

# Лицом к себе

• как •  
побеждаются  
страсти

ИГОРЬ  
БОНДАРЬ

Игорь Бондарь

# *Лицом к себе*

Часть I

**Как побеждаются  
страсти**



Москва

Частное издательство

«Золотое сечение»

2014

УДК 248.1  
ББК 86.37  
Б81

**Бондарь, И. Н.**

Б81 Лицом к себе. Часть I. Как побеждаются страсти / Игорь Бондарь. — Москва : Частное издательство «Золотое сечение», 2014. — 188 с. + вклейка.

ISBN 978-5-904020-56-9

Книга адресована всем искренним людям, которые стремятся понять и обрести смысл жизни в каждом её мгновении. Основываясь на речениях Святых и Праведников разных эпох, она подводит читателя к пониманию простых и вечных ценностей человечества, которые остаются неизменны во времени. Книга подскажет, как можно освободиться от своих страстей и уже в этой жизни обрести настоящие любовь и радость, гармонию и счастье.

Для широкого круга читателей.

**УДК 248.1**  
**ББК 86.37**

**ISBN 978-5-904020-56-9** © Бондарь И. Н., 2014  
© Оформление. Частное издательство «Золотое сечение», 2014

## *Предисловие*

Существует красивая притча о том, как один искренний юноша в двадцать лет обратился к Господу с просьбой изменить этот несправедливый мир. Прошло десять лет, но мир оставался прежним. Тогда юноша в тридцать лет обратился к Богу с просьбой изменить хотя бы его деревню. Прошло ещё десять лет, но деревня не менялась. Следующие десять лет он просил изменить соседей, затем собственную семью. Но всё оставалось прежним. В шестьдесят лет он обратился с просьбой изменить хотя бы его вредную жену, но Бог и здесь был глух к его просьбе. Наконец, в семьдесят лет он взмолился: «Господи! Я всё понял, помоги мне измениться самому!», — на что Господь сказал ему: «А знаешь, сегодня ты сделал свой первый шаг в Мою сторону!»

Множество людей, постоянно занятых критикой и исправлением своего окружения подчас даже не допускают мысли о своей собственной греховности, не замечают своих грехов. Причина этого кроется в нашем эго, страстях нашей души. Именно они «помогают» нам видеть недостатки в других людях и охраняют от любого критического взгляда на себя. К сожалению, слишком часто это

удаётся сохранить у нас эту иллюзию относительно себя до конца жизни.

Несравненно меньшему числу людей всё же удаётся разрушить этот миф эго о нашей собственной непогрешимости и честно посмотреть на себя. Для всех тех, кто искренне хочет и готов измениться, обрести свободу от страстей и изложен данный материал.



## О христианстве наших дней

Мы абсолютно и полностью принимаем Учение, принесённое на землю Иисусом Христом, и считаем все Его Евангельские речения — бесспорной и главной Истиной. В данной книге мы опираемся в первую очередь именно на них. Кроме того, в Приложении 2 нами также дана подборка замечательных речений Святых и Праведников по всем темам, которых мы коснулись.

Сегодняшнее христианство сильно заблудилось, отойдя от простых и ясных слов, сказанных нам Господом. Часто мы, называя себя христианами, успеваем за свою жизнь выполнить много различных христианских обрядов и правил, но при этом так и не прочтём слов Того, последователями Кого мы себя называем. Слов, которых древнее человечество ждало пять тысяч лет, и ради принесения нам которых, Господь и прошёл Свой тернистый крестный путь.

Мы многое потеряли. Здесь уместно, наверное, будет сослаться на слова великого русского Святого Серафима Саровского, которые он произнёс в беседе о цели христианской жизни: *«...мы удалились от простоты первоначального христианского ведения и, под предлогом просвещения, зашли в такую*

*тьму неведения, что нам уже кажется непостижимым то, о чём древние до того ясно разумели». Суть же учения Христа, принесённого Им людям очень проста. Она ясно и недвусмысленно изложена Им в Нагорной проповеди и других местах четырёх Евангельских текстов.*

В Учении Господа совсем немного сказано об обрядах, правилах и других служениях Ему. Но оно полностью обращает всё наше внимание на веру в живого Бога и внутреннюю духовную работу, разворачивает человека лицом к себе, к своим страстям, к своему эго. Учит нас, как не идти на поводу у страстей своего «ветхого» человека, а с помощью Божией освобождаться от них. Помогает нам обретать истинную любовь к Богу и людям и душевную чистоту. И только такому человеку, прошедшему этот нелёгкий и не быстрый путь, даруется Богом тот рай, о котором с древности мечтают люди.

Только один раз в истории земного человечества Господь вышел к нам Сам и сказал самые важные для нас слова. Не поленитесь их прочесть и никогда не ставьте их в один ряд с множеством других слов, произнесённых на этой земле.



## Глава 1

# Виды страстей (эго)

**К**аждый опытный полководец перед началом наступления на противника, больше всего желает знать о плане его обороны. Точное знание о противостоящих силах поможет ему правильно выстроить свои действия, и так он понесёт гораздо меньше потерь и быстрее достигнет победы. Кроме того, зная всё, он не оставит войск неприятеля в своём тылу, чем избежит неприятной партизанской войны.

Наше наступление на страсти — это тоже борьба со своим «ветхим» и греховным человеком. Противостоящие нам силы очень долго и успешно занимаются уводом людей с правильной дороги к Богу, и их недооценка обойдётся нам дорого.

Именно по этой причине мы попытались сделать приблизительную схему некоторых основных видов страстей в форме дерева. В её основу легли различные высказывания христианских Праведников на этот счёт (см. Приложение 2) и другая полезная информация.

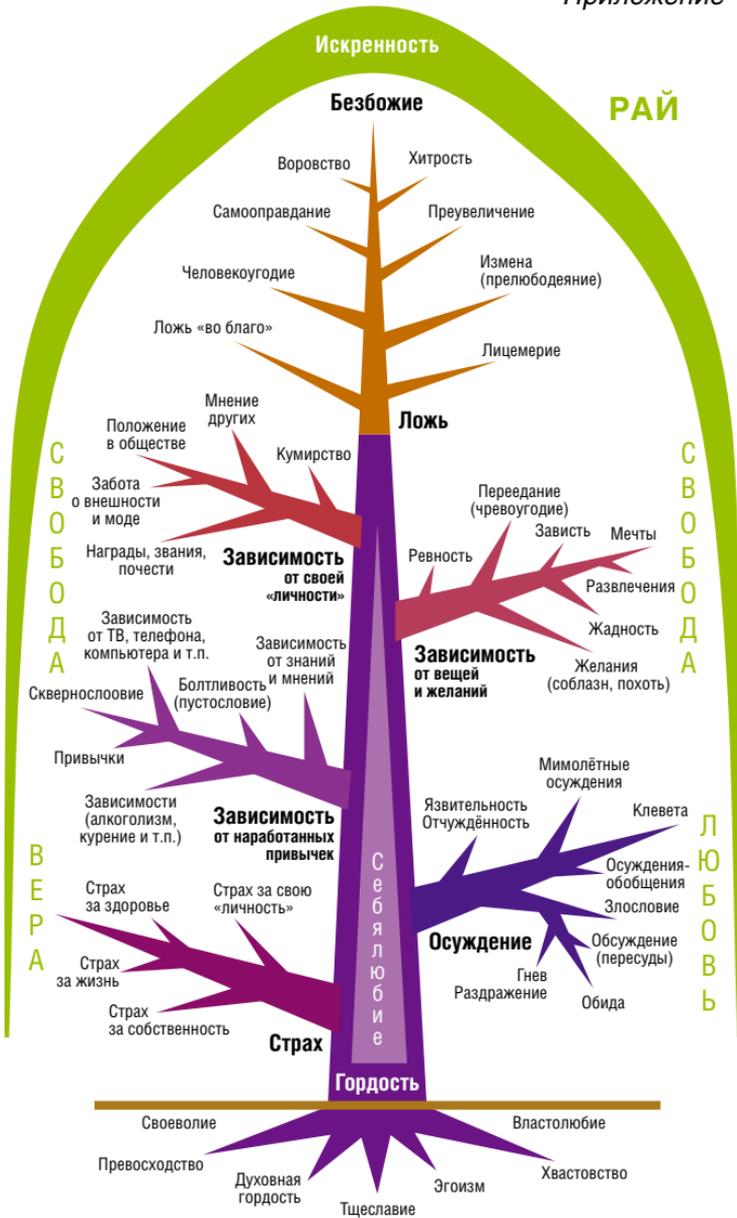
Разумеется, эта схема далека от идеала, к тому же носит весьма обобщённый характер. Однако и в таком варианте, она сможет оказать нам существенную помощь.

