебя» (Евр. 13.5). Не безумно ли после этого завидовать в чем-либо ближнему,

например его почестям, его богатству, роскошному столу, великолепной одежде, прекрасному жилищу и прочему? Все это не прах ли в сравнении с тем, что нам даровано в образе и подобии Божиим, по коему мы созданы, в искуплении нас Сыном Божиим от греха, проклятия и смерти, в даровании нам снова благословения Отца Небесного и соединенных с ним вечных утех в небесах? Итак, да стяжем любовь взаимную, доброжелательство и довольство своим состоянием, дружество, гостеприимство, нищелюбие, страннолюбие и верх добродетелей: смиренномудрие, незлобие, кротость, святую. Да уважаем друг в друге образ Божий, члены Христа Бога, Тело Его, сыновство Божие, граждан Небесного Царствия, сожителей и сопеснословцев ангельских. Да будем все едины (Ин. 17.22), как Бог наш, в Троице поклоняемый, есть Един, и сердца наши создал на едине (на единстве), т. е. простыми, едиными. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Премудрый Соломон говорит: «Бог создал человека для нетления и соделал его образом вечного бытия Своего; но завистью диавола вошла в мир смерть» (Прем. 2.23–24). Диавол, увидев, что приговор о смерти не тотчас исполнился над Адамом и Евой, не стал дожидаться наступления ее, но сам употребил все усилия к тому, чтобы она поскорее вошла в жизнь человека. Он напоил ядом зависти сердце Каина и вооружил его руку на убийство брата его Авеля, и с этого времени земля начала оскверняться человеческой кровью...

Завистливый всегда хочет видеть только одно: чтобы человек, которому он завидует, потерял свое богатство,

или славу, или счастье и из счастливого стал бы несчастным. Зависть есть печаль о благополучии ближнего. Не так ржавчина разъедает железо, которое ею поражено, как съедается завистью, постоянно мучится и терзается и пребывает в печали и огорчении сердце завистливого.

Эта страсть такова, что она прежде всего приносит мучение и печаль обладаемому ею. И завистливый человек сам в себе получает должное наказание. Поэтому-то святые отцы и говорят, что страсть зависти есть самая несправедливая из всех страстей и в то же время – самая справедливая. Несправедливая – потому, что преследует все хорошее и доброе, а справедливая – потому, что мучает тех, кто ее имеет. И не нужно желать завистливому какого-либо наказания в сей жизни или будущей, достаточно ему наказания, которое имеет он в самом себе, в постоянном угнетении и печали и тоске по поводу благополучия ближнего. «Всего мучительнее в этой болезни, – говорит святой Василий Великий, – что завистливый не может открыть ее. Хотя потупляет он глаза, ходит унылый, смущенный, жалуется, что погиб во зле; однако же, когда спросят о страдании, стыдится сделать гласным свое несчастье и сказать: я человек завистливый и злой; меня сокрушают совершенства друга; сетую о благодушии брата; не могу видеть чужих совершенств; напротив того, благоденствие ближнего считаю для себя несчастием»...

Зависть вредит нам и в отношении нашего собственного благополучия. Она лишает человека мира душевного и радости сердца и здорового делает больным. Она поселяет смуты и неудовольствия между людьми близкими и расстраивает их добрые отношения. И очень часто знакомые люди, связанные узами дружбы, через зависть

делаются недоброжелателями, ненавистными друг другу. Поэтому премудрый Соломон дает совет не заводить дружбы с завистливым человеком, поставляя себя вдали от стрел зависти (Притч. 23.6). *Схиархимандрит Кирилл (Павлов)*

Зависть – это от врага. Он может истерзать душу, если не противиться... Когда зависть, не пытайся своим размышлением противиться врагу, бесполезно, он тебя обманет. Вообще не принимай его подступов – сразу отрезай: «Мне этого не надо, это не мое». Занимайся сразу работой, чтобы ум был занят...

Мыслей греховных не допускай. Сразу переключайся на другое. Думай, например, о смерти, о Страшном Суде. *Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

## Об отношении к ближним

**Н**е держите никогда ни на кого злобу, как бы вас ни огорчили. Если другие не заботятся об очищении души и хотят постоянно быть всегда в работе, говорите им доброжелательно, но отнюдь не воспитывайте их, потому что сегодня у народа кружится голова и он не контролирует то, что делает, поэтому и Христос взял уже отвертку в руку Свою и начал подкручивать ослабшие винты. *Афонский старец Паисий*

Ближний – равноправное мне существо, тот же человек, что я, тот же образ Божий; и как он то же, что я, то и любить его надо мне, как я сам себя люблю. «Возлюби ближнего твоего, как самого себя» (Мф. 22.39), – надо наблюдать его, как свою плоть и кровь: обращаться с любовью, кротко, ласково, прощая погрешности его, как себе охотно прощаю, как сам жажду от других прощения или снисхождения моим немощам, т.е. чтобы и не замечали их, как бы их не было, или заметили ласково, кротко, любезно, доброжелательно.

Если хочешь, чтобы Господь давал скорее сердечную веру твоей молитве, старайся от всего сердца все гово-

рить и делать с людьми искренно и отнюдь не будь с ними двоедушен. Когда будешь прямодушен и доверчив с людьми, тогда Господь подаст тебе прямодушие и искреннюю веру и по отношению к Богу. Того, кто непрямосердечен с людьми, Господь неудобно принимает на молитве, давая ему почувствовать, что он неискренен в отношении к людям, а потому не может быть совершенно искренен и в отношении к Богу, без душевного злострадания.

Помни, что Господь в каждом христианине. Когда приходит к тебе ближний, имей к нему всегда великое уважение, ибо в нем Господь, Который чрез него часто выражает волю Свою. «Бог производит в вас и хотение и действие по Своему благоволению» (Флп. 2.13). Не жалей для брата ничего, как для Господа, тем более что ты не знаешь, в ком Господь приходит посетить тебя; ко всем будь нелицеприятен, для всех добр, искренен, радушен. Помни, что и чрез неверных Господь иногда говорит или располагает их сердца к нам, как это случилось в Египте с темничным стражем, коего сердце Господь расположил к Иосифу (Быт. 39.21).

Люби всякого человека, несмотря на его грехопадения. Грехи грехами, а основа-то в человеке одна – образ Божий. Другие со слабостями, бросающимися в глаза, злобны, горды, завистливы, скупы, сребролюбивы, жадны, да и ты не без зла, может быть, даже в тебе его больше, чем в других. По крайней мере в отношении грехов люди равны: «Все согрешили и лишены славы Божией» (Рим. 3.23), все повинны пред Богом и все равно нуждаемся в Божием к нам милосердии. Потому, любя друг друга, надо терпеть друга друга и оставлять, прощать другим их погрешности против нас, чтобы и Отец наш небесный

простил нам согрешения наши (Мф. 6.14). Итак, всею душою чти и люби в каждом человеке образ Божий, не обращая внимания на его грехи – Бог един свят и безгрешен. А смотри, как Он нас любит, что Он для нас сотворил и творит, наказуя милостиво и милуя щедро и благодостно! Еще почитай человека, несмотря на его грехи, потому, что он всегда может исправиться.

Благородного и возвышенного духа тот человек, который благодостно и щедро рассыпает всем свои дары и радуется, что он имеет случай сделать добро и удовольствие всякому, не думая о вознаграждении за то. Благородного и возвышенного духа тот человек, который никогда не зазнается с часто посещающим его и пользующимся его щедротами человеком, не пренебрегает им ни в каком отношении, не унижает его ни на одну ступень в мыслях своих, но всегда считает его таким, каким считал при первой встрече с ним или и гораздо выше. А то мы обыкновенно зазнаемся с тем, кто стал наш, как и с тем, что стало наше, и, привыкнув к нему или к тому, скоро, так сказать, насыщаемся им и ни во что вменяем: человека часто ставим ниже любимой нами вещи или любимого животного.

Человек, озлобленный против нас, есть человек больной; надо приложить пластырь к сердцу его – любовь; надо приласкать его, поговорить с ним с лаской, с любовью, и если в нем не закоренелая против нас злоба, а только временная вспышка – посмотрите, как сердце его или злоба его растает от нашей ласки и любви, как добро победит зло. Христианину нужно быть всегда благом, мудрым на то, чтобы благом побеждать злое.

Обиженный кем-либо, не будь злопамятен, и когда обидевшие тебя покажут тебе ласковый вид, обратятся

с речью к тебе, не обрати сердца своего к злобе, а говори с ними ласково и добродостно, как будто бы ничего не бывало между тобою и ими; научись побеждать благом злое, злобу благодостью, кротостью и смирением.

Всякий человек, делающий какое-либо зло, удовлетворяющий какой-либо страсти, достаточно наказывается совершаемым им злом, тою страстью, которой он работает, а главное тем, что он отступает от Бога, и Бог от него отступает; потому питать зло к этому человеку было бы крайне безумно и в высшей степени бесчеловечно; это значит топить человека уже утопающего, толкать в огонь уже пожираемого пламенем. К такому человеку, как погибающему, надо показывать сугубую любовь и с усердием молиться за него Богу, а не осуждать его, не злорадствовать о его беде.

Будь как можно кроток, смирен, прост в обращении со всеми, считая себя нелестно ниже всех по душевному состоянию, то есть грешнее и немощнее всех. «Из грешных я первый» говори. От гордости происходит напыщенность, холодное без всякой искренности обращение с теми, которые ниже нас или от которых мы не надеемся получить себе пользу.

Всякий грех от духа злобы: находящийся во грехе есть невольник греха, терзаемый грехом, потому не слишком строго и без злобы обращайся с согрешающим, ведая общую немощь. Жалей о согрешающем, как о больном или заблудшем, во тьме ходящем или как о связанном путами железными или как умоповрежденном, ибо все эти качества можно приписать согрешающему или находящемуся под действием страсти. Надо всемерно беречь человека, чтобы его не спалил огонь

греха, не омрачил его, не связал его, в болезнь не поверг его, не сгубил его.

Обращаясь с ближним совершенным сердцем, т.е. истинно и с любовью, какую имеешь к самому себе, да и ближний твой возлюбит тя, а если и не возлюбит, то, по крайней мере, да почтит в лице твоём добродетель твою и проникнется к ней уважением, сам да возревнует о ней.

На злого, гордого, заносчивого человека смотри как на ветер и не обижайся его злобою, гордостью, заносчивостью, но будь сам в себе покоен. Враг намеренно раздражает тебя, раздувая страсти человеческие или возбуждая в сердце твоём разные подозрения злого свойства и мечты воображения.

Люби ближнего, как самого себя; ибо любя ближнего – любишь себя, и ненавидя ближнего – прежде всего делаешь вред себе, прежде всего ненавидишь свою душу. Ты это по опыту знаешь. О, премудрые, зиждательные и животворные законы Господни! Как благо исполнять их, хотя леств греховная и делает трудным исполнение их. Как благо для души иго Господне и легко бремя Его, то есть Его повелений!

Если будешь иметь христианскую любовь к ближним, то будет любить тебя все небо; если будешь иметь единение духа с ближними, то будешь иметь единение с Богом и со всеми небожителями; будешь милостив к ближним – а к тебе будет милостив Бог, равно и все ангелы и святые; будешь молиться за других – а за тебя все небо будет ходатайствовать. Свят Господь Бог наш, и ты будь таков же. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Старайтесь внимательно относиться к людям. Привыкнуть к тому трудно. Помни: забудь себя и забудь все в себе и живи жизнью всех и каждого. Кто бы к тебе ни пришел – переживай с ним то, что он переживает. Входи в его душу, а себя забудь, совершенно забудь себя. *Святой праведный Алексий Мечев*

Во всяком общении человеческом должен непременно быть добрый Дух Христов либо в явном Его явлении, либо в скрытом. И это скрытое присутствие Духа Божия в простом и хорошем общении человеческом есть та атмосфера «ученичества», о которой говорит Господь. «Во имя ученика» (Мф. 10.42) – это самая первая ступень общения с другим человеком во Имя Самого Господа Иисуса Христа.

Многие, еще не знающие Господа и дивного общения во Имя Его, уже имеют между собой это бескорыстное чистое общение человеческое, приближающее их к Духу Христову. И на этой первой ступени добра, о которой Господь сказал как о подаче стакана воды только «во имя ученика», могут стоять многие. Лучше сказать – все. А также правильно понимать эти слова Христовы буквально и стремиться помочь всякому человеку. Ни единого мгновения подобного общения не будет забыто пред Богом, как ни единая малая птица не будет забыта пред Отцом Небесным (Лк. 12.6).

Если бы люди были мудры, они бы все стремились на малое и совсем легкое для них дело, через которое они могли бы получить себе вечное сокровище. Великое спасение людей в том, что они могут привиться к стволу вечного дерева жизни через самый ничтожный

черенок – поступок добра. К дикой яблоне совсем не обязательно прививать целый ствол яблони доброй. Достаточно взять малый черенок и привить его к одной из ветвей дичка. Также, чтобы всквасить бочку с тестом, совсем не надо ее смешивать с другой бочкой дрожжей. Достаточно положить совсем немного дрожжей – и вся бочка вскиснет. То же и доброе: самое малое может произвести огромное действие. Вот почему не надо пренебрегать мелочами в добре и говорить себе: «Большое добро не могу сделать – не буду заботиться и ни о каком добре». Пожалуйста, если захотите, приходите в неописуемую ярость по какому-нибудь особенному случаю, но не гневайтесь по мелочам «на брата своего напрасно» (Мф. 5.22). *Архимандрит Иоанн (Крестьянкин)*

Искренне уважай и люби всякого. Сочувствуй и доброжелательствуй всякому, жалея о согрешающем. Пользуйся случаем, чтобы сделать добро. Радуйся с радующимися, плач с плачущими. Не думай ни о ком худо без достаточной на то причины. Не имей ни с кем вражды. Покрывай всех любовью и снисхождением. Смотри на согрешающих, как на немощных, как на больных душевно. Не плати злом за зло. Не давай в своей душе места никакому злу ни на одну минуту – и ты соблюдешь заповеди Божии. Самая первая добродетель – никого не обижать. Не радуйтесь падению брата, за эту радость Господь будет нас предавать суду. Кто будет заботиться о больных и бедных – тот избежит от мучительной смерти, а кто их ненавидит – тот будет изгнан от Христа. *Протоиерей Валентин Мордасов*

Обращайся с людьми так же внимательно, как с посланниками Великого Царства и так же осторожно, как с огнем. *Схиигумен Савва (Остапенко)*

Если же, разговаривая с ближним, мы будем видеть в нем не предмет приятного развлечения или неудовольствия, а образ Божий, то это сообщит нашей беседе необходимую трезвость и воздержание. Если собеседник бывает с нами единоверным и единомысленным, это послужит нам к укреплению веры, любви и молитвы. Если бы говорящий с нами оказался оскудевшим в вере – и тогда мы должны обращаться с ним, как с образом Божиим. В этом случае тайная молитва нам крайне необходима для укрепления в себе веры и для благотворного воздействия на собеседника. Сущность тайной непрестанной молитвы во время разговоров заключается в вере и любви сердца, изливающихся в словах беседы. *Старец иеромонах Петр (Серегин)*

«Носите бремена друг друга, и таким образом исполните закон Христов» (Гал. 6.2). Что себе не желаешь, того и другим не желай – это золотое правило. Напоминай себе чаще о часе смертном, никого ни в чем не осуждай. Кого в чем осудишь – в эти же грехи впадешь, иначе не бывает. *Схиигумен Иоанн (Алексеев)*



## Об искушениях

«Наказания Господня, сын мой, не отвергай, и не тяготись обличением Его. Ибо, кого любит Господь, того наказывает» (Притч. 3.11–12).

«Если вы терпите наказание, то Бог поступает с вами, как с сынами» (Евр. 12.7).

**Б**ог попускает искушения, чтобы скорбями и рыданиями очистить от грязи и сделать непорочной нашу душу, и чтобы мы для своего спасения были вынуждены прибегать к Богу. *Афонский старец Паисий*

В скорбях и искушениях Господь помогает нам. Он не освобождает нас от них, а подает силу легко переносить, даже не замечать их. *Преподобный Никон Оптинский*

В жизни христианской необходимы искушения – пробы для испытания нашего душевного состояния.

Искушения по большей части бывают: для испытания веры и преданности, иногда для исправления, для наказания за грехи.

1. Примеры испытания: праведный Лот, Авраам, Иов и многие святые.

2. Для исправления – когда Господь, смиряя Своих праведных за малые какие-нибудь и легкие грехи или за превозношение своею праведностью, предаёт их разным искушениям, чтобы здесь еще, в настоящей жизни, очистить их от всякой скверны помыслов и, выжегши всякую, какую видит, нечистоту, не позволяя оставаться в них ничему нечистому...

3. Посылаются удары искушений и по грехам нашим.

Часто мы не знаем сил своих – искушение открывает их меру. Душа наша по подобию вещей, находящихся в доме, покрывается пылью и всякого нечистотою, и необходимо очищать ее.

Как огонь очищает золото, так искушения очищают праведного. Для испытания души человека нужны люди, которые своими поступками делали бы явным, покорны ли мы Божиим повелениям.

Господь и посещает нас скорбями и теснотами, уничижением и посрамлением, чтобы очистить сердце наше, смягчить, истончить его, смирить его и сделать его достойным храмом Своим.

Доколе мы на земле, мы не можем быть без смущения и искушения. Но, сколь ни трудны и ни прискорбны искушения, часто они бывают весьма полезны человеку: они смиряют его. Очищают и научают. Не унывай при сильных искушениях, скорбях или болезнях – все это есть обличение и наказание праведное, испытывающее сердца и утробы к очищению, пробуждению и исправлению твоему, выжиганию терния плотских страстей, и потому не посетуй, если иногда бывает тебе очень больно. Взирай не на боль, а на благие последствия этого наказания и на здравие души. Надо все терпеть!

Не бойся борьбы, не бегай ее: где нет борьбы, там нет и добродетели, где нет искушения верности и любви, там неизвестно, есть ли верность и любовь ко Господу, но скорей молись, взывая: «Дай мне, Господи, благодушно переносить испытания и скорби. Они нужны для моей многострастной плоти, для моего ветхого человека...»

Без искушения и железо обыкновенно кажется сталью, а жемчуг – серебром и бронза – золотом, но испытание показывает настоящее их достоинство. Так и с людьми бывает...

Искушения бывают через лишения и потери, скорби, болезни.. Выдержавший искушение надежен для Царствия Божия, а не выдержавший искушения – не надежен, потому что в нем остается большая примесь зла.

Будь благонадежен в скорби, и Господь, верно, пошлет тебе и отраду и, соответственно твоим страданиям, подаст тебе потом благодать мира, силы и радость. Ибо «щедр и милостив Господь, долготерпелив и многомилостив, не до конца прогневается... не по беззакониям нашим сотворил есть нам, ниже по грехом нашим воздал есть нам» (Пс. 102.8–10).

Для сего-то мы не должны отчаиваться, когда впадаем в искушение, но тем прилежнее молить Бога, да поможет нам во всех напастьях.

Есть люди, кои подвергаются сильнейшим искушениям в начале их обращения к Богу, другие – под конец. Некоторые же терпят их всю жизнь.

Чтобы точно понять слова молитвы Господней «не введи нас во искушение», надо помнить, что эта молитва дана апостолам, которые просили научить их молиться, дана она прежде сошествия на них Святого Духа, когда са-

тана просил их у Господа, «дабы сеять их, как пшеницу». Тогда апостолы были еще слабы и удобно могли пасть под искушением (как апостол Петр), поэтому и влагает им Спаситель в уста сие: «не введи нас во искушение». А без искушений нашей веры, надежды и любви жить нельзя; испытания сокровенностей сердечных необходимы для самого человека, чтобы он сам мог видеть, каков он, и исправиться.

Да, искушения нужны! «Да откроются от многих сердец помышления» (Лк. 2.35), да откроется твердость или слабость наша в вере, знание или невежество, порочность или чистота нашего сердца, надевание его на Бога или на земное, любовь к себе и к тленному или паче всего к Богу...

Если нет человека, который бы благоугодил Богу без искушений, то должно благодарить Бога за всякий скорбный случай.

Блажен имеющий терпение (в перенесении скорбей), не побеждаемый теми соблазнами, которыми его соблазняют, и побеждающий злого, который вводит в искушение ближнего, но тот, который вводит в соблазн, тот уподобляется искустителю. Не ищи покоя на земле и человеческих утешений: кто ищет покоя, в том не может пребывать Дух Божий, а к кому приближается Господь, тому умножаются искушения. Путь Божий есть ежедневный крест, и никто не восходит на небо, живя прохладно.

Не смущайся, когда враг мечет свои стрелы в тебя и когда тебя одолевают злоба, раздражение, уныние, нечувствие, пристрастие к земному. Подобное не считай своим, не соглашайся с грешными помыслами и за грех их не считай, а поступай по-доброму – этим победишь врага и получишь венец мученика.

Всякое духовное усилие, всякое добровольное (и даже недобровольное) лишение, отказ, жертва, страдание обмениваются немедленно на духовное богатство внутри нас. Чем больше теряешь, тем больше приобретаешь. Мужественная душа инстинктивно ищет жертвы, случая пострадать и духовно крепнет в испытаниях. Мы должны просить Бога, чтобы Он дал нам испытания, и почти печалиться, когда живем благополучно.

Пока мы проводим плотскую жизнь и не приступаем сердечно к Богу, до тех пор бесы таятся в нас, скрываясь под разными страстями. *Схиигумен Савва (Остапенко)*

Господь попускает испытания любящим Его, во-первых, для укрепления их веры в Него, и, во-вторых, для примера окружающим. *Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гавриилия)*

---

## О скорбях

---

«В мире будете иметь скорбь, но мужайтесь: Я победил мир» (Ин. 16, 33).

«Много скорбей у праведного, и от всех их избавит его Господь» (Пс. 33.20).

«Многими скорбями надлежит нам войти в Царствие Небесное» (Деян. 14.22).

**Н**е было бы скорбей, не было бы и спасения, сказали святые отцы; от скорбей две пользы: первая – усердие к Богу и благодарность от всей души. Вторая – избавляет от суетных попечений и забот. Из святоотеческих писаний видно; они подобно нам тоже унывали и малодушевствовали, даже испытывали то, что не пожелали предать писанию, чтобы нас, неопытных в духовной жизни, не смутить и не привести в отчаяние. Конечно, Господь попускает быть скорбям соразмерно нашим силам, кто какие может понести. Они (скорби) нас смиряют, у нас есть какая-то самонадеянность, что мы своими силами хотим преуспевать в духовной жизни, а в скорбях-то и научаемся смирению, что наши усилия без Божией помощи не достигают цели. Наш должен быть труд к добродетели, а успех в добродетели зависит уже от благодати, и бла-

годать дается от Бога, именно только смиренным, а без смиренных случаев не смиришься.

Без скорбей нам не прожить. Господь сказал, что в мире скорбеть будете. Не было бы скорбей, не было бы спасения, говорят святые отцы. Господь избрал на проповедь святых пророков и святых апостолов, однако скорби не отнял от них, а Господь наш Иисус Христос, совершенный Бог и совершенный человек (кроме греха), скорбною жизнью жил на земле. От сотворенного Им человека терпел укорение, поношение, презрение, насмешки, побои, даже до позорной смерти распятием... Петр Дамаскин пишет: «Если человек увидит свои грехи, аки песок морской, и это знак здоровья души». При этих чувствах отчаянию нет места, а наполняется душа умилением и любовью ко всем живущим на земле. Блаженны подобные люди, которые приходят в такое состояние, оно дается от Бога за глубочайшее смирение и называется бесстрастием. *Валаамский старец Иоанн (Алексеев)*

Всякая скорбь и теснота происходят от маловерия или от какой-либо страсти, кроющейся внутри, или от другой какой-нибудь нечистоты, зримой Всевидящим, и, значит, от того, что в сердце диавол, а Христа нет в сердце. Христос – покой, свобода души и свет неизреченный.

Господь попускает нам искушения врага для испытания нашего, для укрепления наших духовных сил в борьбе со врагом и чтобы нам самим видеть больше, на что склоняется наше сердце: к терпению, вере надежде и любви и вообще к добродетели или к раздражительности, маловерию, ропоту, хуле, злобе и отчаянию. Потому

не надо унывать, а благодушно и с терпением переносить находящий на душу нашу мрак сердца, расслабляющий и нудящий к нетерпению и злобе огонь, скорбь и тесноту, зная, что это необходимо в порядке нашей духовной жизни, что этим Господь испытывает нас: не похулим ли мы путь истинный, путь святой веры и добродетели, и не соизволим ли пути лукавому.

