

Узкий Путь - Тит Коллиандер

От издателей

Автор печатаемого нами очерка православный финский писатель Тит Коллиандер, издавший уже не одну книгу о Православии. Его книга "Узкий путь" была опубликована на шведском языке и имела большой успех в скандинавских странах не только среди православных, но и среди инославных читателей. В англоязычном мире книга "Узкий путь" выдержала несколько изданий. Русский перевод работы Коллиандера был осуществлен в середине 50-х годов группой русских верующих в Финляндии и опубликован во Франции в журнале "Вечное" (1957, VII-VIII). В 1991 г. этот перевод был отредактирован и издан приходом Свято Иоанно-Предтеченского Собора в Вашингтоне. Настоящее издание подготовлено на основе издания 1991 г., редакторская правка сделана с использованием публикации в журнале "Вечное" и английского перевода: *Tito Colliander. The Way of the Ascetics* (Oxford: Mowbray, 1983).

Предисловие

Быть может, ни одна из истин христианского вероучения не подвергалась таким нападкам со стороны врагов христианства, как аскетизм. В нем хотели усмотреть темное и злое начало, которое с недоверием и даже враждой относится ко всему, что связано с телесным бытием человека. Такой упрек справедлив разве что по отношению к буддизму, который воспринимает тело человека как темницу души. Но по отношению к христианству такой упрек возможен лишь как плод недоразумения или преднамеренной клеветы.

Ни одна из религиозных доктрин не содержит такого возвышенного учения о человеческом теле, как христианство, которое есть религия Бога, ставшего человеком, воспринявшего на Себя всю полноту человеческого естества, кроме греха, от которого Он пришел людей избавить. Апостол Павел учит: *Тела ваши суть храм живущего в вас Святаго Духа* (1 Кор. 6, 19). Этот храм, прекрасный и совершенный сам по себе, пал, был поражен грехом и нуждается в очищении для того, чтобы замысел Божий о Его творении был явлен во всей его полноте. Никому не придет в голову утверждать, что хирург, удаляющий злокачественную опухоль, руководствуется при этом чувством ненависти к человеческому телу. Христианская аскетика есть искусство, при помощи которого душа перестает быть поработанной телом и приобщает тело человека к своему бессмертию.

Движущая сила христианского аскетизма не в отрицании тела и даже не в религиозном эгоизме личного спасения, когда человек думает лишь о том, как ему самому избавиться от власти греха, а в любви. Любовь к Богу есть первая заповедь, но с ней неразрывно связана другая, подобная ей, любовь к другому человеку, как к самому себе. Эта наиважнейшая заповедь Божия записана во всех четырех Евангелиях. У ап. Иоанна Богослова в его первом послании отождествление любви к Богу и к ближнему, то есть освобождение от эгоизма, даже самого возвышенного, достигает наивысшей степени. *Будем любить Бога,* говорит апостол Иоанн, *потому что Он прежде возлюбил нас. И добавляет: Кто говорит: я люблю Бога, а брата своего ненавидит, тот лжец: ибо не любящий брата своего, которого видит, как может любить Бога, Которого не видит? И мы имеем от Него такую заповедь, чтобы любящий Бога любил и брата своего,* заканчивает ап. Иоанн свою мысль (1 Ин. 4, 19-21).

В этом смысле христианский аскетизм, в отличие от буддийского, не есть самоумерщвление как путь

к нирване, но утверждение жизни в любви той любви, на которую способно лишь просветленное сердце. Но тот же ап. Иоанн говорит нам в том же первом послании: *Не любите мира, ни того, что в мире: кто любит мир, в том нет любви Отчей* (1 Ин. 2, 15). Неужели же это есть призыв не любить мир как творение Божие? Весь дух иоанновых писаний, как и всего Нового Завета, исключает возможность такого толкования. Тот мир, к вражде к которому призывает нас ап. Иоанн, не есть мир как творение Божие, но та греховная болезнь, которой этот мир поражен и от которой он может быть и призван избавиться силой Святого Духа. Человек, а тем более христианин, не может не любить мир как создание Божие, с которым он навсегда связан в акте творения. Человек является вершиной творения. И поэтому, восстанавливая через очистительный подвиг аскезы образ Божий в себе, человек служит исцелению всего мира, его возвращению к той славе, которой Бог отметил и увенчал Свое творение.

* * *

Очерк Тита Коллиандера основан исключительно на Священном Писании и творениях Святых Отцов Церкви и состоит в основном из прямых ссылок на их труды и пересказа их изречений, применительно к условиям современной жизни. Надеюсь, что очерк "Узкий путь" принесет читателям изрядную пользу и вдохновит на духовную жизнь по узкому пути.

Прот. Виктор Потапов

I. О ЯСНОЙ И НЕИЗМЕННОЙ ЦЕЛИ

Если хочешь спасти свою душу и достигнуть вечной жизни, пробудись от своей лени, осени себя крестным знаменем и скажи:

Во имя Отца и Сына и Святаго Духа. Аминь.

Вера приобретается не мечтаниями, а трудом. Не слова и размышления дают нам познание Бога, а опыт. Мы знаем, что, для того, чтобы проветрить комнату, надо открыть окно. Чтобы загореть, надо выйти на солнце. И вера достигается не иным путем; никакой цели не достигнешь, оставаясь в бездейственном ожидании, говорят святые отцы. Да будет нам примером блудный сын, который *встал и пошел к отцу своему* (Лк. 15, 20).

Как бы низко ты ни пал, какими бы ни был связан земными оковами, никогда не поздно восстать. Недаром в Писании подчеркнуто, что Аврааму было 75 лет, когда он отправился в путь, и что работник, пришедший в одиннадцатый час, получил ту же награду, как и пришедший в первый час.

Слишком рано тоже не может быть. Лесной пожар надо тушить как можно раньше, в начале; ведь ты не хочешь видеть свою душу опустошенной и обуглившейся. Уже в крещении тебе было поручено вести невидимую брань с врагами твоей души; так начни борьбу теперь же. Ты медлил достаточно, погруженный в равнодушие и лень, ты потерял много драгоценного времени. Поэтому ты должен чувствовать себя как бы вновь начинающим, так как чистоту, полученную тобою при крещении, ты утерял и пограл. Итак, восстань, но сделай это сейчас же. Не откладывай своего намерения до вечера или до завтра, или до окончания начатых тобою дел. Отсрочка может быть роковой.

Нет, в этот час, в этот момент твоего решения, докажи на деле отречение от своего ветхого "я", начни новую жизнь, поставив себе новую цель, и иди новым путем.

Восстань без страха и скажи: *Господи, дай мне с сего дня положить начало благое. Помози мне!* Ибо

прежде всего ты нуждаешься в Божией помощи.

Твердо держись своего намерения и не обращай вспять. Жена Лота, оглянувшись, превратилась в соляной столп (Быт. 19, 26): это для нас предостерегающий пример. Ты сбросил с себя ветхого человека, забудь его. Подобно Аврааму, ты услышал голос Господа: *Пойди из земли твоей, от родства твоего и из дома отца твоего в землю, которую Я укажу тебе* (Быт. 12, 1). На эту землю ты должен отныне обратить все свое внимание.

II. О НЕДОСТАТОЧНОСТИ ЧЕЛОВЕЧЕСКИХ СИЛ

Святые Отцы единогласно говорят: "Первое, что ты должен помнить, это ни при каких обстоятельствах не надеяться на самого себя. Предстоящая тебе борьба чрезвычайно тяжела, и твоих собственных человеческих сил совершенно для этого недостаточно. Полагаясь только на свои силы, ты падешь и желание продолжать борьбу иссякнет. Только Господь может дать тебе желанную победу". Большинству в начале пути трудно отказаться от самонадеянности, но это надо преодолеть, иначе мы не сможем идти дальше. Ибо как будет принимать советы, назидания и помощь человек, который уверен, что он все умеет и все знает и не нуждается в каких-либо указаниях? Через такую стену самоуверенности не могут проникнуть никакие лучи света. Пророк Исайя восклицает: *Горе тем, которые мудры в своих глазах и разумны пред самими собою!* (Ис. 5, 21). И ап. Павел увещевает: *Не высокоумствуйте* (Рим. 12, 16). Царство Небесное открыто младенцам, но от того, кто считает себя мудрым и разумным, Царство Небесное сокрыто (Мф 11, 25).

Поэтому мы должны внимательно следить за тем, чтобы избавиться от чрезмерной самоуверенности. Эта самоуверенность так укоренилась в нас, что мы даже не замечаем, что она свободно владеет нашим сердцем. И как раз эта наша эгоцентричность, самомнение и самолюбие являются причиной всех наших трудностей, пленения страстями, причиной скорбей и болезней, как душевных, так и телесных.

Поэтому наблюдай тщательно за собой и увидишь, что ты связан желанием исполнять свою волю, и только свою; этим твоя свобода ограничена, и ты бродишь, подобно узнику, с утра до вечера: теперь мне хочется пить, теперь я хочу встать, сейчас я хочу читать газету, так ты всегда пленник своих желаний, и, если к исполнению твоих желаний являются какие-нибудь препятствия, ты недоволен, становишься нетерпеливым или раздражительным. Загляни в глубину своего сердца, и ты увидишь ту же картину. Это легко заметить по тому неприятному чувству, которое ты испытываешь, когда кто-нибудь тебе противоречит. Таким образом, мы живем в неволе, но там, *где Дух Господень, там свобода* (2 Кор. 3, 17).

Такое самопоглощение не может принести ничего доброго. Разве Господь не дал нам заповедь любить ближнего своего, как самого себя, и любить Господа больше всего? Но поступаем ли мы так? Не заняты ли наши мысли вместо этого прежде всего нашим собственным благом?

Нет, будь твердо уверен, что ты сам не можешь сделать ничего доброго, и, если появится у тебя стремление к добру, то знай, что это не твое: оно исходит от Источника добра; это дар Жизнедателя. Также и силы для осуществления этого стремления не твои, но ниспосланы тебе Господом.

III. НИВА НАШЕГО СЕРДЦА

Новую жизнь, в которую ты только что решил вступить, часто сравнивают с жизнью земледельца. Земля, которую он обрабатывает, дана ему Богом, так же, как и семя, солнечный свет, дождь и произрастание злаков. Но работа предоставлена ему самому. Если земледелец хочет получить

обильную жатву, он должен трудиться с утра до вечера, пахать и разрыхлять землю, поливать, потому что посеву грозят многие опасности, могущие погубить урожай. Работу нельзя приостанавливать, земледелец постоянно должен быть бдительным; но все же урожай всецело зависит от Господа.

Земля, которая дана нам для возделывания, о которой надо заботиться и которую надо охранять, это наше собственное сердце. Урожай это Вечная Жизнь. Вечная потому, что она не зависит ни от времени, ни от пространства, ни от других внешних ограничений. Это жизнь истинной свободы, жизнь любви, милосердия и света, которая безгранична и именно потому вечна. Это духовная жизнь, духовное бытие человека. Оно получает свое начало здесь и не имеет конца; ничто земное не властно над ним, и искать его надо в человеческом сердце.

"Преследуй самого себя, говорит св. Исаак Сирии, и враг твой прогнан будет приближением твоим. Умиришь сам с собою, и умиришь с тобой небо и земля. Постарайся войти во внутреннюю свою клеть, и ты узришь клеть небесную, потому что та и другая одно и то же, и, входя в одну, увидишь обе. Лестница в это царство внутри тебя, сокровенна в душе твоей. Сбрось бремя греха и обретешь в себе ступени, по которым будешь восходить".

Небесная клеть, о которой здесь говорит св. Исаак, и есть Вечная Жизнь. Называется она Царством Небесным, Царством Божиим, иначе Христом. Жить во Христе значит жить в Вечной Жизни.