### *Древо страстей (эго)*

Дерево (см. Приложение 1), как ничто другое, подходит для наглядного представления структуры эго, находящегося в нас. Человек, идущий к Богу, должен очистить в нём от эго корень, ствол и каждую ветвь. Лишь в этом случае можно сказать, что он действительно очистился от всех страстей.

### *Фальшивая личность*

Наша личность состоит из Божественной души и страстей, которые приносят в неё фальшь. И чем больше в нас страстей, тем всё более наша личность, это наше сознающее «я», фальшиво. Однако, настоящие «мы» появляемся на свет лишь после долгой и кропотливой работы по умалению своего «ветхого» человека. А до того времени мы либо бессознательно растим своё эго, слепо следуя за его голосом, либо сознательно умаляем его, работая над собой духовно и следуя за голосом Господа.



Древо страстей (эго)

## Гордость

Корнем и стволом этого дерева эго, является наша гордость и её страсти. Гордость, с разной степенью развития присутствует в каждом из нас — дерево не может существовать без корней. Однако увидеть её не так-то просто. Может понадобиться значительное время по работе над своими страстями, прежде чем гордость «позволит» явно себя рассмотреть.

Гордость неоднородна и у каждого человека имеет свою особую структуру. Формируют её всё те же страсти, некоторые из которых мы привыкли считать даже чертами своего характера. Однако, к нашей истинной сущности, к нашей душе, они не имеют никакого отношения.

**Себялюбие** — это стержень и основание нашей гордости, да и всего эго в целом. Если наша любовь к себе, своему телу, своим желаниям и привычкам заполняет всё наше сердце, то как в нём могут поселиться любовь к Богу и другим людям?

Другие страсти, из которых состоит наша гордость, это **тщеславие, эгоизм, упрямство, хвастовство, властолюбие** и другие. Каждая из них подобна натянутой струне на гитаре, а все вместе они издают специфическое звучание нашей фальшивой личности. В резуль-

тате, практически ни один поступок человека, с не умалёнными страстями, не может быть совершён без аккомпанемента какой-нибудь из струн этой «гитары гордости».

Первое, что начинает делать в нас наша фальшивая личность, так это заботиться о своей безопасности. Так в человеке появляется **страх**. Страх за то, что он может потерять эту «личность», что она может заболеть. Страх лишиться чего-то «важного» для себя или «подмочить» свою репутацию в обществе. Страх — это главный и верный страж эго. Недаром люди, которым удалось полностью очиститься от страстей, забывают, что такое страх и живут любовью и верой.

## *Осуждение*

Очень частая тема наших бесед с людьми — это осуждение и обсуждение других людей. **Осуждение** — это страсть, разновидность эго. Наше фальшивое «я» никогда не хочет быть ниже других, поэтому оно всегда стремится быть выше. А осуждение, это как раз тот лёгкий и безуильный способ возвыситься в своих глазах, ничего особенного при этом не делая. Так эго возвращает само себя, с помощью осуждения.

Существуют разные по силе и хитрости виды осуждения. Крайние, и хорошо видимые

формы проявления этой страсти — это **гнев** и **раздражение**. **Гнев (ненависть)** — это максимальная степень осуждения и неприятия чего-либо. Когда мы находимся в состоянии гнева, то в нас совсем нет любви, а значит, и нет Бога. **Раздражение** — это лишь разбавленный гнев.

Вслед за гневом и раздражением, по убыванию следуют **обида, злословие, клевета, осуждение**. Все эти разновидности страсти тоже, при желании, хорошо видны. Часто в жалости к себе скрыта обида на Самого Бога. Так, жалуясь на свою судьбу, мы обычно забываем при этом, что Господь и есть Творец наших судеб. После этого идут более тонкие формы осуждения, такие как **отчуждённость** или **язвительность**. Человек при этом осуждает кого-то тихо, либо с иронией, часто сам того не замечая.

Существуют также мимолётные **осуждения-штампы**, которые мы выдаём как определения людям, при беглом взгляде на них. Например, кого-то можем охарактеризовать, как злого, а кого-то как глупого. В результате, незаметно для себя, мы легко можем осуждать по сотне человек в день.

Следующий хитрый вид осуждения — это **осуждение-обобщение**. Говоря, к примеру, фразу «все мы грешники», мы на самом деле тем тонко оправдываем себя и осуждаем остальные шесть миллиардов людей нашей планеты.

Ещё одно малозаметное осуждение — это **обсуждение (пересуды)** других людей. Попробуйте обсудить кого-либо, полностью избегая осуждения. Для этого вам сначала потребуется полностью умалить своё эго.

Так что человеку, который доходит в своей духовной работе до умаления страсти осуждения, приходится долго и творчески разбираться в её хитросплетениях. Однако, это и одна из самых плодотворных работ.

## **Зависимости**

Следующая задача эго состоит в том, чтобы создать для человека как можно больше **зависимостей** в этом мире. Внимание человека, по правилам лукавого, никогда не должно быть свободным. Человек, свободный от зависимостей опасен для эго, так как может начать задумываться о смысле жизни, о душе, о Боге, и «накопать» в этих размышлениях много интересного о фальшивости ценностей этого мира и своей «личности». А это очень вредное для эго занятие.

Система зависимостей держится на нескольких ветвях. Первая ветвь — это **зависимость от наработанных нами привычек и штампов поведения**. Как правило, все их мы считаем неотъемлемой частью «своего образа жизни». Здесь есть и вредные

привычки, с которыми мы постоянно боремся, и «невредные», которыми мы подчас даже гордимся, считая их уже своей неповторимой особенностью. Так, например, человек легко может гордиться тем, что употребляет в разговоре неприличные слова или часами болтает по телефону. В последние годы в число наших привычных «друзей» вошли и опасные **«электронные зависимости»** — телевизоры, компьютеры, сотовые телефоны и т.д. Привыкание к ним практически мгновенное и поглощение внимания человека тотальное.