Господь для того попускает нас обуреваться различными страстями в этой жизни, чтобы возненавидели всем сердцем эти самые страсти и за ничто считали все земное, как бы оно ни было драгоценно и приятно, и чтобы всем сердцем возжелали единого Бога, Источника тишины и живота, и к Нему единому прилеплялись, Его Единого ценили прежде всего, Его святую волю, Его мир и радость. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Господь попускает нам страдать с тем, чтобы мы восчувствовали нашу слабость и стремились более усердно к источнику всякого блага – нашему Творцу, дающему каждому то, что ему полезно. *Святитель Иоанн Шанхайский и Сан-Францисский*

Враг искушает и озлобляет рабов Божиих. Но все скорби и искушения не бывают случайными, но попускаются промыслительным действием Божиим для спасения человека.

Жизнь христианина изобильно орошается скорбями и болезнями. Трудно нести все это грешному человеку, но без этого, пожалуй, спастись невозможно. О, Премудрость и Благодать Божия, спасающая нас от вечных муче-

ний, как непостижимы пути Твои! Боже, совершай все то над нами, что нам полезно и спасительно.

Скорби нужны как необходимое очистительное средство. Как врач дает горькие лекарства или отрезает некоторые члены тела, чтобы сохранить в здравии весь организм, так и Господь, Премудрый Врач душ наших, попускает скорбные для нас обстоятельства, чтобы сохранить душу для вечной жизни.

«В мире будете иметь скорбь; но мужайтесь: Я победил мир» (Ин. 16.33). Эти слова означают, что никакая скорбь, как бы тяжела она ни была, никогда не одолеет верующего во Христа и пребывающего в Нем исполнении Его заповедей.

«Твердо уповал я на Господа, и Он приклонился ко мне и услышал вопль мой» (Пс. 39.2), – так восклицает святой пророк Давид. Так и нам надо в тяжелые моменты нашей жизни повторять эти слова. Ведь без трудностей и скорбей обойтись в мире невозможно. Тем более христианину. Если бы мы жили свято, то и скорбей у нас было бы меньше, и Бог бы устраивал нашу жизнь без особых затруднений. А мы же все живем нерадиво и греховно, и поэтому скорби в какой-то мере удерживают нас от тяжелых грехопадений. Самыми опасными для нас являются беспечность и нерадение, которые убивают душу и не дают ей вознестись горе, к Престолу Всевышнего.

Поэтому мы и не получаем той духовной пищи, которая бывает только посредством молитвенного общения с Богом. Ведь сказано: «Нет мира в костях моих от грехов моих» (Пс. 37.4). Вот отсюда и происходят все нестроения и тяжести духовные и телесные. Исходя из этого, нам всем надо прежде всего усугубить молитвенный подвиг

и тогда мы сможем ощутить в душе мир Христов, а это, в свою очередь, будет способствовать облегчению всех трудностей, скорбей и печалей.

Ради будущей благодатной жизни многие из святых отцов желали не только переносить в этой юдоли плачевной болезни и скорби, но и отдать самих себя на мучения. Постараемся и мы подражать их житию, а во время тяжелых испытаний в нашей жизни обратим свой взор к Небу – и оттуда придет нам помощь Господня, одухотворяющая и помогающая. *Схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Человек без скорбей не наследует Царствия Небесного. Для того Господь и дает скорби, чтобы взыскали Бога. *Протоиерей Валентин Мордасов*

Скорби – наш путь, будем идти, пока дойдем до назначенного нам отечества вечности, но только то горе, что мало заботимся о вечности и не терпим и малого упрека словом. Мы сами увеличиваем свои скорби, когда начинаем роптать. *Преподобный Иосиф Оптинский*

Возьмем себе в образец святого, подходящего к нашему положению, и будем опираться на его пример. Все святые страдали потому, что они шли путем Спасителя, Который страдал: был гоним, поруган, оклеветан и распят. И все, идущие за Ним, неизбежно страдают. «В мире скорбны будете». И все, желающие благочестиво жить, гонимы будут. «Когда приступаешь работать Господу, уготовь душу твою во искушение». Чтобы легче переносить страдания, надо иметь веру крепкую, горячую лю-

бовь ко Господу, не привязываться ни к чему земному, всецело предаться воле Божией.

Гонения и притеснения полезны нам, ибо они укрепляют веру. *Преподобный Никон Оптинский*

Желающий спасти свою душу должен помнить, что спастись невозможно без скорби и искушений, а посему и должен благодарить Бога за все скорбное... Скорби есть по преимуществу удел спасающихся последнего времени: «Многими скорбями надлежит нам войти в Царствие Божие» (Деян. 14.22). *Преподобный Симеон (Желнин)*

Душа очищается страданием; знаешь ли, что Христос помнит тебя, если Он посещает тебя скорбями... При вступлении в жизнь нужно молить Господа, чтобы Он управил твой путь. Он, Всевышний, всякому дает крест сообразно со склонностями человеческого сердца... пути Господни неисповедимы. Нам, грешным, не надо знать, почему Всесильный Христос часто допускает непостижимые для человеческого ума как бы несправедливости. Он знает, что Он делает и для чего. Ученики Христовы никогда не думали, что Христос даст им счастье, в смысле земного благополучия. Они были счастливы лишь духовным общением со Сладчайшим своим Учителем. Ведь Иисус явился в мир для того, чтобы Своей жизнью утвердить Своих последователей в мысли, что земная жизнь есть непрестанный подвиг. Христос мог избежать Своего страдания, однако Он Сам добровольно пошел на крест. Бог любит особенно тех, кто добровольно идет на страдания Христа ради.

...Люди оттого только и страдают, что не понимают истинного самоотречения во имя Распятого нас ради... Много слез сокрушенного сердца проливает человек, чтобы сделаться способным утешать других о Господе. Нужно идти туда, где тяга душевная так мучает человека, что он склоняется на самоубийство. Это нелегкий подвиг, граничащий с истинным распятием собственной греховности, ибо только тот может уврачевать отчаявшегося, кто сам, силой своего духа, сможет взять на себя его душевное страдание. Скорби – это ладья, на которой мы плывем в Небесное наше Отечество. *Преподобный Алексий (Соловьев)*

Все имеют скорби. Они заменяют старцев, так как их попускает Господь, зная сердце каждого. Никто не поможет и не изменит, если не менять себя. Начинать надо со внимания к языку и уму. И надо постоянно следить за тем, чтобы обвинять себя, а не других.

...Мы должны все переносить с детской покорностью – и приятное, и неприятное, и за все прославлять благого Бога. Пришла какая скорбь или болезнь, будем говорить: «Слава Тебе, Господи». Умножились ли скорби и болезни, опять: «Слава Тебе, Господи»... Болезнями и скорбями Господь врачует греховные раны нашей души. Переноси все трудности с благодарением к Господу, Он никогда не дает человеку крест, который тот не смог бы понести, и Своей благодатью укрепляет нас к преодолению трудностей. А ропотом и отчаянием мы отталкиваем от себя Божественную помощь и, будучи сами не в состоянии нести бремя своих грехов, все более и более удаляемся от Бога. *Глинский старец Серафим (Романцев)*

Скорбь нас очищает. Настоящий человек всегда в скорби. В радости он изменяется, становится другим. В скорби он становится таким, какой он есть на самом деле. И тогда, по преимуществу, он приближается к Богу. Он чувствует свое бессилие. Часто, когда он во славе и в радости, он думает о себе, что он «пуп земли», или, если хотите, центр вселенной: «Я, и никто другой!» В страдании и скорби он чувствует себя незначительной мурашкой во вселенной, полностью зависимым, и ищет помощи и поддержки. Все мы, пережившие страдания, душевные или телесные, знаем, что никогда мы не молились так, и по качеству, и по количеству, как молились мы на одре болезни или в испытании тяжелой душевной скорбью. Но когда мы имеем все, мы забываем и о молитве, и о посте, и о многом-многом другом. Поэтому Бог и попускает страдание. *Греческий старец Епифаний (Феодоропулос)*

Святые просили Бога не о том, чтобы Он отнял мучения и скорби, но о том, чтобы Он дал им терпение перенести их безропотно.

...Скорби, брате мой, и мучения – это средства, это автомобили, которые привезут нас в рай. *Афонский старец Ефрем Катунакский*

Чем больше человек прилагает своего труда для очищения себя от всякого греха, очищением мыслей, чувств, пожеланий греховных, даже пустых, чем больше понуждает себя к непрестанной, чистой, внимательной, от всего сердца и со всяким благоговением молитве, тем слабее делаются скорби, тем легче их становится переносить, потому что цель, для которой нужны и посылаются скор-

би, достигается другим путем, путем своего труда, понуждения на делание заповедей; постоянного сокрушения сердечного за недостаточное исполнение их. Это болезнование сердца и понуждение к добру могут заменить прочие средства и скорби... Да вразумит и сохранит Вас Господь от всякого зла. *Игумен Никон (Воробьев)*

Сказано в Писании святых: «Скорбями совершаемся». Итак, если бы не было скорбей, то и не было святых на небе. Пример скорбей показан нам Самим Господом...

...Как же нам, грешным спастись? Терпением, смирением, молитвой – и за все в будущем будем в обители Отца Небесного, Который всем нам, грешным, говорит: «Не хочу смерти грешника, но еже обратится, и живу быти» (Иез. 33.11). *Иеромонах Даниил (Фомин)*

Какая бы ни постигла тебя скорбь, не обвиняй в ней никого, кроме себя, и говори, что это случилось со мной за грехи мои. *Глинский старец схиархимандрит Андроник (Лукаш)*

Без скорбей не спасешься. *Архимандрит Гавриил (Ургебадзе)*

Настало такое время, что только скорбями и спасается человек. Так каждой скорби надо в ножки поклониться и ручку облобызать. *Архимандрит Иоанн (Крестьянкин)*

Мы говорим: «Господи, помоги!» Не ты несешь, а Бог всю тяжесть несет с тобой, и ты славим Его. Только через скорби Бог нас очистит, омоет, как Магдалину. А ес-

ли не будет скорбей, мы не спасемся никак. Как Бог даст! Говорим: «А скорби-то разные». А какую ты выберешь скорбь? Человек уверовал и просит у Бога помощи: «Господи, помилуй, Господи, помилуй!» Господь слышит молитву, принимает ее и миловать начинает. Если бы Он так миловал: дал бы тебе, что хочется. А Он не даст. Он даст скорби. А мы не хотим скорби-то. Но только через скорби человек соединяется с Богом. А не будет скорбей – ни разу про Бога не вспомнишь... Если скажешь: «Я виновата!» И тогда, говорят: «Врагу голову отрубил». А без головы он силу теряет. Враг-то искушал тебя всячески, а когда ты сказала: «Я виновата-то, я!» – тогда враг остался без головы, и искушать тебя не может. И так вся жизнь строится. Премудрость – вонмем. *Схимонахиня Сергия (Дохлова)*

Господь посылает нам на земле скорби, и эти скорби нас отрывают от земли или, лучше сказать, от излишних пристрастий ко всему земному. Значит, и скорби – дар Божий. Отчего же не принимаем их с такою же благодарностью, как и радости? Не от греховности ли сердца нашего, неспособного отрешаться от всего и искать одной воли Божией?

...Наведением скорбей враг усиливается погубить душу, уклоняя ее в уныние, в ропот, в нелюбовь к ближнему, а Господь, попуская скорби, хочет спасти ее, давая ей возможность борьбою приобрести мужество, терпение, разум духовный и, наконец, смирение, когда самые эти скорби превысят силу. Вот посреди этих путей стоит душа, и куда склонится, тот путь и примет ее и доведет до своей цели...

...Епископ Игнатий (Брянчанинов) учил своих учеников часто во время скорбных обстоятельств, так же как и во время радостей, повторять слово благодарения Богу, так часто и подолгу, как молитву Иисусову: «Слава Богу, за все!» и опять: «Слава Богу, за все!» При этой молитве отходит ропот от сердца, смущение исчезает, и так мирно становится на сердце, радостно... У Господа есть свет, который всякое смущение отгоняет. Только бы приступила к Нему душа верою! *Игуменья Арсения (Себрякова)*



## О помыслах и борьбе с ними

«Оружия воинствования нашего не плотские, но сильные Богом на разрушение твердынь: ими ниспровергаем замыслы и всякое превозношение, восстающее против познания Божия, и пленяем всякое помышление в послушание Христу» (2 Кор. 10, 4–5).

**П**очти все мы считаем, что помыслы есть нечто простое и естественное, и потому наивно им веряемся. Однако не следует им ни верить, ни принимать их. В уме и сердце не должно быть абсолютно никакого помысла, ни злого, ни доброго, ибо место сие принадлежит только благодати Божией. Так и мы должны хранить его чистым, и не только от помыслов, но и от малейшего беглого парения. Этого, однако, мы не можем добиться иначе, как только когда от многого любочестия полюбим Христа и уверяемся Ему во всем без малейшего колебания! И так смиряемся естественно. И после того, как мы смиримся, естественным является восстановление внутри нас Божественной благодати, которая дается только смиренным.

Если наш помысел утвержден в вере, никто не может его переменить... Мы будем иметь благие помыслы тогда, когда все будем видеть чистым. Чистое сердце и чистые благие помыслы приносят душевное здоровье. Плохой помысел препятствует Божественной благодати.

Те, кто имеет добрые помыслы, и думают и видят хорошее...

В начале духовной жизни подвизающийся прогоняет плохие помыслы духовным поучением, непрестанной молитвой и усердным подвигом. Потом приходят уже только благие помыслы. Позже останавливаются и благие помыслы, и чувствуется некая пустота, и затем приходит к человеку Божественное просвещение. *Афонский старец Паисий*

Дурные помыслы – это приманка, с помощью которой бесы стремятся привлечь наше внимание, чтобы мы вступили с ними в беседу: тогда они легко проникнут в сердце, а выгнать их оттуда будет трудно. Нужно сразу же отсекал помыслы и не обращать никакого внимания на бесовские внушения. Если мы дали себе поблажку и вступили в беседу, последнее слово должно непременно остаться за нами. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Когда брат имеет дурной помысел, нам нужно постараться его исправить своей добротой и смирением. Это – наш долг. К сожалению, сегодня многие люди и даже духовные лица не борются со своими порченными помыслами. Они или соглашаются с теми, кто думает плохо, или еще хуже портят их помыслы.

Моя работа исправлять помыслы, и эту работу все мы должны делать. *Афонский старец Паисий*

На вопрос можно ли избавиться от помыслов старец Григорий (Давыдов) отвечал: «А ты можешь поймать птицу в небе?» – «Нет». – «А не дать ей свить гнездо на

дереве?» – «Могу». – «То же и с помыслами. Главное – не дать им свить гнездо в нашем сердце»...

Наблюдай за помыслами, потому что для тех, которые соглашаются с блудными помыслами и услаждаются ими, нет надежды на спасение; напротив же, те, которые не соглашаются с ними, но противятся со всевозможным усилием, молясь против них, получают венцы от Бога. *Глинский старец схиархимандрит Андроник (Лукаш)*

Всякий грех начинается с греховных помыслов. *Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Чистоту помыслов и чистоту чувств не трудно приобрести уединением, чтением, упражнением в молитве; но чистота сердца многими смертями приобретается, она есть совлечение страстей. Попробуйте уединиться на некоторое время, попробуйте отрешиться от всякой заботы и попечения, отдайтесь молитве, и вы увидите, как улягутся смятенные помыслы, как успокоятся раскаченные чувства, вы начнете в мирном и внимательном настроении молиться. Но там, в груди, есть тяжесть непонятная, которая давит и давит. Без всяких порывов, без всяких желаний, но лежит как камень на сердце, производит тьму и тесноту, которая как стена стоит между душою и Господом. Эту стену может разрушить только благодать Божия, при нашей решительной борьбе со страстями по заповедям Божиим. А для нас, во тьме страстей живущих, необходима молитва сокрушенная, при вере в Господа спасающего. *Игуменья Арсения (Себрякова)*

Помыслы высокоумия приходят, и нельзя, чтобы они не приходили. Но должно им противоборствовать помыслами смиренномудрия. Как ты и делаешь, припоминая свои грехи и разные недостатки. Так и впредь поступай и всегда помни, что и вся наша земная жизнь должна проходить в борьбе со злом. Кроме рассматривания своих недостатков, можешь еще и так смиренно мудрствовать: «Ничего доброго у меня нет... Тело у меня не мое, оно сотворено Богом во чреве матернем. Душа дана мне от Господа. Потому и все способности душевные и телесные суть дары Божии. А моя собственность – только одни мои бесчисленные грехи, которыми я ежедневно прогневлел и прогневаю Милосердного Господа. Чем же мне после этого тщеславиться и гордиться? Нечем». И при таких размышлениях молитвенно проси помилования от Господа. Во всех греховных поползновениях одно врачевство – искреннее покаяние и смирение. *Преподобный Иосиф Оптинский*

Если приходят самолюбивые помыслы, вспоминай свои грехи. *Эгинский старец Иероним (Апостолидис)*

*Архимандрит Сергей (Шевич)* говорил, что страсти всегда рождаются, проявляются и развиваются на основе помыслов (умственных представлений и образов). Поэтому борьба со страстями должна основываться на борьбе с помыслами. Помыслы возникают как искушения, исходящие от бесов, и являются «внушениями», направленными на то, чтобы заставить человека грешить или развить в нем страсти. Борьба с помыслами должна начинаться с отсечения помыслов, с полного отказа уступать внушениям, с безразличия к ним.

Архимандрит Сергей советовал мгновенно отсекал помыслы при первом же их возникновении, так как помысел – это разгорающееся пламя, которое, если не затушить его тут же, разрастается и превращается в пожар, перед которым мы быстро оказываемся беспомощными. При постоянном отсечении и игнорировании помыслы теряют свою силу. Если прежде они были внутри нас, так как находили в нас для себя пищу, могли развиваться, то теперь они становятся все более и более внешними и чуждыми нам, и поэтому их власть над нами уменьшается раз от раза.

Повторяющееся отсечение помыслов и невнимание к ним, по словам подвижника, приводят к отмиранию в нас страстей, так как страсти лишаются того, посредством чего они могли бы зарождаться, развиваться и проявляться в нас...

Страсти – явление духовное и тесно связаны с действием бесов, для победы над ними необходима высшая сила благодати, которая стяжается лишь покаянием, смирением и молитвой. Как только возникает дурной помысел, следует тут же покаяться, попросить у Бога прощения. Помыслам сразу же нужно воспротивиться Иисусовой молитвой, которая является наилучшим орудием борьбы и победы над ними для постепенного очищения от всех страстей.

Молитва – единственный способ победы над искушениями... Борьба с помыслами – основа борьбы со страстями – становится особенно напряженной во время молитвы, когда действие помыслов проявляется сильнее и с большей очевидностью, чем во вре-

мя наших повседневных дел... С помощью молитвы и чтения Священного Писания нужно приучиться различать помыслы – эта способность позволит нам во всех обстоятельствах нашей жизни принимать добрые помыслы и отвергать дурные, так чтобы они не смогли перейти в слова или дела... Если мы пребываем во грехе, то теряем способность различать помыслы и видеть собственные грехи и страсти. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Всякому искренно желающему работать Господеви для спасения душевного надлежат прежде всего пост и молитва, а затем смирение и послушание – в этом заключается и от этого истекает вся полнота христианских добродетелей. Пост и молитва составляют самую безопасную ограду от нападений вражеских...

Всякий раз, когда нападает на нас смущение помыслов или еще какие-либо прилоги вражии, нужно тотчас же пользоваться этим врачевством, то есть нужно наложить на себя пост, и наветы вражии рассеются. Великая сила сокрыта в посте, и великие дела совершаются чрез него. *Преподобный Варнава Радонежский*

Святые угодники боролись с помыслами и другими вражиими кознями, как хитер враг, как преображается и в ангелов, и в людей, и в зверей, и проч. и всячески ищет нашей гибели.

Средства борьбы: 1) с силой отвергнуть (с гневом) помыслы и внушения врага... 2) призвать на помощь Господа Спасителя, сознавая всегда свою немощь и греховность. Постоянное внимание себе, нежела-

ние беседовать и смотреть на греховные, даже и пустые мысли и картины, и призывание от всего сердца имени Иисуса Христа – может возвести человека на высокую ступень духовной лестницы. Многие так научились сердечной молитве Иисусовой. *Игумен Никон (Воробьев)*

---

## Об осуждении

---

«Не судите, и не будете судимы; не осуждайте, и не будете осуждены, прощайте, и прощены будете» (Лк. 6.37).

«Ибо каким судом судите, таким будете судимы» (Мф. 7.2).

**З**лавно, остерегайтесь осуждения близких. Когда только придет в голову осуждение, так сейчас же со вниманием обратитесь: «Господи, даруй ми зрети моя согрешения и не осуждати брата моего». *Преподобный Нектарий Оптинский*

«Не сетуйте, братия, друг на друга, чтобы не быть осужденными: вот, Судия стоит у дверей» (Иак. 5.9).

Осуждаем же мы наших ближних оттого, что не стараемся познать самих себя. Кто занят познанием самого себя, своими недостатками, грехами, страстями, тому некогда замечать за другими. Помня собственные грехи, о чужих мы никогда не подумаем. Осуждая порочных людей, мы сами себя осуждаем, потому что и мы не свободны от грехов. Когда мы покроем согрешение брата своего – тогда и Бог покроет наши согрешения, а когда мы

обнаружим грех брата – и Бог объявит согрешения наши.

Язык осуждающего злее ада: даже ад возьмет только злых, а язык пожирает и злых и добрых. Строгий суд о ближнем показывает не доброжелательство, а ненависть к человеку.

Осуждая других и черня их честь, мы сами себя бесчестим.

Осуждающий вредит троим: себе самому, слушающему его и тому, о ком говорит.

Будем лучше замечать в других добродетели, а в себе находить грехи.

Чтобы приучить себя никого не осуждать, нам надо сразу же помолиться о согрешающем; дабы Господь исправил его, надо воздохнуть о ближнем, дабы вместе с тем воздохнуть и о себе.

Не осуждай ближнего: тебе грех его известен, а покаяние его неизвестно.

Чтобы не осуждать, надо бегать от осуждающих и хранить свой слух. Возьмем одно правило для себя: осуждающим не верить; и другое: никогда не говорить худо об отсутствующих.

Не мысли ни о ком зла, иначе сам сделаешься злым, ибо добрый помышляет доброе, а злой злое. Будем помнить старинные народные поговорки: «В чем кого осудишь – в том и сам побудешь», «Знай себя – и будет с тебя». Краткий путь ко спасению – не осуждать. Вот путь – без поста, без бдения и труда. *Преподобный Симеон (Желнин)*

Если кому что недоступно из сокровищницы добра – не осуждай: у всякого человека своя степень чувств

и разумения. Надо распространять жизнь, возрождать и поддерживать. Можешь ли ты сразу воспринимать такую степень совершенства по чувству и разумению? А если не можешь, то зачем осуждать за это других? *Старец иеромонах Петр (Серегин)*

Будь далек от осуждения, осуждение – это огонь опал-яющий. *Старец Афанасий из Григорианской обители*

Никогда не будем осуждать. Когда мы видим кого-нибудь впадающим в грех, будем плакать и просить Бога его простить. Если мы судим ошибки других, значит, наше душевное зрение еще не очистилось. Помогающий своему ближнему получает помощь от Бога. Осуждающий своего ближнего с завистью и злобой имеет своим судьей Бога. Никого не будем осуждать. Всех будем считать святыми, и только самих себя – грешниками. Осуждение бывает не только словом, но и умом, и внутренним расположением сердца. Внутреннее расположение задает тон нашим мыслям и словам. Во всяком случае, для нас выгоднее быть сдержанными в своих суждениях, чтобы не впасть в осуждение; иными словами, будем избегать приближения к огню, иначе же мы либо обожжемся, либо закоптимся. Лучше всего осуждать всегда самих себя. *Афонский старец Паисий*

Когда ты видишь в других недостатки знай, что твоя духовная жизнь в упадке, что она ниспровержена и необходимо сугубое покаяние и самоукорение. Когда я смотрю на своих собратьев и осуждаю их в себе, то узнаю что дела мои плохи. Я должен хорошенько увериться в том,

что каждый брат хорош... При каждом случае недопонимания класть поклон буду я, виноват я или нет, чтобы мне всегда быть с ними в мирном устроении и чтобы была со мною благодать Божия. Никогда не буду причащаться Божественный Тайн, если я огорчил какого-нибудь брата и не примирился с ним. *Афонский старец Ефрем Катун-акский*

Не осуждай никого, а для этого старайся ни о ком не говорить ничего: ни худого, ни хорошего. Это самый легкий способ не быть осужденным на том свете. Ибо Спаситель Господь Иисус Христос обещал: «Не судите, и не будете судимы; не осуждайте, и не будете осуждены...»