IV. О БЕЗМОЛВНОЙ И НЕВИДИМОЙ БРАНИ

Теперь, когда мы узнали, где происходит начатая нами борьба и какова ее цель, становится понятным, почему эту борьбу называют невидимую бранью. Все происходит в безмолвии, в глубине нашего сердца. Еще очень важно и чему учат святые отцы: держи твои уста сомкнутыми, никому не говори о своей тайне. Если открыть в бане дверь, то тепло испарится. Следовательно, никому ничего не говори о твоём решении. Не упоминай ни одним словом о начатой тобой новой жизни, о твоих переживаниях, о том опыте, который, как ты думаешь, ты приобретаешь. Это касается лишь Господа и тебя, и только вас обоих. Единственным исключением будет твой духовник.

Молчать очень важно потому, что всякое обсуждение своей жизни и своих действий дает лишь пищу самолюбованию и самоуверенности. А это надо прежде всего побороть в себе! Напротив, в тишине растет доверие к Господу, Который видит то, что сокрыто; в молчании научаешься говорить с Тем, Кто слышит без слов. Ведь к Нему ты стремишься и на Него возлагаешь все надежды; в вечности не нужны слова.

Отныне ты должен помнить, что все, встречающееся на твоём пути, послано тебе Господом, как помощь в твоей борьбе. Он Один только знает, что для тебя полезно и в чем ты в данный момент нуждаешься: в неудачах или в успехах, в искушениях или в падениях. Ничто не случайно, но все тебе посылается в назидание, это ты должен уяснить себе, ибо таким образом растет доверие к Господу, Которому ты следуешь.

Для преуспевания на этом пути св. отцы дают еще одно наставление: ты должен смотреть на себя, как на ребенка, который учится первым буквам, делает первые несмелые шаги. Вся твоя земная мудрость и жизненный опыт совершенно не имеют цены в предстоящей борьбе; твоё общественное положение и земное богатство также не имеют никакого значения. Имение, которое использовано не на служение Господу, является бременем, и всякое знание, которое служит не для очищения сердца бесплодно и потому вредно, ибо оно ведет к тщеславию. Такое знание называется голым, оно холодно и не рождает любви. Ты должен оставить все знания и стать безумным, чтобы сделаться богатым, и стать немощным, если хочешь быть сильным.

V. ОБ ОТРЕЧЕНИИ СЕБЯ И ОЧИЩЕНИИ СЕРДЦА

Нагой, ничтожный и беспомощный, ты приступаешь к наитруднейшей задаче для человека: побороть страсть всегда угождать только себе. Борьба твоя состоит именно в том, чтобы преследовать самого себя, ибо, пока в тебе господствует желание творить собственную волю, ты не можешь от чистого сердца взывать к Господу: *Да будет воля Твоя!* А пока ты высоко ценишь себя, ты никогда не поймешь, что действительно ценно; поскольку ты не отказываешься от своей свободы, ты не можешь получить истинной свободы, где господствует только Одна воля.

Сокровенный путь святых: "Не давай себе свободы и ты будешь иметь ее".

Сказано: тернии и волчцы возрастит земля. С великим трудом, в поте лица, человек должен возделывать ее. Земля это ты, твой собственный прах. Св. Макарий говорит: тебе не полезно беструдное приобретение благ. Легкое достижение порождает высокомерие.

Но как приступить к "преследованию себя"? Это значит отказаться творить свою волю, удовлетворять свои желания. Св. отцы советуют начать с мелочей. Как можешь ты потушить большой огонь, говорит св. Ефрем Сирии, прежде чем не научишься гасить малый? Если ты хочешь освободиться от страсти, побори прежде всего свои мелкие желания. Не думай, что одно можно отделить от другого; они соединены наподобие длинной цепи или сети.

Итак, не стоит начинать бороться с трудно побеждаемыми пороками и дурными привычками, не побеждая в то же время свои мелкие слабости: любовь к сладостям, болтливость, любопытство, суетливость. Ведь в конце концов наши желания, и большие и малые, имеют одно основание: нашу закоренелую привычку исполнять лишь свою собственную волю.

Направление нашей воли искажено. После грехопадения наша воля стремится исполнять только побуждения собственного "я". Потому-то наша борьба и направлена против нашей собственной воли как таковой. И следует бороться непрерывно и неустанно. Хочешь что-нибудь спросить не спрашивай. Хочешь выпить две чашки кофе пей лишь одну. Хочешь посмотреть на часы не смотри. Хочешь выкурить папиросу отложи, или лучше совсем не кури. Хочешь пойти в гости останься дома.

Это и есть "преследовать себя". Так, с Божией помощью, мы обуздываем свою волю.

Может быть, ты думаешь: разве это так необходимо? На это св. отцы отвечают другим вопросом: неужели ты в самом деле думаешь, что можешь наполнить сосуд чистой водой, не вылив прежде старой и грязной? Захочешь ли ты пригласить важного гостя в комнату, которая загромождена хламом и мусором? Нет, тот, кто надеется увидеть Господа, *очищает себя, так как Он чист*, говорит св. евангелист Иоанн (1 Ин. 3, 3).

Очистим свое сердце. Выбросим весь скопившийся там сор, вымоем загрязненный пол, вымоем окна и откроем их, чтобы свет и воздух проникли в ту горницу, которую вы уготовили покоем для Господа. Оденемся в чистые одежды, чтобы зловоние старой затхлости не осталось бы на нас и мы не оказались бы изгоняемыми (Лк. 13, 28).

Да будет это нашим ежедневным и ежеминутным трудом. Этим самым мы исполним заповедь Господа, данную нам через св. ап. Иакова, у которого сказано: *Очистите руки, грешники, исправьте сердца* (4, 8). Также и ап. Павел увещевает: *Очистим себя от всякой скверны плоти и духа* (2 Кор. 7, 1). Ибо *изнутри, из сердца человеческого*, говорит Христос, *исходят злые помыслы, прелюбодеяния, убийства, лихоимство, злоба, коварство, непотребство, завистливое око, богохульство, гордость, безумство, все это зло изнутри исходит и оскверняет человека* (Мк. 7, 21-23). Поэтому Господь

также увещевает фарисеев: *Очисти прежде внутренность чаши и блюда, чтобы чиста была и внешность их* (Мф. 23, 26).

Следуя этим призывам и начиная трудиться над нашим внутренним "я", мы должны помнить, что мы очищаем наше сердце не ради нас самих. Не ради себя мы чистим и убираем комнату для гостя, но чтобы гость чувствовал себя хорошо. "Будет ли ему хорошо? спрашиваем мы себя. Останется ли он?" Все наши мысли только о нем, мы же отходим, не ожидая себе никакой награды.

Есть три начала в природе человеческой, как ясно определяет Никита Стифат: плотское когда человек живет для угождения себе, не думая о том, что это может принести ущерб другому, душевное когда живет для угождения и себе и другим, духовное когда человек живет для угождения Господу, не заботясь о том, что это может принести ущерб ему самому. Первое ниже человеческого естества, второе обыденное, третье выше естества человеческого, это и есть жизнь во Христе.

Духовный человек думает духовно, он надеется когда-нибудь услышать ангелов, радующихся о *грешнике кающемся* (Лк. 15, 10), и что этим грешником будет он сам. Так ты должен чувствовать, и с этой надеждой ты должен трудиться, так как Господь дал нам заповедь: *Будьте совершенны, как совершен Отец ваш Небесный* (Мф. 5, 48), и: *Ищите же прежде Царства Божия и правды Его* (Мф. 6, 33).

Поэтому не давай себе ни покоя, ни отдыха, прежде чем ты не покоришь свое плотское "я". Поставь себе задачей найти в себе все признаки существования этого "зверя" и преследуй его без жалости. *Ибо плоть желает противоположного духу, а дух противоположного плоти* (Гал. 5, 17).

Если, трудясь над своим спасением, ты боишься впасть в самодовольство или боишься, что тобою овладеет духовная гордость, ты должен помнить, что тот, кто боится стать гордым, слеп, ибо не видит, что уже горд.

VI. О ПОДАВЛЕНИИ ЖЕЛАНИЯ К САМОУГОЖДЕНИЮ

Сказано: лишь немногие пойдут узким путем, который ведет к жизни, и нам надо подвизаться войти сквозь тесные врата, *ибо сказываю вам, что многие поищут войти, и не возмогут* (Лк. 13, 24).

Объяснения надо искать в нашем нежелании преследовать себя. Может быть, мы побеждаем в себе большие и пагубные страсти, но и только. Маленьким страстишкам мы даем волю расти, сколько угодно. Мы не растрачиваем чужого, не крадем, но охотно осуждаем; не пьянствуем, но неумеренно пьем чай и кофе. Сердце остается наполненным страстными желаниями, корни не вырваны, и мы блуждаем в чаще, которая выросла от жалости к себе.

Ты должен вырвать самый корень жалости к себе, и тогда ты поймешь, что то, что тебе сейчас кажется невыносимым, есть именно то, что тебе на пользу. Ты смотришь через призму жалости к себе и потому твой горизонт узок. Ты связан любовью к себе; освободись, и зло отступит от тебя.

Подави в себе пагубное желание к самоугождению во всех его формах. Заглуши свое желание к наслаждению. Будь строг к себе; не давай своему плотскому "я" те взятки, которых оно настойчиво требует. Ибо все получает силу посредством повторения, но отмирает, если не дают ему пищи. Но следы при этом тщательно за тем, чтобы ты, закрывая главный вход злу, не оставил бы открытой лазейку, через которую зло может ловко прокрасться под иным видом.

Будет ли тебе польза в том, что ты будешь спать на твердой постели, но вместе с тем наслаждаться в ванне? Или стараешься избавиться от курения, но не обуздываешь свой язык? Или, побеждая

болтливость, читаешь захватывающие романы? Или не читаешь романов, но даешь волю мечтаниям и сладострастной грусти?

Все это различные виды одного и того же явления: ненасытного желания удовлетворить свою потребность к наслаждению.

Ты должен искоренить в душе самое желание жить в довольстве и наслаждении. Ты должен научиться любить бедствия, скорби и трудности. Ты должен научиться следовать заповеди Христа: не празднословить, не украшать себя, быть покорным начальникам, не смотреть на женщину с вожделением, не раздражаться, и многому другому. Ибо все эти заповеди даны нам не для того, чтобы мы делали вид, будто их не существует; милосердный Господь дал их нам для исполнения. *Если кто хочет идти за Мною, отвергнись себя*, говорит Господь (Мф. 16, 24). Он предоставил нам свободный выбор *если кто хочет* и свободный личный труд *отвергнись себя*.

VII. О ПОКОРЕНИИ СВОЕЙ ВОЛИ ГОСПОДУ

"Если мы отвергаемся себя, то кого мы тогда встретим?" спрашивает св. Феофан Затворник; он же дает и ответ: "Тогда мы встретим Бога и ближнего". Первым условием для того, кто ищет освобождения во Христе, является отвержение себя; только таким образом средоточие нашего существования может быть перенесено от нас самих ко Христу, Который есть и Господь, и наш ближний.

Это значит, что все попечение, заботы и любовь, которыми мы окружали себя, переносятся естественно, незаметно для нас, на Господа, и тем самым и на нашего ближнего (Мф. 25, 34-40). Лишь таким образом левая рука не знает, что делает правая, и милость твоя будет в тайне (Мф. 6, 3-4).

Пока мы угождаем себе, мы не можем *угождать ближнему во благо, к назиданию* (Рим. 15, 2). Наши попытки в этом направлении будут ложными, ибо они творятся по нашей собственной воле и исходят из нашего желания угождать самим себе. На это надо обратить особое внимание, так как мы можем легко заблудиться по дороге благодеяний и услуг, удовлетворяющих нас самих, и эта дорога, безусловно, ведет к болоту самооправдания. Углубись в себя, тщательно проверь себя, и ты заметишь, что многие из этих, вроде бы самоотверженных поступков исходят из потребности заглушить свою совесть, иначе из твоей постоянной привычки ублажать себя и жить для того, чтобы угождать только себе (Рим. 15, 1).

Для Господа, Который есть любовь, мир и благодать, несообразны суетливость и шум самоублажения, хотя бы оно и было в скрытой форме. Проверь себя: если ты расстроишься или опечалишься, или даже раздражишься хотя немного, встречая препятствия в задуманном тобою благом деле, тогда знай источник его был мутный.