У человека, пребывающего в кругу своих привычных зависимостей, это ворует все здоровые желания его души, возвращая взамен желания мирские и безразличие ко всем. Часто в таких людях также присутствуют лень, безволие, уныние и невнимательность.

Следующая ветвь «зависимостей» — это **зависимость человека от вещей и мыслей о них**, а также **от своих желаний**. Другие люди, в свете эго, также попадают в категорию удобных либо неудобных одухотворённых вещей. Причём, если вдруг «близкий» нам человек начинает себя вести так, как нам не нравится, то он тут же покидает категорию близких нам людей.

В результате возвращения в себе эго зависимости к вещам, человек постепенно доходит и до поклонения их универсальному символу — деньгам.

Ещё одна **ветвь зависимостей**, касается непосредственно фальшивой личности. Для нашей гордости недостаточно просто иметь эту личность — ей нужно, чтобы наше «я» было высоко ценимо другими людьми. В результате множество людей всю свою жизнь строят личность, достойную зависти других. **Статус в обществе, звания и награды, престижное образование, внешняя красота и модность** — на поддержание этого мыльного пузыря эго мы тратим подчас просто невероятные усилия. Только вот Бога при этом понемногу теряем, приобретая взамен **холодность сердца и кумирство**.

## *Ложь*

Зависимости часто лишают нас правильного взгляда на истинную суть вещей. Кроме того, наши страсти через них всегда подталкивают нас на совершение греха для получения и сохранения тех самых «ценностей». В частности, они любят соблазнять нас покинуть территорию честности.

Так возникает **соблазн лжи**. Вначале такой тонкий, как **ложь «во благо»** или **умолчание**, затем грубее и грубее. Далее ложь **самооправдания** понемногу «помогает» искривлять наше сознание, и мы перестаём видеть происходящие вокруг нас события в истинном свете.

Не случайно в христианстве дьявол по-другому называется лукавым. Оправданиям лжи нет границ, — найти преступника, который считает, что поступает неправильно — большая редкость. И только Господь может помочь человеку, пребывающему во лжи, вернуться на территорию искренности и честности.

Одним из самых хитрых видов лжи является **человекоугодие**. Наше вечное «поддакивание» другим из желания не расстраивать их и себя, часто приводит к тому, что те коснеют в своей греховности и так теряют шанс увидеть свои страсти, начать бороться с ними и тем приближаться к Господу.

### *Эгоистические мысли*

Ещё одна задача эго заключается в том, чтобы не оставлять наше мышление свободным ни на минуту, постоянно переключая его с одной ветви «Древа эго» на другую. В результате, человек всю жизнь занимается обдумыванием своих зависимостей, осуждений и страхов практически без пауз.

Разумеется, это очень общее описание плана расположения эго в нас. Он позволяет лишь хорошо понять его вид и структуру. А дальше просите у Господа показать именно ваши страсти и просите помочь избавиться

от них. Это как раз тот случай, когда просить не просто можно, а нужно. Никто кроме Отца не знает нас так хорошо и точно, и никто кроме Него не может помочь нам умалить наше эго и избавиться от страстей.

И ещё один, очень важный вывод, который даёт понимание расположения эго в нас. Наш критический взгляд на себя показывает место «топору» Господа, которым Он рубит наши страсти. И здесь очень важно место нанесения удара. Например, мы видим в себе проявление «преувеличения». Если мы не идём дальше, то «рубится» только этот вид эго. Если при каждом видении «преувеличения» мы понимаем, что это проявление «лжи», то тем самым «рубится» вся ветка страстей лжи. И все остальные виды лжи тоже со временем слабеют.

Однако самые болезненные удары эго получает тогда, когда «рубится» его корень, то есть когда мы добираемся до страстей «гордости», до своего фальшивого «я». Если в том же «преувеличении» мы зададим себе вопрос, для чего мы соврали, то нам станет очевидно, что истинной причиной нашей лжи было желание вызвать «зависть» у других, либо поднять свой авторитет. То есть проявилось «тщеславие».

И так с каждым, даже самым малым видом эго. Человек никогда не делает греховных поступков, если это не нужно какой-то части нашего фальшивого «я», страстям

нашей «гордости». Так что меньше тратьте время на ветки, а больше занимайтесь корнем своих страстей.

## *Результаты работы*

А теперь коротко о результатах этой работы. Человек, который действительно занимается умалением своих страстей, всегда чувствует эти результаты. Так, умаление эго лжи ведёт человека к честности и искренности. Умаление зависимостей даёт нам ни с чем несравнимое чувство внутренней свободы. Избавление от эго осуждения открывает в нас истинную любовь к людям. Укрепление в душе веры в Бога даёт нам радость и постепенно умягчает все наши страхи. Избавление же человека от всех страстей и их корня — гордости, раз и навсегда соединяет его сердце с Господом и дарует ему Божественную Благодать. А это и есть та самая нищета духа — т.е. отсутствие в нас мирского духа, о котором говорил Господь и, за отсутствие которого нам и даруется блаженство (Матф. 5:3). Ведь в христианстве страсти часто также именуются духами, например, духом осуждения или духом лукавства.



## Глава 2

# Как умягчаются страсти (эго)

### *Умаление страстей (эго)*

Из предыдущей главы хорошо понятно, с чем именно придётся нам столкнуться на пути умаления своих страстей. Далее же, для начала правильной работы нам необходимо изначально верно расставить приоритеты в ней. **Только Господь через Святой Дух может очистить нас от страстей.** Но чтобы Он это делал, мы в первую очередь должны сами искренне желать от них очиститься. И лишь в этом случае Господь даёт нам помощь в виде Духа Святого, того Света, **«Который просвещает всякого человека, приходящего в мир»** (Иоанн 1:9).

Ведь что такое наше эго и страсти? Во многом это и есть та самая грязь, которую мы добровольно насобирали в течение своей жизни, каждый раз уступая греху. Вспомним себя в детстве. Разве у нас была гордость или какая-то фальшивая личность, разве у нас были серьёзные зависимости или

ложь? Конечно, нет. Всё это наши более поздние «приобретения».

Труднее всего взяться за борьбу со своими страстями на начальном этапе духовного пути, когда эго ещё сильно и яростно сопротивляется любому критическому взгляду на него. Без полной искренности и доли мужества это будет практически невозможно. Но если человек всё же найдёт в себе силы бороться с Божией помощью с увиденными в себе страстями, то успех, безусловно, окрылит его. Ведь разве это не удивительно, что если мы будем каждый раз честно видеть в себе проявление, к примеру, раздражения, каяться в этом и просить Господа о помощи, то оно будет реально становиться слабее в нас.

Сама борьба со своим эго — это искренний поиск в себе страстей. При этом наше видение и нетерпение к своим страстям является необходимым условием для направления туда Господом Своего Божественного Света. Так что только каждый искренний взгляд на свой проступок, раскаяние в нём и желание его не повторять, реально может ослабить его в нас.

Когда человек в своей духовной работе доходит до того, что начинает с интересом выявлять в себе страсти, — считай, что дело серьёзно сдвинулось. Это значит, что он понял главное, и дальше будет уже непросто сбить его с правильного пути к Богу.