Не осуждай никого, ибо мы все достойны осуждения от Господа, и Он покрывает грехи наши и прощает нас в той мере, как мы покрываем недостатки ближних и прощаем их. Будь всегда помирнее, считай себя невеждой, старайся оставаться сзади других, а не лезь наперед ни в чем, ни в словах, ни в делах. Словом, старайся быть незаметной, неслышной, тихой, мирной... *Игумен Никон (Воробьев)*

Мы имеем право судить только самих себя. Даже рассуждая о каком-либо человеке, мы уже невольно осуждаем его. *Преподобный Серафим Вырицкий*

Старайся не осуждать никого ни в чем. Чего себе не хочешь, того и другим не делай. Помни, что за каждое праздное слово дадим ответ пред Богом на Страшном Суде. Двум господам служить нельзя. Примирайся с соперником... Чтобы вражды не было ни с кем, иначе молитва

не будет угодна Богу, даже послужит во грех... *Валаамский старец Иоанн (Алексеев)*

Священника не суди – бойся этого больше всего. Ты не можешь понять даже, в каком таинстве он участник. Одной его слезы покаяния, упавшей на Престол, довольно, чтобы смыть все его грехи. *Валаамский старец Михаил (Питкевич)*

Никого ни по какой причине не обличай в его недостатках. *Глинский старец схиархимандрит Андроник (Лукаш)*

Осуждая ближнего, досаждаешь Богу. *Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Не следует судить. Но когда мы не судим, нас судят все. Это надо знать. Как-то мне довелось проводить беседы о разных случаях, и, если заканчивала, говорили: «Но она не осуждала этих, не осуждала тех, не осуждала других»... Тебя осудят, если ты не судишь. Т.е. что нам нужно делать? Именно это: не беспокойся, если тебя осудят. А если услышим, что осуждают других? Не принимай участие в беседе. *Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гавриилия)*

Если увидишь убийцу, или блудницу, или пьяницу, валяющегося на земле, не осуждай никого, потому что Бог отпустил его повод, а твой повод держит в руках. Если твой тоже отпустит, ты окажешься в худшем положении: можешь впасть в тот грех, в котором осуждаешь другого, и погибнуть. *Архимандрит Гавриил (Ургебадзе)*

Чего бы кто-либо ни делал или не сделал, не осуждай, если тебе нет до него дела; кому это вменено в обязанность – другой разговор. *Старец Феодор (Сokolov)*

Осуждение ближнего – это страсть, которой мы должны бежать, как чумы. Это одна из самых опасных страстей – и по своим корням, и по своим результатам. Происходит она от первородного греха и от нашей падшей природы. Она противостоит любви к ближнему, а внушает нам его осуждение сам дьявол. Кроме того, ее корни – в забвении Бога и молитвы.

Это настолько тяжелая страсть, что она мешает нам получать от Бога то, что мы у Него просим в наших молитвах. Результаты этой страсти всегда оборачиваются против нас самих, то есть пагубно сказываются на нас в социальном и личностном плане, а также в духовной жизни.

Сталкиваясь с неизбежным искушением осудить кого-то, мы должны напомнить себе, что весь закон сводится к заповеди любить Бога и ближнего...

Осуждение ближнего напрямую связано с гордостью и с эгоизмом: тот, кто осуждает другого, как правило, считает себя выше его и уж во всяком случае относится к себе как мерилу всего и принимает собственные идеи и поступки за норму. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Легкий путь спасения – это не осуждать никого, – и Господь не осудит...

От осуждения благодать уходит, а тогда – тоска, уныние, лень, ожирение, похоти, алчность, жад-

ность, шутки, многословие находят, а также нетерпение, неделание ничего доброго.

Чтобы научиться любить, надо молиться так: «Господи, благослови всех, кого я осудил (имена), и их святыми молитвами и мя, окаянного, помилуй». – С этой молитвой 12 поясных поклонов.

Когда не можешь отстать от осуждения, тогда надо совершать 150 раз «Богородице Дево, радуйся», – и Матерь Божия поможет никого не осуждать.

Осуждай себя каждый человек... Все грехи нас боют потому, что мы горды...

При злопамятности, когда зло внутри гнездится, тогда скажи себе: «Бог – Любовь, а я не люблю, значит, меня Бог отринет!» – И сим помыслом выгонишь злопамятство.

Не осуждай, люби, себя вини, всех за ангелов считай – и будут слезы.

Будет большое испытание тем, кто порицал других, не зная воли Божией. Они впадут в большое искушение. *Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)*

Хорош или плох наш суд, но лучше нам не судить ближнего. Господь знал немощь нашей человеческой природы и поэтому запретил осуждать, судить других...

Мы обвиняем ближнего тогда, когда нас никто к этому не вынуждает. Рассказываем о том, чего даже сами не знаем. И подчас говорим то, чего, может быть, и не бывало. Часто мы говорим по отношению к ближнему с такой язвительною злостью, словно перед нами – заклятый враг...

Один старец, услышавший о том, что некий инок впал в тяжкий грех, осудил его и сказал: «Великое зло сделал он». И вот через некоторое время является к нему ангел с душою этого осужденного брата и говорит: «Вот тот, кого ты осудил, он умер. Куда повелишь определить его душу? В Царствие или в ад? Ты же, – говорит, – судья праведных и грешников. Вот, определяй, как поступить с этой душой. Помиловать его или осудить». Ужаснулся старец и понял, что он тяжко согрешил, осудив этого брата. И стал потом плакать, сетовать, просить помилования. И Господь долго не отвечал ему на его молитвы, на его просьбы. Но затем сжалился и послал к нему ангела Своего, чтобы объявить, что ему этот грех прощен. И ангел, к нему явившись, сказал: «Прощается тебе твой грех, но на будущее знай, насколько велик грех осуждения».

Другой подвижник, преподобный Пафнутий, однажды, путешествуя по пустыне, ввиду тумана сбился с дороги и вышел к одному селению, где увидел людей, бесстыдно разговаривающих между собою. И преподобный не осудил их, а, остановившись, стал молиться о своих грехах. Вдруг предстал пред ним ангел с обнаженным мечом и говорит: «Пафнутий, все, кто осуждают других, погибнут от этого меча. Но ты не осудил, ты смирился перед Богом и стал молиться о своих грехах. Поэтому твое имя вписано в книгу жизни». И так все благочестивые люди, боясь этого греха, всегда трепетали и не смели кого-то осуждать. Один старец всегда, когда слышал о чьих-то не исправностях, тяжело вздыхал и говорил: «Да, как сегодня этот брат согрешил, так я завтра согрешу». *Схиархимандрит Кирилл (Павлов)*

## Об унынии и отчаянии

В минуту отчаяния знайте, что не Господь оставляет вас, а вы Господа! *Архимандрит Агапит, настоятель Нило-Столобенской пустыни*

Унывать не нужно, а как увидишь, что согрешил, тотчас же, где бы ты ни был, кайся в душе перед Господом, а вечером особо... Нельзя отчаиваться: пал – восстань, постарайся исправиться. Крепко надейся на Божие милосердие и Его искупительную жертву. *Преподобный Алексий Зосимовский*

Уныние и ропот не допускай до своего сердца, но сразу же посекай их горячей молитвой и слезным покаянием. *Схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Когда душу твою будут обуревать уныние и отчаяние, читай такие молитвы:

1. «Все ты трудишься во мне, падший архистратиг. Я раб Господа Иисуса Христа. Ты, превознесенная гордыня, унижаешь себя, так усиленно борясь со мною слабым».
2. «Что тебе, отчужденный от Бога, беглец с неба и раб лукавый? Ты не смеешь сделать нам ничего. Христос, Сын



Божий, власть имеет над нами и над всем. Ему согрешили мы, Ему и оправдаемся. А ты, пагубный, удались от нас. Укрепляемые честным Его Крестом, мы попираем твою змеиную главу. Аминь». *Схиигумен Савва (Остапенко)*

При унынии *старец Григорий (Давыдов)* советовал читать 34-й псалом и молитву в конце 5-й кафисмы.

Печаль, слезы и терзание тела своего есть двоякого рода. Печаль есть по Боге и по своим грехам, и есть печаль и слезы о лишении благ земных, о лишении утешаться и наслаждаться страстями своими и разными непотребствами.

Прп. Серафим Саровский говорит: «Кто победил страсти, тот победил и печаль! Побежденному страстями не избежать оков печали! Как больной замечен по бледности лица, так побежденный страстями обличается печалью». *Старец Никита (Лехан)*

Уныние, и тем более отчаяние, есть признак малодушия, признак того, что душа неопытна в духовной жизни, в духовной брани; признак того, что человек не знает или забывает о том, сколь милосерд и любвеобилен Господь.

Не дай Бог поддаться духу уныния! От уныния до отчаяния один шаг. Избави, Господи!

Никогда не забывай, что злая сила, когда приводит душу ко греху, тогда показывает ей Божеское милосердие и снисхождение, а когда человек впадает в грех, тогда запугивает его строгостью и правосудием Божиим, чтобы ввергнуть в отчаяние... А ты знай его хитрость и делай наоборот: когда представится случай ко греху, сразу

вспомни о правосудии Божиим и о строгости наказания, а когда согрешишь, тогда скорее кайся, помышляя о милосердии Божиим, но только не отчаивайся.

Мужественные и твердые духом не отчаиваются в искушениях, каковы бы они ни были, но мужественно борются с ними или терпеливо ожидают конца их и только усиливают молитвы, чаще читают книги житий и поучений святых отцов, чаще ходят в церковь, исповедуют свои грехи и причащаются Святых Христовых Тайн... Так и ты делай. И будь уверен, что Господь простит тебе всякий грех, только не унывай, а чистосердечно раскаивайся в нем... *Схиигумен Савва (Остапенко)*

*Архимандрит Сергей (Шевич)* говорил, что упадок духа, подавленность, нерадение и духовное нечувствие (обычно объединяемые у святых отцов в понятие «уныние») – это страсти.

Чтобы избежать уныния, мы должны переживать неприятности с терпением, зная, что «мы в этом мире для того, чтобы терпеть неприятности», иными словами, что это неизбежно для нашего земного бытия. Следует осознать, что в этой жизни невозможно избежать невзгод, сложностей и испытаний, и это – часть того креста, который мы призваны нести. Крест этот нужно нести не пассивно, уступая унынию и подавленности. Для нас он должен быть не источником разрушения, самоуничтожения и смерти, но, напротив, источником жизни; и в несении креста необходимо наше действенное, волевое участие.

Вполне естественно, что, будучи христианами, мы чувствуем себя не очень «уютно» в земном мире. Конечно, этот «дискомфорт» может быть связан с неправиль-

ным духовным устроением из-за плененности страстями; но может иметь и совершенно естественную причину: наше падшее состояние, точнее – нашу изгнанность из Царствия Небесного, из Отчего Дома... Если мы начали вести глубокую духовную жизнь, то наша профессиональная деятельность становится нам в тягость, не доставляет никакого удовольствия – и это совершенно естественно. Было бы даже нехорошо испытывать удовольствие от работы. Работу следует переживать как испытание, как аскетический подвиг. Именно так переживают ее монахи в монастыре, вынужденные выполнять те послушания, которые им неинтересны.

Существует и вид уныния, который непосредственно связан с духовной жизнью. Первая его форма вызывается грехами, совершенными прежде. Чтобы избавиться от него, естественно, следует проявлять терпение, но в то же время нужно стараться не смотреть на собственные грехи, не фиксироваться на них. Старец Сергей советовал никогда не начинать день с чувством уныния из-за грехов, совершенных накануне или в предыдущие дни, но каждый день начинать «с чистого листа».

Вторая форма уныния – та, причин которой мы не можем понять. Она связана с нашим общим греховным состоянием, которого мы не осознаем. Средство от этого – в том, чтобы каяться в этом состоянии неведомого нам греха. Именно с этой целью церковное Предание содержит различные молитвы, в которых мы можем попросить у Бога прощения за «грехи неведомые»; эта фраза для многих звучит непонятно, но тем не менее она имеет глубокий смысл и играет важную роль для очищения души. Поэтому нужно просить Бога: «Прости мне грехи, ко-

торых я не знаю» и терпеливо, упорно каяться, пока наше состояние не переменится.

Старец говорил о том, что некоторая усталость, лень, отсутствие энтузиазма, то есть некоторое отвращение появляются как раз тогда, когда мы собираемся молиться. В этом случае действуют бесы, которые пытаются помешать нам молиться. Это – классическое в духовной практике состояние, с которым мы должны бороться, и самое лучшее орудие против него – это покаяние.

Нерадение, нерешительность или окаменение, проявляющиеся в том, как мы выполняем наши дела, относящиеся к материальной или к духовной сфере, нужно переживать как ситуацию, в которой нам следует отречься от собственной воли. В связи с этим старец любил вспоминать правило, которого придерживались валаамские старцы; в нем это отсечение собственной воли было доведено до абсолютного предела: «Я делаю что-либо не потому, что хочу этого, а потому, что не хочу». Этот принцип нелегко усвоить и применять в жизни, но насколько же он плодотворен для внутреннего возрастания!

Зачем унываешь и скорбишь, что ты одинока, вспомни Евангельские слова Господа, как Он сказал Своим ученикам: «Вы... меня оставите одного, но Я не один, потому что Отец со Мною» (Ин. 16.32). Да и мы не одиноки, с нами и внутри нас живет Божественная сила, всегда борющаяся против жизненного зла. Береги это сокровище. *Преподобноисповедник Георгий.*

Когда покроет тебя тьма окаянного – сомнение, уныние, отчаяние, смущение, – тогда призови только всем

сердцем сладчайшее имя Иисуса Христа, в Нем ты все найдешь: и свет, и утверждение, и упование, и утешение, и покой, найдешь в Нем самую благодать, милость, щедроты, все это найдешь в одном имени, заключенным как бы в какой богатой сокровищнице. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Больше всего бойся отчаяния – это самый тяжелый грех. *Валаамский старец Михаил (Питкевич)*

Мы никогда не должны думать, будто бы наше падшее состояние неизлечимо, но, напротив, должны быть уверены, что любой грех может быть прощен – достаточно попросить об этом у Бога.

Мы должны стараться не попадать в зависимость от наших грехов или от того, в чем мы были грешны прежде. Для этого мы должны: избегать подробного воспоминания о своих грехах и их «пережевывания»... начинать все с нуля, не оборачиваться на прошлое, а смотреть в настоящее и будущее.

Мы должны растождествить себя и свой грех. Дьявол стремится, чтобы нам казалось, будто бы мы и наши грехи – это единое целое, внушая нам: «ты и есть вот это», чтобы подтолкнуть нас к отчаянию; мы должны понимать, что грех и страсти глубоко чужды нашей природе и нашей личности, что они – как нарывы, появившиеся случайно, паразитирующие на нашей коже, но не являющиеся ее частью.

Очень опасно отождествить себя со злом, посчитать его чем-то, что присуще нам самим. Следует знать, что дурные устремления, проявляющиеся в нас, – это иску-

шения, приходящие от бесов. (Явным знаком того, что проявляющееся в нас зло приходит от бесов, является то, что зачастую они преподносят нам искушения, которые не соответствуют нашим склонностям, нашим вкусам и желаниям, которые нас не затрагивают и не имеют для нас никакой привлекательности.)

...Покаяние, наряду с перечисленными средствами и с молитвой, – один из первейших путей выйти из состояния отчаяния и избегать его впредь.

Против бесовского воздействия следует применять такие духовные средства, как покаяние, смирение и молитва...

Бесы проявляют себя в особенности ярко в момент молитвы. Они делают это двумя способами:

- 1) наводя на молящегося состояние оцепенения, нерасположения, усталости или отвращения, подталкивая его к тому, чтобы не начинать молитву или перестать молиться;
- 2) вызывая в молящемся либо дурные помыслы, которые могут стать искусительными, либо обычные мысли (ни плохие, ни хорошие), которые отвлекают от молитвы.

Эти два вида проявлений бесовского воздействия не должны ни удивлять, ни волновать; их следует принимать как «классические» ситуации, перед лицом которых мы должны оставаться невозмутимыми и с которыми должны бороться терпеливо и с покаянием...

Другой их излюбленный прием – заставить нас отчаяться, внушив нам, что зло, которое они нам нашептывают, исходит от нас и является нашей частью... Однако следует знать, что наша природа, если не считать наших ошибок и несовершенств, и основе своей добра, что вся-

кая душа одухотворяется Святым Духом, что зло нам... чуждо. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Какое бы ни произошло поползновение, падение – надо вставать, не отчаиваться, а опять начинать – труд и труд нужен, борьба. Только за мужественную борьбу дают венцы. Должна быть борьба, сокрушение с искренним покаянием и твердое упование. *Валаамский Старец Михаил (Питкевич)*

Когда познаешь сколь благ, сколь милосерд Господь, тогда становится ясным, почему отчаяние считается смертным грехом, то есть очень тяжким грехом. Как бы ни были многочисленны грехи человека и как бы ни были тяжки преступления его, но безграничное милосердие Божие покрывает их все, если человек кается, сокрушается и искренно хочет исправиться. Грехи, как бы они ни были тяжелы и многочисленны, но они имеют границу, имеют предел, а милосердие Божие не имеет границ и предела... И когда человек думает, что Бог не простит ему грехи, и отчаивается в своем спасении, он, тем самым, помышляет как бы хулу на Бога, умаляет его достоинства, отталкивает от себя милосердие Божие, отталкивает от себя спасение, таким образом, сам себя губит. Слава Господу Богу, за то, что Он дал нам покаяние!

...Старайтесь, возлюбленные, приучаться к подвигам любви и милосердия, прощения обид и неосуждения. *Схиигумен Савва (Остапенко)*

Никогда, ни при каких обстоятельствах не будем отчаиваться в своем спасении. Никогда не будем терять на-

дежды на спасение наших близких... Ведь, в самом деле, что мы знаем о жизни другого человека... Мы видим, как грешат люди, но разве мы видим, как они каются... Посмотришь, будто в сердце грешника растут одни плевелы, но Всевидящему Богу видна и пшеница, Ему известны и слезы и воздыхания. Он слышит незримые для мира муки совести... Наступит день, когда, исторгнув из своего сердца плевелы, чистую отборную пшеницу принесет покаянное сердце в житницу долготерпеливого Хозяина жатвы духовной...

Боже Милостивый, принявший разбойника покаяние, слезы блудницы, мытаря призывавый в Царство Свое, прими и наши воздыхания и призови «из тьмы в чудесный Свой Свет», где в незаходимой славе сияют и мученик Вонифатий, и праведница Аглаида, со всеми святыми... Аминь. *Старец Михаил Едлинский*

Никогда не должно падать духом, а всегда уповать на помощь Божию и на милость Его. *Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)*

В своих скорбях не отчаивайтесь и не опускайте рук. Читайте чаще и больше Евангелие. Иисус Христос всех кающихся прощал, но и предупреждал: иди и впредь не грехи. Прибегайте чаще к Нему, сознавайтесь в своих неправдах, просите помощи, понуждайте себя всегда, когда вслух, когда про себя, творить молитву Иисусову.

Ни при каких обстоятельствах не приходите в отчаяние и безнадёжие, это страшнее всякого греха. Они приводят к духовной смерти, а иногда к самоубийству. «Нет греха непростительного, кроме греха нераскаянного».

Поэтому надо просить прощения у Господа, не желающего гибели грешника, пришедшего спасти погибающих. Притом же верно слово Божее, что «любящим Господа все споспешествует ко спасению». Так зачем унывать, опускать руки.

Никогда не отчаивайтесь и не теряйте надежды на Бога. Не слушайте врага. Ищущему Бога все будет содействовать ко спасению. Мы все в падении. Но есть у нас Спаситель, который прощает кающимся и не отталкивает от себя. Грядущего ко Мне не изжену вон. Любовь Божия преодолагает наши грехи и немощи, если мы смиримся, сознаем эти немощи и искренне просим прощения. Будьте же здоровы также и духом. Да хранит и спасет Вас Господь. *Игумен Никон (Воробьев)*

## О гневе, злобе

«Всякий гневающийся на брата своего напрасно, подлежит суду» (Мф. 5.22).

Начало безгневия есть молчание уст при возмущении сердца; середина – молчание помыслов при тонком смущении души; а конец – незыблемая тишина при дыхании ветров нечистых...

Если Дух Святой есть мир души, а гнев есть смятение сердца, то ничто не полагает такой преграды пребыванию Его в нас, как раздражительный гнев *Преподобный Иоанн Лествичник*

**Н**е смущайся от ревущей в тебе злобы и порывающей излиться в слова горечи, а повелевай ей молчать в тебе, замирать. Иначе, привыкши видеть твоё повиновение и течь с твоего языка, она одолеет тебя. Как вода, стоящая за земляною плотиною, нашедши себе скважину, размывает её больше и больше и просачивается через неё, если мы не закрепляем или слабо закрепляем её и, наконец, при возрастающем послаблении с нашей стороны и при частых прорывах вода сильно проторгается, и чем дальше – тем сильнее и сильнее, так что, наконец, делается весьма трудным, даже невозможным заградить её, так и

со злобой, скрывающейся в сердце человека: если мы дадим ей пробиться раз, и другой, и третий, она будет все сильнее и сильнее вытекать и, наконец, может прорвать совсем и затопить твою плотину. Знай, что в душе стоят воды злобы, как говорит псалмопевец: «Воды дошли до души моей» (Пс. 68.2).

Никакого основания не имеет христианин в сердце иметь какую-либо злобу на кого-либо; злоба, как злоба, есть дело диавола; христианин должен иметь в сердце только любовь; а так как любовь не мыслит зла, то не должно мыслить касательно других никакого зла, например, я не должен думать о другом без явной причины, что он зол, горд и прочее или если я, например, сделаю ему уважение, то он возгордится, если прошу обиду, то снова избидит меня, посмеется надо мною. Надобно, чтобы зло не гнездилось в нас ни под каким видом, а злоба обыкновенно слишком многовидна.

Злоба или другая страсть какая, поселяясь в сердце, стремится по непременному закону зла излиться наружу. Оттого обыкновенно говорят о злом или разгневанном человеке, что он выместил свою злобу на том-то или выместил гнев свой на том-то. В том и беда от зла, что оно не остается только в сердце, а силится распространиться вовне. Из этого уже видно, что виновник зла сам велик и имеет обширную область, в которой он царствует. «Весь мир лежит во зле» (1 Ин. 5.19). Как пары или газы, во множестве скопившись в запертом месте, усиливаются извергнуться вон, так страсти, как дыхание духа злобы, наполнивши сердце человеческое, также стремятся из одного человека

разлиться на других и заразить своим смрадом души других.

Не дыши злобою, мщением, убийством даже на животных, чтобы твою собственную душу не предал смерти духовный враг, дышащий в тебе злобою даже на бессловесных тварей, и чтобы тебе не привыкнуть дышать злобою и мщением и на людей. Помни, что и животные призваны к жизни благодатью Господа для того, чтобы они вкусили, сколько могут, в короткий срок жизни радостей бытия. «Благ Господь ко всем» (Пс. 144.9). Не бей их, если они, неразумные, что-либо и напроказят или пострадает от них какая-либо из твоей собственности. Блажен, иже и скоты милует (Прит. 12.10).

Помни изречение Священного Писания: «Не будь побежден злом, но побеждай зло добром» (Рим. 12.21). Тебе грубят, тебя раздражают, на тебя дышат презрением и злобою – не плати тем же, но будь тих, кроток и ласков, почтителен и любящ к тем самым, которые недостойно ведут себя пред тобою. Если ты сам смущаешься и будешь говорить с волнением, грубо, презрительно и, значит, без всякой любви, тогда ты сам побежден и тебе вправе сказать обидевшие: «Врач! Исцели Самого Себя» (Лк. 4.23) или «И что ты смотришь на сучок в глазе брата твоего, а бревна в твоем глазе не чувствуешь? <...> Вынь прежде бревно из твоего глаза» (Мф. 7.3–5). Не дивись тогда, если и часто будут повторяться тебе грубости от оскорбляющих тебя, ибо они заметят твою слабость и будут намеренно раздражать тебя. «Не будь побежден злом, но побеждай зло добром» (Рим. 12.21). Покажи оскорбившему тебя, что он

не тебя обидел, а сам себя, пожалей его сердечно, что он так удобно побеждается от своих страстей, что он болен душевно, покажи к нему тем большую кротость и любовь, чем он грубее и раздражительнее, чем он больше питает к тебе ненависти – и ты верно победишь его. Добро всегда сильнее зла и потому всегда победоносно. Помни еще, что все мы немощны, чрезвычайно удобно побеждаемся от всякой страсти и потому будь кроток и снисходителен к согрешающим пред тобою, зная, что и ты сам часто тем же недугуешь, чем брат; оставляй долги должникам твоим, да и тебе Отец Небесный оставит твои долги, не в пример большие долгов твоих должников. Будь всегда покоен, возвышен, немнителен, тверд духом, прост и добр сердцем – и ты всегда будешь торжествовать над своими врагами. «Поучающий кощунника наживет себе бесславие, и обличающий нечестивого – пятно себе. Не обличай кощунника, чтобы он не возненавидел тебя; обличай мудрого, и он возлюбит тебя; дай наставление мудрому, и он будет еще мудрее; научи правдивого, и он приумножит знание» (Притч. 9.7–9). *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Страсть гнева, к которой можно присоединить все формы проявления агрессии по отношению к людям, тоже свидетельствует об отсутствии любви к ближнему. Кротость же (добродетель, противоположная гневу) выражает собой любовь; некоторые святые отцы даже отождествляют кротость с любовью к ближнему. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Старец Сергей советовал из всех сил стараться не

впадать в состояние гнева, так как оно пагубно сказывается на духовной жизни, потому что изгоняет благодать.