Ты спросишь, почему? Люди опытные ответят тебе: внешние препятствия и сопротивление встречает только тот, кто не покорила свою волю Господу; Господу же препятствия немислимы. Действительно самоотверженный поступок не мой, а исходит от Господа и поэтому не может встретить препятствий на своем пути. Лишь для моих собственных планов, моих собственных желаний работать, изучать, отдыхать, есть или оказывать услугу ближнему могут встретиться препятствия, и потому, что они "мои" я огорчаюсь.

Но для того, кто идет узким путем, ведущим к жизни ко Господу, есть только одно препятствие его собственная греховная воля. И если человек задумал что-то и ему не дозволено исполнить это как может он огорчаться? Ему, вообще, не следует строить планы. Не давай вводить себя в заблуждение.

Христианин *должен поступать так, как поступал Господь* (1 Ин. 2, 6), Который *не искал Своей воли* (Ин. 5, 30), был рожден на соломе, постился сорок дней, бодрствовал ночи в молитве, изгонял злых духов, исцелял больных, Ему негде было преклонить голову, и, наконец, Он дал себя на оплевывание, бичевание и распятие.

Подумай, как ты далек от этого. Постоянно спрашивай себя: бодрствовал ли я хоть одну ночь в молитве? Постился ли я хоть одни сутки? Выгнал ли хоть одного злого духа? Дал ли я себя без сопротивления на оскорбление и бичевание? Распял ли я действительно свою плоть, а не искал ли всегда и прежде всего своей воли? (Гал. 5, 24). Держи это в памяти все время.

Что значит: отвергнись себя? Кто действительно отвергается себя, не спрашивает: счастлив ли я? или: получу ли я успокоение? Все такие вопросы отпадают, если ты действительно, отвергаешься себя; этим ты уже отказался от своего желания счастья, как земного, так и небесного.

VIII. О САМОЗАЩИТЕ ОТ ВОЗВРАЩЕНИЯ ПОКОРЕННОГО ЗЛА

Первая победа над собой да будет тебе знаком, что ты вступил на путь. Но не приписывай это своей крепости; лишь благодари Господа ведь это Он дал тебе силы и не радуйся чрезмерно, но спеши продолжать путь. Иначе побежденное зло может вновь восстать и напасть на тебя сзади. Помни: израильтяне, завоевав новую страну, получили повеление от Господа прогнать всех жителей; это должно научить нас изгонять страсти.

Здесь не имеет значения сила или степень одержанной победы. Она могла состоять в том, что мы утром не выкурили папиросы или только в такой маловажной на вид вещи, что мы не повернули головы для того, чтобы куда-то посмотреть, или не ловили чей-нибудь взгляд. Внешнее значение поступка не является решающим. Малое может быть великим и великое малым. У нас впереди нескончаемая брань, и мы всегда должны быть готовы. Для отдыха времени не дается.

Еще повторяю: молчи. Пусть никто не замечает, чем ты занят. Ты работаешь для Невидимого пусть и работа твоя будет невидимой. Если ты рассыплешь вокруг себя крошки, объясняют святые, то их охотно подберут посылаемые дьяволом птицы. Береги себя от самодовольства, малый глоток его может погубить плод многих трудов. Поэтому отцы советуют: действуй с рассуждением, из двух зол выбирай меньшее. Наедине бери самый плохой кусок, но, если кто-нибудь тебя видит, придержишься золотой середины, которая не привлекает внимания. Держись в стороне, чтобы не быть заметным; да будет это твоим всегдашним правилом. Не говори о себе: как ты спал, что тебе снилось и что случилось с тобой; не касайся своих собственных нужд и дел все это дает пищу нашей самости.

Не меняй также внешнюю обстановку работы, места жительства и т.п. без нужды. Помни: нет места, нет никакого положения в обществе, нет никакого обстоятельства, которое было бы непригодным для избранной тобою борьбы, конечно, кроме того, что служит непосредственно пороку.

Не ищи себе повышения на службе или титулов; чем ниже твое служебное положение, тем ты свободнее. Будь доволен настоящими условиями твоей жизни. Также не спеши показать свои знания и способности. Не делай замечаний: нет, это не так, а так. Никому не противоречь и не вступай в спор. Никогда не должно предпочитать свою волю воле ближнего твоего. Это учит тебя трудному искусству покоряться и тем самым смиряться. Смирение необходимо.

Без ропота принимай замечания: будь благодарен, когда тебя пристыдят или отнесутся к тебе с пренебрежением и обойдут тебя. Но не ищи унижительных положений: в течение дня они будут даны

тебе именно в той мере, сколько тебе необходимо. На того, кто кланяется и услужливо суется, обращают внимание и, может быть, говорят: какой он смиренный. Но на действительно смиренного не обращают внимания: мир его не знает (1 Ин. 3, 1), для мира он, по большей части, бывает незаметным. Когда Петр, Андрей, Иоанн и Иаков, *оставив сети, последовали за Господом* (Мф. 4, 20), то для своих братьев по ремеслу они исчезли, пропали. Не будь нерешительным: подобно им, не бойся уйти из рода сего прелюбодейного и грешного. Что ты хочешь приобрести: мир или свою душу? (Мк. 8, 34-38). *Горе вам, когда все люди будут говорить о вас хорошо!* (Лк. 6, 26).

IX. О ПОБЕДЕ НАД МИРОМ

Василий Великий говорит: С возмущенным сердцем невозможно приступить к познанию истины. Поэтому мы должны стараться избегать всего, что дает повод к забвению нашей брани, что волнует наше сердце, что отвлекает внимание или возбуждает, или что беспокоит. Мы должны по возможности удаляться суеты и хлопот о бесполезных вещах. И даже тогда, когда мы служим Господу, мы не должны заботиться и суется о многом, но всегда помнить, что *одно только нужно* (Лк. 10, 41-42).

Для омовения тела необходимо снять одежду. Подобное же и с сердцем; с сердца следует совлечь наружные покровы обнажить его, чтобы оно стало доступно для очищающей и живительной силы Святого Духа.

Следовательно, обнажись. Отказывай себе во всем, но так, чтобы это было не слишком заметно вовне, от всего, что служит наслаждению, удовольствию и удобству, или развлекает, веселит или ласкает твой взор, слух, гортань или другие чувства. *Кто не со Мною, тот против Меня; и кто не собирает со Мною, тот расточает* (Мф. 12, 30). Уменьшай свои ежедневные потребности и привычки; делай это спокойно, обдуманно, без резких переходов, но неуклонно. Постепенно порви нити, связывающие тебя с внешним миром. Ибо все, *что в мире: похоть плоти, похоть очей и гордость житейская, не есть от Отца, но от мира*, и это восстает на душу (1 Ин. 2, 16; 1 Пет. 2, 11).

Что такое мир? Тебе не следует представлять его, как нечто видимое и доступное. "Мир, объясняет св. Макарий Египетский, есть покров тьмы (или огонь мирского духа), который облегает сердце и тем самым отрывает от Древа Жизни". Мир это все то, что привлекает нас и удовлетворяет наши чувства, это наше внутреннее "я", не познавшее Господа (Ин. 17, 25).

Миру принадлежат наши страстные желания и стремления. Св. Исаак Сирии перечисляет их: приверженность к богатству и к собиранию каких-либо вещей; телесное наслаждение; желание почестей, от которого проистекает зависть; желание главенствовать; властолюбие, желание наряжаться и нравиться; искание человеческой славы, которая бывает причиной злопамятства; излишняя заботливость и боязнь за здоровье своего тела. Все это от мира; и, соединенное вместе, обманным образом опутывает и держит нас связанными твердым обручем.

Хочешь ли освободиться? Испытай самого себя и уясни себе, с чем тебе следует бороться, чтобы приблизиться к Богу. Ибо *дружба с миром есть вражда против Бога, и кто хочет быть другом миру, тот становится врагом Богу* (Иак. 4, 4). Вольных просторов достигнет только тот, кто оставит тесную долину с присущими ей занятиями и удовольствиями. *Никто не может служить двум господам* (Мф. 6, 24). Одновременное пребывание в долине и на высотах невозможно.

Чтобы облегчить себе путь ввысь и легче сбросить с себя давящую тяжесть, ты можешь по возможности чаще задавать себе вопросы, подобные таким: почему я иду на концерт или в кино, себе ли в угоду или ближнему? Распинаю ли я плоть, когда ем вкусную пищу? Отдаю ли свое имение, позволяя себе увеселительную поездку или покупку платья? Смирю ли я и поработаю ли тело свое,

развалиясь в удобном кресле? Вопросы можно разнообразить и умножать, соразмеряя их с твоими жизненными привычками и их соотношением к жизни по Евангелию. При этом ты должен помнить, что *верный в малом и во многом верен* (Лк. 16, 10). Не бойся страданий, они помогут тебе выйти из тесной долины, где ты странствовал *по плотским похотям, исполняя желания плоти и помыслов* (Еф. 2, 3).

Ты должен задавать себе такие вопросы без пощады, но только себе одному. Никогда и ни в коем случае, даже в мыслях другим. Как только ты предлагаешь такой вопрос своему ближнему, а не себе, ты присваиваешь себе место судьи и этим самым подвергаешь суду самого себя. Этим ты утрачиваешь все то, что приобрел своим воздержанием; ты сделал один шаг вперед, а десять назад, и тогда тебе остается только плакать над своим падением и гордым самомнением.

X. О ГРЕХАХ БЛИЖНЕГО И НАШИХ СОБСТВЕННЫХ ГРЕХАХ

Когда ты осознал собственную негодность, ограниченность и нищету, то, подобно мытарю, возопи ко Господу: *Боже, милостив буди мне грешному*. И присовокупи: Воззри на меня, Господи, ибо я много хуже мытаря, так как я не могу не смотреть на фарисея и, смотря, мое сердце возносится и говорит: благодарю, что я не таков, как он.

Святые говорят: Когда ты видишь мрак в твоём собственном сердце и слабость твоих собственных сил, у тебя не будет попользования осуждать ближнего. Из твоего мрака ты видишь ярче отражение небесного света во всем творении, и ты не замечаешь греха других, ибо твои собственные грехи велики.

Ибо только тогда, когда ты будешь от всего сердца стремиться к совершенству, ты увидишь свое собственное несовершенство. И только тогда, когда ты осознал свое несовершенство, ты можешь совершенствоваться. Так из слабости рождается совершенство.

Тогда даруется тебе то состояние, которое Исаак Сирии обещает тем, кто преследует себя: "И враг твой прогнан будет приближением твоим".

Про какого врага говорит здесь св. отец? Конечно, про того же, который, однажды приняв образ змия, с тех пор не перестает внушать нам недовольство, нетерпение, вспыльчивость, гнев, зависть, страх, отчаяние, беспокойство, ненависть, леность, уныние, неверие и вообще все, что отравляет нам наше существование и что имеет свои корни в нашем самолюбии и в жалости к себе.

Как может человек требовать, чтобы ему повиновались, если он не исполняет воли своего Создателя? "И какое у него может быть основание расстраиваться, быть нетерпеливым или раздражаться, если не все делается по его желанию? Трудом он достиг привычки не иметь никаких желаний, и все совершается именно так, как он этого желает", объясняет Авва Дорофей. Его воля слилась с волей Божией и о чем он ни попросит, то дается ему (Мк. И, 24).

Как может завидовать человек, который не превозносится, но, внимая себе, находит, что все другие гораздо более заслуживают похвал и уважения, чем он? Разве страх, отчаяние и беспокойство возможны для того, кто знает, что все случающееся с ним он должен перенести, как разбойник на кресте, ибо принял достойное по делам своим? (Лк. 23, 41).

Леность отступает от него, так как он постоянно разоблачает ее в себе; обиду не может чувствовать тот, кто сознал свое ничтожество, и ненависть его направлена исключительно на зло, гнездящееся в его сердце, ибо оно заслоняет от него Господа; он возненавидел свою жизнь (Лк. 14, 26). Тогда и

неверие не имеет больше силы в душе, ибо он вкусил, что благ Господь (Пс. 35, 9): только Господь поддерживает человека. Любовь человека растет, а с ней и вера.