Также очень полезно составить и периодически обновлять список своих страстей. Окружающие вас люди будут лучшими вашими помощниками в этой работе. Многим людям нравится критиковать других людей. Используйте их энтузиазм, а заодно и проверьте себя на правильное отношение к критике. Чаще уделяйте этому списку внимание, просите Господа, чтобы Он помог вам видеть в вашей жизни проявления всех страстей, и вы быстро почувствуете фундаментальные результаты.

Смирение, как ничто иное, помогает нам переносить нападки эго. Однако важно не подменять этот прекрасный метод простым терпением. Терпение — это выработка устойчивости к неприятной ситуации, и оно лишь укрепляет эго так, что человек может начать считать себя стойким и выносливым. Смирение — это полное принятие любой ситуации, как полезной для нашей души и абсолютное доверие Господу по её разрешению. Смирение приводит к растворению всего эго и рождает в человеке лёгкость и спокойствие.

Без абсолютной искренности полное искоренение эго невозможно. Господь и так берёт на себя почти всю работу, сжигая наши страсти. От нас же требуется лишь честный, критический и покаянный взгляд на себя.

Процесс умаления эго является видимым во времени. Человеку, со всей искренностью

приступившему к этой работе, достаточно несколько месяцев, чтобы увидеть первые фундаментальные результаты и тем укрепиться в правильности выбранного пути.

Единственным критерием того, что страсти в нас действительно нет, является не наша психологическая устойчивость в ситуации, когда она проявлялась, а абсолютное отсутствие нашей негативной реакции на неё.

При работе по умалению эго все наши усилия должны быть направлены на честное видение своих страстей и желание их искоренить. Именно под эту цель Господь даёт Божественный Свет по их растворению.

Человек, возненавидевший в себе греховность, получает помощь от Господа в виде Божественного Света очень быстро, практически сразу. Ведь Святой Дух, — это Сам Бог, который прекрасно видит и направление наших усилий, и желание вытаскивать из себя все нечистоты, которые в нас есть, и помогает в зависимости от этого.

Никакого духовного развития человека без борьбы со своими конкретными страстями не будет — будет лишь возвращение духовного эго. Истинная духовность — это отсутствие страстей в человеке. Вся Божественная педагогика по отношению к нам существует для того, чтобы надёжно упереть нас в свои страсти и грехи, а вся работа лукавого в нас заключена в том, чтобы мы

«талантливо» из каждой такой ситуации выкрутились.

Выявлению и искоренению в себе страстей, видению грехов, очень помогает чтение Святых и Праведников, которые уделяли этому вопросу первостепенное значение. Старец Паисий Святогорец, например, и особенно его пятый том «Страсти и добродетели» — просто бриллиант на этом пути. Его живой язык и огромный практический опыт позволяют нам с десятков разных сторон увидеть страсти в себе и, с помощью Божией, искоренить их. Практически все основные виды страстей и их проявления в человеке рассмотрены им буквально под микроскопом.

### *Помощь от нашего окружения*

Господь всегда очень точно и безошибочно помещает души Своих детей в эту жизнь. Всё наше окружение: семья, сослуживцы, друзья, просто знакомые не бывают случайными. Все они даны нам Господом в помощь нашей духовной работе. Часто мы бываем недовольны ими, осуждаем, раздражаемся и даже гневаемся на них, забывая при этом, что осуждение, раздражение и гнев — это уже наши страсти, которые не дадут нам войти в Царствие Божие. Поэтому именно

наше окружение является тем самым зеркалом, в котором отражается всё наше эго, все наши страсти.

Так как наше окружение часто нам не нравится, то мы порою мечтаем, а иногда и делаем что-то для того, чтобы его поменять. Однако, всегда забываем при этом, что именно в нём кроется истинное спасение нашей души. Только это окружение безошибочно отражает все уродства нашего эго. Именно это наше окружение является лекарством, данным нам Самим Господом для врачевания и искоренения наших страстей, и что без него мы этого сделать не сможем. Скажите, как мы можем по-другому увидеть свою страсть, если у нас не будет никакой возможности её внешнего проявления?

Мы можем уехать подальше от всех и жить, как нам кажется свободно, но тем только замедлим процесс нашего духовного выздоровления, потому что наши страсти, таким образом, будут умяляться гораздо медленнее или не будут вообще. Бегство от тех лекарств, которые нам даёт Господь, — это есть начало самолечения, которое неизбежно несёт нам вред. Конечно, речь здесь не идёт о людях, оставивших мир ради служения Господу.

Только ежедневно наблюдая нашу негативную реакцию на других людей, как то осуждение, раздражение, гнев, ложь, зависть и другие всевозможные греховные

страсти, видя их проявление в нас и прося Господа, об избавлении от них, мы можем врачевать с Божьей помощью свою душу. По другому, без этих лекарств данных нам Господом, душу не исцелить. Человек, который отвергает эту помощь, тем самым сильно усложняет для себя задачу спасения своей души.

Если же мы хотим помочь нашему окружению, то должны в первую очередь начать работать над собой, над собственным осуждением и другими страстями своей души. Преподобный Серафим Саровский говорил: **«Стяжи дух мирен и тысячи вокруг тебя спасутся»**. Это потому, что только человек, который на самом деле умалил с Божией помощью свои страсти, знает, как помочь нам их преодолеть. Человек, который только теоретически понимает, как это всё делать, но ещё не познал всё практически, произносит лишь пустые слова, без участия сердца и без участия Бога, которые не ведут к изменению людей вокруг. Поэтому, только занимаясь собой, мы можем реально помочь нашему окружению стать лучше. В противном случае, нам всю жизнь придётся искать покой вдали от всех, так как душа, наполненная страстями, ни с кем не будет чувствовать себя долго счастливо.

Когда мы не хотим принимать посильные и лёгкие лекарства, которые Господь пропи-

сывает нам в начале жизненного пути, и которые мы избегаем, то в результате неизбежно попадём на ещё более жёсткие и горькие. В том случае, когда мы отвергаем помощь Божию, Ему приходится иногда ставить нас в безвыходные условия, из которых мы уже просто не можем сбежать.

В человеке, который прорабатывает в себе день за днём свои страсти, проявляется любовь. Та самая любовь, о которой Господь говорил: **«По тому узнают все, что вы ученики Мои, если будете иметь любовь между собою»** (Иоанн 13:35). Вас уже не будут раздражать другие люди. Ведь и Господь не убегает от нас, а день за днём, год за годом с огромной любовью и терпением нас воспитывает, подсказывает, помогает. И нам в своей работе нужно чаще вспоминать об этом.

Когда кто-то терпеливо и упорно действительно умалляет свои страсти, то он неизбежно становится добрым, спокойным, любящим. И люди вокруг него тоже постепенно начинают меняться, глядя на его пример и чувствуя его любовь к ним. Ведь Господь говорил: **«вода, которую Я ему дам, сделается в нём источником воды, текущей в жизнь вечную»** (Иоанн 4:14). Так что Богом давным-давно уже сказано, откуда идёт реальная помощь в изменении людей вокруг нас.