Старайся не раздражаться и не гневаться, а если согрешила в этом, проси прощения от ближних и от Господа... Не менее пятнадцати минут читай молитвы, какие знаешь, а затем молитву Иисусову, но все читай с благоговением, со страхом Божиим и сокрушением сердечным. А рассеянная молитва – не есть молитва, хотя Господь и ее принимает вначале от тех, кто еще только учится молиться. Но ведь надо же научиться когда-нибудь молиться и без рассеяния! Если воздержишься от гнева и сохранишь мир, то и молитва будет хорошая, а если будешь в расстройстве и немирствии, то и молиться не сможешь.

Молитвы во гнев Господь не принимает... Где немирствие – там враг и тьма, и тягота душевная, и прочие начатки ада. *Игумен Никон (Воробьев)*

Я истину вам говорю, что, как кроткое дитя слушает слова своего отца и лепечет, повторяя вслед за отцом, так и я наслаждаюсь, верю, слушаю, и желание есть исполнять слова Лествицы, которая говорит: «Если Дух Святой называется и есть мир души, а гнев есть возмущение сердца, то ничто не препятствует пришествию в нас Духа Святого, как гневливость!» В кротких сердцах почивает Господь... Кроткая душа престол простоты, а гневливый ум есть делатель лукавства...

Кроме того, гнев стоит в числе семи смертных грехов! К смертным грехам относятся: гордость, среб-

ролюбие, блудодеяния, чревоугодие, зависть, гнев и лень... Иоанн Кронштадтский говорит: «Один неправедный помысел у христианина изгоняет Христа из его сердца...» *Старец Никита (Лехан)*

Каждый раз, когда вам случится разгневаться, раздражаться, – как только опомнитесь, кайтесь в уме пред Богом и просите прощения у ближнего. *Старец Стефан (Игнатенко)*

## Благодать Божия и цель христианской жизни

«Бог гордым противится, а смиренным дает благодать» (Иак. 4.6).

«И Я умолю Отца, и даст Вам другого Утешителя, да пребудет с вами во век, Духа истины, Которого мир не может принять, потому что не видит Его и не знает Его; а вы знаете Его, ибо Он с вами пребывает и в вас будет» (Ин. 14.16–17).

«Любовь Божия излилась в сердца наши Духом Святым, данным нам» (Рим. 5.5).

Молитва, пост, бдение и всякие другие дела христианские, сколько не хороши они сами по себе, однако не в делании только их состоит цель нашей христианской жизни, хотя они и служат необходимыми средствами для достижения ее. Истинная же цель жизни нашей христианской состоит в стяжании Духа Святого Божьего. Пост же, и бдение и молитва, и милостыня, и всякое Христа ради делаемое доброе дело суть средства для стяжания Святого Духа Божьего. *Преподобный Серафим Саровский*

**Е**сли благодать Божия не просветит человека, сколько бы ты не сказал слов, не будет пользы... Но если тут же вместе со словами действует благодать, тогда в ту же секун-



ду происходит изменение в соответствии со стремлением человека. С этого момента изменяется его жизнь. Но это случается с тем, кто не испортил свой слух и не ожесточил свою совесть. *Афонский старец Иосиф Исихаст*

Под действием благодати человек становится рассудительным, мирным, почтительным. *Старец Даниил Катунский.*

Необходимым условием для этого (для того, чтобы обрести благодать) является внимательная жизнь, особенно же сокрушение своей воли и чистая молитва. *Афонский старец Ефрем Катунский*

Старец Ефрем Катунский повторял, что тот, кто приемлет заступление Божественной благодати, сражается с великими испытаниями и трудностями, он говорил своим духовным чадам: «По своему опыту я говорю вам: великие заступления благодати стоят дорого».

На иконах благодать Божия. Они защищают нас от темной силы. Они – помощь нам от Бога. Есть особые святыни, где накапливается благодать Святого Духа. И иконы есть особые во славе благодати, намоленные веками – чудотворные иконы. Иконы, как ручейки, от Господа несут нам благодать. К иконе надо относиться с благоговением, любовью и благодарностью Богу. *Преподобный Севастиан Карагандинский*

Берегите благодать, как драгоценную жемчужину, которую нельзя купить ни за какие деньги...

Православный человек никогда и ни с кем не спорит. Православный в разговоре говорит либо «да-да», либо «нет-нет», ибо споры возмущают душу, и благодать уходит. *Схиигумен Иероним (Верендякин)*

*Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)* говорил, что всякое пристрастие к земному удаляет от нас благодать Божию.

Человеку дана жизнь на то, чтобы она ему служила, не он ей, то есть человек не должен делаться рабом своих обстоятельств, не должен приносить свое внутреннее в жертву внешнему. Служа жизни, человек теряет соразмерность, работает без рассудительности и приходит в очень грустное недоумение; он и не знает, зачем живет...

Смысл жизни христианской, по слову святого апостола Павла, писавшего коринфянам: «Прославляйте Бога и в телах ваших и в душах ваших, которые суть Божии» (1 Кор. 6.20). Итак, начертав сии святыя слова в душах и сердцах, следует заботиться, чтобы расположение и поступки в жизни служили славе Божией и назиданию ближним. *Преподобный Нектарий Оптинский*

Благодать Божия – это радость от Бога... И должен человек свой жизненный путь пройти для чего? Для любви, для добра и страдать за них должен, и терпеливо страдания сносить, перейти в вечную жизнь для радости, а не для муки. Там надо радости ждать, к радости вечной стремиться. Ошибается человек жестоко, и не прощается ему. И теряет он все, что приобрел... От ропота все пропадает и не дает заслуг.

В деле своего спасения не забывайте прибегать к помощи святых отцов и святых мучеников. Их молитвами Господь избавляет от страстей. Но никто не думайте своими силами избавиться от них. Не надейтесь на себя до самой смерти в борьбе со страстями. Только один Господь силен избавить от них просящих у Него помощи. И покоя не ищите до самой смерти. *Преподобный Севастиан Карагандинский*

Любовь к Богу и к людям – вот основа христианской жизни. Любовь есть самый великий дар, ибо она Спасителя низвела на землю и тем более может человека возвести от земли на Небо. Земная жизнь – время сеяния, будем доброй, щедрой рукой бросать семена любви, чтобы в свое время пожать нам в изобилии... Есть два образа жизни: жить для себя и жить для других. Жить только для себя, любить только себя – это позорно для христианина. Себялюбие – один из величайших грехов. Это – корень зла, от него идут ветви: гордыня, сребролюбие, сластолюбие... Есть другой образ жизни, – прекрасный мудрый, благородный: жить для других...

Ведь «Сын Человеческий не для того пришел, чтобы Ему служили, но чтобы послужить и отдать душу Свою для искупления многих» (Мф. 20.28).

Служить страждущему человечеству, помогать меньшим братьям, быть «всем вся», вот единственно достойная жизнь для каждого христианина. Пример служения людям дает нам Сам Господь Иисус Христос! *Старец Михаил (Едлинский)*

Цель нашей жизни – достигнуть Царствия Небес-

ного, оно приобретается многими скорбями. Сказано: «Многими скорбями подобает внити нам в Царствие Небесное» (Деян. 14.22). Затем сказано: «Многие скорби праведным, но от всех сих избавит Господь» (Пс. 33.20). Если скорби назначены праведным и избежать нельзя их, то что же скажем мы, грешные, в свое оправдание? Примем же все скорби, посланные нам от Господа, как неизреченную милость Отца Небесного, который хочет нас, грешных, очистить этими скорбями и ввести нас в свое Небесное Царствие. *Иеромонах Даниил (Фомин)*

Всегда надо помнить цель – спасение. Это дело всей жизни. Здесь скоро ничего не добудешь. Надо по шагам, как слепой. Потерял дорогу – стучит палкой вокруг, никак не найдет, вдруг нашел – и снова с радостью вперед. Палка для нас – молитва. А потом как молния сверкнет – озарит все, и видно, куда и как идти. Но это редко, а обычно – молись. Ничто скоро не дается. И при жизни может, и в конце не дастся, а после смерти добродетели окружают тебя и вознесут. *Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Нашей целью должна быть жизнь в единстве с Богом. Мы должны непрестанно стремиться в Царство Небесное, для которого мы предназначены. Истинная жизнь для нас – жизнь вечная. Но жить ею мы призваны уже здесь, на земле.

Постоянное пребывание в Боге... Нужно призывать Бога, прежде чем браться даже за самые простые дела, все делать перед лицом Божиим.

Мы должны пытаться все делать в Боге и ничего не делать без Бога. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Вот мы теперь живем суетно, у нас нет внимания, что-бы увидеть в своей жизни следы Промысла Божия, у нас нет разума понять, что же хочет от нас Господь в данных нам обстоятельствах жизни. А все это потому, что мы забываем о единственной цели земного бытия, о том, что оно – только путь в вечность. Мы забываем и часто становимся дерзкими богоборцами, противниками Божиих определений о нас, не принимая непреложной истины, что единственно крестным подвигом жизни человека начертывается его путь во спасение – в блаженную вечность. Только узкие и тесные врата ведут в Царство Небесное. *Архимандрит Иоанн (Крестьянкин)*

«Все, водимые Духом Божиим, суть сыны Божии» (Рим. 8.14). Святые отцы с древнейших времен всесторонне раскрывают это учение, и святая Церковь хранит его как святую истину... Святитель Игнатий говорит, что совершенный христианин «имеет в себе Бога».

Святитель Ириней Лионский спрашивает: «Что делает полная благодать Духа?» – и отвечает: «Она делает нас подобными Ему». Святой Симеон Новый Богослов говорит: «Целью всех живущих по Богу должно быть благоугождение Господу Иисусу Христу и примирение с Богом Отцом через приобретение Духа Святого и через это получить спасение: ибо лишь в этом заключается спасение всякой души. И если у нас нет этого искания Духа Святого – то напрасен всякий труд и суетно всякое желание наше; бесполезен путь, не ведущий

к сему. Кто же обогатился сим небесным сокровищем, разумею пришествием и вселением в него Христа, Который сказал: „Аз и Отец Мой приидем и обитель у него сотворим“, – тот по опыту знает, какую получил радость, какое сокровище имеет в сердце своем, беседуя с Богом... Кто же думает, что имеет в себе Духа Святого, на самом же деле не имея Его, тот, когда слышит, что действия Святого Духа явно и ощутительно бывают в тех, которые действительно его имеют, – никак тому не верит; ибо всякий по собственному состоянию судит и о других. Но кто не сподобился приобрести сие благо, тот пусть винит себя одного, а не говорит в извинение, что дело это невозможное. Будучи обличаем и удостоверяем Священным Писанием, да знает таковой, что дело сие возможно, но по причине нарушения и неисполнения заповедей Божиих каждый сам себя лишает сего блага».

Святитель Григорий Палама говорит: «Надлежит постоянною молитвою стяжать Духа Святого и не только стяжать, но и сохранить». У святого Макария Великого читаем слова, которые почти дословно совпадают со словами преп. Серафима: «Как ни прекрасны пост, молитва и различные способы и подвиги, однако неразумно останавливать на них свое внимание, но исполняя их, необходимо все свои прошения обратить на приобретение Святого Духа Божия...» *Протоиерей Валентин Свенцицкий*

Цель нашей жизни – вечная жизнь, вечная радость, Царство Небесное, чистая совесть, покой, и все это в нашем сердце. *Старец Николай (Гурьянов)*.

Жизнь – не обыкновенная вещь, которую можно провести разумно, нравственно, красиво – и только (идеал философии и науки). Жизнь подобна человеку, после кораблекрушения оказавшемуся нагим в море. Цель его – только ухватиться за предмет, могущий доставить его к берегу. В действительности существует только свет Христов и тьма диавольская, а середины нет. Все остальное – соблазны и заблуждение. Только светом Христовым можно различить тьму сатанинскую. «Свете тихий святых славы», спаси нас. *Схиигумения Мария (Дохторова)*

Цель жизни человеческой – общение с Богом, в чем и состоит спасение наших душ, их вечное блаженство. Путь – исполнения Его заповедей, подчинение Его воле, сказывающейся в обстоятельствах жизни. Труд – очищение сердца от страстей. Смирение – приводящее к вере, к принятию Его благодати, без которой ничто не может совершаться в нас благое и святое. *Игумения Арсения (Себрякова)*

## *О способностях, о благих намерениях*

Когда случится тебе сделать что-нибудь доброе, ты должен знать, что это дар Божий. Все доброе есть Божие... Итак, никогда не прельщайся поверить помыслу, который хвалит тебя за доброе дело. *Преподобный Варсонофий Великий*

*Архимандрит Сергей (Шевич)* говорил, что разум, воля и чувства должны не только действовать сообща, но сохранять равновесие между собой. Эти три способности должны помогать друг другу, друг друга контролировать и взаимно поддерживать: воля должна врачевать недуги рассудка и чувств; рассудок – недостатки воли и чувств; чувства – изъяны рассудка и воли. Разум составляет лишь одну четверть способностей, и поэтому не должен занимать в духовной жизни места больше, чем ему положено.

Старец Сергей подчеркивал, что рассудок – не только в молитве, но и во всех остальных видах деятельности, относящихся к духовной жизни, – должен действовать в согласии с сердцем. Рассудок должен действовать самостоятельно лишь для того, чтобы рассуждать о собственной ограниченности и об опасности чистого рационализма.

Простые люди преуспевали в духовной жизни зачастую больше, чем ученые. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Господь намерения благие принимает и за них грехи прощает. *Схиигумен Савва (Остапенко)*

Если хочешь, что-то сделать, не сообщай никому. Если «осуществится» на словах, то не осуществится на деле. Держи в тайне до последнего момента от всех!

...Без добрых дел, без любви к ближнему все тщетно. Даже регулярное хождение в храм не гарантирует спасения. Если при этом нет исполнения заповедей Божиих, то есть опасность разделить участь бесплодной смоковницы.

...Большое заблуждение думать, что твоим старанием можешь изменить человека. Никогда. Своей жизнью можешь. Попытками, беседой, противоречием и всем таким – никогда, или очень, очень редко. Исправление придет, когда придет время Божие. Если ты изменишь самого себя и станешь живым примером для того, кого хочешь исправить, идеалом, и он увидит тебя счастливой, тогда изменится. Когда кто молится о человеке, это нормально. Но когда пытается его исправить, нет. Это – только в руке Божией. У Бога своя программа для каждого из нас. Для всех. Мы свободны. Он знает наше шествие до последней минуты нашей жизни. Мы его не знаем. И если постараться еще более соединиться с Богом, тогда не будем иметь необходимости что-либо делать. Потому что автоматически станем примером для тех, кого желали бы видеть на Его пути. *Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гавриилия)*

## О подвигах

Если будешь читать святых отцов, то увидишь, что по многим вопросам они имеют свои мнения и иногда разногласия... Но если есть какой-то вопрос, по которому у отцов нет разногласий, так это вопрос подвига. В этом существует соборное согласие отцов. Все они воспевают пост, бдение, добровольную бедность, озлобление тела и, в общем, доброе житие... Отцы много молились, много бодрствовали, много постились, любили нищету и простоту, ненавидели мирское мудрование, боролись с заблуждениями, презирали житейский покой, убегали от наград, славы, почестей и очень любили мученичество. *Греческий старец Иоиль (Яннакопулос)*

Борьба со страстями является частью подвижнической жизни... Человек не должен совершать прыжков. Духовная жизнь должна развиваться постепенно.

Духовная жизнь требует того, чтобы мы хранили бодрость и духа, и тела... Великий пост нужно переживать не как совокупность правил, но как повод к тому, чтобы изменить нашу жизнь...

Аскеза никогда не должна восприниматься как самоцель. Нужно хранить в своем сердце главную цель христианской жизни – стяжание Духа Святого. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

У святых отцов я нашел три пророчества о последних иноках... «Последние иноки иноческих дел не будут иметь; постигнут их искушения и напасти, и которые иноки перетерпят их, таковые будут выше нас и отцов наших». Конечно, мир этого не может знать, ибо он знает и любит одну только внешнюю показность. *Валаамский старец Иоанн (Алексеев)*

Избегайте поводов к греху... Чем более духовен человек, тем меньше прав он имеет в жизни. Величайшая радость – это служение другому человеку и прощение ему ошибок. Принимающий благодеяние чувствует человеческую радость, а творящий его – радость божественную.

Наше духовное преуспевание, как и спасение, зависит от нас. Никто другой спасти нас не может.

Когда человек делает что-либо от всего сердца, то есть любит то, что делает, тогда он душевно не устает.

Не будем оправдывать себя, чтобы не препятствовать Божественной Благодати.

Сердце очищается слезами и воздыханиями... Будем плакать о своих грехах, надеясь всегда на любовь и милость Божию.

Тот, кто долго подвизается и не видит духовного преуспевания, горд и эгоистичен. Духовное преуспевание там, где много смирения, которое восполняет все. Духовное преуспевание имеет тот человек, который чувствует, что

внутри него все мерзко и непотребно. Усердный и ревностный подвиг с чувством своего убожества и надеждою на Бога – это духовный кислород. Все это придает надежность духовному подвигу. *Афонский старец Паисий*

Если налагать на тело сверх его сил, то получите омрачение духа и еще худшее ослабление тела. Не требуйте от себя больше, чем можете. Надеемся на милосердие Божие, а не на свои добродетели. Покаяние дано нашему времени взамен дел, коих не стало. Покаяние же рождает смирение и надежду на Бога, а не на себя, что есть гордость и прелесть...

Страх, даже ужас пред смертью есть следствие неправильного устройства. Пока Вы будете надеяться на свои дела и подвиги – Вы не сможете быть покойной. Ни один человек от создания мира не спасался своими делами. Нас спасает Господь. Ему мы и должны верить себя и свою судьбу и здесь, и по смерти. А если вверяем себя Ему, то по силе своей должны и поступать так, как Он велит, т.е. понуждать себя к исполнению Его святых заповедей, а в нарушениях вольных и невольных искренне каяться... *Игумен Никон (Воробьев)*

Добрые дела трудом приобретаются и болезнию исправляются. Не будет подвигов – не будет венцов... *Архимандрит Нафанаил (Поспелов)*

Борьба с собой, борьба с грехом всегда останется подвигом, а значит, будет страданием. И она же, наша внутренняя борьба, рождает и другое, еще более тяжкое страдание, ведь в мире зла и греха человек, идущий путем

праведности, всегда будет чужим в жизни мира и будет встречать враждебность по отношению к себе на каждом шагу. И с каждым днем подвижник все более и более будет ощущать свою несродность с окружающим и болезненно переживать ее.

А самоотвержение неминуемо продолжает требовать, чтобы мы во всей полноте начали жить для Бога, для людей, для ближних, чтобы мы сознательно и безропотно приняли и покорились всякой скорби, всякой душевной и телесной боли, чтобы приняли их как попущение Божие на пользу и спасение душ наших. Самоотвержение же становится частью нашего спасительного креста. И только самоотвержением можем поднять мы свой спасительный жизненный крест...

Не ищи больших скорбей и подвигов, чем те, что есть на твоём жизненном пути, – это гордость сбивает с пути. Не ищи освобождения и от тех скорбей и трудов, что посланы тебе, – это саможаление снимает тебя с креста.

Свой крест – это, значит, довольствоваться тем, что по твоим силам телесным. Дух самомнения и самообольщения будет звать тебя к непосильному. Не верь лстецу.

Как разнообразны в жизни и скорби и искушения, которые посылает нам Господь для врачевания нашего, какое различие у людей и в самих телесных силах и здоровье, как разнообразны и наши греховные немощи... *Архимандрит Иоанн (Крестьянкин)*

В чем же должен состоять подвиг, и какая цель его? Подвиг должен состоять в отрезвлении тела от сонливости, от лени, чтоб оно бодро стояло на службах церковных, на келейных молитвословиях. В отрезвлении души

от уныния, ума – от помыслов суетных, сердца – от чувств страстных, чтоб всецело внутренний человек предстал пред Господом. Это-то и есть цель всех подвигов. Но приведет ли Господь достигнуть желаемой цели? Об этом опять не нам рассуждать, а подвиг оставлять было бы грешно; и только одно уныние, подкрепленное неверием, основанное на развлечении, может пренебрегать им, сделавши своею целью удовлетворение своих страстных влечений... Помыслы безнадежия – от врага... Господь не попустит нас погибнуть. Он победит врага и наши страсти. Он дарует нам вечное спасение Своим не побеждаемым милосердием... Немощи наши не погубят нас, но может погубить нас неверие, от чего да избавит нас Господь Своим милосердием. *Игуменья Арсения (Себрякова)*

Если нет скорби при подвиге, и если тебя только все ублажают и чтут, не доходи подвиг твой ко Господу, если же подвиг ради Бога, то будет скорбь непременно. *Пузовская святая мученица Евдокия*

## О богатстве и нищете

**Р**азмышления над притчей о безумном богаче (Лк. 12.16–21). Действительно ли материальные блага – дома, имения, одежда и прочее – принадлежат человеку? Нет. Наг родился человек, наг и отъидет (Иов 1.21): своим, принадлежащим человеку, можно назвать лишь то, чего не может отнять смерть. Все прочее – богатство, слава, знания земные, красота, здоровье, разные искусства – все это будет оставлено со смертью. Самое тело будет покинуто душой. Лишь добрые дела пойдут с человеком и будут ходатайствовать за него пред Праведным Судиею, именно: любовь, радость, мир, долготерпение, благость, милосердие, вера, кротость, воздержание.

Итак, то, что имел богач, не принадлежит ему, а дано Богом на «подержание», чтобы, пользуясь богатством, творить добрые дела и через это получить спасение. Итак, вот как проявилось безумство богача:

- а) он присваивает дары Божие себе,
- б) пользуется ими во вред себе, т.е. для удовлетворения своих похотей,
- в) вопреки заповеди Божией не помогает бедным,
- г) назначает себе долгую жизнь.

За все это он получает оценку себе от Бога: «безумне», т.е. без ума духовного оказывается богач.

Есть ум плотской и есть духовный. Есть мудрость мира сего и есть мудрость духовная. Они противоположны друг другу. Так слово Божие и говорит, что «мудрость мира сего есть безумие пред Богом» (1 Кор. 3.19). Мудрость мира сего ищет богатства, славы людской, знаний нужных для земной жизни и прочее. Она не знает и не хочет знать будущей жизни и воздаяния за земную жизнь. Эта мудрость мира сего или, как еще иначе называет ее Слово Божие, «плотское мудрование», враждует против Бога и закона Божия и для спасения человека должно быть умерщвлено и заменено мудрованием духовным. Вот почему весь Великий пост Церковь молится Богу: «Умрети плоти наша мудрование и спаси мя». Безумен богач тем, что мудрствует плотским мудрованием и губит душу свою. Безумен и тем, что не готовится к будущей жизни и, думая долго жить на земле, уже осужден Богом за безумие свое: «Безумне, в сию ночь душу твою истяжут от тебя, а яже уготовал еси, кому будут?» Для кого же богач собирал?

Но мало того, что он лишается своего богатства. Душу его истяжут злые демоны, как у богача в притче о богаче и Лазаре (Лк. 16.19–31), и за то, что не использовал временной жизни так, как угодно было Господу – он осуждается на лишение Царствия Божия. Так бывает с тем, кто не в Бога богатеет. *Игумен Никон (Воробьев)*

Для чего Господь попустил быть нищим? Для твоего блага, чтобы ты мог очистить и загладить грехи свои, ибо милостыня очищает всякий грех, чтобы стяжать тебе мо-



литвенников за себя в лице их, чтобы милостивым к тебе сделать Господа твоего, ибо милостивии помиловани будут (Мф. 5.7).