По словам Исаака Сирина: "Он заключил мир с собой, и небо и земля заключили мир с ним". Он собирает плоды смирения. Но это возможно только на тесном пути, который находят лишь немногие (Мф. 7, 14).

XI. О ВНУТРЕННЕЙ БРАНИ КАК О СРЕДСТВЕ ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛИ

Освободившись от внешних привязанностей, тем самым освобождаешь внутреннего человека. Когда избавляешься от внешних забот, сердце избавляется от внутренних мук. Из этого ясно, что та тяжелая борьба, которую тебе следует вести против себя самого, является только средством. Как таковое, оно ни хорошо, ни плохо: святые сравнивают его часто с курсом лечения, предписанным для восстановления здоровья. Этот курс может быть и очень тяжелым, и сопряженным с мучительными страданиями, но все же он лишь средство для восстановления здоровья.

Помни всегда: ты не делаешь ничего доброго своим воздержанием. Можно ли считать подвигом то, что человек, оказавшись благодаря собственной небрежности засыпанным глубоко в шахте, берет мотыгу и лопату, чтобы постараться выбраться? Напротив, разве это не естественно, что он воспользуется теми орудиями, которые даны ему свыше для того, чтобы вырваться из спертного воздуха и темноты? Ведь иной поступок был бы безумием.

Воспользуйся примером для назидания. Инструменты это орудие спасения, т.е. заветы св. Евангелия, св. Таинства Церкви, к которым может прибегать каждый христианин. Не использованные тобою, они не принесут помощи; но если ты будешь пользоваться ими надлежащим образом, они откроют тебе путь к свободе и свету. *Многими скорбями надлежит нам войти в Царство Божие* (Деян. 14, 22). Мы должны, подобно этому засыпанному человеку, отказаться от возможности отдыха и сна; мы должны, подобно ему, стараться использовать каждую минуту. Тогда, когда другие заняты своими маловажными делами или спят, мы не выпускаем из рук нашу мотыгу и лопату: молитву, пост, бодрствование и труд *соблюдать все, что Я повелел вам* (Мф. 28, 20). Если сердцу будет трудно согласиться на это, мы всеми силами нашей воли должны заставить его покориться, и только тогда можно будет достигнуть свободы.

Какую же награду получит трудящийся? Или он останется без награды? В труде уже есть награда. В той любви к свободе, в той надежде и вере, без которой он не взялся бы за труд. В труде растет надежда, вера и любовь; чем трудящийся прилежнее, чем меньше бережет себя, тем большая будет ему награда. Он остается пленником среди пленных, он в своих глазах не отличает себя от окружающих; он один из грешников среди грешных людей земли. Но, пока люди в безнадежной беззаботности спят или, чтобы убить время, играют в карты, он уходит к своему труду, так как он нашел сокровище, но держит его втайне (Мф. 13, 44). В его сердце Небесное Царство, любовь, надежда и вера, что когда-нибудь он достигнет свободы. Истинную свободу он еще видит лишь туманно, *как бы сквозь тусклое стекло* (1 Кор. 13, 12), но в надежде он уже свободен: *мы спасены в надежде* (Рим. 8, 24). *Надежда же, когда видит, не есть надежда*, добавляет апостол.

Когда заключенный действительно достигнет свободы, будет видеть ее лицом к лицу, он больше не заключенный среди заключенных земли. Он уже находится в мире свободы, той свободы, в которой был сотворен Адам и которая была нам возвращена во Христе.

Подобно заключенному, мы уже свободны в надежде, но осуществление спасения лежит по ту сторону земного; только там мы можем с верностью сказать: я спасен. Ибо заповедь *Будьте*

совершенны, как совершен Отец ваш Небесный (Мф. 5, 48) невозможно людям соблудности здесь на земле. Но зачем же нам дана эта заповедь? Святые отвечают: чтобы мы уже теперь начали свой труд, имея перед очами вечность. Цель свободы человека не в ней самой или в человеке, а в Боге, говорит свт. Феофан Затворник.

Ибо призыв к свободе гласит: *покайтесь!* И сказано: *Придите ко Мне все труждающиеся и обремененные* (Мф. 11, 28). Труждающиеся над чем? Может быть, над приобретением временных благ? Обремененные чем? Может быть, заботами и волнениями? "Нет, не так", отвечают святые. Ибо что говорит Господь дальше? *Возьмите иго Мое на себя и научитесь от Меня*, Того, Кто никогда не думал о временных благах, никогда не обременял себя земными заботами во время скитания по земле.

Какую награду получают *труждающиеся* над своим спасением, *обремененные* борьбою с искушениями как внешними, так и внутренними, *взявшие* на себя *иго* Христова, живущие так, как Он жил, обучающиеся не от ангелов, не от человека, не от книг, но *от Меня*, т.е. от Моей жизни, света и деяний, *ибо Я кроток и смирен сердцем*, и помыслами, и образом мыслей? Какое же вознаграждение получают все эти люди? Они обрящут душевный покой; они получают облегчение от искушений, забот, унижений, злобы, страха, горя и от всего, что волнует сердце человека. Так объясняет это преп. Иоанн Лествичник, и так оно понималось и переживалось христианами в последующие времена. Ибо опыт вновь и вновь обнаруживает в сердцах ищущих спасения истину, что *иго Мое благо, и бремя Мое легко* (Мф. 11, 30), для тех, кто любит Меня.

Претерпевший же до конца спасется (Мф. 10, 22). Обещание не относится к тем, которые отпали и предались нерадению. Поэтому мы не должны ослабевать. *Будьте тверды, непоколебимы, всегда преуспевайте в деле Господнем, зная, что труд ваш не тщетен пред Господом* (1 Кор. 15, 58). Раз начавши, не следует прекращать *делать дела, достойные покаяния* (Деян. 26, 20). Отдых равносителен шагу назад.

ХІІ. О ПОСЛУШАНИИ

В нашей брани со своеволием необходимо и послушание. "Послушанием ты умерщвляешь свои телесные члены, чтобы лучше служить духовным", говорит преп. Иоанн Лествичник. И еще: "Послушание есть гроб собственной воли и воскресение смирения".

Ты должен помнить, что ты добровольно отдал себя в рабство: пусть крест, который ты носишь на шее, напоминает тебе об этом. Через это рабство ты придешь к истинной свободе. Имеет ли раб свою волю? Ему необходимо научиться послушанию.

Наверное, ты согласишься: кого я должен слушаться? Святые отвечают: *Повинуйтесь наставникам вашим* (Евр. 13, 17). Кто же мои наставники в послушании? Где я найду учителей? На это святые отцы отвечают: Церковь предусмотрела и это. Поэтому она уже с апостольских времен дала нам путеводителей к святому послушанию, которые всегда с нами, где бы мы ни находились и в каких бы мы условиях ни жили. В городе или в деревне, женатые или неженатые, богатые или бедные всегда и всюду мы имеем возможность проявить послушание. Наставники в этом есть установленные Церковью посты.

Господу не нужен наш пост. Ему не нужна даже наша молитва. Всесовершенный не имеет ни в чем недостатка и не нуждается ни в чем, что бы мы, Его творение, могли дать Ему. Он также ничего от нас не требует. Но, по словам Иоанна Златоуста, Он дозволяет нам приносить Ему жертвы, ради нашего спасения.

Большей жертвы, чем самих себя, мы не можем принести Господу. Это возможно сделать только, отказавшись от своей собственной воли. Научаемся мы этому через послушание, а послушание дается нам трудом. Лучший труд в послушании преподает нам Церковь в исполнении предписанных ею постов.

Есть у нас еще и другие наставники, которым мы можем оказывать послушание. Они встречаются на каждом шагу в нашей повседневной жизни, если только мы будем внимательны к их зову. Твоей жене хочется, чтобы ты взял с собой твой плащ; исполни ее желание, чтобы упражняться в послушании. Твоя сослуживица просит тебя проводить ее немного; проводи ее для упражнения в послушании. Без слов ребенок требует ухода и ласки; дай ему это, сколько можешь, для упражнения в послушании. Не меньше, чем послушник в монастыре, ты можешь найти поводы к послушанию у себя дома, на службе, в общении с близкими.

Послушание уничтожает много преград. Если твое сердце привыкнет не сопротивляться, ты приобретешь свободу и покой. Ты повинешься, и колючие заграждения падают; тогда откроются просторы для любви. Послушанием ты сломишь свою гордость, свой дух противоречия, самоуверенность и упрямство, которые держат тебя в тисках. В этих тисках ты не можешь встретить Бога любви и свободы. Приучись радоваться каждому встречающемуся поводу к послушанию. Искать их не надо, иначе ты легко можешь впасть в искусственную услужливость, которая неизбежно приведет к самолюбованию. Положись на то, что тебе будет послано именно столько случаев к послушанию, сколько тебе нужно, и такого рода, которые тебе наиболее полезны. Но если ты заметил, что упустил случай, обличи себя, ибо ты был подобен паруснику, упустившему попутный порыв ветра, не воспользовавшемся им. Для ветра безразлично, был ли он или не был использован. Но для плавающего ветер был способом достичь быстрее цели. Подобным же образом рассматривай свое отношение к послушанию и вообще ко всему, ниспосылаемому Богом нам в помощь.

XIII. О ВНУТРЕННЕЙ КЛЕТИ ДУШИ

Внешние приемы ведут нас к той брани, которая происходит в глубине. Когда при чистке лука удаляют постепенно шелуху, то росток, из которого растение произрастает и тянется к свету, обнажается. Там в глубине, в твоей внутренней клетке, ты увидишь небесную горницу, потому что та и другая одно и то же, по словам Исаака Сирина.

Теперь, когда ты усиленными трудами вошел в самую глубину твоей души, ты вместе с твоим настоящим лицом увидишь нечто, что Макарий Египетский сравнивает с "ползучим змеем, который гнездится там и уязвляет сердце души твоей". Поэтому, если ты убил этого змея, то хвались чистотою перед Богом, если же нет, то смирись, как нищий грешник, и взмолись ко Господу обо всем, что таится в тебе. Итак, что же и как начать нам, никогда не входившим в сердце? Стоя вне, будем ударять постом и молитвой, как повелел Господь, сказав: *Стучите и отворят вам* (Мф. 7, 7). Ибо стучать это значит действовать. И если пребудем в слове Господнем, в нищете, в смиренномудрии и во всех заповедях требуемых добродетелях, день и ночь ударяя в духовную дверь Господню, то мы возможем приобрести искомое. Потому что через эту дверь можно получить избавление всякому, кто хочет избежать тьмы. Там обретает он свободу души и возможность стяжать Христа, Небесного Царя, □Говорит св. Макарий.

XIV. О СМирЕНИИ И БДИТЕЛЬНОСТИ

Тот, кто начал внутреннюю брань, нуждается каждое мгновение в смирении, внимании, противостоянии и молитве. Ибо предстоит, с помощью Божией, овладеть мысленными врагами, отогнать и разбить их у дверей сердца.

Для ведения внутренней борьбы необходимо стяжать смирение, потому что гордый обречен на поражение. Внимание необходимо для того, чтобы сразу заметить врага, охранить сердце. Противодействие должно встречать каждого врага, как только он будет узан. *Но без Меня не можете делать ничего* (Ин. 15, 5), поэтому молитва есть основа всей нашей брани.

Пусть будет для тебя наставлением следующий пример.

Своим вниманием ты обнаруживаешь врага, приближающегося к дверям твоего сердца, например, желание помыслить зло о твоём ближнем. Противостоянием воли ты избегаешь этого соблазна. Но в следующую же минуту ты попадаешь в ловушку приятной самодовольной мысли: какой я внимательный. Твоя мнимая победа оказалась поражением. Недоставало смирения. Молитвой ты как бы передаешь борьбу в руки Божии и у тебя не будет повода к самодовольству. И вскоре ты убедишься, что нет сильнее оружия, чем имя Господне.