Ещё раз внимательно посмотрите на своё окружение, на то, как вы к нему относитесь и какая в этом отношении есть ваша страсть. Видьте её, сопротивляйтесь её проявлениям в вас, просите Господа об избавлении от неё и тогда она начнёт умягчаться. Тогда и люди вокруг вас будут меняться и ваше отношение к ним. А без страстей вы всегда будете счастливым человеком, любящим и Бога, и все Его создания. Вот что делает Божья любовь и помощь с теми, кто честно и без возражений принимает все лекарства от Господа.

### *Покаяние*

Покаяние — это боль души о совершённом греховном поступке. Это досада на себя за слабость, чувство вины перед Господом, иногда человеком, чувство обиды за свою, опять замаранную душу. Сила покаяния кроется не в её продолжительности, а лишь в её искренности. Признание в себе греха без чувства раскаяния — это, по сути, его одобрение. Формальное раскаяние без сердечной боли за содеянное — это хитрость лукавого, который таким образом опять уводит нас от главного и оставляет грех нераскаянным.

Прошение прощения — это раскаяние в действии. Как сказано у мудрых:

*«С каждым «прости» тает гордость».* Покаяние, не доведённое до слов прощения перед Богом и людьми — это хитрая победа наших страстей над душой.

### *Умаление гордости*

Стволом и корнем всего дерева эго является наша гордость и её страсти. Именно она, является основой нашего фальшивого «я» и инициатором всех наших греховных мыслей и поступков. И, соответственно, если мы хотим устранить причину подобных мыслей и дел, то должны вплотную заниматься и поисками их «командира».

Поэтому самый короткий путь умаления нашего эго, — это поиск конкретной страсти, вызывающей греховные мысли в нас. Им может быть и эгоизм, и упрямство, и тщеславие, и себялюбие, и высокомерие и некоторые другие страсти, составляющие нашу гордость.

Если после обнаружения греховной мысли, мы не забываем точно определить и увидеть в себе её «автора», то в данном случае мы выполняем нашу часть работы по умалению эго максимально эффективно. Дерево с подточенными корнями долго не простоит.

## *Многогранность некоторых страстей (эго)*

Некоторые страсти могут иметь несколько проявлений в нас. Так, например, ложь может выглядеть как «ложь во благо», как умолчание, как хитрость, как человекоугодие, как самооправдание и т.п. Человек, очень часто видит в себе лишь какое-то одно проявление. Но одна бывает только правда, а вот у лжи всегда есть в запасе десятки близких к правде оттенков.

Чтобы умалить любую часть эго нужно вначале её увидеть, признать её наличие в себе и раскаяться в ней. Только в этом случае Бог направляет на неё Свой Божественный Свет. Господь не помогает нам избавиться от тех язв, которые мы в себе не видим, а значит, считаем нормой. Поэтому не поленитесь с помощью интуиции и листа бумаги точнее понять особенности прорабатываемой страсти. В качестве дополнительной помощи и возможного пополнения списка, можно показать его близким и хорошо знающим вас людям. Их любовь к критике — бесценная помощь, которую мы должны с благодарностью использовать.

Чаще используйте свой прошлый опыт. При таком многостороннем подходе к умалению эго, работа будет действительно полной и займёт намного меньше времени.

Ведь наше прошлое — это бесценная личная энциклопедия уже состоявшихся проявлений эго в нас. Каждая, даже самая маленькая страсть, конечно же, оставила десятки отпечатков своих лап в минувших ситуациях. Ведь Бог только что и делает, так это ежедневно ведёт нас от одного проявления нашего эго к другому. И если вы, как опытный охотник, с помощью интуиции будете временами листать эту энциклопедию, то быстрее выявите все виды и подвиды страстей в себе, и с Божией помощью избавитесь от них.

### *Индивидуальные и скрытые виды страстей (эго)*

Ещё одна хитрая разновидность эго, суть которой в следующем. Например, вы работаете над смирением и скромностью, внимательно следя за своим поведением и отношением к людям. Однако при этом можете не обращать никакого внимания на свой резкий стиль вождения машины, на проявление своих страстей при выполнении некоторых элементов своей профессиональной деятельности, частый азарт в различных спортивных играх. В результате, вы регулярно подпитываете и даже растите своё эго на этих малозаметных территориях.

Другой пример, когда вы коллекционируете что-нибудь. Здесь могут быть дорогие вещи и копеечные, серьёзные коллекции и лишь пара экземпляров чего-то. Это всё равно на что вас ловить, главное, чтобы вы ловились. В результате можно развить серьёзную гордость и зависимость от вещей материального мира на паре, к примеру, старинных монет, или необычной расцветки зонтиков или вообще чего угодно. Коллекционеры по размерам это зачастую превосходят некоторых миллиардеров и политиков.

Порядок работы с этими страстями прежний, — признание в себе, видение всех их проявлений в жизни, желание от них избавиться.

### *Построение духовной работы*

При работе со своими страстями очень важно выработать правильный её порядок. Это, понимая, что человек серьёзно за него взялся, часто пытается помешать ему чрезмерностью. К примеру, человек приступает к разбору своей обиды на кого-то. А это тут же начинает подбрасывать ему мысли: «Да! Но ты ещё обижен и на того, и на того». И в результате человек думает уже о десятке своих проступков, а по сути, ни об одном. Поверхностный перебор и перечисление стра-

стей и грехов к их умалению не ведёт. Где в такой тесноте мыслей место для Господа? Гораздо полезней разбирать каждый пример подробно, с осознанием своей неправоты и искренним раскаянием. Лишь при такой нашей работе над собой Божественный Свет Господа будет умягчать наши страсти.

Рекомендации Святых Отцов помогают нам правильно организовать порядок духовной работы на пути умаления страстей. Желательно заниматься разбором проявлений страстей в себе ежедневно, в удобный для духовной работы период. Всё остальное время лучше по возможности больше открываться Божественному Свету через сердечную молитву и постоянное внимание к своему текущему поведению.

Разумеется, это лишь приблизительный порядок духовной работы. Будет правильно, если каждый человек сам применит его к своей конкретной жизненной ситуации и временным возможностям сегодняшнего времени.

## *Интуиция*

*(помыслы от Бога, глас Божий)*

Наша интуиция это голос Господа, слышимый нашей душой. Христианское название интуиции, — **«помыслы от Бога, глас**

**Божий»**. Среди людей интуиция часто проявляется в высказываниях типа «душа к чему-то не лежит» и т.п. Наша **совесть** — это тоже одно из её проявлений. Замечательно об интуиции сказал митрополит Вениамин (Федченков): *«У души есть свой, более глубокий разум, интуиция, внутреннее восприятие истины»*. Главное предназначение интуиции в том, чтобы человек выполнил свою основную задачу на Земле — очистился бы от страстей и пришёл бы к Богу. Поэтому любая информация, которая может помочь этому, будет доноситься до нас Господом особо настойчиво. Человеку будет трудно увидеть все виды страстей в себе, если он не научится работать с интуицией, с этим бесценным подарком Бога, с помощью которого Он нам всё и подсказывает.

Главная задача человека при работе с интуицией заключается в том, чтобы честно и безоговорочно принимать ответы Господа о проявлении наших страстей, не пытаясь никак оправдаться.