Почему Господь попустил быть нищим? Потому же, между прочим, почему и тебя по твоему желанию не делает вдруг праведником. Бог мог бы сделать всех достаточными, даже богатыми, но тогда произошло бы великое забвение Бога, умножилась бы гордость, зависть и прочее. И ты как возмечтал бы о себе, если бы Господь сделал тебя вскоре праведником? Но как грех смиряет тебя, показывая тебе великую твою немощь, мерзость и непрестанную нужду в Боге и Его благодати, так нищего смиряет нищета и нужда в других людях. Обогасти нищих – многие, многие из них забудут и Бога, и благодетелей своих, погубят души свои в роскоши мира сего. Так пагубно богатство и так ослепляет оно очи сердечные! Оно делает грубым и неблагодарным сердце! *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

## О монашестве

Монах – это всегдашнее понуждение естества.  
*Святой Иоанн Синайский*

Монашеская жизнь есть древо плодоносное, которого корень – любовь, а питье – слезы покаяния.  
*Греческий старец Иероним*

Монашество само по себе имеет великую важность духовную и приносит большую пользу душевную тем, кто приступает к оному с искренним расположением и проходит оное с простотою и незлобием во смирении. *Преподобный Амвросий Оптинский*

**У**тобы вкусить радость монашества и духовной жизни, ты должен возделывать всеми силами души молитву, терпение и молчание. Без молитвы нелегко и терпеть, и молчать. Благодатью Божией я осуществил это в своей жизни. Так вселяется Христос в наше сердце. *Греческий старец Амфилохий (Макрис)*

Монах – не тот, кто изменил одежду, то есть что-то внешнее, но тот, кто изменил внутреннее. Монах должен постоянно заботиться об очищении души, иметь добрые помыслы и не давать места лукавству. Если будет действовать так, то не будет судить поверхно-

стно, будет смотреть на сердце людей, и не будет делать скорые человеческие выводы. Весь подвиг монаха – очищать душу от лукавых и злых мыслей и иметь хорошие. *Афонский старец Паисий*

Став монахами, мы обещали открывать сокровище в сердце нашем. Мы обещали соблюдать обеты Ангельского чина и там, где мы находимся, исполнять монашеские наши обязанности. Любое упущение, вольное или невольное, мы должны исповедовать духовнику, чтобы положить бальзам на раны нашего уныния, чтобы продвигаться по дороге добродетелей, ведущей в вечность.

Все монахи понуждают себя, стремятся подняться над своим человеческим естеством. Все они живут по монашескому установлению: «Телом работай, чтобы тебе прокормиться, душой трезвись, чтобы тебе наследовать Царство небесное». *Афонский старец Анфим*

Главная цель монашеской жизни – развитие духовной жизни и достижение христианского совершенства. Монастыри и монашество не случайное явление. Оно установлено святыми отцами по внушению Святого Духа, и особенность монашеского чина не в том, чтобы идти в мир и служить мирянам на пользу. Ибо мы отреклись от мира, и в монастырях ежедневно совершается Бескровная Жертва за весь мир и о мире всего мира – и это служение выше всякой благотворительности ближнему. Монастыри служат для мирян тихой пристанью от волнений житейской суеты. *Схиигумен Иоанн (Алексеев)*

В притче о хозяине, нанимавшем работников, сказано, что пришедшие в единонадесятый час получают плату наравне с проработавшими весь день и даже раньше их (Мф. 20.1–16). Эта притча применима к нам, современным монахам и искателям Царствия Божия, проводшим весь день земной жизни нерадиво. Однако, по крайнему милосердию Своему, Господь призывает нас в последний период жизни поработать в Его винограднике терпением старости, болезней, потерей близких или их страданиями. Если же безропотно понесем эти тяготы, то и нам вменится это кратковременное страдание, как работникам единонадесятого часа, как будто бы мы подвизались всю жизнь. Более того, Антоний Великий, авва Исихирион и другие утверждают, что спасающиеся в последние времена безропотно терпением скорбей будут прославлены выше древних отцов. *Игумен Никон (Воробьев)*

Монашеская жизнь – это тайное благодатное мученичество. Каждая посвятившая себя монашеской жизни душа подвергает себя продолжительному мученичеству – отсечению земных удовольствий и телесных наслаждений. Главный признак истинных монахов, подвизающихся ради своего спасения с подлинным искусством – это безызвестность, т. е. добровольное скрывание себя в монашеской безымянности, всецелое скрывание своей жизни в смирении Иисуса Христа. *Греческий старец Иоиль (Янакопулос)*

Счастлив тот монах, который научился любить

всех тайно. Не ищет любви от других, и не беспокоится, любят ли его. *Афонский старец Паисий*

Молитва – зеркало души монаха. *Афонский старец Ефрем Катунакский*

Монашеская жизнь такова: когда благодать Божия просветит человека и уведет его из мира, он приходит в общежительный монастырь или к другим братьям. Оказывает всем послушание и радуется тому, что хранит Божии заповеди. И, исполняя установленные для него духовные обязанности, ожидает с благими надеждами милости человеколюбца Бога. Таков общий путь, которым шествуют многие отцы. Однако есть и другой путь – короткий... Этот краткий путь – не находка человеческого знания, но от Самого Владыки, Который наставляет каждого, как того желает Его святая воля.

И когда человеколюбивый и Благой Бог пошлет луч Божественной Своей благодати в сердце грешника, тот сразу встает, ища духовников для исповедания совершенных им злых дел. Ищет и пустыни, и пещеры для хранения себя от страстей и исправления прежних зол трудным житием, голодом, жаждой, холодом, жарой и другими подвигами. А Господь дает ему еще больше пыла, так что как огненная печь горит его сердце жаркой любовью к Богу, [дает] и безмерную ревность для исполнения Божиих заповедей, и безграничную ненависть к страстям и грехам. *Афонский старец Иосиф*

В первой фазе монашество – это метод раскрытия сокровенных страстей. Впоследствии – это вид лечеб-

ного воспитания. А потом воздвигаются добродетели и освящается душа. *Афонский старец Гавриил (Казис)*

Монах не должен покидать кельи без надобности. Это ему навредит. Как только кто станет монахом, должен прекратить видеть мир. *Эгинский старец Иероним (Апостолидис)*

Монах должен один час работать, а другой молиться... Великий соблазн молодым людям быть в женских обителях, особенно монахам. Лучше помереть, чем душу свою потерять, и пойти в огонь адский. *Афонский старец Тихон*

Сознательный монах на опыте последовательно познает и распятие, и воскресение. Иногда предшествуют скорби, а за ними следует утешение, иногда – наоборот. У тех, кого осеняет благодать, во время подвига случается и то и другое, но по большей части они вкушают горечь крестоношения. Справедливо мы научаемся тому, что если мы с Ним умерли, то с Ним и оживем (2 Тим. 2.11). *Афонский старец Ефрем Катунакский*

Своеволие – ух, какой большой грех! У иноков это самый тяжелый грех. Это значит, послушания нет, нарушается обет иноческий. *Схиигумен Савва (Остапенко)*

Монах как рыба на сковородке жарится, чтобы

спасти свою душу и донести до конца крест, такие искушения посылаются.

...В монастыре есть только два слова: «Прости и благослови», и если этому научиться, то жизнь станет радостной и плодотворной. В монастыре любовь, прощение друг другу – это основа. Ни один день, ни одна работа не кончается без того, чтобы не помолиться и не попросить прощения: «Простите, братия». После этого расходятся по келиям на свои правила. А если кто-нибудь какой проступок сделал значительный, то он при всех старшему брату мастерской кланяется в ноги: «Прости, отче честный, согрешил». Ни один брат не уходит с работы, чтобы не быть примиренным. Так же и на повечерии. *Архимандрит Таврион (Батозский)*

Послушание – основа монашества – уничтожает в корне тщеславие и разрушает бесчисленные бесовские происки и делает послушника нищим духом, мягким сердцем, скорбящим, милосердным... Делает его исполнителем Божественной воли Христа. *Старец Даниил Катунакский*

Монашеское житие – величайший дар, который Господь дал человеку. То, что делается для Бога, должно быть сделано благолепно. *Старец Афанасий из Григорийанской обители*

Путь монашествующих – это непрестанный крест – распятие себя, отречение своей воли – это мученичество. *Схиархимандрит Захария*

Монашеская жизнь – это не есть почетное звание или титул почести, а это непрерывный подвиг добродетели, т. е. труд над очищением своего ума и сердца от скверных помыслов и пожеланий. А цель в конечном своем существе должна сводиться к тому, чтобы воскресший Господь сподобил нас узреть Его в Царствии Небесном лицом к лицу...

Если найдем в своих сердцах грехи, как-то: гордость, упрямство, самомнение, самоволие или отсутствие любви к Богу, к нашим наставникам и друг к другу – значит, мы в таком случае стоим на опаснейшем пути... Ведь монах должен быть ангелом и его назначение – постоянно славить Бога, своей доброй жизнью с небесным воинством.

Подвизайся в монашеском житии, т. е. в смирении, терпении и любви ко Господу и людям. Все свои земные попечения и тревоги возлагай на Матерь Божию и делай все то, что Ей угодно. По своей воле не поступай ни в чем. Возлагаемые на тебя послушания принимай как от Бога. В молитве будь терпелив и ревностен. В болезнях не унывай, но возлагай вину за свои немощи на свои грехи и леность. *Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Монашество – это несокрушимая твердыня христианства. Это самая высокая ступень достигнутого совершенства. Это лестница, по которой люди восходили и восходят к Богу. Это самый прямой, хотя и самый трудный путь истинной христианской жизни...

Монашество – это отречение от мира и отречение от своей воли, борьба со страстями... Монашество дума-

ет о своем спасении не из эгоистических побуждений, а по любви к Богу. Душа человеческая принадлежит Творцу, и подвижник хочет отдать ее Богу в достойном состоянии... Это не эгоистическое самоспасение, а это самоотверженное учение. Подвиг монаха полон любви к Богу, желания угодить Ему, порадовать своим исправлением, отдать на это все свои силы, чтобы по возможности успешно окончить курс...

Монашество не было бегством от людей в смысле нежелания послужить им. Это было бегство от соблазна и греха, чтобы сделать себя достойным такого служения. Каждый монах, уходя из мира, знал, что он должен всего себя отдать Богу, а если потребуется его служение людям, тогда Господь призовет его к этому служению...

«...Отвергнись себя, и возьми крест свой и следуй за Мной», – говорит Господь (Мф. 16.24). Надо идти за Христом, чтобы во всем была единая воля Божия. Надо смириться перед этой волей и отказаться от всяческой гордыни. Ибо «кто хочет между вами быть первым, да будет вам рабом» (Мф. 20.27). Смирение, то есть отказ от гордыни и самости, есть основная задача христианина в отношении своей воли, потому что «Бог гордым противится, а смиренным дает благодать» (Иак. 4.6). И в молитве Господней сказано: «Да будет воля Твоя».

А когда Господь молился по-человеческому перед Крестным страданием Своим, Он дал совершенный образ такого отречения от своей человеческой воли: «Отче Мой! если возможно, да минует Меня чаша сия; впрочем не как Я хочу, но как Ты». Еще, отойдя в дру-

гой раз, молился, говоря: «Отче Мой! если не может чаша сия миновать Меня, чтобы Мне не пить ее, да будет воля Твоя» (Мф. 26.39, 42). Смирение, отказ от своей воли, полное «отвержение себя» и есть задача монашества. *Протоиерей Валентин Свенцицкий*

«Схима – это молитва, а одежда – тряпки, а в схиме огонь – молитва. Схима – это любовь! *Московская блаженная старица Ольга*

## О духовенстве

Истинный пастырь есть тот, кто может погибших словесных овец взискать и исправить своим незлобием, тщанием и молитвою.

Кормчий духовный тот, кто получил от Бога и чрез собственные подвиги такую духовную крепость, что не только от треволнения, но и от самой бездны может избавить корабль душевный. *Преподобный Иоанн Лествичник*

Всякий духовный наставник должен быть только слугою Жениха Небесного, должен приводить души к Нему, а не к себе. *Епископ Игнатий (Брянчанинов)*

Обращаясь к священникам, *старец Афанасий из Григорьевской обители* говорил: «Вы, кто удостоился чести быть распорядителем Святых Тайн, должны во время Божественной литургии предстоять безупречными, внимательными, благопристойными облаченными в великолепное облачение...

Раз Бог удостоил тебя быть священником, то совершай Божественные литургии всей душой. Когда священник совершает литургию, он должен чувствовать, что в душе его горит лампада. И лампада эта не должна гаснуть до следующей Литургии. С первой и до последней

своей Литургии священник должен хранить свою лампаду горящей... После литургии удались куда-нибудь и в тишине прочувствуй, что тебе было дано. Избегай разговоров и никогда не смейся после Божественной Литургии!»

Торопящиеся стать духовниками и имеющие в себе еще много духовного яда похожи на неспелую и терпкую айву, из которой, сколько бы мы сахара ни положили, не получится хорошего варенья, а если и получится, то быстро прокиснет. Сладостные слова и великие истины имеют цену, когда исходят из истинных уст, и находят себе место только в склонных к добру душах и в великодушных людях, имеющих чистый ум. *Афонский старец Паисий*

Истинный пастырь носит в душе своей все то, чем нравственно живут его пасомые, сливает их духовные нужды со своими, скорбит и радуется с ними, как отец с детьми своими.

Любить добро, плакать с плачущими, радоваться с радующимися, стремиться к жизни вечной – вот наша цель и духовная красота. *Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

*Старец Даниил Катунакский* говорил о качествах, необходимых духовнику, следующее: «Во-первых, к согревающим он должен проявлять терпение и любовь. Во-вторых, он должен соблюдать тайну и предпочесть лучше умереть, чем открыть грех исповедовавшегося ему. И, в-третьих, он должен иметь своим верным спутником добродетель рассуждения».

С глубокой скорбью мы видим, что из выпускников богословских факультетов немногие являются для народа проводниками света Православия, светильниками Церкви. Почему же так получается? – Потому что большинство не проявляют усердия в упражнении добродетелями и философией по Богу, которая может уцеломудрить душу. Они покушаются внешней премудростью исполнить свою высокую миссию, и потому терпят неудачи... Великие отцы Церкви на двух крыльях: образования и добродетельной жизни – поднялись превыше земного и были посвящены в чудные тайны священного богословия, и так сохранили словесных овец Христовых от пустословия злостных еретиков. *Старец Даниил Катунакский*

Священник не может служить (совершать литургию), если что-то имеет на кого-то (если совесть будет его в чем-то обличать). *Афонский старец Ефрем Катунакский*

*Греческий старец Епифаний (Феодоропулос)* говорил: «Священство – это величайшее благодеяние Божие для людей. Это проводник благодати Божией...»

Жалко неопытных священников, потому что у них времени не хватает вычитывать все. Записки не читают на проскомидии, а в будущей жизни будут за спиной носить. Если бы были опытные, то непрочитанные записки аккуратно сложили бы в столбики, да со страхом перекрестились бы: «Помяни, Господи, всех написанных и не прочитанных по немощи человеческого естества», и они бы не отвечали по человеколюбивому Богу нашему. А они не опытные, частицы вынут, а записки везде валяются

по окнам. А за это будут нести ответ. *Преподобный Лаврентий Черниговский*

Считается великим грехом и препятствием к священнодействию, если пастырь или диакон кого-либо осудил, оскорбил, обидел или имеет к кому-либо нерасположение. *Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Священник должен быть: молитвенник непрестанный, проповедник неутомимый, Таин Божиих строитель. *Пюхтицкий старец Петр (Серегин)*

Мир сегодня более всего нуждается в хороших иереях и духовниках, ибо из-за недостатка их пустеют церкви, и наполняются психлечебницы, тюрьмы и больницы.

Иереи, имеющие супругу и семью, образцом доброй и любимой семьи составляют пример для подражания всем людям, особенно в наши дни, когда семейные основания искореняются из больного общества. *Афонский старец Паисий*

Священство или вообще святые суть священные водоемы, из которых благодатная вода сообщается прочим верующим. Реки от чрева его истекут воды живой (Ин. 7.38). *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Священник – это духовный отец своего прихода, а его приход – большая семья, которая не может существовать без пастырской любви и ежедневной молитвы. Где только возможно, он должен приходить на помощь, чтобы участвовать в их радости и печали.

Пастырь должен заботиться и о тех, которые истинной веры не знают. Их нужно просвещать светом истинной веры и располагать к благочестию, памятуя, что Христос сказал, что Ему надлежит привести овец, которые не Его двора. *Святитель Иоанн Шанхайский и Сан-Францисский*

Святитель Иоанн Шанхайский и Сан-Францисский говорил, что священник показан как идеальный пастырь в первом послании святого апостола Павла к Тимофею: он должен быть «образцом для верных в слове, в житии, в любви, в духе, в вере, в чистоте» (1 Тим. 4.12).

---

## О семье, о воспитании детей

---

«Что Бог сочел, того человек да не разлучает»  
(Мк. 10.9).

**С**упруги должны приобрести духовное богатство, любя Христа и храня Его заповеди. Так они достигнут истинной друг к другу любви и будут счастливы. Иначе они будут духовно нищими, не смогут оказать любви, демоны будут ввергать их в искушения, которые сделают их несчастными. *Афонский старец Порфирий*

Родители и воспитатели! Остерегайте детей своих всею заботливостью от капризов пред вами, иначе дети скоро забудут цену вашей любви, заразят свое сердце злобою, рано потеряют святую, искреннюю, горячую любовь сердца, а по достижении совершенного возраста горько будут жаловаться на то, что в юности слишком много лелеяли их, потворствовали капризам их сердца. Каприз – зародыш сердечной порчи, ржа сердца, моль любви, семя злобы, мерзость Господу.

Не оставляйте детей без внимания относительно искоренения из сердца их плевел грехов, скверных, лукавых и хульных помышлений, греховных привычек,



наклонностей и страстей. Враг и плоть грешная не щадят и детей: семена всех грехов есть и в детях. Представьте детям все опасности грехов на пути жизни, не скрывайте от них грехов, чтобы они, по неведению и невразумлению, не утвердились в греховных навыках и пристрастиях, которые растут и приносят соответствующие плоды по приходе детей в возраст.

Благочестие детям нам нужно давать с молоком, а не с твердой пищей, потому что, когда дети еще малы, т.е. глупые, они списывают с родителей, как бы на не записанную кассету. Тогда нужно будет позаботиться, дабы они «заполнили» ее добротой и любовью. Но когда они немного подрастут, нужно быть внимательными и действовать с рассуждением и осторожностью, как, например, когда мы заводим часы. Когда ослабевают пружины, мы заводим ее понемногу, т.к. есть опасность сломать нажатием заводной ключ, и часы тогда станут бесполезными. Мы обязаны очень добрым способом объяснять ребенку, по какой причине нельзя делать так и почему надо делать так. Но не следует постоянно бомбардировать: «не это», «не то», «не так», «не иначе». После того, как мы сделаем основное, тогда следует передать «отвертку» Христу для регулировки, дабы Он уже Сам «повернул» слегка, какой-нибудь «винт». Нельзя слишком надеяться на себя и желать все делать самим.

Детей нужно принимать с добром, потому что у нынешних детей много эгоизма и они совсем не реагируют на ругань. Если станем их ругать – сразу же душа их наполняется помыслами. Они не могут понять, что мы ругаем их для их же блага, поскольку мы их любим. Нужно

их «связать» с Богом и развивать у них сознание, что необходимо творить добро.

Очень помогает, когда родители за все проступки детей считают ответственной свою собственную жизнь, которая не такова, какая она должна бы быть рядом с Христом, и из-за них дети наследуют такое состояние. Когда родители имеют такое смиренное мнение и с искренним смирением чувствуют ответственность и искренне каются – тогда сподвигается и Христос и, как Премудрый и Всемогущий, имеет и силу, и способ, и все – и бросит им «спасательный круг» для спасения.

Нужно их «связать» с Богом и развивать у них сознание, что необходимо творить добро. *Афонский старец Паисий*

До шестнадцати лет ум человека еще не сформирован окончательно, и потому юношеству свойственно совершать множество ошибок. Родители в этом возрасте должны воспитывать своих чад «в учении и наставлении Господнем» (Еф. 6.4). Если дети научены своими родителями правильно, в них заложено прочное нравственное основание, и они идут по дороге прямой и истинной, то им всегда будут сопутствовать успех, они сохраняют душевное и телесное здоровье, в то время как от беспорядочного и бессмысленного образа жизни одни становятся неврастениками, другие – шизофрениками. Чтобы предупредить все эти болезненные состояния, мы должны стремиться к жизни во Христе и пребывать в лоне Церкви, Которая является Матерью всех нас. Церковь – это Царство Небесное, это само Тело Христово. Мы должны подчиняться Главе нашей Церкви – Христу, как наше тело подчиняет-

ся голове. Если молодежь обратится к вере и подчинится Христу, то спасется, как Он Сам нас уверял: «Обращающихся ко Мне Я исцелю» (Мф. 13.15). *Афонский старец Анфим*

Зачем на автомобиле поставили резиновые колеса с камерами? Чтобы они амортизировали и имели хорошее сцепление с дорогой и тем самым устраняли опасности... То же самое случается и с уступчивостью в семье. С ее помощью избегают многих проблем и обеспечивают постоянное духовное преуспеяние. *Греческий старец Епифаний (Феодоропулос)*

Многие родители, неправильно любя своих детей, причиняют им духовный вред. Например, мать по чрезмерной плотской любви к своему ребенку, обнимая и целуя его, говорит: «Какой ты у меня чудный ребенок», или: «Ты – самый лучший в мире мальчик» и т. п. От этого малыш весьма рано (в возрасте, когда не может еще этого осознать и возражать) усваивает высокое мнение о себе, что именно он самый лучший и умный. По этой причине он, естественно, не чувствует надобности в благодати Божией и не умеет просить Бога о помощи. Так с раннего детства в душе ребенка утверждается каменное самомнение, которое он никогда не сможет преодолеть и унесет с собой в гроб. Зло еще в том, что первые, кто страдают от этого высокоумия – это сами родители. Действительно, будут ли дети родителей спокойно сидеть и слушать наставления своих родителей, когда они уверены, что они – самые лучшие и сами все знают? Поэтому родители должны быть очень внимательными к духовно-

му развитию своих детей, ибо они несут ответственность не только за себя, но и за них». *Афонский старец Паисий*

Не дави на детей. То, что хочешь им сказать, говори с молитвой. Дети не слышат ушами. Только когда приходит Божественная благодать и просвещает их, они слышат то, что мы хотим им сказать. Когда хочешь что-нибудь сказать своим детям, скажи это Богородице, и Она все устроит. Эта молитва твоя будет, как духовная ласка, которая обнимет и привлечет детей. Иногда мы их ласкаем, а они сопротивляются, в то время, как духовной ласке они не противятся никогда. *Афонский старец Порфирий*

Родители пусть воспитывают своих детей с колыбели. Пусть они учат их страху Божию, пресекают их злые стремления и порывы, пусть не заискивают перед ними и не удовлетворяют их дурных пожеланий и вкусов. Как мягкий воск, который ты лепишь, как хочешь, принимает любую печать, так и из маленького ребенка ты можешь вылепить все, что пожелаешь. Буквы, написанные на чистой бумаге, останутся неизгладимыми. И то, что узнает маленький ребенок, неизгладимо останется с ним до старости. *Старец Филофей (Зервакос)*

В утешение семейным людям *старец Григорий (Давыдов)* говорил: «Четки не спасут, жена не лишит рая».

Как начнут дети говорить, заставляйте их, чтобы выучили самые главные молитвы: «Богородице Дево, радуйся», «Царю Небесный», «Отче наш», Воскресную молитву, «Верую», псалмы 50-й и 90-й и еще что, по спос-

обностям ребенка. И учите их любить делать добро. За зло люди страдают, болеют или еще какие-нибудь терпят скорби. А иногда и за родительские грехи страдают дети. *Старец Феодор (Соколов)*

Любите детей, всех благословляйте, не укоряйте, а ласково обращайтесь. Ласковое слово, аки вода: вода мягкая, а камень пробивает. *Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)*

О детях никому не жалуйся, кроме святых угодников и Матери Божией. И не хвались, не раздражай врага. Будет плохо – людям радостно, будет хорошо – вызовешь зависть. *Старец Николай (Гурьянов)*

Беременная женщина должна молиться, должна исповедаться, причащаться, потому что все, что с ней случается, случается с ребенком, которого она ожидает. Когда ребенок рожден, надо над ним и о нем молиться, даже если почему-либо не молишься вместе с ним. А чтобы молиться вместе, мне кажется, надо искать молитвы (допустимо их и сочинять), которые могут дойти до ребенка, – не вообще до ребенка, а именно до этого ребенка. Чем он живет, кто он такой, как, будучи собой, он может говорить с Богом – это знают только родители, потому что они знают, как их ребенок говорит с ними.

Если же говорить о вере, то надо передавать детям Живого Бога, – не устав, не какие-то формальные знания, а тот огонь, который Христос принес на землю для того, чтобы вся земли или, во всяком случае, каждый верующий стал бы купиною неопалимой, горел, был бы светом,

теплом, откровением для других людей. И для этого нам надо передавать именно Живого Бога – примером своей жизни... Я не восторгаюсь, когда детей учат методически, скажем, что жизнь Иисуса Христа протекала так-то и так-то. Детям нужна не осведомленность, а те вещи, которые могут дойти до них; нужен живой контакт, который может взволновать душу, вдохновить. Нужна не просто история как история. Пусть рассказы будут разрозненные, – в свое время они найдут свое место...