Этот же пример показывает, что борьбу нужно вести непрерывно. Бурным потоком врываются вражьи помыслы, их надо как можно скорее остановить. Ап. Павел в своём послании к Ефессянам (6, 16) сравнивает злые помыслы с *раскаленными стрелами лукавого*, который безостановочно посылает их. Непрерывна должна быть и наша молитва к Господу, *потому что наша брань не против крови и плоти, но против начальств, против властей, против мироправителей тьмы века сего, против духов злобы поднебесных* (Еф. 6, 12).

На пути к греху сперва возникает представление помысла или предмета прилог, объясняют отцы. Когда мы начинаем сочувствовать прилогу уже сочетание. Третий шаг согласие и четвертый совершение греха. Эти четыре ступени могут мгновенно следовать друг за другом, но могут и сменяться постепенно, так что успеваешь отличать одну степень от другой. Помысл стучится в дверь, подобно коробейнику. Стоит впустить его, как начинается разговор о предлагаемых товарах и трудно уже указать человеку на дверь, ничего не купив у него, хотя и видишь, что товар плохой. Так приходишь до согласия на покупку, часто даже против собственного желания: мы оказались побежденными вражьи́м соблазном.

О прилогах говорит Давид: *С раннего утра буду истреблять всех нечестивцев земли, дабы искоренить из града Господня всех, делающих беззаконие* (Пс. 100, 8). *Не будет жить в доме моем поступающий коварно* (Пс. 100, 7). И Моисей говорит о согласии: *Не заключай союза с ними* (Исх. 23, 32). Первый стих первого псалма содержит ту же мысль, говорят отцы: *Блажен муж, иже не иде на совет нечестивых*. Важно начать *говорить с врагами в воротах* (Пс. 126, 5). Так как наплыв у ворот твоего сердца большой, то знай, что *сам сатана принимает вид Ангела света* (2 Кор. 11, 14). Потому святые советуют нам очищать наши сердца от прилогов, случайных настроений и мечтаний, какого бы рода они ни были. Не в человеческих силах различать злые побуждения от добрых, только Господь Один может это сделать. Поэтому возложим упование всецело на Господа, зная хорошо, что *если Господь не охранит города, напрасно бодрствует страж* (Пс. 126, 1).

Все же от тебя зависит *беречься, чтобы не вошла в сердце твое беззаконная мысль* (Второз. 15, 9), и следить за тем, чтобы сердце не сделалось местом ярмарки, где, как волны, сменяются всякие впечатления, пока ты совсем не потеряешь надзора над происходящим. Ярмарка является любимым местом пребывания разбойников и воров, но никак не ангела мира, которого ты ищешь. Мир и тем самым Господь мира избегает таких мест.

Поэтому Христос сказал нам через своего Апостола: *Исправьте сердца* (Иак. 4, 8) и Сам призывает нас: *Смотрите, бодрствуйте* (Мк. 13, 33). Ибо, если Он, придя, найдет наши сердца нечистыми, а нас спящими, то скажет: *Не знаю вас* (Мф. 25, 12). И этот час всегда тут, если не в этот момент, то в следующий, ибо как Царство Небесное, так и час судный всегда в наших сердцах.

Если стража не бодрствует, то не сохранит и Господь, но если Господь не сохранит, напрасно

бодрствует стража. Поэтому будем бодрствовать у дверей нашего сердца, неуспно взывая ко Господу о помощи.

Не направляй свой взор на врага, не входи с ним в пререкание, потому что ты не имеешь возможности противостоять ему; со своим многотысячелетним опытом он знает достаточно уловок, чтобы обезоружить тебя. Нет, стой на страже своего сердца, и пусть взор твой будет устремлен ввысь; тогда сердце будет всячески ограждено: Господь Сам пошлет Своих ангелов охранять его.

Понимай это так: если подвергаешься искушению, не занимайся рассматриванием и взвешиванием его или размышлением о нем; этим ты омрачишь свое сердце и потеряешь время, к чему враг и стремится. Обратись вместо этого без замедления ко Господу с молитвой: *Боже, милостив буди мне грешному*. И чем скорее ты отклонишь твой помысл от искушения, тем скорее придет помощь.

Никогда не полагайся на себя. Не принимай никогда благое решение, думая: конечно, я справлюсь. Не надейся никогда на свои силы и способности противостоять какому-либо искушению, будь оно большое или малое. Думай наоборот: я сам не устою, если подвергнусь искушению. Самоуверенность — плохой товарищ: чем меньше надеешься на свои силы, тем крепче ты стоишь. Чувствуй себя слабым и совершенно лишенным возможности противостоять даже малейшему мановению злого духа, тогда ты, к удивлению, заметишь, что он не имеет никакой власти над тобой. Ибо, избрав Господа своим прибежищем, ты вскоре убедишься, что *не приключится тебе зло* (Пс. 90, 10). Единственное несчастье, которому подвергается христианин, есть грех.

Если тебе досадно, что ты все же впал в искушение и потому бичуешь себя и решаешь никогда больше так не поступать, то это верный признак, что ты на правильном пути: это уязвлена твоя самоуверенность.

Тот, кто не полагается на себя, с благодарным чувством удивляется тому, что не пал еще глубже, он восхваляет Господа за своевременную данную Им помощь, ибо иначе он еще и сейчас не поднялся бы. Быстро воспрянув, он творит молитву, начиная ее троекратным "Благословенно имя Господне".

Избалованный ребенок, упавши, долго лежит и плачет. Он ищет сочувствия и ласки для своего успокоения. Ты же не жалея себя, как бы больно ни было. Восстань сейчас же и продолжай брань. В борьбе всегда получают ранения. Только ангелам свойственно никогда не падать. Но молись Господу, чтобы Он простил тебя и не попустил тебе вновь впасть в нерадение.

Не поступай по примеру Адама и не вини женщину или дьявола или какое-либо внешнее обстоятельство. Причина твоего падения в тебе самом: в тот миг, когда хозяина не было в твоём сердце, ты позволил вора и разбойникам войти и господствовать там. Молись Господу, чтобы это не повторялось.

"Что вы делаете там в монастыре?" спросили одного монаха. Он ответил: "Мы падаем и встаем, падаем и встаем, и опять падаем и встаем".

Ибо немного минут в твоей жизни проходят без того, чтобы ты по крайней мере один раз не пал. Так молись Господу, чтобы Он снисловился над всеми нами.

Молись о прощении и милости, о пощаде, как просит приговоренный к смерти преступник, и помни, что только *благодаря нам спасены* (Еф. 2, 5). У тебя нет права требовать свободы или помилования; представь себя в положении беглого раба, который лежит у ног своего владыки и просит, чтобы его пощадили. Такова должна быть и твоя молитва, если ты хочешь последовать Исааку Сирию и "сбросить бремя греха и обрести в себе ступени, по которым будешь восходить".

XV. МОЛИТВА

Из сказанного видно, что молитва — главное и важнейшее орудие брани. Научись молиться, и ты победишь все мыслимые злые силы, нападающие на тебя.

Молитва является одним крылом, вера другим, и они возносят нас к небу. С одним крылом никто не может летать: молитва без веры так же бессмысленна, как вера без молитвы.

Но если твоя вера очень слаба, то ты можешь взывать: "Господи, дай мне веру!" Эта молитва редко бывает не услышана. Из горчичного зерна, говорит Господь, вырастает большое дерево (Мф. 13, 31-32).

Кто хочет дышать свежим воздухом и наслаждаться солнечным светом, открывает окно. Было бы бессмысленно сидеть при спущенных шторах и говорить: нет света, нет воздуха, нечем дышать. Пусть этот пример пояснит тебе действие молитвы на нас. Сила Божия и милость всегда и повсюду доступна всем, но приобрести ее можно лишь желая этого и живя в вере.

Молитва есть действие; молиться — это значит быть в высшей степени деятельным. Для каждого рода деятельности требуется опыт: говоря на чужом языке, учишься этому языку; и молясь, учишься молиться.

Без молитвы нельзя и думать найти то, что ищешь. Молитва есть начало и основание всех стремлений к Господу. Молитва возжигает первую искру света; молитва дает первые предчувствия искомого, и она пробуждает и поддерживает желание идти вперед. "Молитва — утверждение мира", сказал св. Иоанн Лествичник, а другой святой сравнивает вселенную с чашей, в которой покоится Церковь Христова, а Церковь держится молитвой. Молитва есть общение и слияние человека с Господом. Молитва — как бы мост, по которому человек переходит от своего плотского "я", с его соблазнами, к духовному — с его свободой. Молитва является оборонительной стеной против горя, секирой против отчаяния; она уничтожает печаль и обуздывает гнев. Молитва — питание для души и просвещение ума, она вносит в настоящее будущую радость. Для того, кто искренне молится, молитва в его сердце уже теперь, в настоящий момент, прежде страшного суда — является судьей, судом и престолом.

Молитва и бдительность — одно и то же, ибо ты молитвой стоишь у дверей сердца. Неспящий глаз реагирует на малейшие изменения в поле зрения; то же делает и сердце, в котором творится молитва.

Да будет тебе примером паук: он находится в середине своей паутины и убивает даже самую маленькую мушку, попавшую в его сети. Так же бдительна молитва в сердце: она ощущает малейшее приближение врага и убивает его.

Оставить молитву — это то же самое, что уйти со своего сторожевого поста. Ворота открыты для опустошающих орд, и собранные сокровища будут расхищены. Хищникам недолго совершить свое дело: примером может служить гнев, который уничтожает все в одну секунду.

XVI. МОЛИТВА НАЧИНАЮЩИХ

Итак, теперь мы понимаем, что святые отцы молитвой называют не только молитвы утренние и вечерние и молитвы, совершаемые в продолжение дня и при начинании какого-либо дела, но для них молитва тождественна с непрестанной молитвой — жизнью в молитве. *Непрестанно молитесь* (1 Фес. 5, 17), — это есть заповедь, которую следует принимать буквально.

Так понимаемая молитва есть наука из наук и искусство из искусств. Художник работает с глиной,

красками, со словами или звуками; в меру мастерства он придает им содержание и красоту. Молящийся человек работает над своим сердцем, молитвой он преображает свою душу, наполняет ее духовным содержанием и красотой; совершенствуя самого себя, он благотворно влияет на других.

Ученый изучает сотворенные предметы и явления; а тот, кто молится, проникает молитвой к Самому Первоисточнику творения. Не к телу, не к явлениям жизни, но к источнику тепла и жизни, не к своему собственному "я", а к Создателю этого "я".

Художник или ученый должен приложить много усердия и труда, чтобы достигнуть зрелости; желаемого совершенства он все же никогда не добьется. Если, приступая к работе, будешь ожидать божественного откровения, то никогда не научишься основам своего искусства. Скрипач должен усердно упражняться, чтобы постичь тайну своего инструмента. Сердце же человека намного совершеннее!

Приблизьтесь к Богу, и Он приблизится к вам (Иак. 4, 8). От нас зависит начать. Если мы сделаем шаг навстречу Господу, Он сделает десять шагов к нам; это Тот, кто увидел блудного сына, когда он был еще далеко, и, побежав, пал ему на шею и целовал его (Лк. 15, 20).

Но все же когда-то надо сделать первый неуверенный шаг, если вообще хочешь приблизиться к Господу. Пусть не смущает тебя неловкость начала; не уступай застенчивости и насмешливым голосам врагов, которые стараются уверить тебя, что ты смешон, что это лишь плоды фантазии, которые не имеют никакого смысла. Знай, что нет ничего другого, чего бы враг так страшился, как молитвы.

Ребенок с большой охотой читает все, научаясь лучше читать; чем больше учишься какому-нибудь языку, тем охотнее говоришь на нем и тем больше язык этот нравится. Желание увеличивается с приобретением знаний. Упражняясь, приобретаешь знания. С приобретением знаний увеличивается желание дальнейшего труда.

Не думай, что с молитвой дело обстоит иначе. Не жди свыше каких-либо вдохновений раньше, чем ты сам не приступишь к труду. Человек сотворен для молитвы так же, как он сотворен говорить и мыслить. Но главным образом для молитвы, ибо *Господь поселил человека в саду Эдемском, чтобы возделывать его и хранить его (Быт. 2, 15)*. Где тебе найти сад Эдема, как не в твоём сердце?