Человеку всегда дано будет знать, действительно ли следовал он голосу Господа, или же он доверился голосу эго. Если после совершения поступка, вы чувствуете угрызения совести, или убеждаете себя в том, что поступили правильно, выискивая аргументы в свою пользу, то будьте уверены, что вы поступили неправильно. Душевный дискомфорт

после вашей ошибки и есть оценка Господом вашего поступка, которая должна помочь осознать свою неправоту. После правильного же решения в ситуации человек чувствует внутренний комфорт и лёгкость, а совесть больше не возвращает его к ней.

При честной и искренней работе с интуицией человек всё чаще и чаще узнаёт в сердце тихий, тёплый голос Господа среди вечно осуждающего, раздражённого и суетливого хора голосов эго. И со временем, при нашем внимании, Его голос становится всё более узнаваем.

Человек, слушающий интуицию и доверяющий ей, начинает жить совсем по другим правилам. И чем больше при этом он полагается на голос Господа, тем меньше ошибок он совершает и в своей повседневной жизни, и в духовной работе. **«Кто пребывает во Мне, и Я в нём, тот приносит много плода»** (Иоанн 15:5).

## *Развитие интуиции*

Человечество в своей погоне за знаниями совсем забыло об интуиции, об этом простом способе общения со Всевышним по любому поводу. В результате мы проводим половину своей жизни в работе по получению знаний из вторых рук, так и не удосужившись

заглянуть в себя и обнаружить этот волшебный подарок от Господа.

У каждого человека, как правило, уже есть свой многократный опыт общения с Господом. Причём, следование Его голосу всегда заканчивалось положительно для нас, и наоборот. К примеру, если нам почему-то очень не хотелось куда-то идти, но мы шли, то впоследствии часто жалели об этом. Или наоборот, делали что-то интуитивно и позднее долго удивлялись удачности поступка. Просто тогда эго не позволяло суммировать весь этот наш интуитивный опыт и сделать из него выводы, полезные для нас. Так что сейчас любые усилия, направленные на развитие нашего опыта общения с Господом и есть самое лучшее и бесплатное образование в мире. Обратите внимание на самую странность ситуации, когда многие люди изучают опыт успешных в разных сферах деятельности людей, в то время как те, зачастую не сильно что-то изучали, а были больше спонтанны и интуитивны.

Интуиция может развиваться в нас со временем. Лучшие наши действия для этого, — это процесс очищения нашей души от эго в результате работы над своими страстями. Умаление в человеке эго влечёт за собой и ослабление его голоса внутри нас, снижая тем самым все «помехи» для голоса Господа.

Узнавать интуицию и отличать её от голосов эго можно также наблюдая за оттенками их интонаций. Голос души всегда тихий и спокойный. Он никогда и никуда не торопит и призывает к спокойствию, миру, любви. Он не стремится выйти на передний план, хотя при желании всегда слышим. Голос же эго всегда громкий, всегда доминирующий. Он вечно о чём-то спорит, кого-то осуждает, куда-то торопит, чего-то страстно желает и кого-то ненавидит. Интонации этих голосов настолько разные, что при желании их легко можно научиться различать за непродолжительный период времени.

### *Как начать работать с интуицией*

Работать с интуицией совсем не сложно. Можно довольно быстро освоить некоторые немногочисленные навыки в этом деле и дальше уверенно обращаться за помощью к Господу по многим вопросам.

Для начала нужно точно знать вопрос, на который вы хотите получить ответ Свыше. Желательно на начальном этапе задавать следующий вопрос Господу уже после получения ответа на предыдущий. Это нужно делать, чтобы не было путаницы в голове, и чтобы яснее улавливать интонацию ответа и так постепенно привыкать к ней. В дальнейшем, по мере

очищения нашего сердца, это может вырасти в интереснейший разговор с Господом.

Итак, после того, как вопрос задан, нужно правильно настроиться на получение ответа. По возможности на время выключите интенсивный мыслительный процесс, — порисуйте, повяжите, посмотрите на природу. Обычно ответ от Господа приходит довольно быстро. Он короткий и не рождает в душе дискуссий. Запоминайте этот голос.

На всех этапах ваше эго часто будет пробовать вмешиваться в эту работу. Убедитесь, что ответ, полученный вами, не несёт в себе суету, напряжённость, беспокойство.

### *Возможности интуиции в вопросах борьбы со страстями (эго)*

Основное предназначение интуиции — это подведение человека к мысли о греховности своей жизни, к необходимости изменений в себе. Поэтому вся информация о ваших страстях и совершённых грехах будет быстро дана вам Господом в виде мыслей, воспоминаний, нужных строк из книг и других подсказок. В этих вопросах Его голос особенно слышим.

Вы можете, например, задать вопрос о том, в каких случаях сегодня вы поступили

неправильно и вскоре получите развёрнутую информацию об этом. Можете запросить подсказку по конкретному виду вашего эго или сразу по нескольким. Можете попросить показать ваши грехи за день, за год или даже за всю жизнь. Нет пределов использования помощи Господа в данном вопросе — было бы искреннее желание принимать ответы.

В круг следующих вопросов полезно добавить такие, где вы интересуетесь наилучшей последовательностью умаления своих страстей. Наше эго индивидуально, и путь его умаления может сильно различаться. Бывает очень часто, что за одним видом эго прячутся другие, которых вы пока что не видите и, начав работу именно с него, вы очень быстро продвинетесь вперёд. Господь всегда подскажет вам, с чего лучше начать и что делать дальше.

### ***Внимание к мыслям***

Мысли — это основное оружие эго, и в руках этого хитрого и опытного противника, это оружие порой весьма действенно. Понадобится много времени и сил, чтобы научиться видеть и отражать все эти атаки лукавого. Однако унывать не стоит, ведь ситуацией всегда и полностью управляет один лишь Господь — без Его позволения не происходит ничего.

Ни Бог, ни лукавый, ни на день не прекращают борьбу за нашу душу. И мысли с обеих сторон постоянно приходят к нам и пытаются добраться до нашего сердца, вызвать там отклик. И если мы хотим, чтобы в данной борьбе победил Господь, то должны серьёзно подойти к отражению мыслей Его противника. И начинать здесь нужно с абсолютного внимания ко всем мыслям. Вопрос этот имеет огромную важность в нашем духовном делании. Ведь не случайно Иисус ставил бодрствование по важности рядом с молитвой.

### *Помыслы «справа» и «слева»*

Известный афонский старец Паисий Святгорец в своём третьем томе «Духовная борьба» даёт бесценное развёрнутое руководство по успешному ведению этой главной «военной компании» для каждой души, идущей к Богу. Мысли, посылаемые нам с разных сторон Господом и лукавым, он очень образно характеризует, как помыслы «справа» и помыслы «слева». И наш успех в противостоянии «левым», лукавым помыслам зависит в основном от того насколько грамотно и искренне мы ведём это сражение.

На начальном этапе человеку достаточно уверенно и бескомпромиссно начать

различать в себе эти помыслы. Здесь вам помогут и интуиция, и рекомендации христианских Святых и Праведников. Помысел, который искренне охарактеризован нами, как «левый», сразу попадает под сжигающее действие Божественного Света. В результате этой работы нами накапливается бесценный опыт противостояния лукавым мыслям.