Пост для детей надо проводить разумно, то есть так, чтобы он не был сплошной и бессмысленной мукой, а имел бы воспитательное качество. Мне кажется, для ребенка важнее начать пост с какого-то нравственного подвига. Надо ему предложить, дать ему возможность себя ограничить в том, где больше проявляется лакомство, жадность, а не в качестве той или иной пищи. Надо, чтобы он это делал, сколько может, в сознании, что этим он утверждает свою преданность Богу, побеждает в себе те или другие отрицательные наклонности, добивается власти над собой, самообладания, учится управлять собой. И надо постепенно увеличивать пост, по мере того как ребенок может это сделать. Ясно, что нет необходимости есть мясо: вегетарианцы никогда его не едят, и при этом живут и процветают, так что неверно говорить, что ребенок не может поститься без мяса. Но, с другой стороны, надо учитывать, что ребенок может сделать по состоянию здоровья и по своей крепости. *Митрополит Сурожский Антоний*

Кто вступает в брак, тот вступает как бы в монастырь. Потому что брак – священный. Это таинство Божие и

церковное... Потому что от одних концов земли идет один человек и от других концов – другой, а сегодня они оба супруги. Как это произошло? По моему разумению, родиться, выйти замуж, умереть – отнюдь не в наших руках. Это установлено Богом. Итак, эти два человека стали супругами. Супруга своего ты должна считать игуменом... Почему? Потому что основа счастья в этом мире – перестать иметь свою волю, из-за эгоизма. Итак, когда мы перестаем иметь свою волю, и оба хотим слушаться воли Божией, тогда приходит благословение Божие...

...Где кончается любовь и где начинается идолослужение, многие люди не осознают. Скажем, мы – родители, и имеем ребенка. И мы его любим, любим, любим... И потом этот ребенок занимает место Бога. Я это видела много раз. Малыш становится идолом, и мы забываем Бога ради этого ребенка. У одного так было с его сыном. Ребенка взял Бог. Было что-то ужасное. Но и такое посвящение себя было ужасающим. Требуется большое внимание... *Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гавриилия)*

Все хотят детей хороших, а какие мы сами?

...Раньше детям на каждом шагу говорили: это можно, это нельзя. Сейчас родили, крестили, в мир пустили. Плывайте в море по волнам своей воли! А кто хочет жить своей волей, тот все потеряет. Волей Божией скорби терпеть можно... *Блаженная старица Варвара (Трофимова)*

## «Память смертная» в учении старцев

Кто умертвил себя для всего в мире, тот истинно помнит смерть, а кто еще имеет какие-либо пристрастия, тот не может упражняться в помышлении о смерти. *Преподобный Иоанн Лествичник*

В «Отечнике» есть изречение аввы Евагрия: «Постоянно содержи в памяти предстоящие тебе кончину и суд – и сохранишь душу свою от согрешения». Если мы будем ежедневно приводить себе на ум это изречение, то не ослабевает ревность наша, и мы сможем удержаться от греха. Наш ум должен постоянно обращаться к взысканию Бога и непрестанно вспоминать Страшный суд Неприятного Судии, Господа нашего. Только так могут утихнуть наши страсти. Память смертная неразрывно связана со страхом Божиим. *Афонский старец Анфим*

Отцы Церкви говорили: «Имей память смертную». Это не значило, как многие сейчас понимают: «Всю жизнь думай, что за плечами смерть – как страшно!» Отцы говорили о другом: о том, что если ты не живешь всем

своим существом, всей душой, всем мужеством своим, с готовностью даже умереть, то ты живешь только полужизнью.

В древности, когда христиане были ближе и к своим языческим корням, и к волнующему, потрясающему опыту обращения, к откровению во Христе и через Него Живого Бога, о смерти говорили как о рождении в вечную жизнь. Смерть воспринималась не как конец, не как окончательное поражение, а как начало. Жизнь рассматривалась как путь к вечности, войти в которую можно было открывшимися вратами смерти. Вот почему древние христиане так часто напоминали друг другу о смерти словами «имей память смертную»; вот почему в молитвах, которые, как драгоценное наследие, передал нам Иоанн Златоустый, есть строки, где мы просим Бога дать нам память смертную. *Митрополит Сурожский Антоний (Блум)*

Когда я вспоминаю смерть, я попираю свое высокомерие и постигаю, что я ничто. Я чувствую, что богатство, честь и мечтания о тленном суетны и бесполезны, и только смиренное познание самого себя, любовь к ближнему и подобное сему могут мне много помочь в час моего исхода. *Афонский старец Даниил (Димитриадис)*

Представляй себя в гробу и вокруг – других, скорбящих, и говори себе: «Эти мне не смогут ничем помочь, только я могу сделать что-то для спасения, пока живу». *Эгинский старец Иероним (Апостолидис)*

Тот, кто проживает каждый день своей жизни как последний, никогда не согрешит. *Афонский старец Анфим*

«Помни последняя своя и во веки не согрешишь» (Сир. 7.9). Пока жив, спасайся, время не теряй, плачь, молись, смирайся, будь готов и знай, что когда оставишь свет, будешь позван на ответ.

Боюсь трех вещей: когда умру, как умру и где обрящуся. *Глинский старец схиархимандрит Андроник*

Не надо ли нам помнить, всегда помнить слова Христовы: «Да будут чресла ваши препоясаны и светильники горящи» (Лк. 12.35)...

Надо всегда быть готовыми к смерти. Надо ложась в постель и вставая от сна думать, не будет ли это моя последняя ночь, мой последний день? Не попаду ли сегодня под трамвай на улице? Не погибну ли как-либо иначе?

Если так будем настроены, то к нам не будут относиться эти слова Божии: «Безумный! в сию ночь душу твою возьмут у тебя» (Лк. 12.20). *Святитель Лука (Войно-Ясенецкий)*

Нужно проживать каждый день, как если бы он был единственным... Благодаря памяти смертной в нашей жизни не останется места скучным дням: нужно проживать каждый день значительно...

Нужно вести себя, как благоразумный разбойник на кресте, так как, возможно, впереди у нас не больше времени, чем было у него; наше состояние должно быть подобно бодрствованию мудрых дев, которые всегда следили за тем, чтобы в светильниках было масло, чтобы не пропустить встречу с Небесным Женихом и оказаться приглашенными на свадебный пир (Мф. 25.1–13). Память смертная помогает выполнять заповедь Христа: «Бодрствуй»

вуйте, потому что не знаете ни дня, ни часа» (Мф. 25.13). Однако ее положительный эффект относится не только к будущему, но и к настоящему. Во всех делах твоих помни о конце твоём, и вовек не согрешишь (Сир. 7.9).

Память смертная побуждает нас к тому, чтобы быть более активными в стремлении к спасению. Она помогает избежать застоя в духовной жизни и позволяет нам избавиться от праздности и отчаяния. *Архимандрит Сергий (Шевич)*

В молитвах, которые, как драгоценное наследие, передал нам Иоанн Златоуст, есть строки, где мы просим Бога дать нам память смертную...

Апостол Павел в одном из Посланий говорит, что мы должны дорожить временем, потому что дни лукавы. И действительно, разве не обманывает нас время? Разве не проводим мы дни своей жизни так, будто наскоро, небрежно пишем черновик жизни, который когда-то перепишем начисто; будто мы только собираемся строить, только копим все то, что позднее составит красоту, гармонию и смысл? Мы живем так из года в год, не делая в полноте, до конца, в совершенстве то, что могли бы сделать, потому что «еще есть время»: это мы dokonчим позднее; это можно сделать потом; когда-нибудь мы напишем чистовик. Годы проходят, мы ничего не делаем, – не только потому, что приходит смерть и пожиная нас, но и потому, что на каждом этапе жизни мы становимся неспособными к тому, что могли сделать прежде. В зрелые годы мы не можем осуществить прекрасную и полную содержания юность, и в старости мы не можем явить Богу и миру то, чем мы могли

быть в годы зрелости. Есть время для всякой вещи, но когда время ушло, какие-то вещи уже осуществить невозможно...

Дни лукавы, время обманчиво. И когда говорится, что мы должны помнить смерть, это говорится не для того, чтобы мы боялись жизни; это говорится для того, чтобы мы жили со всей напряженностью, какая могла бы у нас быть, если бы мы сознавали, что каждый миг – единственный для нас, и каждый момент, каждый миг нашей жизни должен быть совершенным, должен быть не спадом, а вершиной волны, не поражением, а победой. И когда я говорю о поражении и о победе, я не имею в виду внешний успех или его отсутствие. Я имею в виду внутреннее становление, возрастание, способность быть в совершенстве и в полноте всем, что мы есть в данный момент. *Митрополит Сурожский Антоний*

Монах должен иметь три помысла, говорят святые отцы: о смерти, о суде и о воздаянии... Над приобретением памяти о смерти нужно потрудиться, как вообще над каким бы то ни было приобретением, – ничто не приходит само. Памятование о смерти приведет к помыслу о суде... Страшен час смерти, но все же и после исхода из тела душа продолжает жить в мире, созданном для нее. Но что же будет с душою, когда весь этот мир, в котором она жила, с которым соединена неразрывными узами, весь этот вещественный мир уничтожится, сгорит, перестанет существовать? Уничтожиться, умереть вместе с ним она не может, но и к жизни другой, высшей, она не имеет в себе способности. Вот к

каким помышлениям приводит память смертная. Нужно ее приобрести...

...Хорошо иметь память смерти, но с разумом. Когда она служит к отречению, к умилению, к сокрушению духа, к смирению. Если же она производит уныние, то и самая память смерти будет вести не к спасению, а к гибели. Во время уныния полезнее иметь память милости Божией, Его благодати. Его дарований, туне (даром) нам посылаемых, спасения, даруемого Им нам и обстоятельствами жизни, и самыми нашими падениями. Все хорошо в свое время, в не вовремя и самое хорошее может послужить во вред. Но есть одно дело, для которого всегда время, это дело – смирение духа, оно лучше всего. *Игуменья Арсения (Себрякова)*

## О болезнях

Господи, Ты видишь мою болезнь. Ты знаешь, как я грешен и немощен, помоги мне терпеть и благодарить Твою благодать. *Преподобный Силуан Афонский*

**Н**емощи подвигают нас к добру, когда мы терпим их безропотно, просим Бога простить наши грехи и славим имя Его. *Афонский старец Порфирий*

Постигающие нас болезни суть следствия грехов наших, и невозможно совершенно избавиться от болезней, не очистившись прежде от грехов, как нельзя уничтожить следствия, не уничтоживши причины.

Когда страдает от болезней плоть твоя, помни, что страдает первый враг твоего спасения, который болезнью обессиливается, и терпи великодушно болезнь свою во имя Господа Иисуса Христа, нас ради претерпевшего крест и смерть; еще помни, что все наши болезни суть наказание Божие за грехи; они очищают, примиряют нас с Богом и вводят снова в любовь Его: «Ты даруешь нам мир; ибо и все дела наши Ты устрояешь для нас» (Ис. 26.12). Помни, что в болезни Господь с тобою: «С ним Я в скорби» (Пс. 90.15), что она произошла от мановения Владыки, отечески наказующаго нас. Веруя во время бла-

гополучное, смотри не отпадай во время напасти, но, как мученик, будь постоянен в вере, надежде и любви.

Так как Бог есть жизнь, а болезни и недуги суть уклонения от жизни, то одно прикосновение к нам источной, первой Жизни исцеляет их; потому-то Спаситель, Который есть Живот всех, исцелял и исцеляет людей одним прикосновением. Это же должно сказать и о исправлении каких-либо заразительных предметов: одно мановение, слово Всетворца и Всезиждителя – и они незаразительны (воздух, вода, растения, животные).

Когда получишь исцеление от какой бы то ни было болезни, воздай благодарение Господу следующим кратким славословием: «Слава Тебе, Господи Иисусе Христе, Сыне едиnorodный безначального Отца, едине исцеляй всякий недуг и всяку язю в людях (Мф. 4.23), яко помиловал мя еси грешного и избавил еси мя от болезни моея, не попустив ей развиться и умертвить меня по грехам моим. Даруй мне отныне, Владыко, силу твердо творить волю Твою во спасение души моей окаянной и в славу Твою со безначальным Твоим Отцем и единосущным Твоим Духом, ныне и присно и во веки веков. Аминь».

Когда Господь поразит тебя сильною скорбью, или болезнью, или бедою, тогда будь благонадежен, что Он верно пошлет тебе и отраду; и соответственно твоим страданиям подаст тебе потом благодать мира, силы и радости. Ибо «щедр и милостив Господь, долготерпелив и многомилостив: не до конца гневается, и не вовек негодует. Не по беззакониям нашим сотворил нам, и не по грехам нашим воздал нам» (Пс. 102.8–10).

Если плотскому человеку легко, то духовному тяжело; если внешний человек цветет, то внутренний тлеет.

Вот как противоположны в нас ветхий человек, греховный, плотский и человек новый благодатью Христою; потому-то апостол и сказал: «Если внешний наш человек и тлеет, то внутренний со дня на день обновляется» (2 Кор. 4.16). И это мы часто сами испытываем. Потому истинный христианин должен желать злостраданий внешних, плотских, мирских – они укрепляют дух его. О ропоте он и думать не должен. Как роптать на то, что приносит пользу его бессмертной душе, хотя и средствами очень противными для его плотского человека? Болезни, пожары, похищения, бедность, несчастья, войны, голод – часто благодетели душе. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Болезни на земле трудно переносить, но ведь без них мы бы совсем погрязли в суете земной.

Болезни и скорби – это наш удел, и притом неизбежный.

Болезнь есть уже своего рода подвиг, только бы не было ропота и уныния.

Болезни надо нести с терпением и без ропота, тогда они приносят большую пользу для души.

Где бывает человеческая помощь бессильна – там Господь проявляет Свою милость. Но для того, чтобы эта помощь совершалась над нами и оказывала нам свое спасительное действие, с нашей стороны нужна вера и добрая святая жизнь. А у нас нет ни того и ни другого. И мы по своей греховности не можем вознестись к Престолу Всевышнего и испросить у Него помощи. Поэтому нам надо отслужить молебен Матери Божией пред Ее иконой «Всех скорбящих радости»,



святому Пантелеимону Исцелителю и святителю Николаю. Они, если это будет на пользу человеку, умолят Бога – и скорби обратятся в радость. *Схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Болезнь нам необходима, иначе не спасемся. Болезни – гостинцы с неба. *Преподобный Севастьян Карагандинский*

А болезнь – это звонки к будущей вечной жизни, ибо эта наша временная жизнь в сей юдоли плачевной наполнена разными скорбями и есть ни что иное, как путь к вечности и приготовление к ней. *Схиигумен Иоанн (Алексеев)*

Те, кто родились калеками или стали калеками по вине других или по своей собственной невнимательности, если не ропщут, но смиренно славят Бога и живут со Христом, будут причтены Богом к исповедникам. *Афонский старец Паисий Святогорец*

Болезнь дается человеку для того, чтобы он опомнился и покался...

Наша жизнь – это приготовление к вечности. Наша жизнь – капля, а вечность – океан. Поэтому нужно бояться греха и о себе не думать больше, чем о ближнем...

Когда заболите, прежде чем идти к врачу, сходите в церковь, причаститесь и помолитесь о здравии лечащего врача: «Господи, вразуми раба Твоего (имя) найти лекарство от моей болезни». *Великовражский старец Григорий Долбунов*

Прежде чем обратиться к врачу, (нужно) сначала покаяться в своих грехах с семилетнего возраста, причаститься, пособороваться, отслужить молебен о здравии, попросить, чтобы Господь умудрил врача, и тогда Небесный Врач поможет земному врачу, и тот сотворит чудо исцеления. *Старец Григорий (Давыдов)*

Болезнь посылается человеку для того, чтобы он оставался наедине с Богом. *Архимандрит Серафим (Батюков)*

У Бога болезней нет, это грехи наши болят. *Старец Леонтий*

Болезни допускаются тогда, когда мы не способны к подвигам. Наше горе в том, что мы очень нетерпеливы и малодушны.

Большим утешением в болезнях был бы навык непрестанной Иисусовой молитвы. Она «прививается» только при сокрушении о грехах и смирении. Опытные знающие о том, какую радость дает молитва, уже не хотят перемен, так как боятся потерять молитву в суете будней. *Глинский старец Серафим (Романцев)*

С болезнью Христос посещает тебя, чадо... *Старец Афанасий из Григорианской обители*

Прекрасные и полезные вещи – скорбь и болезнь. Болезнь я считаю даром Божиим. Многие познали Бога благодаря пережитой ими болезни. *Эгинский старец Иероним (Апостолидис)*

Игнатий Брянчанинов говорит, что болезни – это напоминание нам от Господа, что смерть наша не за горами, и следует нам очистить все прошлое искренним сокрушением, покаянием, принятием Святых Таин. Премудрость Божия так велика, что и зло Господь обращает в пользу человека. Эта мысль раскрыта многими святыми отцами. Дело вот в чем. Человек может спастись через веру и исполнение всех заповедей. Исполнение их изменяет психику (душу) человека, обновляет его, делает человека новым по образу Божию, точнее – по образу Спасителя Иисуса Христа.

Самым основным свойством «нового» человека является смирение – «Научитесь от Меня, ибо Я кроток и смирен сердцем» (Мф. 11.29) – без которого исполнение всех даже заповедей не только не приближает человека к Богу, но делает даже врагом Божиим, т. к. если не будет смирения, то обязательно будет гордость... Оказывается, что грехопадения человека и могут помочь ему в приобретении смирения (если только человек не будет винить в своих падениях никого и ничего, а обвинит себя, что и есть вполне правильно... Это подтверждают и угрозыния совести после совершения греха)... *Игумен Никон (Воробьев)*

Святитель Игнатий Брянчанинов говорит: «Случайностей нет, нет слепого случая. Бог управляет миром, Бог управляет вселенной, управляет Бог и жизнью каждого человека во всей ее подробности». Вот на этих словах мы всю жизнь свою, все учение проводим, утешаем себя во всех случаях. Например: явилась болезнь, мы уверены в том, что она не случайно явилась, или от греха, или от нашей неосторожности...

Во святой книге Псалтирь говорится: Все пути Господни есть милость Божия. Вот и утешение и болящим... Легче перенести эти болезни тут, а в будущем избавиться вечных мук, малая ли выгода для болящих!

Причина какая-нибудь есть попущению болезни, однако и в болезни нельзя дремать! Не сычать, не гневаться, не раздражаться, если не по-твоему говорят или делают. Святые предлагают нам всем рецепт, говорят: «Нет большей добродетели, как простить ближнему его обиду, за это изглаживаются грехи тайные, никому неведомые, кроме твоей совести». *Старец Никита (Лехан)*

Лучше потерпеть боли и очиститься от греха, нежели быть здоровым и быть обреченным на муки огня.

Если благодати нет, то человек не может сам по себе терпеть. *Схиархимандрит Виталий (Сидоренко)*

Болезни и скорби надо переносить с благодарностью. Они нас очищают. Надо умолять Господа о прощении грехов и никогда не унывать, ни в коем случае не отчаиваться! *Архиепископ Гавриил (Огородников)*

Только по вере в Бога, смирению и преданности Ему в... немощи может действовать Его благодатная сила, и надо просить помощи, испрашивая ее во всех жизненных состояниях и действиях, во всяком шаге, в самых малых вещах – в терпении болезни, в служении, беседах, руководстве. *Московский старец протоиерей Василий Серебrenников.*

Я всегда говорю слова святого Евангелия: «Ищите прежде Царствия Божия, а остальное все приложится вам». Главное, чтобы мы заботились о спасении, а не о телесном здравии. А когда будем искать спасения, тогда узнаем, как освободиться от черных сил. Покаяние – правильный путь ко спасению. Человек, возрождаясь духовно, получает спасение и исцеление. *Схиигумен Иероним (Верендякин)*

Настало такое время, что только скорбями и спасается человек. Так каждой скорби надо в ножки поклониться и ручку облобызать....

И болезни – попушение Божие – споспешествуют благу человека. Они притормаживают наш безумный бег по жизни и заставляют призадуматься и искать помощи. Как правило, человеческая помощь бессильна, истощается очень быстро, и человек обращается к Богу. *Архимандрит Иоанн (Крестьянкин)*

Врач – лекарь, да и молитва не мешает, и преданность Богу нужна – то и другое пусть идет вместе. Не понял – перемены лекарство. Молитесь, чтобы Господь надоумил: если не надоумит, верно, лучше для вас жить с больной головой. Помогите вам, Господи, поговорить в утешение и укрепление. *Блаженная старица Варвара (Трофимова)*

Схимонахиня Антония (Кавешникова) говорила, что нередко дети болеют из-за того, что брак не венчанный, и советовала немедленно повенчаться... Призывала женщин молиться за загубленных детей со слезами, с великим сердечным плачем... Одной женщине

матушка Антония назвала число аборт, сделанных ею самой и ее матерью, и сказала, как нужно молиться. После выполненного правила улучшилось состояние ее тяжелобольного сына, стали отходить другие скорби.

Схимонахиня Антония советовала читать 90-й псалом и «Отче наш» по семь раз, когда болеют дети. «Если что-то серьезное, читать по двенадцать раз... Если несчастье случилось с человеком, надо читать 90-й псалом... Если беспокойные дети, болезненные, то над спящими надо почитать сорок раз молитву „Богородице, Дево, радуйся“ и три воскресенья подряд причастить детей Святых Христовых Таин... Когда бывают нечистые помыслы, уныние, тоска – много раз читать молитву «Богородице Дево, радуйся». Господь непременно ради молитв Божией Матери даст мир душе...»

Когда посещаешь больного человека, прочитай молитву за болящего или акафист и обязательно зажги пасхальную (красную) свечу.

За непослушание Господь попускает болезни. Пустовская святая мученица *Евдокия*

Болезни – напоминания смерти, и надо готовиться к ней... отречением от земли, от всего, что составляет ее жизнь и сладость. *Игуменья Арсения (Себрякова)*

*Рязанские старицы Анисия, Матрона и Агафия Петрины* говорили, что переносить посильные болезни необходимо и спасительно. Случайно никто не болеет. Болезнь посылается Богом как спасительный крест,

или как епитимия за свои грехи или грехи рода. Во всех случаях терпеливое несение болезней, без ропота и с благодарением, ходатайствует страдальцу спасение. Иногда ниспосланная Богом болезнь является ограждением от больших грехов. (Они молились об исцелении страждущих только в тех случаях, когда предвидели, что полное выздоровление не повредит душе просящего.)

---

## О смерти

---

«Когда земной наш дом, эта хижина, разрушится, мы имеем от Бога жилище на небесах, дом нерукотворенный, вечный» (2 Кор. 5.1).

«Положено человекам однажды умереть, а потом суд» (Евр. 9.27).

**Ч**еловек не умирает, а только переходит в другую, вечную жизнь. Тело – из земли, в землю и войдет, а душа – от Бога, к Богу и пойдет. А там уж Его святая воля: кого куда определить – по делам каждого. «Да будет, Господи, милость Твоя на нас, ибо мы уповали на Тебя» (Пс. 32.22). *Схиизгумен Иоанн (Алексеев)*

Ты в горести души своей желаешь иногда умереть. Умереть легко, недолго; но готов ли ты к смерти? Ведь за смертью следует суд всей твоей жизни (Евр. 9.27). Ты не готов к смерти, и если бы она пришла к тебе, ты затрепетал бы всем телом. Не трать же слов попустому, не говори: лучше бы мне умереть, а говори чаще: как бы мне приготовиться к смерти по-христиански – верою, добрыми делами и великодушным перенесением случающихся со мною бед и скорбей и встретить

смерть без страха, мирно, непостыдно, не как грозный закон природы, но как отеческий зов бессмертного Отца Небесного, святого, блаженного, в страну вечности. Вспомни старца, который, утрудившись под своим бременем, захотел лучше умереть, чем жить, и стал звать к себе смерть. Явилась – не захотел, а пожелал лучше нести тяжелое бремя свое.

Страшная истина. Нераскаянные грешники после смерти теряют всякую возможность измениться к лучшему и, значит, неизменно остаются преданными вечным мучениям: грех не может не мучить.