Подобно Адаму, ты должен оплакивать тот Эдем, который ты потерял по твоей невоздержанности; тебя покрыли фиговым листом и одели *в кожаные одежды (Быт. 3, 21)*, в бранный прах с его страстями. Тебя отделяет от узкого пути к древу жизни мрачное пламя земных страстей, и только тому, кто победит эти страсти, дано будет *вкушать от древа жизни, которое посреди рая Божия (Откр. 2, 7)*.

Но как трудно одержать такую победу! Адам нарушил только одну заповедь Господню; ты же нарушаешь ежедневно и ежечасно все заповеди, говорит св. Андрей Критский. Ожесточенный преступник, ежечасно возвращающийся к своему греху, это ты, и из таких именно чувств должна исходить твоя молитва, чтобы достичь высот.

Закоренелый преступник часто не сознает своей вины, он ожесточен. Так же и с нами. Не пугайся окаменения твоего сердца: молитва понемногу смягчит его.

XVII. НЕКОТОРЫЕ СОВЕТЫ ПРИСТУПИВШЕМУ К МОЛИТВЕ

Тот, кто начинает упражняться в чем-либо, делает это не потому, что он уже достиг нужного, а для того, чтобы добиться нужных результатов. Когда приобретешь что-либо, стараешься сохранить приобретенное, а пока не имеешь, стремишься приобрести искомое.

Поэтому начни свое упражнение, не ожидая ничего от себя самого. Если ты такой счастливый, что спишь в отдельной комнате, то ты можешь без затруднения, со вниманием следовать указаниям молитвослова.

Когда ты просыпаешься утром, прежде чем заняться другими делами, встань на молитву, представляя себя стоящим перед всевидящим Господом и, осенив себя крестным знамением, молви: *Во имя Отца и Сына и Святого Духа. Аминь*. Затем немного помедли, чтобы успокоился твой дух и мысли твои оставили бы все земное. Тогда произнеси без поспешности, с сердечным вниманием: *Боже, милостив буди мне грешному*.

После этого следуют все другие молитвы, прежде всего, молитва к Святому Духу, потом к Пресвятой Троице, и затем "Отче наш", после которой следует целый ряд утренних молитв. Лучше прочти некоторые из них со вниманием, чем все с нетерпением. Эти молитвы основаны на церковном опыте; ты ведь являешься только одной из многих клеточек тела Церкви, иначе тела Христова. Этими молитвами ты обучаешься тому послушанию, которое необходимо не только телу, но и сердцу и уму для умножения твоей веры.

Совершенная и правильная молитва есть та, слова которой доходят до сознания и чувств; для этого необходимо внимание. Не давай мыслям отклоняться в сторону; возвращай их вновь и вновь. Начинай сызнова твою молитву с того места, где уклонился мыслью. Если у тебя нет молитвенника, то можно также читать и из Псалтири. Так молясь, ты обучаешься терпению и бдительности.

Стоящий у открытого окна слышит звуки снаружи, иначе быть не может. Но от его воли зависит обращать или не обращать на них внимание. Тот кто молится, непрерывно подвергается наплыву посторонних мыслей, чувств и впечатлений. Препятствовать их мятежному бегу так же бесполезно, как препятствовать движению воздуха в комнате с открытым окном. Но можно обращать или не обращать на них внимание. Этому можно научиться, говорят святые, но не иначе, как посредством навыка.

Ты молишься не для того, чтобы исполнились твои суетные земные пожелания; непристойно обременять Господа просьбой о них, поэтому молись: *Да будет воля Твоя*. Сам ты должен молчать: пусть молитва говорит.

"Твоя молитва должна совмещать четыре действия, говорит Василий Великий, славословие, благодарение, исповедание грехов и прошение о помиловании".

Не заботься и не моли о временных благах, но *ищи прежде всего Царствия Божия и правды Его, и это все приложится тебе* (Мф. 6, 33). Тот, у кого воля и молитва не согласны с волей Божией, встретит препятствия в своих начинаниях и будет снова и снова попадать во вражеские сети. Он впадет в недовольство, раздражение, гнев, смущение, нетерпение, или будет озабочен, а в таком состоянии невозможно творить молитву. Молитва будет нечистой, если, когда молишься, осуждаешь в чем-либо другого. Молясь, следует осуждать только самого себя. Твоя молитва без самоосуждения не имеет цены, так же, как не имеет цены молитва при осуждении другого. Может быть, ты спросишь: как научиться такой молитве? Ответ таков: этому и учит молитва.

Не бойся своей внутренней сухости. Живительный дождь ниспадает свыше, а не с твоей окаменелой почвы, на которой растут лишь *терния и волчцы* (Быт. 3, 18). Поэтому не жди никаких "состояний", экстазов, восторгов или других отрадных страстных ощущений; молитва существует не для наслаждения. *Сокрушайся, плачь и рыдай* (Иак. 4, 9), помни смертный час и взывай ко Господу о милосердии; все остальное дастся Господом.

XVIII. НЕПРЕСТАННО МОЛИТЕСЬ

Молитва не прекращается прочтением утренних молитвословий. Молитву следует творить в продолжение всего дня. Епископ Феофан Затворник советует новоначальным выбирать из Псалтири подходящий коротенький молитвенный стих, например: *Господи, поспеши мне на помощь; Сотвори во мне, Господи, сердце чистое; Благословенно имя Твое, Господи*, или другие. В Псалтири большой выбор таких молитвенных призывов. В течение всего дня следует держать молитву в памяти и повторять ее как можно чаще, мысленно или шепотом, или лучше вслух, если ты один и никто не слышит. В трамвае, на работе и во время принятия пищи, постоянно, когда только есть возможность, твори молитву, сосредоточивая внимание на содержании ее слов. Так весь день может быть проведен в молитве, вплоть до вечерних молитв, читаемых по молитвеннику перед сном. Таковую молитву можно творить и тем, кто не имеет возможности уединиться для совершения утренних и вечерних молитв, потому что так молиться можно где угодно и когда угодно.

Внутреннее уединение заменяет недостающее уединение внешнее.

Частое повторение молитвы важно: непрерывными взмахами крыльев птица взлетает выше облаков; пловец многими взмахами рук достигает желанного берега. Но если птица перестанет летать, то она неизбежно останется на земле, а пловцу угрожают темные глубины вод.

Пребывай в молитве час за часом, день за днем, не ослабевай. Но молись просто, без пафоса, без мечтаний и всяких вопросов; *не заботься о завтрашнем дне* (Мф. 6, 34). Когда наступит время, придет желанный ответ.

Авраам пошел, не любопытствуя: как выглядит та страна, которую Ты хочешь показать мне? Что ждет меня там? Он просто *пошел, как сказал ему Господь* (Быт. 12, 4). Поступай так же. Авраам взял все свое имущество с собой; и в этом ты должен подражать ему. Возьми все, что ты имеешь, не оставь ничего, что может удержать твою любовь в стране многобожия, которую ты оставил.

Ной строил свой ковчег в течение ста лет, таская бревно за бревном к постройке. Поступай подобно ему. Тащи бревно за бревном к твоей постройке, с терпением, в молчании, день за днем, не заботясь об окружающем; помни, что Ной был единственным, который *ходил пред Богом* (Быт. 6, 9), т.е. в молитве. Представь себе ту тесноту, ту темноту, тот смрад, в которых он должен был жить до того времени, как смог выйти на чистый воздух и построить жертвенник Богу. "Этот воздух и этот жертвенник Господу найдешь ты в себе, объясняет св. Иоанн Златоуст, но лишь после того, как будешь готов пройти теми же узкими вратами, как Ной".

Таким образом ты сделаешь все так, *как повелел тебе Бог* (Быт. 6, 22), и *всякою молитвою и прошением* (Еф. 6, 18) ты строишь мост, который поведет тебя от твоего плотского "я", с его множеством интересов, к полноте Духа. "С пришествием Единого в твое сердце исчезает множественность, говорит Василий Великий. Твои дни будут всецело и твердо управляемы Им, Который держит вселенную в Своей длани".

XIX. О ТЕЛЕСНЫХ И УМСТВЕННЫХ ПЛОДАХ МОЛИТВЫ

Упражняясь в молитве, ты в то же время должен держать свою плоть в крепких узах. "Всякая молитва, в которой не утруждалось тело и не скорбело сердце, вменяется за одно с недоношенным плодом чрева, потому что такая молитва не имеет в себе души", говорит Исаак Сирии. Такая молитва имеет в себе семя самодовольства и той гордости сердца, которая считает себя в числе не только званых, но и избранных (Мф. 22, 14).

Остерегайся такого рода молитвы: она корень заблуждений, ибо если сердце привязано к плотскому, то сокровище твое остается плотским, а ты воображаешь, что держишь небо в своих плотских объятиях. Твоя радость будет нечистой и будет проявляться в чрезмерном веселии, словоохотливости и желании учить и исправлять других, хотя Церковь не призвала тебя учителем. Ты толкуешь Св. Писание по своему плотскому устройению и не терпишь возражений, и это только потому, что не радел об утеснении своей плоти и тем самым не смирил свое сердце.

Истинная радость тиха и постоянна, поэтому Апостол призывает нас *всегда радоваться* (1 Фесс. 5, 16). Эта радость исходит из сердца, которое плачет о мирском и о своем удалении от источника Света; истинную радость надо искать в скорби. Ибо сказано: *Блаженны нищие духом и блаженны плачущие ныне*, в плотском "я", *ибо возвеселятся* в духовном. Истинная радость есть радость утешения, та радость, которая рождается от сознания своей слабости и в Господнем милосердии, и эта радость не выражается в смехе "до оскаливания зубов".

Подумай и о другом: кто привязан к земному, радуется, но и беспокоится, волнуется или печалится; состояние его души подвержено постоянно переменам. Но радость *Господина твоего* (Мф. 25, 21) постоянна, ибо Господь неизменен.

Обуздай твой язык одновременно с тем, как притесняешь твое тело постом и воздержанием. Словоохотливость сильный враг молитвы. Пустословие мешает молитве; по этой причине мы *за всякое праздное слово дадим ответ* (Мф. 12, 36). Ты не вносишь дорожной пыли в ту комнату, которую хочешь держать в порядке; поэтому не загромождай твое сердце сплетнями и разговорами о проходящих дневных событиях.

Посмотри, небольшой огонь как много вещества зажигает; и язык огонь (Иак. 3, 5-6). Но если прекратить доступ воздуха, то огонь погаснет; не давай свободы своим страстям, и они постепенно угаснут.

Если случилось тебе воспламениться гневом, то молчи и не подавай виду, лишь бы Господь услышал твое покаяние; таким образом ты погасишь пожар уже в начале. Если тебя смутил поступок другого, последуй примеру Сима и Иафета и покрой его одеждой молчания (Быт. 9, 23); этим ты заглушишь твое желание осудить, прежде чем оно вспыхнет пламенем. Тишина есть чаша для бодрственной молитвы.

Кто хочет научиться искусству бодрствования, должен обуздать не только свой язык. Он должен во всем *наблюдать за собой* (Гал. 6, 1), и наблюдения должны идти до самых глубин. Там, внутри, найдет он необъятную кладовую воспоминаний, мыслей, воображений, которые непрестанно движутся; следует на них наложить узду. Не возбуждай воспоминаний, которые мешают твоей молитве, не ройся в своих старых грехах; не уподобляйся псу, который возвращается к своей блевотине (Притч. Сол. 26, 11). Не давай памяти останавливаться на подробностях, которые могут вновь пробудить твои страсти или дать пищу твоему воображению: любимым местом пребывания дьявола является как раз наше воображение, и там он доводит нас до сочетания, согласия и греха. Он уязвляет твое мышление сомнениями и мудрствованиями, побуждениями к логическим рассуждениям и доказательствам, праздными вопросами и самим же собой придуманными ответами.

Все это встречай словами псалма: *Удалитесь от меня, беззаконные* (118, 115).