Сам по себе лукавый помысел не может нанести вреда нашей душе. Он подобен придорожной рекламе, мимо которой мы можем просто проехать и через секунду о ней забыть. Хуже, если помыслу удаётся пробудить в нас некий интерес. Отсюда уже могут последовать и одобрение помысла и наши конкретные дела по воплощению его в жизнь. Так грех проникает в нашу душу и затем расширяет там свою территорию. Без нашего одобрения и согласия с ним он может лишь искушать нас мыслями. Прощается грех нам лишь Господом в ответ на наше искреннее раскаяние в нём.

Подобно этому наши добрые помыслы также расширяют территорию в нашей душе, только на этот раз уже для присутствия там Господа. Поэтому всегда полезно учиться смотреть на этот мир без лукавых помыслов, а сразу с теплотой и любовью. И в этом нет ни малейшего самообмана. Господь, видя этот мир, всегда любит и его, и каждого человека в нём живущего. Вот и давайте приближать

себя к этому видению. Это не просто, суметь искренне оправдать и посмотреть с теплотой на любого человека, но крайне необходимо. Истинный рай только за этой дверью.

Наше эго весьма хитро и опытно, и ждать быстрых и лёгких результатов на этом пути не приходится. Это работа на многие месяцы и даже годы. «Левые» помыслы никогда не оставят попыток проникнуть в нас. Но по мере очищения нашего сердца Господом их шансы на успех в этом будут таять.

### *Рассеянные помыслы*

Рассеянные помыслы, заставляющие наш ум парить в самых разных сферах, подчас наносят нам не меньше вреда, чем «левые». Плохие помыслы видны, и человек, вставший на путь борьбы с ними, довольно быстро при соответствующей бдительности начинает их замечать. И если эго видит успехи человека в этой духовной работе, то оно несколько меняет тактику, отправляя нам рассеянные, внешне безобидные помыслы.

Однако вся «почта» приходит к нам в сердце лишь только с двух адресов. И если отправитель не Господь, то значит Его враг, который таким хитрым образом ворует наше время и уводит нас от главной духовной работы.

## «Отваживание» ЭГОИСТИЧНЫХ МЫСЛЕЙ

Мы все проявляем себя в этой жизни с помощью мыслей, слов и дел. И мысли при этом, не стоит считать чем-нибудь менее значимым, чем слова или дела. Об этом хорошо сказано в следующем Евангельском речении Иисуса: **«исходящее из уст — из сердца исходит — сие оскверняет человека»** (Матф. 15:18). То есть для Господа наши греховные мысли столь же серьёзны, как слова или поступки. Поэтому практика бдительности в отношении своих мыслей очень важна в нашей духовной работе.

Всегда полезно развивать в себе умение видеть появление в нас греховных мыслей в самом начале. От того, в какой стадии мы увидим нападение эгоистической мысли на нас, зависит и эффективность нашего отпора ей. Это как реакция, к примеру, на лису, повадившуюся в ваш курятник. Если вы замечаете её, когда она уже утащила курицу, то можете дальше лишь оплакивать свою потерю. Если вам удаётся застать её в курятнике в момент преступления, то возможно плутовке уже достанется палкой по спине. После этого у неё будет явно меньше желания приходить к вам опять. А если вы проявляете бдительность, и поймаете её на входе, то в этот раз под палку попадает

её нос — самое чувствительное место. После такой встречи её желание лезть в ваш курятник снова будет минимальным, — тут уже впору подумывать о другом курятнике. То же самое приблизительно и с мыслями. Только в роли палки здесь выступает Божественный Свет, который также разгоняет лукавые мысли на разных этапах обнаружения с разной силой.

Описанные выше методы относятся к оборонительной тактике. Однако есть и более действенный метод. Человек, который начинает с интересом и здоровой настойчивостью искать в себе скрытые виды страстей, становится похож на охотника на лис. Причём Господь всегда безошибочно подскажет ему места нор всех плутовок. Не сложно догадаться, что такую опасную для себя территорию лисы покинут в первую очередь.

## *О взгляде*

Теперь о нашем взгляде. И Господь, и лукавый могут его направлять. Если вы понаблюдаете за своим взглядом хотя бы день, то легко обнаружите десятки, а то и сотни попыток эго использовать его. Наш взгляд на что-то осуществляется за доли секунды. Мы не можем успеть воспрепятствовать этому своей бдительностью, как в случаях,

например, с появлением мыслей. Поэтому это никогда не упускает возможности направить наш взгляд на всё то, что может вовлечь нас в круговорот желаний либо размышлений на мирские темы — телеэкраны, рекламу, непотребные события и т.п. Только вот у Господа сегодня мало что осталось для показа нам, с тем, чтобы мы вспомнили о Нём. И во всех этих случаях мы должны понимать, кем инициирован взгляд, и реагировать уже в соответствии с этим.

## *Смирение*

Лучше всего умягчает нашу гордость, да и всё это в целом смирение. И тут очень важно точно понимать, что же это такое.

Смирение неразрывно связано с искренней верой в Бога. Смирение без веры, либо основанное на рассудочной вере называется терпением. Терпеливому человеку часто приходится убеждать себя в правильности тех или иных, происходящих вокруг него событий. Он так же не может до конца оторваться от ожидания «благополучного» их разрешения.

Смиренному человеку это не нужно. Он всегда пребывает в непоколебимой вере в мудрость и правильность всего, происходящего вокруг. И Господь за его веру иногда

открывает ему истинный смысл происходящих вокруг него событий.

Человеку, желающему приобрести смирение, важно, прежде всего, сосредоточиться и на укреплении своей веры. Смирение же с истинной верой всегда неразлучно. Ведь тут всё просто: лишь человек, который пока не может до конца довериться Господу не может и полностью смириться и убрать своё беспокойство.

## *О вере в Бога*

Любой человек всегда имеет веру. Бог так устроил людей, что те просто не смогли бы жить, если бы они не были во всём твёрдо уверены. Люди верят в науку, в разные теории построения человеческого счастья, в мудрых и добрых политиков, в красивую и вечную любовь. Вот только в Бога верят не сильно и особенно теперь. А зря — ведь речь тут идёт о нашем будущем.

Люди, сумевшие не потерять и даже преумножить свою веру в наше, наполненное прагматизмом и лицемерием время, особенно ценны перед Господом. Как же и где человеку можно укрепить свою веру к Господу? Преподобный Серафим Саровский сказал как-то одному своему посетителю, что **«неверующего ничем не уверуешь»**. И это

так, людям невозможно самим укрепить свою веру. Как впрочем, и вообще ничего сделать на духовном пути. Лишь один Бог может прибавить веру тем, кто действительно сильно этого хочет и просит об этом Его.

При небольшой вере Господь по молитве к Нему может просто поднять её до уровня, с которого человек уже начинает видеть проявления Божественного в своей жизни. Однако в дальнейшем для укрепления веры требуется деятельное участие самого желающего сделать это. Господь в данном случае обильно посылает ему примеры Своего Промысла на земле. Задача же человека, видя их, не отворачиваться, а ломать свои старые, земные объяснения на этот счёт, и заменять их новыми, данными ему Богом. И таким образом постепенно укрепляться в вере в Него.