Смерть неизбежна и смерть безвредна – вот две истины, которые мы должны всегда помнить, чтобы достойно приготовить себя к часу кончины и не страшиться его и не трепетать. Смерть была очень страшна для человека до пришествия на землю Христа Спасителя, когда грех – сила ее – царствовал в человеческом роде и не было никаких средств освободиться от него и от смерти. Но после явления Господа на землю, когда Он одержал победу над грехом и смертью, весь ужас ее исчез, она стала как бы мирным сном, после которого настает радостное утро всеобщего воскресения. *Схиархимандрит Кирилл (Павлов)*

Для верующего смерть – это лишь переход в жизнь вечную. Для христианина страшна не смерть, разлучающая душу с телом, а страшен грех, разлучающий душу с Богом, страшна смерть духовная. И вот тут-то и помогают душе молитвы Церкви и всех близких и любящих эту душу, а также дела милосердия, за нее творимые. Нашему верующему сердцу хочется, возмож-

но, теснее соединиться с Господом, что бы не только чувствовать Его около себя, но и входить с Ним в теснейшее общение. И в этой жажде нашего бессмертного духа Спаситель идет нам навстречу. Накануне своих страданий Он учредил таинство Святого Причащения, чтобы мы соединились с Господом и духом, и телом, причащаясь Святых Таинств. *Схиархимандрит Агапий (Агапов) (до принятия схимы – Афиноген)*

Тяжело умирать полным физической жизни, не удовлетворившим душу добрыми делами, то есть не проявившим любви духовной.

Смерть есть переход жизни в новые формы и приязанность к старым, низшим формам есть мучение. Смерть не страшна только человеку находящемуся в благодати. В этом должна быть наша цель. *Старец иеромонах Петр (Серегин)*

Вот что я заметил: большая ошибка и немощ много заботиться о том, чтобы продлить нашу жизнь. Жизнь и смерть в руках Божиих, и Господь сказал: «Ищите же прежде царства Божия и правды Его, и это все приложится вам» (Мф. 6.33).

Смерть неестественна человеку, поэтому все ее боятся. Но вера в Господа и надежда на милосердие Божие, надежда прейти из тяжелой земной жизни в неизреченное, нескончаемое блаженство может не только ослабить страх, но и радовать человека, как избавляющегося от опасной и воистину страшной в наше время жизни. Надо готовиться к смерти всем и каждый день хоть немного размышлять о ней. Ведь и

Церковь ежедневно молится: «Христианской кончины живота нашего, безболезненны, мирны, просим».

Надо мысленно на молитве проходить свою жизнь и просить прощения за все сделанные грехи не только делом, но и словом и помышлением. Кающемуся Господь все прощает, а тогда нечего и смерти бояться.

Нужно смотреть на смерть по слову Божию: «Имею желание разрешиться и быть со Христом» (Флп. 1.23). Так смотрел апостол Павел и все святые. Земная жизнь – ссылка для исправления. Как радостно освободиться из тюрьмы или из лагеря, так же, лучше сказать, неизмеримо радостнее выйти из мрачной земной жизни.

Сказано: «Исполни заповеди, тогда спасешься». А так как мы немощны, испорчены, подвластны или доступны бесам, то Господь дал нам покаяние и другие таинства. Если искренно покаемся, то Господь прощает нас, т. е. очищает нашу душу от греховных язв и обещает кающемуся Царствие Божие. Седмижды семьдесят раз на день покаешься – и столько же раз получишь прощение.

Помни, что Господь создал людей не для муки, а для божественной радости. Все небо радуется о каждом грешнике кающемся и через это спасающемся. Смерть есть рождение, а рождение редко бывает совсем без скорби, но эта скорбь превращается в радость, ибо родился человек для царствия Божия. Укоряй себя в каждом грехе, в каждой дурной мысли, в маловерии, сомнении, в бестолковом страхе смерти, укоряй и кайся тут же, и будешь так приобретать спокойствие и мир душевный, преданность в волю Бо-

жую. И вся Церковь молится за нас: «Христианской кончины живота нашего, безболезненны, непостыдны, мирны, и доброго ответа на Страшном Судище Христове просим». И ты присоедини свой голос к голосу Церкви. Господь да вразумит тебя и успокоит.  
*Игумен Никон (Воробьев)*

## Советы старцев

**а**фонский старец Тихон, прежде чем давать советы, молился, призывал Духа Святого, чтобы Тот пришел и просветил его, чтобы его совет был полезен тому, кто вопрошает. Он говорил: «Господь оставил нам Святого Духа, чтобы мы просвещались. Он и есть наш единственный руководитель. Посему и Церковь наша начинает всегда службу свою с призывания Духа Святого: «Царю Небесный, Утешителю, Душе Истины».

Ты не можешь без благодатной помощи победить ни одной страсти, ни одного греха, – проси же всегда помощи у Христа Спасителя своего. Он для того и пришел в мир, для того пострадал, умер и воскрес, чтобы во всем помогать нам, чтобы спасти нас от греха и от насилия страстей, чтобы очищать грехи наши, чтобы подавать нам в Духе Святом силу к деланию добрых дел, чтобы просвещать нас, укреплять нас, умиротворять нас. Говоришь: как спастись, когда на каждом шагу грех стоит и на всякую минуту грешишь? На это ответ простой: на всяком шагу, на всякую минуту призывай Спасителя, помни о Спасителе и спасешься, и других спасешь.

Очень простое дело молиться, но в то же время и очень сложное. Ты знаешь, как молится дитя, обращаясь к своей матери. Оно не ищет искусных слов, а просто говорит и просит о помощи. Вот так и ты проси Бога просто, без всякого искусства и Господь услышит твое прошение. Но будь одновременно и мудрой, чтобы сохранять внимание на молитве. *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Средство получить успех в каком-либо добром деле. Когда молишься дома на вечерней или утренней молитве или в церкви за службою имей, на сердце заботу о совершении этого дела и сердечное желание исполнить его во славу Божию. Господь и Пречистая Матерь Его непременно вразумят тебя, положат на твое сердце светлую мысль как совершить его. Если ты хочешь писать беседу или проповедь и не знаешь о чем писать, на сердце твоём нет живой воды – только позаботься о том искренно на молитве, и Господь и Пречистая Матерь непременно ясно покажут тебе предмет слова и части его, твой ум и сердце озарятся ясным ведением сторон предмета.

Когда во время молитвы враг будет производить в тебе сильный позыв к пище, презри это вещественное, нервическое раздражение, укрепи сильнее сердце свое в молитве, воспламени его верою и любовью и скажи искусителю слова Спасителя: «Не хлебом одним будет жить человек, но всяким словом, исходящим из уст Божиих» (Мф. 4.4). Молитва – моя лучшая пища, укрепляющая и просвещающая и душу, и тело.

Отказывай себе в чувственных удовольствиях в той надежде, что вместо них получишь удовольствия высшие, духовные, божественные. Оказывай всякое добро

ближнему в надежде, что по правде Божией возмерится тебе, в ту же меру мериши (Мф. 7.2), что добро, оказанное тобою ближнему, рано или поздно в недро твое возвратится, равно как зло, сделанное тобою ему, или тотчас же или скоро в недра твои возвратится. Помни, что мы одно тело. «Мы многие одно тело» (1 Кор. 10.17). Помни, что Бог праведен в высочайшей степени, до йоты.

Не имей пристрастия не только к пище и питью, к одежде, к просторному и благоукрашенному жилищу, к богатой утвари домашней, но и к своему здоровью, даже к своей жизни не имей ни малейшего пристрастия, предав всю жизнь свою в волю Господню, говоря: «Для меня жизнь – Христос, и смерть – приобретение» (Флп. 1.21). *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

Где бывает человеческая помощь бессильна – там Господь проявляет Свою милость. Но для того, чтобы эта помощь совершалась над нами и оказывала нам свое спасительное действие, с нашей стороны нужна вера и добрая святая жизнь. А у нас нет ни того и ни другого. И мы по своей греховности не можем вознестись к Престолу Всевышнего и испросить у Него помощи. Поэтому нам надо отслужить молебен Матери Божией пред Ее иконой «Всех скорбящих радость», святому Пантелеимону Исцелителю и святителю Николаю. Они, если это будет на пользу человеку, умолят Бога – и скорби обратятся в радость. А для этого, мне кажется, нужно посредством таинства покаяния очистить душу, чтобы она стала способна получить Божию милость. Ведь все производит грех: и болезни, и печали, и скорби. От множества грехов немощствует душа и тело. *Схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Покаянием, терпением и смирением спасайте души ваши. Покаянием, потому что мы постоянно согрешаем; терпением, ибо сказано «претерпевший же до конца спасется» (Мф. 10.22) и смирением, ибо смиренным дает Бог благодать (Притч. 3.34). *Игумен Никон (Воробьев)*

Каждому человеку дается жизненный крест, притом по его силам. Но мы по своей греховности вообще не желаем нести никакого креста. А ведь без его несения спастись невозможно. А если так, то будем благодарить Бога за все, что Он посылает нам. *Схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Не греши. Когда грессишь – благодать отходит от человека и вера ослабевает. *Схиигумен Иероним (Верендякин)*

О, человече, учись Христову смирению, и даст тебе Господь вкусить сладость молитвы...

Молись просто, как дитя, и Господь услышит твою молитву, ибо Господь наш настолько Милостивый Отец, что мы ни понять, ни вообразить этого не можем, и только Дух Святой открывает нам Его великую любовь. *Преподобный Силуан Афонский*

Самооправдание закрывает духовные очи, и тогда человек видит не то, что есть на самом деле.

Спасение ваше и погибель ваша – в ближнем вашем. Спасение ваше зависит от того, как вы относитесь к своему ближнему. Не забывайте в своем ближнем видеть образ Божий.



Всякое дело, каким бы ничтожным оно вам ни казалось, делайте тщательно, как пред лицом Божиим. Помните, что Господь видит все. *Преподобный Никон Оптинский*

Предоставь нежно и ненасильственно самого себя в руки Божии, и Он придет и одарит благодатью твою душу. *Афонский старец Порфирий*

Не начинай прежде никакого дела, по-видимому, самого малого и ничтожного, пока не призовешь ты Бога, чтобы Он помог тебе произвести оное в действо. Рече бо Господь: «Без Меня не можете делать ничего» (Ин. 15.5), т. е. ниже сказать, ниже помыслить. Другими словами: без Мене не имеете права сделать никакого доброго дела! А по сему надлежит призывать благодатную помощь Божию либо словами, либо мысленно: «Господи благослови, Господи помоги!» при уверении, что без помощи Божией мы не можем ничего сделать полезного и спасительного... *Афонский старец Кирик (Русский старец)*

...Во всем имей меру и рассуждение. *Афонский старец Иосиф Исихаст*

Берегите совесть свою, она есть глас Божий – голос Ангела Хранителя. Как надо беречь свою совесть учиться у старца отца Амвросия Оптинского. Он стяжал благодать Святого Духа. Мудрость без благодати есть безумие.

Помните слова отца Амвросия: «Где просто, там ангелов сто, а где мудрено, там ни одного». Достигайте простоты, которую дает только совершенное смирение.

Достигайте в смирении любви простой, совершенной, обнимающей молитвой всех, всех...

Премудр тот, кто стяжал духа святого, стараясь исполнить все заповеди Христовы. И если он премудр, то и смирен. *Старец Захария*

Болящие, не унывайте, ибо болезнями спасаетесь, бедные, не ропщите, ибо нищетою богатство нетленное приобретаете, плачущие, не отчаивайтесь, ибо утешение ожидает Духа Утешителя вас.

Не гневайтесь, не сетуйте друг на друга, не злобьтесь, не бранитесь, не гневайтесь, а злобьтесь только на грехи, на беса, к греху влекущего: гневайтесь на еретиков, с ними не мирствуйте, а между собой, верные в мире, в любви, в согласии живите. Имущие, помогайте неимущим, богатый, больше давай, убогий, по силе своей милосердствуй... *Священномученик Серафим (Звездинский)*

Жизнь наша не в том, чтобы играть милыми игрушками, а в том, чтобы как можно больше света и теплоты давать окружающим людям. А свет и теплота – это любовь к Богу и ближним...

Смолоду надо прокладывать жизнь правильно, а к старости уже не вернешь времени. Одного мудреца спросили: «Что дороже всего?» – «Время, отвечивший мудрец, – потому что по времени можно приобрести все, а самого времени купить ни за что».

Берегите дорогое, золотое время, спешите приобрести душевный мир. *Преподобноисповедник Георгий, Даниловский чудотворец*

*Преподобный Лаврентий Черниговский* советовал своим духовным чадам: «Если нужно тебе уйти с литургии, то уходи после «Отче наш», а если уже вышли с Причастием Тела и Крови, то стой со страхом и молись на месте, потому что здесь присутствует Сам Господь со архангелами и ангелами. И если можешь, пролей хоть малую слезу о своем недостойнстве».

Душевная жизнь складывается из ежедневных, ежечасных, ежеминутных мыслей, чувств, желаний; все это – как малые капли, сливаясь, образуют ручей, реки, море – составляют целостные жизни. И как река, озеро светлы или мутны от того, что капли в них светлы или мутны, так и жизнь – радостна или печальна, чиста или грязна оттого, что таковы ежеминутные и ежедневные мысли и чувства. Такова и бесконечная будущность будет – счастливая или мучительная, славная или позорная – каковы наши обыденные мысли и чувства, которые дали тот или иной вид, характер, свойство нашей душе. В высшей степени важно беречь себя ежедневно, ежеминутно от всякого загрязнения. *Святитель Николай Японский*

Все науки и знания суть ничто без науки спасения... Надо знать, что путь спасения – путь Креста... В деле спасения важнейшую роль играет Священное Писание и писания святых отцов – это лучшее руководство к спасению... После чтения священных книг немалую также роль для спасения души играет покаяние. Кроме покаяния, нет иного пути ко спасению. Ныне люди спасаются только скорбями и покаянием. Без покаяния нет прощения, нет и исправления... Покаяние есть лестница, вводя-

щая в рай... Бремя грехов наших снимается покаянием и исповедью.

Спасение еще заключается в борьбе с нашими страстями... Кто занят познанием самого себя, своими недостатками, грехами, страстями, тому некогда замечать за другими. Помня собственные грехи, о чужих мы никогда не подумаем... Осуждающий вредит, троим: себе самому, слушающему его и тому о ком говорит... Будем лучше замечать в других добродетели, а в себе находить грехи...

Узнать самого себя – самое трудное и самое полезное знание... Познание себя, своей греховности и есть начало спасения... Чтобы приучить себя никого не осуждать, нам надо сразу же помолиться о согрешающем, дабы Господь исправил его, надо воздохнуть о ближнем, дабы вместе с тем воздохнуть и о себе. Не осуждай ближнего: тебе грех его известен, а покаяние его неизвестно. Чтобы не осуждать, надо бегать от осуждающих и хранить свой слух. Возьмем одно правило для себя: осуждающим не верить; и другое: никогда не говорить худо об отсутствующих. Не мысли ни о ком зла, иначе сам сделаешься злым, ибо добрый помышляет доброе, а злой злое. Будем помнить старинные народные поговорки: «В чем кого осудишь – в том и сам побудешь»; «Знай себя – и будет с тебя». Краткий путь ко спасению – не осуждать. Вот путь – без поста, без бдения и труда.

Не всякое дело угодно Богу, а только сделанное правильно с рассуждением... Например, можно поститься, но с ропотом на пост, или на пищу, или на приготовителя пищи; можно поститься, но осуждать не постящихся, поститься и тщеславиться постом, языком обежать ближнего. Можно терпеть болезнь или скорбь, но роптать на

Бога или людей, жаловаться на свою участь... Такие «добрые дела» бывают неуютны Господу, так как делаются без рассудительности... *Преподобный Симеон (Желнин)*

Ты живи проще – как малое дитя. Господь такой любвеобильный, что ты и представить себе не можешь. Хотя мы и грешные, все равно иди к Господу и проси прощения. Только не унывай – будь как ребенок. Он, хотя и разбил самый дорогой сосуд, все равно с плачем идет к отцу, а отец, видя свое дитя плачущее, забывает тот дорогой сосуд. Он берет это дитя на руки, целует его, прижимает к себе и сам же уговаривает свое дитя, чтобы оно не плакало. Так и Господь, хотя, бывает, что мы делаем и смертные грехи, Он все равно ждет нас, когда мы к Нему придем с покаянием...

Без Бога – ни до порога. Если все твои дела идут хорошо, гладко, значит, Господь их благословил, и любое задуманное дело делается, а если какие препятствия будут в чем, значит, верно, это против Божией воли; лучше и не крутись – все равно ничего не получится, а подчинись воле Божией...

Кто даст тебе по шапке, а ты поблагодари его – вот тебе и милостыня...

Живи, не тужи, никого не бойся. Если кто поругает – смолчи; а если мимо идешь, когда кто кого ругает или осуждает – ты не слушай. *Архимандрит Афиноген (Агапов)*

*Схиигумен Савва (Остапенко)* при разрешении «недоуменных» вопросов благословлял своих духовных чад тянуть жребий. Схиигумен Савва говорил: «Можно и даже похвально пользоваться жребием в недоуменных слу-

чаях. Перед этим надо сделать три поклона с Иисусовой молитвой и прочитать „Царю Небесный“, трижды „Отче наш“, трижды „Богородице Дево, радуйся“ и „Верую“. Только надо иметь живую веру и уповать на Бога».

*Преподобный Серафим Вырицкий* советовал духовным чадам как можно чаще читать молитву св. Ефрема Сирина «Господи и Владыко живота моего...». Он говорил, что в этой молитве вся суть Православия, все Евангелие: «Читая ее, мы испрашиваем у Господа помощи на приобретение свойств нового человека».

Нет трудностей, которые не имеют решения во Христе. Предайся Христу, и Он найдет тебе решение.

Не бойся трудностей. Возлюби их, благодари Бога за них. Они имеют какую-то цель для твоей души.

Предоставь нежно и ненасильственно самого себя в руки Божии, и Он придет и одарит благодатью твою душу. *Афонский старец Порфирий*

Во всем имей меру и рассуждение... *Афонский старец Иосиф*

Не ищи утешения от людей. И когда получишь от кого-нибудь небольшое утешение, ожидай двойной скорби. У одного лишь Бога ищи утешения и помощи. *Старец Иероним Эгинский*

Золотая середина нужна во всем и умеренность. А в отношении служения Богу и своего спасения постоянство нужно. Оно – главное, а не спешка, не чрезмерность...

Тише едешь – дальше будешь. *Преподобный Севастиан Карагандинский*

Чтобы жить по-христиански, держитесь Православной Церкви. Живите христианской жизнью. Раз в месяц причащаться надо, дома употреблять крещенскую воду и часть святой просфоры по утрам.

В Евангелии говорится: «Вера твоя спасла тебя», то есть первые христиане обладали великой верой. Господь напоминал им, чтобы они имели живую веру и высокое христианское благочестие. Вот они и старались жить по-настоящему. Господь их благословлял на труды, на подвиги. Они крепко исповедовали Христа, веровали Ему и часто отдавали свою жизнь – как святой целитель Пантелеймон, Георгий Победоносец (первый министр Диоклетиана), великомученица Варвара, великомученица Параскева, великомученица Екатерина и другие... Вот светочи первых христианских людей! Им подражайте, их читайте, следуйте им.

Дай вам Бог преуспевать во всем, и идти от силы в силу, и достигать высшего духовного совершенства. *Схиархимандрит Феофил Новый (Россоха)*

Никогда не давай никаких обещаний. Как дашь, то тотчас враг и начнет мешать. Например, относительно употребления мяса. Не давай обета, а так – хоть всю жизнь не ешь.

Милостыню можно подавать не только за упокой, но и за здоровье, ибо это приносит великую пользу душе. *Преподобный Алексий Зосимовский*

*Преподобный Лаврентий Черниговский* говорил: «Нужно, чтобы в душе был мир. Спасение тяжелое, но мудрое. При этом времени нужно быть мудрым, и спасешься... Счастливы те, которые записаны в „Книге Жизни“.

Для того чтобы быть записанным в „Книгу Жизни“, нужно читать молитву Иоанна Златоуста „Господи, не лиши мя небесных Твоих благ...“, умом беседовать с Господом. У кого есть влечение к церкви, тот и записан в „Книге Жизни“».

Ничего не делать по своей воле, на всяком месте ощущать присутствие Божие, потому и делать все как перед Богом, а не перед людьми. *Глинский старец схиархимандрит Андроник (Лукаш)*

Надо все делать по силам. На телесное все силы убивают, а на душу остается несколько сонных минут. Разве так можно? Надо помнить слова Спасителя: «Ищите прежде Царствия Божия» (Мф. 6.33) и прочее. Эта заповедь, как «не убий», «не блуди» и пр. Нарушение этой заповеди часто больше вредит душе, чем случайное падение. Оно незаметно охлаждает душу, держит ее в нечувствии, а часто приводит к духовной смерти... Надо хоть один раз в сутки на несколько минут ставить себя на суд пред Господом, как будто мы умерли и в сороковой день стоим перед Господом и ждем изречения о нас, куда Господь пошлет нас. Представ мысленно пред Господом в ожидании суда, будем плакать и умолять милосердие Божие о помиловании нас, об отпущении нашего огромного неоплатного долга. Советую всем принять это в по-

стоянное делание до смерти. Лучше вечером, а можно и в любое время, сосредоточиться всей душой и умолять Господа простить нас и помирловать; еще лучше несколько раз в день. Это заповедь Божия и святых отцов, позаботьтесь хоть несколько о душе своей. Все проходит, смерть за плечами, а мы совсем не думаем, с чем предстанем на суд и что о нас изречет Праведный Судия, знающий и помнящий всякое наше движение – самое тонкое – души и тела от юности до смерти. Что мы будем отвечать?

Святые отцы потому здесь и плакали и умоляли Господа о прощении, чтобы не плакать на Суде и в вечности. Если они нуждались в плаче, то мы, окаянные, почему считаем себя хорошими и так беспечно живем и думаем только о житейском. Простите меня, учащего и ничего не делающего.

Да подаст Господь терпение своих немощей, и тяготу окружающих нести не только без ропота, но и с благодарностью к Господу Спасителю нашему, понесшему ради нас всякие оскорбления и злострадания. Да подаст Вам Господь нелицемерную истинную любовь к ближним и ко всем людям...

Любящему Господа все поспешествует во спасение, и от Господа стопы человеку исправляются. Никто сам не спасся, а Спаситель у нас у всех один. Человек может только желать спасения, а сам спасти себя не может. Надо желать спасения, сознав себя погибающим, негодным для Царствия Божия, и это желание спасения надо показать Господу мольбой к Нему и посильным исполнением воли Его, и постоянным покаянием... *Игумен Никон (Воробьев)*

Всегда надо благодарить Бога. Что имеем, то не ценим, а потерявши плачем. Не забывайте благодарить Господа за все: за то, что проснулись, за то, что Он посылает пищу, за то, что видите красоту земную, за то, что день прожили, за все доброе, за его долготерпение, за посылаемые испытания... *Архиепископ Гавриил (Огородников)*

Каждый служи Богу на том месте, на котором ты призван. Если ты священник – паси стадо усердно, как пастырь добрый, душу полагая за овцы; если монах – будь образец всех моральных качеств, земной ангел – небесный человек, а если ты семейный... – дорогие семейства, вы – основа жизни, вы – малая церковь. *Архимандрит Таврион (Батозский)*

Молитесь тогда, когда у вас есть чувства и здоровье, до последней минуты жизни не откладывайте молитву до последнего часа. Хорошо молиться днем, но ночная молитва несравненнее... *Иеромонах Даниил (Фомин)*

Борись с грехом – знай свое дело... Унижение – это хорошо... Всегда себя нужно обвинять... Ни к кому и ни к чему не должно быть привязанности, только к Богу... Надо к Богу стремиться, Божественного искать, что к человеку привязываться. *Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Как пчела собирает мед с цветов, так и человек должен учиться доброму от всякого человека... Каждому человеку Господь дал хорошие таланты, вот из этих Господних талантов и надо взять сколько можешь, сколько обстоя-

тельства позволяют. А худое – отбросить, и свое, и чужое: свое зловерное стараться искоренить, а чужое худое сразу отбросить. И никогда не надо злорадствовать. От нас Господом многое закрыто; многое и свое закрыто. Многие великие грешники стали великими праведниками, когда осознали свои грехи и покались. А многие бывшие праведники из-за гордости и самомнения погибли. Каждый должен веровать и твердо знать, что никто своими силами и разумом и добрыми делами не может спастись без Бога. А все мы спасаемся великою жертвою. Жертва эта – Сын Божий, пострадавший за нас и проливший кровь Свою пречистую за нас. *Старец Феодор (Сokolov)*

Сознание, что духовно не продвигаешься вперед, послужит для самоукорения... Что бы ни случилось с тобой, никогда никого не вини, кроме себя самого. За все неприятности и невзгоды благодари Бога. Если будешь верить в промысел Божий, поручишься Ему, то обретешь великий мир. *Преподобный Варнава Радонежский*

...В повседневной жизни важно не давать угнетать себя помыслам о материальных вещах, не дрожать над ними, а соблюдать по отношению к ним определенное безразличие. Обладая этим качеством, мы сможем не только быть более свободными духовно, но и легче вести все свои дела...