XX. О ПОСТЕ

Пост, по мере сил твоих, поможет тебе в твоём бодрствовании. О делах Божиих не должно рассуждать по насыщению чрева, ибо в наполненном чреве нет ведения тайн Божиих, говорят аскеты. Сам Христос своим долгим постом дал нам пример: Он изгнал диавола после сорокадневного поста. Лучше ли мы Его? *И се, Ангелы приступили и служили ему* (Мф. 4, 11). И тебя они ждут, чтобы послужить тебе.

"Пост есть удержание от многословия, говорит св. Иоанн Лествичник. Он есть дверь умиления и страж послушания, истребление лукавых помышлений и сердечной бесчувственности. Пост это врата рая; когда чрево утесняется, тогда смиряется и сердце; ум постника молится трезвенно, тогда как ум невоздержанного исполняется нечистыми мечтаниями".

Пост является выражением любви и преданности, стремлением принести в жертву земные блага, чтобы приобрести небесные. Наши мысли слишком много заняты заботами о пропитании и об услаждении гортани; приложим усилие освободиться и от этого.

Так, пост является ступенью на пути к освобождению и непременной опорой в борьбе с самоуслаждением. Пост, сопровождаемый молитвой, есть великий дар, данный человечеству, и он тщательно оберегается теми, кто хоть раз был ему причастен.

Во время поста вырастает благодарность к Тому, Кто дал человеку возможность поститься. Пост открывает путь в области, о которых ты имел лишь слабое представление: все события, все жизненные явления, случающиеся в твоём окружении или в тебе самом, получают совсем новое освещение, все происходящее получает новое, глубокое и богатое содержание. Земное мудрствование сменяется ясностью мысли, мятежное искание спокойным принятием всего с благодарением и смирением. Кажущиеся неразрешимыми мучительные проблемы открывают свою суть, подобно расцветшему цветку: молитвой, постом и бодрствованием надо стучаться, *ибо стучащему отворят* (Мф. 7, 8).

Потому пост часто считается мерилom: ибо тот, кто во многом воздерживается, возлюбил много, и кто много возлюбил, тому много простится (Лк. 7, 47). Отказывающий себе во многом получит многое.

Святые отцы советуют поститься умеренно: слишком изнуряя тело, можно повредить душе. К посту надо приступать постепенно; все требует опыта, и каждый пусть себя испытывает, принимая во внимание свое сложение и свою работу. Следует не разбираться в пище: вся пища дана Господом, но следует избегать той, которая возбуждает плоть с ее страстями: обильного употребления пряностей, мяса, вина и всего прочего, что служит к услаждению гортани. Лучше употреблять пищу дешевую и доступную.

Св. отцы рекомендуют принимать пищу один раз в день и в таком количестве, чтобы не чувствовать насыщения.

XXI. ОБ ИЗБЕЖАНИИ НЕВОЗДЕРЖАННОСТИ

Известно, что результатом слишком усердного упражнения на рояле могут быть судороги в пальцах. То же может случиться с тем, кто чрезмерно много пишет. Опечаленный и сбитый с толку, еще

недавно полный надежд музыкант или писатель принужден прервать работу; он вынужден оставаться праздным и тем самым подвергаться многим пагубным влияниям.

Этот пример пусть будет тебе предостережением. Пост, послушание, самоукорение, бдительность и молитва, все это обязательно для получения навыка в твоём труде, и именно для навыка. Для всякого труда необходимо рассуждение, спокойный учет своих сил (Лк. 14, 28-32), без перегиба в ту или другую сторону. *Будьте благоразумны и бодрствуйте в молитвах*, призывает св. ап. Петр, а через него и Господь (1 Петр. 4, 7).

Источник опьянения не всегда вино или другие опьяняющие вещества; не менее опасно опьянение самомнением, возбуждающее неразумное рвение. Это рвение заставляет свою жертву поступать необдуманно, и появляется преувеличение и неумеренность, а на такой почве выросшее растение нездорово оно приносит такие плоды, как напыщенность, нетерпимость и самооправдание. Нет, здесь не надо уклоняться ни направо, ни налево (Второз. 5, 32) и вовсе не надо надеяться на свои собственные силы.

"Если мы не находим в себе обильных плодов любви, мира, радости, кротости, смирения, простоты, искренности, веры и долготерпения, то тщетны и напрасны были все наши подвиги", говорит преп. Макарий Египетский. Труд для урожая, но жатва принадлежит Господу.

Поэтому следи за собой и будь рассудительным. Если замечаешь, что приходишь в раздражение или нетерпение, то немного облегчи свою ношу. Если появится у тебя желание замечать за другими, укорять их или учить и делать замечания, то это значит, что ты не на правильном пути; тому, кто преследует себя самого, не в чем упрекать других. Поэтому держись в тени, скройся, *войди в комнату твою и затвори дверь твою* (Мф. 6, 6), даже тогда, когда ты по необходимости находишься в большом и шумном обществе. А иногда, если будет тебе слишком тяжело, выйди оттуда куда угодно, чтобы только быть одному, и возопи из глубины души ко Господу о помощи, и Он услышит тебя.

"Пусть душа твоя будет наподобие колеса, советует старец Амвросий, чем меньше колесо касается земли, тем легче движется вперед". Не думай, не говори, не привязывайся к земному больше, чем это необходимо. Но помни также, что колесо, находящееся целиком в воздухе, тоже не может двигаться.

XXII. О ПОЛЬЗОВАНИИ ЗЕМНЫМ И ВНЕШНИМ

Мы состоим из души и тела, которые в нашем существе нельзя разделить. Поэтому пусть плоть придет тебе на помощь; Христос, снисходя к нашей немощи, пользовался словами и жестами, плюновением и землею, как средствами. Для нас позволил Своей силе изойти из края одежды Своей (Мк. 5, 24-34), через возложения платков и опоясаний с тела ап. Павла (Деян. 19, 12) и даже от тени проходящего ап. Петра (Деян. 5, 15).

Потому пользуйся всем земным как напоминанием и поддержкой в твоём трудном странствовании узким путем. Пусть белизна снегов, синева небес, крылья бабочки, жжение огня и все созданное, что видишь и ощущаешь, напоминает тебе о Создателе. Но, главным образом, пользуйся тем, что предлагает тебе Церковь в помощь *представьте члены ваши в рабы праведности на дела святые* (Рим. 6, 19). Конечно, прежде всего, принятие Св. Тайн, но также и другие таинства и Св. Писание. Церковь дает тебе в помощь св. иконы Божией Матери, ангелов и святых, молитвы перед ними, возжигание свечей, курение фимиама, святую воду, красоту и великолепие храмов и пение в них. С благодарностью принимай все это и пользуйся для своего назидания, поощрения, самоусовершенствования и в помощь в твоём дальнейшем странствовании.

Дай свободу проявлению твоей любви к щедрому Подателю любви Богу, целуй, прикладывайся ко

кресту и св. иконам, украшай их цветами; лишь подавление зла должно происходить в тишине, все благое пусть получит свободу проявления. Если данное с любовью принимается с любовью, то тем самым ширится и растет любовь, а к этому и направлен весь твой труд. Чем больше река, тем больше ее дельта.

Дай телу твоему служить тебе помощником в брани: пусть тело будет легким и свободным от земных прихотей. Пусть оно участвует в твоём труде; ты хочешь научиться смирению, пусть и плоть твоя смиряется и склоняется: падай на колени, склоняй голову до земли, ибо после падения следует восстание во Христе.

Делай часто крестное знамение: это молитва без слов. В краткий миг, независимо от медлительности слов, крестное знамение выражает твоё желание следовать за Христом, распять свою плоть и готовность добровольно, без ропота принять все, что посылается тебе. Крестное знамение является также оружием против злых духов: пользуйся им часто и со вниманием.

Дом никогда не строят без лесов. Лишь сильный не нуждается во внешней поддержке. Но силен ли ты? Разве ты не слабейший среди слабых?

XXIII. О МГНОВЕНИЯХ МРАКА

Погода изменчива: то пасмурно, то ясно, то вновь идет дождь; подобно бывает и с душой человека. Надо всегда быть готовым к тому, что тучи иногда закрывают солнце; и у святых были мрачные часы, дни и недели. Тогда они говорили, что Господь оставил их для того, чтобы они, предоставленные самим себе, почувствовали, как немощны и бессильны, когда лишены Его поддержки. Периоды такого мрака, когда все кажется бессмысленным, нелепым и бесполезным, когда впадаешь в сомнения и искушения неизбежны. Но и из этого можно извлечь пользу.

Преодолеть эти мрачные дни легче всего, взяв пример со св. Марии Египетской. В течение сорока восьми лет она жила в пустыне за Иорданом и, когда искушения овладевали ею и воспоминания о прежней ее греховной жизни в Александрии соблазняли ее, вплоть до желания оставить добровольное пребывание в пустыне, она ложилась на землю, призывая на помощь Господа, и не вставала до тех пор, пока не чувствовала, что сердце смиряется. Первые годы были тяжелыми; она лежала на земле по многу дней и ночей, и только спустя семнадцать лет наступило время отдохновения.

Эти дни старайся проводить в тишине. Не уступай соблазну пойти к другим или развлечься. Не жалея себя утешение найдешь лишь в молитве к Богу: *Поспеши, Боже, избавить меня, поспеши, Господи, на помощь мне* (Пс. 69, 2); *Я заключен и не могу выйти* (Пс. 87, 9) и в других.

Настоящую помощь тебе больше неоткуда ждать: не расточай ради временного облегчения все то, что приобрел. Твое терпение и стойкость подвергаются испытанию. Выдержав испытание, благодари Господа, Который дал тебе на это силы. Если же ты не выдержал испытания, быстро воспрянь, моли о помиловании и осознай, что это тебе по делам твоим. Ибо само падение было тебе наказанием: ты слишком надеялся на самого себя и теперь видишь, куда это привело. Ты приобрел опыт: не забудь возблагодарить.

XXIV. ПРИМЕР ЗАКХЕЯ

Подобно Закхею, ты влез на дерево, чтобы увидеть Господа. Ты сделал это не только мысленно и не только мистически в душе. Ты человек и у тебя есть плоть; поэтому ты, подобно Закхею, воспользовался твоими телесными силами и возможностями, чтобы подняться от земли. Если ты

сделал это, обдумав все и спокойно рассчитав, помня при этом тяготу твоей плоти и ее ограниченность, и если ты сделал это без страха, не жалея себя и не уклоняясь в сторону, то ты поднялся настолько, что можешь через головы людской толпы, т.е. через твои мирские страсти, увидеть проблеск Того, Кого ты искал.

Ты заметишь это потому, что почувствуешь все яснее собственный мрак, ибо тебя больше не будет так тянуть к народу и развлечениям, и тебе станет понятнее твое внутреннее "я", и ты поймешь, каково оно. Может быть, ты думал, что твое сердце подобно челну, покачивающемуся бесцельно и бессмысленно, точно ореховая скорлупа без гребцов; теперь же плавание получило смысл и цель, и это уже хорошо. Но все же ты еще тот же малый челн в необъятном море; если ты шел по правильному пути, то только теперь видишь ясно, как слаб и мал челнок.

"Бог везде предваряет нас, лишь только увидит нашу готовность", говорит архиепископ Феофилакт Болгарский. Христос сказал Закхею: *Сойди скорее, что значит смиришься, ибо сегодня надобно Мне быть у тебя в доме* (Лк. 19, 5).

Можно считать, что домом названо сердце. Конечно же, говорит Господь, ты влез на дерево и тем самым победил некую часть своих земных страстей, потому что ты хотел видеть Меня, это значит, что ты хотел иметь возможность узнать Меня, когда Мне надлежало идти к твоему сердцу; но спешి смиришься, не сиди там и не думай, что ты лучше других, ибо Я пребываю в смиренном сердце. И *он поспешно сошел и принял Его с радостью* (Лк. 19, 6).

Закхей, начальник мытарей, принял Христа и сразу же роздал все, что имел. Половину имущества тотчас отдал нищим, а остальное быстро ушло на то, чтобы вернуть четвертицею тем, от которых он взыскал лишнее; *ибо и он сын Авраама* (ст. 9), он услышал голос Господа и ушел из земли своей и из дома своего (Быт. 12, 1), где господствовали эгоизм и страсти.

Закхей знал, что сердце, принявшее Христа, надо освободить от всего другого: оно должно отказаться от всего, приобретенного неправедным путем, *похоти плоти, похоти очей и гордости житейской* (1 Ин. 2, 16). Он понял, что тот, кто богат здесь, будет нищим там; ибо быть материально богатым значит быть духовно бедным, говорит Иоанн Златоуст. Если богатый не был бы очень бедным, то он не был бы очень богатым.

"Как невозможно соединить здоровье с болезнью, так трудно согласовать любовь с богатством", замечает св. Исаак Сирии. Ибо тот, кто любит своего ближнего, безусловно отдаст все, что имеет; такова любовь по своей природе. Но без любви нет возможности войти в Царство Божие. И Закхей осознал это.

Чем меньшим ты владеешь, тем проще будет твой образ жизни. Все лишнее выброшено, и сердце сосредоточивается. Оно понемногу уходит в себя и там найдет ступени в Царство Небесное. Тогда и молитва будет проста. Молитва будет сосредоточиваться, уходить в глубину сердца. А там есть одна молитва мольба о помиловании.

Ибо может ли грешник, первый из всех (1 Тим. 1, 15), просить о чем-то другом, как не о том, чтобы Господь помиловал его? Может ли он что-либо отдать, не имея ничего своего? Есть ли у него собственные силы, собственная воля, свой разум? Может ли он что-либо предпринять? Знает ли он что-либо? Может ли он что-либо, сам ничего не имея, назвать своим?

Он ничем не владеет: ибо грех это ничто, это то, чего нет. Грех это пустота, мрак, отрицание. Грешник находится как бы в пустоте.

Так он видит себя, и чем меньшим он владеет, тем он богаче, ибо образовавшаяся в нем пустота наполняется не тленными вещами, а полнотой вечной жизни, ее светом и ее утверждением любовью

и милосердием; это Господь посетил его.

Но как может он, грешник, заслужить, чтобы Господь его посетил? Как может он даже подумать о том, что Господь взглянет на него, в его мрак? Как ни трудится он в очищении себя, как ни борется, как ни работает над собой, как ни старается следовать заветам св. Евангелия: бодрствует, постится и всячески силится преследовать себя Господа ради, но все же он видит, что постоянно впадает в уныние, бессердечие и леность, нетерпение, неблагодарность и всевозможные пороки. Как может он ждать прихода Господа к себе?

Потому молится он: "Помилуй мя, Господи! Господи, помилуй меня грешного! Ибо я, как мог, старался выполнить все, *что должен был сделать*, служа Тебе: я *пахал* пашню сердца, которую Ты дал мне обрабатывать, и я *пас* овец там (Лк. 17, 7-10), но я лишь раб, ничего не стоящий и без Тебя ничего не могу сделать. Так помилуй меня и исполни меня Твоею благодатью".

Трудами умножает он свою веру (Лк. 17, 5), через молитву он получает силы для труда. Так труд и молитва дополняют друг друга, пока не сольются всецело и будут едины. Его трудом будет молитва, и молитвой его труд. Это то, что святые отцы называют внутренним деланием, сердечной молитвой или Иисусовой молитвой.

XXV. О МОЛИТВЕ ИИСУСОВОЙ

По словам св. Аввы Исаяи, египетского отшельника, Иисусова молитва есть зеркало души и свет для совести. Кто-то сравнил ее с тихим голосом, непрерывно слышимым в доме: воры, подкрадываясь к дому, обращаются в бегство, ибо слышат, что кто-то бодрствует в нем. Дом это сердце, воры злые помыслы, молитва есть бодрствующий голос. Но бодрствующий уже не я сам, а Христос.

Духовное делание воплощает Христа в нашей душе, и состоит оно в том, чтобы непрерывно иметь память Божию; ты заключаешь Господа вовнутрь, в свою душу, в свое сердце, в свое сознание. *Я сплю, а сердце мое бодрствует* (Песн. 5, 2); сам я сплю, как бы отступаю, но сердце мое остается в молитве, в вечной жизни, в Царстве Небесном, во Христе. Моя сущность пребывает у Первоисточника.

Достичь этого возможно только посредством молитвы: *Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного*. Молитву эту творят вслух или мысленно медленно, со вниманием и в сердце, свободном от всего постороннего. Посторонними являются не только земные интересы, но также разного рода ожидания ответов, всякого рода мечтательность, любопытные вопросы и игра воображения.

Простота так же необходима, как и телесное смирение и душевное воздержание, и все, что неотъемлемо от невидимой брани.

Начинающий должен особенно остерегаться всего того, что хотя бы и немного влечет к мистицизму. Молитва Иисусова есть деятельность, труд, с помощью которых ты работаешь над самим собой, приготавливаешь себя для восприятия той силы, которая называется Божией благодатью, всегда сущей в каждом, принявшем крещение, хотя и сокрытой. Ты же приготавливаешь себя для того, чтобы сущая в тебе благодать могла принести плод. Молитва возгревает эту силу в нашей душе; в этом-то и есть цель молитвы. Молитва это молот, который раскалывает скорлупу: молот тверд, удары болезненны. Оставь всякую мысль о наслаждении, восторгах, о райских голосах: к Царству Божьему есть только один путь, и это путь креста быть распятому мучительно; не жди ничего другого.

Ты распял свою плоть, пригвоздил ее к однообразному образу жизни со строгим самонадзором. За

твоей мыслью и твоим воображением должен быть такой же строгий надзор. Пригвозди их к словам молитвы, к Святому Писанию, к чтению псалмов и творений св. отцов, если есть у тебя на это возможность. Не позволяй воображению носиться, где угодно; то, что называется полетом мысли, есть не что иное, как бесцельное парение в мире иллюзий. Как только твоя мысль не занята твоей службой или работой, возвращай ее вновь к молитве.

Следи за тем, чтобы твое воображение и твои мысли были тебе послушны, как хорошо дрессированный пес. Ты не позволяешь ему бегать всюду, лаять, рыться в грязи и купаться в сточных канавах; подобным же образом ты должен возвращать свою мысль и воображение, и это ты должен делать бесчисленное количество раз в течение каждой проходящей минуты. "Но если ты поступаешь не так, то будешь подобен дикой лошади, которую гонит то один, то другой всадник, пока она, покрытая пеной, не свалится от переутомления", говорит преп. Антоний.

Слишком сильный удар молота о скорлупу может повредить сердцевину. Будь осторожен. Сразу не переходи на творение лишь Иисусовой молитвы. Читай и другие молитвенные правила, в особенности вначале, да и позже тоже. Не будь слишком ревностным. И не воображай, что можешь хоть раз как следует произнести *Господи помилуй*. Молитва твоя всегда рассеянна, несобранна ведь ты человек. Лишь *Ангелы на небесах всегда видят лице Отца Моего Небесного* (Мф. 18, 10); ты же имеешь земную плоть, которая требует свое. Не зывай к небу и не удивляйся, если вначале будешь забывать свой молитвенный труд по нескольку часов и возможно даже по целым суткам и больше. Принимай это просто и естественно: ведь ты неопытный моряк, который забыл следить за порывами ветра, увлекшись другим. Итак, ничего не жди от самого себя, но не требуй ничего и от других.

Молитва должна оживить твою мысль, сделать ее ясной; тогда она правильна. Молящийся все видит вокруг себя, замечает все и наблюдает за всем, но делает это через молитву, дающую ему свой всепроникающий и ясный свет.

Дух действует в очищенной области нашего внутреннего "я". Поскольку мы очищаем наше сердце, эта область увеличивается и духовный человек растет в нас.

Молитва должна порождать внутреннее спокойствие, терпение в скорби, любовь, благодарение и смирение. Напротив, если будешь в взволнованном, напряженном состоянии, радостно возбужденном или в глубоком отчаянии, если переживаешь сожаление или горечь, или преувеличенное рвение, если пребываешь в экстазе или опьянении чувствами, какое бывает при слушании музыки, если испытываешь сильное наслаждение или довольство собой и всем миром, то ты на неправильном пути; ты слишком полагаешься на себя. Отступи и вернись обратно к самоукорению, что должно быть всегда исходным чувством настоящей молитвы.

Ангел света всегда приносит с собой мир, тот мир, который темные силы какой угодно ценой хотят уничтожить.

По этому признаку, говорят св. отцы, можно различать светлые и темные силы.



>>>

XXVI. О БЕСЦЕННОЙ ЖЕМЧУЖИНЕ

Совлекши с себя всякие знания, не имея никакой доброй мысли или дела, не помня прошлого, не имея желаний в будущем, непригодный, подобно изношенной тряпке, бесчувственный, как камень на дороге, разъеденный червями, как гриб в лесу, умирающий, как рыба на берегу, опечаленный до слез этим своим убогим состоянием таким стой на молитве перед Всемогущим твоим Судьей, Творцом и Отцом, твоим Спасителем и Господом, Духом Истины и Жизнеподателем. И, как блудный сын,

молись из глубины твоей ничтожности: *Отче, я согрешил против неба и пред Тобою и уже недостойн называться сыном Твоим (Лк. 15, 21); Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, милостив буди мне грешному.*

Ты знаешь свою немощь и видишь самого себя лежащим, как прах, перед Всемогущим, и из сознания собственной ничтожности растет твоя любовь к ближним, Господом созданным и Им просвещенным. В глубине своей природы они носят образ Божий; и потому ты готов жертвовать собой для них.

Случилось странное: чем глубже ты проник в свое собственное сердце, тем выше ты поднялся над самим собой. Твоя внешняя жизнь та же: ты моешь посуду, ухаживаешь за детьми, ходишь на службу, получаешь жалование и платишь налоги. Ты выполняешь все, что делают окружающие тебя люди. Но ты отказался от самого себя. Ты отдал одно, чтобы приобрести другое.

"Имея Тебя, чего могу я еще желать? Ничего иного, как только непрестанно в молитве безмолвно прилепиться к Тебе, отвечает преп. Иоанн Лествичник. Некоторых пленяет богатство, других почести, еще других приобретение собственности; мое единственное желание быть с Господом".

Молитва, со всем самоотречением в ней, сделалась твоей настоящей жизнью, которую ты поддерживаешь лишь ради молитвы. *Ходить пред Богом* (Быт. 6, 9), это есть теперь единственно ценное для тебя, и это включает и охватывает все небесное и земное. Для того, кто носит Христа в своем сердце, нет ни смерти, ни болезни, ни земной суеты; он уже вступил в вечную жизнь, которая все объемлет. И ночью и днем Царство Небесное восходит в твоём сердце и растёт, и ты не знаешь как. Ибо земля сердца твоего сама собою производит сперва зелень, потом колос, потом полное зерно в колосе (Мк. 4, 27-28).

Святые говорят о не вечернем свете. Этот свет видим не человеческим глазом, но сердцем, и он никогда не перестает струиться в чистоте и ясности. Этот свет беспрестанно продолжает уходить от тьмы, все умножаясь; его отличительное свойство постоянное очищение. Это свет бесконечной вечности, проникающий оболочку времени и материи. Святые никогда не говорят, что этот свет дан им, но лишь тем, кто очистил свои сердца любовью ко Господу, добровольно идя узким путем.

Узкий путь не имеет конца: его свойство вечность. Там каждое мгновение является началом: в настоящее входит будущее; страшный суд в настоящем, ибо Христос в вечности присутствует повсюду, как в аду, так и на небесах. При появлении Единого исчезает множественность, как во времени, так и в пространстве. Все одновременно, теперь и здесь и всюду, в глубине твоего сердца. Там найдешь ты то, что искал: глубину, высоту и широту креста Спасителя и спасение. Поэтому, если ты хочешь спасти твою душу и достигнуть вечной жизни, то неослабно борись со своей леностью и осени себя крестным знамением и скажи: *Дай мне, Господи, положить начало благое во имя Отца и Сына и Святого Духа. Аминь.*

КОНЕЦ И БОГУ НАШЕМУ СЛАВА!