Лучший способ готовить будущее – это как можно лучше проживать настоящее... Нужно жить в настоящем... Нас должно в первую очередь волновать то, каковы мы в настоящем, то состояние, в котором мы в настоящее вре-

мя можем предстать перед Христом. *Архимандрит Сергей (Шевич)*

Мы должны воспитывать в себе дух кротости, смирения, незлобия, долготерпения и умеренности во всех поступках. А чтобы иметь в себе такое расположение духа, надо помнить общую слабость человеческую, общую склонность ко грехам, в особенности – свои великие немощи и грехи, а также, бесконечное, к нам самим милосердие Божие, которое прощало и прощает нам грехи многие и тяжкие за покаяние и умоление наше.

Господь сказал: «Милости хочу, а не жертвы» (Мф. 9. 13). Он, многомилостивый, хочет и от нас милости, милосердия, незлобия и терпения относительно ближних наших. Он же готов всегда помогать нам во всяком добром деле. Если у тебя злое сердце, проси в покаянии, чтобы Он смягчил твое сердце, сделал кротким и долготерпеливым, и будет оно таково. *Схиархимандрит Феофил (Россоха)*

Мы должны разгружать друг друга, когда видим, что человеку тяжело; нужно подойти к нему, взять на себя его груз, облегчить, помочь чем можно... Так поступая,... живя с ними, можно совсем отречься от своего я, совсем про него забыть. Вот когда мы будем иметь это и молитву, тогда мы нигде не пропадем, куда бы мы ни пришли и с кем бы мы ни встретились. *Святой праведный Алексий Мечев*

Надо повести борьбу с самолюбием. Молитесь Богу, прося Его помощи, и Бог поможет вам избавиться от всяких страстей... Не падайте духом и не унывайте. Моли-

тись Богу с верой и полным упованием на Его милость. Для Бога все возможно, только мы со своей стороны не должны думать, что мы достойны особого попечения от нас от Бога. В этом заключается гордость. А Бог гордым противится, а смиренным дает благодать. Будьте внимательны к себе. Все испытания, постигающие нас болезни и скорби, не без причины. Но если потерпите все безропотно, то Господь не оставит вас без наград. Если не здесь, на земле, то всячески на небе.

Смиримся под крепкую руку Божией и совершенно предадим себя в волю Божию и найдем успокоение душевное. *Старец Стефан (Игнатенко)*

Достигайте простоты, которую дает только совершенное смирение. Словом этого не объяснишь, только опытом познается. А в Боге и для Бога можно жить только в смирении и простоте. Достигайте в смирении любви простой, святой, совершенной, обнимающей молитвой всех. А милосердием к немощным, больным, непонятым, несчастным, в грехах погрязшим подражайте своим небесным покровителям – святым. Радость небесную постарайтесь стяжать, чтобы с ангелом радоваться покаянию всякого заблудшего человека. *Старец Захария*

Злоба злобы не уничтожает, но если кто делает тебе зло, тому ты делай добро, чтобы добрым делом уничтожить злобу.

Если желаешь получить Царство Небесное, возненавидь все земные имения... Злое похотение извращает сердце и изменяет ум. Удаляй его от себя, чтобы не огорчился в тебе Дух Святой.

Ничего не делать по своей воле, на всяком месте ощущать присутствие Божие, потому и делать все как перед Богом, а не перед людьми. *Глинский старец схиархимандрит Андроник*

Если не упадешь – покаянья не познаешь. Если тебя оклеветали, на добро ответили злом, не держи в сердце зла. Прости и радуйся, потому что благодаря этому ты на несколько ступенек приблизился к Богу... Кто умолит себя, тот возвысится... Осознай свою немощь... Совесть – частица Бога в твоём сердце.

Не беспокойтесь о плоти, думайте о спасении души. Кто победил свой язык и чрево, тот уже на правильном пути... Без скорбей не спасешься... Дерзок тот человек, который не видит своих грехов и много мнит о себе. Все гордые и тщеславные сердцем мерзки в глазах Господа.

Чужие грехи – не твоё дело. Ты сиди и плачь о своих грехах... Нарушить обещание – большой грех... Надо иметь один страх – страх совершить грех.

Не зная духовного состояния ближнего, не давай советы. Твой совет может погубить его. *Архимандрит Гавриил (Ургебадзе)*

...Остерегайтесь искать благодарности. Не ищите никогда благодарности, но вы будьте благодарными, сколько бы кто ни получил. Если осознаете это, тогда будете иметь великое благословение от Бога... Потому что когда Бог намерен помочь человеку, например тебе, то Он пошлет кого-нибудь. Этот кто-нибудь – случайный. Т.е. его по случаю послал Бог... Кто я, этот случайный... Опыт моей жизни научил меня, что никто не может помочь ко-

му-либо в его проблемах, пока не придет время Божие. Тогда дастся решение. Не как мы хотим, но как хочет Он. Решение это часто нас ранит, но по прошествии лет мы поймем мудрость Его. *Схимонахиня Гавриила (Геронтисса Гавриилия)*

Надо только с крестом вкушать пищу. Вот придут времена, будет все отравлено. Но если вы с верой перекрестите, то живы будете. А другой выпьет или съест то же самое, не перекрестив, – умрет.

Закрой свой рот получше, на семь замков, как говорят святые отцы, знай свое дело: твори Иисусову молитву, сколько она добра приносит в жизни. Молчание – это ангельская молитва. Она не сравнится с нашей человеческой молитвой... Если мы осуждаем ближнего за какой-то грех, значит, он в нас еще живет... Когда душа чистая, она никогда не станет осуждать. Потому что «не судите, да не судимы будете» (Мф. 7.1). *Советы схимонахини Антонии*

Пища – дар Любви Божией, жертва природы, и все должны с великим благоговением, с молитвой вкушать ее. *Московская старица Ольга*

*Прозорливый старец архимандрит Ипполит (Халин)* в затруднительных ситуациях часто советовал духовным чадам: «Молитесь святителю Николаю, и все управится».

Если замужем, то, что самое главное в замужестве? Соблюдать посты. А если нет, то жить в чистоте и никаких блудных помыслов. Не осуждать. Молиться много. Любить Бога... Любовь покрывает множество грехов.

На вопрос духовной дочери: «Выходить замуж или нет?» Схиигумен Иероним ответил так: «Ищи спасения. Когда корабль тонет в море, матросы думают о спасении, а не о ремонте каюты. Если женитьба для тебя – спасение, то женись и не сомневайся. А если это каюта на тонущем корабле, то это гибель. Ищи спасения, а там Господь все управит».

Встающие (на молитву) в три часа утра получают золоту, те, кто встает в пять – серебро, а кто в шесть часов – бронзу. *Схиигумен Иероним (Верендякин)*

Всегда себя нужно обвинять... Ни к кому и ни к чему не должно быть привязанности, только к Богу... Надо к Богу стремиться, Божественного искать, что к человеку привязываться... Всегда надо помнить цель – спасение. Это дело всей жизни... Надо по шажкам, как слепой. Потерял дорогу – стучит палкой вокруг, никак не найдет, вдруг нашел – и снова с радостью вперед. Палка для нас – молитва... Ничто скоро не дается. И при жизни может, и в конце не дается, а после смерти добродетели окружают тебя и вознесут. *Глинский старец схиархимандрит Иоанн (Маслов)*

Когда к старцу Леонтию обращались люди с жалобами на житейские ссоры, он говорил: «Не принимайте всего близко к сердцу, смотрите сквозь пальцы».

Что ниспослано – все от Господа во исцеление, во исправление. Когда на тебя неправду скажут, ты поблагодари и попроси прощение. Только тогда будет награда, когда вы не виноваты, а вас ругают... *Старец Николай с острова Залит*



*Пюхтицкая блаженная старица Екатерина* советовала жить просто, не осуждать других. Говорила, что гордость – поглотитель всех добродетелей, а причина осуждения – невнимательная духовная жизнь. Блаженная старица всех призывала бороться с гордыней, смиряться.

Ближнего надо поставить на то место, где сам стоишь, значит прежде надо сойти с того места, где стоишь... Везде самость захватила все себе, ничего не хочет уступить ближнему, и как же может любить душа ближнего, когда чувствует, что он у нее все отнимает, имея на все такие же права, как и она... Надо все у себя отнять, чтобы уступить все ближнему, и тогда-то, вместе с ближним, душа обретет и Господа... Нужно приносить плоды, достойные покаяния, нужно трудиться там, где грешил, вставать там, где падал, поправлять то, что сгубил, спасать то, что утратил собственным небрежением, собственными страстями. Спасение возможно на всяком месте и во всяком деле...  
*Игуменья Арсения (Себрякова)*

*Матушка Арсения* говорила, что по советам святых отцов не следует принимать никакого решения во время душевного смущения.

Силою Животворящего Креста спасайтесь и защищайтесь. Враг наступает – надо обязательно молиться. Внезапная смерть бывает, если без молитвы. Враг на левом плече, а на правом – ангел. Чаше креститесь: крест – такой же замок, как на двери... Если вам что-нибудь будут обидное говорить, старые, больные, не слушайте их, а помогите им... *Блаженная Матрона Московская*

Не забывайте Бога, и Бог вас не забудет. *Балабановский старец Амвросий*

Со слезами прошу и молю вас, будьте солнышками, согревающими окружающих вас, если не всех, то семью, в которой Господь вас поставил членом...

Будьте теплом и светом для окружающих; старайтесь сперва согревать собою семью, трудитесь над этим, а потом эти труды вас так привлекут, что для вас уже узок будет круг семьи, и эти теплые лучи со временем будут захватывать все новых и новых людей и круг, освещаемый вами, будет постепенно все увеличиваться и увеличиваться; так старайтесь, чтобы ваш светильник ярко горел. *Святой праведный Алексей Мечев*

## Библиография

- Библия. Российское библейское общество. Москва, 2001.
- Добротолюбие. Москва, Свято-Троицкая Сергиева лавра, 1992.
- Преподобный Иоанн, игумен Синайской горы. Лествица. Сергиев Посад, 1908.
- Иоанн Кронштадтский. Москва: Изд-во «Патриот», 1992.
- Блаженный Святитель Иоанн Шанхайский и Сан-Францисский Святая Русь – Русская земля. – М.: Изд. московского подворья Свято-Троицкой Сергиевой лавры, 1997.
- Иеромонах Серафим (Роуз), Игумен Герман (Подмошенский). Блаженный святитель Иоанн Чудотворец. – М., 2003.
- Архимандрит Иоанн (Крестьянкин). Слово о малом доброделании // Санкт-Петербургские епархиальные ведомости. – 1990. – №1. – С.27–29.
- Схиигумен Иоанн (Алексеев). Жизнеописание. Письма Валаамского старца. – М.: ФормаТ, 2007.
- Епископ Василий (Родзянко). Святое Причастие.

- [http://bishop-basil.org/russian/works/talks/Holy\\_Communion.shtml](http://bishop-basil.org/russian/works/talks/Holy_Communion.shtml)
- Архим. Софроний. Старец Силуан. Эссекс: Монастырь Св. Иоанна Крестителя, 1990.
- Иеромонах Христодул Агиорит. Избранный сосуд. Старец Паисий. Изд-во Свято-Покровской монашеской общины, 2001.
- Харалампий Бусьяс. Старец Анфим из скита Святой Анны. Минск: Изд-во Свято-Елизаветинского монастыря, 2005.
- Преподобные старцы Оптиной пустыни. Holy Trinity Monastery; Jordanville; New York; 1992.
- Великие русские старцы XX века Краткие жития и практические наставления... Трифонов Печенгский монастырь, Москва: Изд-во «Ковчег», 2001.
- Мудрые мысли и некоторые советы святых отцов и старцев наших дней. Москва: Изд-во «Благовест», 2004.
- Составитель С. Девятова. Великие старцы двадцатого столетия. Москва: Изд-во «Артос-Медиа», 2007.
- В. Королева. Карагандинский старец Преподобный Севастиан. Москва: Изд-во «Паломник», 2002.
- Старец Захария. Москва: Изд-во «Трим», 1993.
- Монах Агапий. Божественное пламя, зажженное в моем сердце старцем Порфирием. Изд-во Сретенского монастыря Свято-Покровской монашеской общины, 2000.
- Составитель архимандрит Иоанн (Коган). Старец Тихон на Афоне. Москва, 2005.
- М. Н. Смирнова. Великовражский старец протоиерей Григорий Долбунов: Житие. Чудеса. Поучения. Москва: Изд-во «ЛептаПресс», 2003.

- Составитель Т. Недоспасова. Дорогой любви. Жизнь и советы старца Иеронима Эгинского. Изд-во Московского Подворья Свято-Троицкой Сергиевой лавры, 2000.
- Монах Моисей Агиорит. Блаженный старец Георгий Карслидис. Издание Сретенского монастыря Свято-Покровской монашеской общины, 2000.
- Схимонахиня Серафима (Демор), монахиня Иоанна (Отрошко) Светильник под спудом. О духовнике Пюхтицкого женского монастыря иеромонахе Петре (Серегине). – СПб.: Воскресенье, 2007.
- Святитель Серафим (Соболев) (сайт Девичьего монастыря «Покров Пресвятыя Богородицы» (Княжево, София) <http://pravoslavie.domainbg.com/svt-serafim/index.html>
- Священник Дионисий Тацис. Наставление современных старцев святой горы Афон и других благодатных мест. Издательский дом «Фавор-XXI», 2002.
- Монах Иосиф. Старец Иосиф Исихаст. Свято-Троицкая Сергиева лавра, 2000.
- Монах Иосиф Дионисиатис. Старец Арсений Пещерник, сподвижник старца Иосифа Исихаста. Московское подворье Свято-Троицкой Сергиевой лавры, 2002.
- Монах Иосиф Ватопедский. Блаженный послушник. Жизнеописание старца Ефрема Катунаского. Москва: Изд-во Московское Подворье Свято-Троицкой Сергиевой лавры, 2004.
- Игумен Никон (Воробьев). Письма духовным детям. Клин, 2003.

- Игумен Никон (Воробьев). Нам оставлено покаяние. Москва, 1997.
- Игумен Никон (Воробьев). Проповеди. [http://lib.eparhia-saratov.ru/books/13n/nikon\\_v/sermons/contents.html](http://lib.eparhia-saratov.ru/books/13n/nikon_v/sermons/contents.html)
- Маслов Н. В. Благодатный старец. Схиархимандрит Иоанн (Маслов). Москва, 1998.
- Маслов Н. В. Православное учение о спасении по трудам Глинских старцев.
- Схиархимандрит Иоанн (Маслов) Избранные письма и проповеди / Под ред. магистра богословия Н. В. Маслова. – М.: Самшит-издат, 2004.
- Схиархимандрит Иоанн (Маслов). Избранные труды.
- Митрополит Сурожский Антоний. Любовь всепобеждающая. Проповеди, произнесенные в России.
- Митрополит Сурожский Антоний. Пути Христианской жизни. – М., 1997.
- Митрополит Сурожский Антоний. Радость покаяния.
- Иеромонах Серафим (Роуз), Игумен Герман (Подмощенский). Блаженный Иоанн Чудотворец. Издательский отдел Валаамского общества Америки в России, 1993.
- Митрополит Сурожский Антоний. Жизнь. Болезнь. Смерть.
- Митрополит Сурожский Антоний. Во имя Отца и Сына и Святого Духа. Проповеди. Сурожская епархия, 1995.
- Митрополит Сурожский Антоний. Мысли о религиозном воспитании детей. Журнал «Православная беседа», 1992, № 2–3.

- Схиигумен Савва. Москва: Изд-во «Русский Дом», 1999.
- Схиигумен Савва. Сборник трудов и писем. Православный журнал «Отдых христинина», Москва, 2001.
- Составитель священник Сергей Ключко. Белгородский старец схиархимандрит Григорий (Давыдов). <http://www.serafim-rakit.orthodoxy.ru/site/serafim/davidov/davidov.htm>
- Вера Яковлевна Василевская. Катакомбы XX века. Воспоминания. <http://mirrors.smt.n.stavropol.ru/cgi-bin/mac/HRISTIAN/MEN/ktkmb.txt>
- Составлено м. Т. Священноисповедник архимандрит Таврион. «Православная Русь», США, 2002. [http://www.fatheralexander.org/booklets/russian/starets\\_tavrion.htm](http://www.fatheralexander.org/booklets/russian/starets_tavrion.htm)
- Людмила Ильюнина. Старчество в годы гонений. <http://www.rusk.ru/st.php?idar=103373>
- Свеча Богу. Московский старец протоиерей Василий Серебренников (1907–1996). Свято-Троицкая Сергиева лавра, 2006.
- Проповеди архимандрита Кирилла (Павлова). Московское подворье Свято-Троицкой Сергиевой лавры. 1999.
- Составитель монахиня Иулиания. Жизнеописание моск. старца о. Алексия Мечева. Москва: Изд-во «Русский хронограф», 2002.
- Поучения пророчества старца Лаврентия Черниговского и Его жизнеописание. Москва: «Русский Духовный Центр», 1994.
- Белгородский старец архимандрит Серафим (Тяпочкин). Троице-Сергиева лавра, 1998.

- Составитель А. Жоголев. Старец Иероним. Самара, 2004.
- О жизни схиархимандрита Виталия. Составление – Новопасский монастырь, 2002.
- Преподобный старец Амвросий Балабановский. Москва: Изд-во «Паломник», 2000.
- Жан-Клод Ларше. Старец Сергей. Православный Свято-Тихоновский гуманитарный университет. Москва, 2006.
- Диадема старца. Воспоминания о грузинском подвижнике отце Гаврииле. Москва: Издательский дом «Святая гора», 2005.
- Протоиерей Вячеслав Тулупов. Благословляю вас на подвиг жизни. Архиепископ Гавриил (Огородников) – Страницы жизни. Москва: Изд-во «Русский хронограф», 2004.
- Святой прп. Серафим Саровский, чудотворец. Москва: Изд-во «Р.С.» Московская патриархия, 1990.
- Иеромонах Петр (Серегин). Мысли о молитве. <http://www.samtel.ru/~orthodox/mag/01-1/russdobrotolubie/dobrotolubie.htm>
- Протоиерей Амфитеатров Валентин. Небесный дар любви. Москва, 2003.
- Протоиерей Валентин Свенцицкий. Диалоги. Издательство «Дарь», 2005.
- Владимир Савочкин. Самый добрый батюшка на земле. Книга об архимандрите Ипполите. Москва: Изд-во «Общественно сохранения литературного наследия», 2007.
- Повествование о житии, прозорливости и молитвенной помощи старца Константина (Шипунова). Ека-

- теринбург. Ново-Тихвинский женский монастырь, 2000.
- Людмила Соколова. По молитвам бабушки. Изд-во «Отчий Дом», 2005.
- Составитель Александр Трофимов. Блаженная старлица схимонахиня Ольга. Москва: Изд-во «Паломник», 2005.
- Сестры. Очерк жизни сестер – подвижниц, Анисии, Матроны и Агафии. Составл. в Новоспасском монастыре. Москва, 2001.
- Игуменья Арсения. Опыт духовной биографии. Письма. Издание Сретенского монастыря. Москва, 2004.
- Блаженная монахиня Екатерина <http://www.hot.ee/palomnik1/jekaterina.htm>
- Пюхтицкий старец. «Духовный собеседник», № 1–2, 2001.
- Протоиерей Амфитеатров Валентин. Великий пост. Москва: Интернет-издание Вэб-Центра «Омега», 2003.
- Составители: Александр Трифонов, Зинаида Свириденко. Схимонахиня Нила. Изд-во: «Паломник», 2000.
- Составитель Жданова. Сказание о житии Блаженной Матроны. Свято-Троицкий Ново-Глутвин монастырь, 1993.
- «На пажити Богоматери», Христа ради юродивая Киево-Печерской лавры монахиня Алипия». Воспоминания очевидцев. Киев, 2001.
- Геронтисса Гавриилия. Подвиг Любви. Свято-Покровская монашеская община, 2000.
- Святые мученицы пузовские Евдокия, Дария, Дария, Мария. Под ред. иеромонаха Митрофана (Баданина). Мурманск, 2002.

- Епископ Серафим Звездинский. Хлеб небесный: проповеди о Божественной литургии. Москва: Сестричество во имя преподобномученицы великой княгини Елизаветы, 1996.
- Архиепископ Серафим (Звездинский). Пять шагов ко Христу. О борьбе с главными грехами человека по учению Православной Церкви. Москва: Изд-во «Новая книга», 1996.
- Житие преподобноисповедника Георгия, Даниловского чудотворца. Москва: «Даниловский благовестник», 2001.
- О. Ларькина. Я иду по написанному... Православная газета «Благовест» <http://www.cofe.ru/blagovest/article.asp?heading=32&article=9935>  
<http://www.cofe.ru/blagovest/article.asp?heading=32&article=6255>
- Архимандрит Агафангел (Догадин). Блаженная старлица Варвара. Новгородская газета «Покров», № 1 (3), 12 февраля 2001 года, стр. 4–5. <http://russa.narod.ru/almanakh/orthodox/003.htm>
- Святитель Русского Зарубежья Вселенский Чудотворец Иоанн. – М.: Православный паломник, 1998.

## Содержание

О Боге .....	3
О Божественной литургии.....	5
Причастие Святых Христовых Тайн .....	11
О милосердии Божиим.....	16
Об исполнении Божественных заповедей .....	18
Чтение Священного Писания, духовной литературы .....	25
Об уповании на Промысл Божий .....	31
Благодать Божия и цель христианской жизни.....	37
Почитание Божией Матери .....	39
О почитании святых .....	44
О святом Кресте .....	46
О крестном знамении .....	50
О покаянии, об исповедании грехов .....	51
О молитве .....	66
Советы старцев, как следует молиться .....	81
Иисусова молитва .....	104
О добрых делах .....	108
О добродетелях .....	110

О вере, надежде и любви .....	116
О вере .....	117
О любви .....	122
О рассуждении .....	133
О смирении и кротости .....	134
О послушании .....	154
О терпении.....	160
О милосердии.....	165
О совести.....	169
О хранении чистоты сердца.....	171
О прощении .....	177
Об обретении счастья .....	179
О хранении уст.....	181
О несении креста.....	186
Истинный пост.....	193
О грехах.....	199
О страстях .....	211
О тщеславии, гордости, эгоизме .....	218
Об обидах .....	227
О зависти .....	230
Об отношении к ближним .....	234
Об искушениях.....	242
О скорбях.....	247
О помыслах и борьбе с ними.....	258
Об осуждении.....	265
Об унынии и отчаянии.....	273
О гневе, злобе.....	283
Благодать Божия и цель христианской жизни.....	289

О способностях, о благих намерениях.....	297
О подвигах .....	299
О богатстве и нищете .....	304
О монашестве .....	307
О духовенстве.....	316
О семье, о воспитании детей .....	321
«Память смертная» в учении старцев .....	329
О болезнях.....	335
О смерти.....	345
Советы старцев .....	350
Библиография .....	372

Духовно-просветительское издание

### **ДУХОВНЫЙ МАЯК**

**Советы православных подвижников XX столетия**

Составитель – С. Девятова

Редактор – И. Бабкина

Корректор – И. Бабкина

Верстка – А. Буданова

Оформление – И. Соколов

Подписано в печать 30.07.09. Формат 70х100/32.  
Бумага офсетная. Печать офсетная. Усл. печ. л. 15,48.  
Тираж 5500 экз. Заказ

ООО «Артос-Медиа»

127015, г. Москва, Новодмитровская ул., д.5 А, стр.1

[www.artos-media.ru](http://www.artos-media.ru)

Отпечатано в типографии ОАО «Молодая гвардия»  
127994, г. Москва, Сущевская ул., д. 21.



**ПРАВОСЛАВНОЕ  
СЛОВО**  
НА ПЯТНИЦКОЙ



ИЗДАТЕЛЬСТВО  
ПРАВОСЛАВНОГО  
СВЯТО-ТИХОНОВСКОГО  
ГУМАНИТАРНОГО  
УНИВЕРСИТЕТА

*Мы работаем с 1991 г.  
Всегда рады предложить  
все необходимое для нужд  
храма и домашнего обихода.  
Скидки. Доставка оптовых  
заказов по России.  
Иллюстрированные каталоги  
на сайте в интернете.*



**КНИГИ \* МУЗЫКА \* ИКОНЫ \* УТВАРЬ \* ТКАНИ**

Наш адрес: 119017, г. Москва, Пятницкая 51  
ст. м. "Новокузнецкая", "Павелецкая", "Третьяковская"  
Тел./факс: (495) 951-51-84; 951-34-97; 951-50-44  
Время работы: Пн.-Пт.: 9.00-21.00;  
Сб.: 10.00-17.00; Вс.: 10.00-14.00

**[www.pravstvo.ru](http://www.pravstvo.ru)**