### *Укрепление веры, чудеса Божьи*

Теперь более подробно о том, как человек, с помощью Божьей, может укрепить свою веру к Нему. Сам процесс можно уподобить строительству «храма веры» внутри нас. Как и для начала любого земного строительства, здесь тоже нужны знания о том, как строить и строительные материалы.

В основе знания об этом строительстве надёжным фундаментом лежит Учение Господа, донесённое до нас в Евангельских текстах, и Его Заповеди. Что же касается материалов для строительства, то ими и являются те самые маленькие чудеса, которые Господь являет каждому искреннему путнику к Нему, и наше видение которых и рождает в нас ответную любовь. Наш собственный опыт наблюдения за проявлением Божественного вокруг нас может и должен быть положен, подобно кирпичикам, в храм нашей веры к Богу. Все остальные чудеса, описанные в Евангельских текстах, и происходившие со многими Святыми, также помогают укрепить нашу веру.

Всегда полезно чувствовать, что Господь любит именно нас на примерах явленных нам. Здесь уместно будет вставить речение преподобного Исаака Сирина на этот счёт: **«Не испытывай явногo покровительства Божия, сердце не в состоянии надеяться на Бога»** (Исаак Сирин «Слова подвижнические»).

Господь всякому человеку даёт «кирпичики» для строительства его храма веры. Это те самые события и явления в жизни каждого из нас, которые не имеют логического или мирского объяснения, и которые мы сами часто называем чудом. Именно эти примеры мы должны любовно собирать, помнить о них и, тем самым, укрепляться в вере.

У большинства же людей эти драгоценные «кирпичики» Господа просто валяются строительным мусором на задворках памяти. Приведём ещё одну цитату преподобного Исаака Сирина, уместную здесь: **«Благодарность приемлющего побуждает дающего давать дары больше прежних»** (Исаак Сирин «Слова подвижнические»). Зачем Господу давать новые примеры Своего Промысла по отношению к нам, если мы не помним и не ценим всего того, что Он уже давал нам ранее?

Именно поэтому храм нашей веры пребывает в основном в зачаточном состоянии. А о самом дорогом, что у нас было, о том внимании, которое Господь оказывал именно нам, мы даже не вспоминаем. И лишь после того, как человек наведёт полный порядок в этом вопросе, найдёт и аккуратно сложит все прежние «кирпичики» Господа, Он будет давать ему новые, наполняя тем его сердце истинной верой, любовью и благодарностью.

### ***Наблюдение за Промыслом Божиим к вам***

В некоторых ситуациях нашей жизни полезно видеть некий общий смысл событий за их частными проявлениями. При этом

всегда нужно помнить, что все жизненные уроки и ситуации даются нам Господом с единственной целью — заставить нас увидеть свою греховность и побудить к борьбе со своими страстями, с тем, чтобы придти к Нему. Так что не стесняйтесь чаще обращаться к Господу за разъяснениями в тех или иных ситуациях.

Вся наша жизнь — это школа Господа. И если мы сохраняем в этой «школе» понимание главного, и делаем угодное Богу, то уроки в ней не сложные. Если же мы сбиваемся с правильного пути, то Господь начинает нам напоминать об этом различными неприятностями, причём начинается всё с малых проблем в нашей жизни. Если же мы коснеем в своём непонимании, либо нежелании поступать правильно — то Господу приходится посылать нам неприятности и посерьёзнее. Ведь спасение нашей души — это единственный смысл этой жизни и для нас и для Него.

Будьте внимательны к событиям вокруг вас. Если, например, не проходит звонок, не открывается интернет или не покупается билет, то не торопитесь «продавливать» ситуацию с двойным напором, а лучше подумайте, почему?

Однако тут важно не впасть в другую крайность, и не начать воспринимать абсолютно все события вокруг, как некие знаки, посланные вам. Не развивайте в себе новую манию.

## *О молитве и прошениях к Господу*

Молитва имеет огромную силу и значение, так как это самое прямое общение созданий со своим Создателем. И от направленности искренних устремлений человека в ней, его просьб и пожеланий будут зависеть и ответные шаги Бога по отношению к нам.

Господь, во время Своего воплощения на земле не скрыл ничего из того, что Он ждёт от каждого из нас, с тем, чтобы потом предоставить нам возможность присутствовать в Вечности. Нагорная проповедь в Евангелие от Матфея, многие другие места в Евангельских текстах, просто и недвусмысленно излагают суть Его требований к нам.

Есть множество толкований людей на Божественные темы. Но есть только одна бесспорная инструкция Самого Бога о том, как к Нему придти. Это свод высказываний Иисуса Христа в Святом Евангелие. И естественно, что любое отклонение от них, ведёт нас в сторону от Него.

В молитве «Отче наш», оставленной Господом всем нам, Он учит нас всегда и во всём предавать себя Божией воле и полагаться на неё: **«да будет воля Твоя и на земле, как на небе»** (Матф. 6:10)

В Евангельских речениях Иисус неоднократно доводит до нас эту волю Отца Небесного и в отношении молитв к Нему.

Господу не нужны длинные и формальные обращения к Нему, совершаемые по привычке. **«А молясь, не говорите лишнего, как язычники, ибо они думают, что в многословии своём будут услышаны»** (Матф. 6:7)

Далее Господь расставляет приоритеты в материальных и духовных прошениях к Нему. **«Ищите же прежде Царства Божия и правды Его, и это всё приложится вам»** (Матф. 6:33). И ещё: **«Отец ваш Небесный знает, что вы имеете нужду во всём этом»** (Матф. 6:32).

Отцу незачем знать сотни языков, на которых Его дети со всей земли обращаются к Нему. Он прекрасно и без искажений понимает их на языке сердца. И плохо, если наши уста говорят с Ним, а сердце молчит — Отец нас не слышит. **«Приближаются ко Мне люди сии устами своими, и чтут Меня языком, сердце же их далеко отстоит от Меня; но тщетно чтут Меня, уча учениям, заповедям человеческим»** (Матф 15:8)

И ещё одно, очень важное указание Господа. **«Не всякий, говорящий Мне: “Господи! Господи!” войдёт в Царство Небесное, но исполняющий волю Отца Моего Небесного»** (Матф. 7:21).

То есть, просто молитва, оторванная от духовного делания человека и соблюдения им Заповедей, данных нам Господом, в Царство Небесное не ведёт.

Только человек, очищенный от страстей с помощью Божией и своей кропотливой духовной работой, достигший духовной чистоты, может рассчитывать на то, чтобы в это Царство войти. **«Итак, будьте совершенны, как совершён Отец ваш Небесный»** (Матф. 5:48).

Поэтому любые наши шаги в этом направлении вызовут многократную ответную реакцию Господа с тем, чтобы помочь нам этой чистоты достичь. И все молитвы о помощи в том, чтобы увидеть свои страсти и искоренить их будут услышаны и исполнены Всевышним в первую очередь. Конечно, если мы не забываем при этом, делать свою часть духовной работы. А всё остальное, при таком подходе к жизни, по Его же словам, нам приложится.

Теперь о прошениях к Богу. Они необходимы. Ведь мы Его дети, и больше всего Он хочет, чтобы мы пришли к Нему. Поэтому все наши прошения в этом направлении выполняются Им с особым удовольствием. Спрашивайте и просите Его, — это нормально, когда дети говорят с родителями и просят их о помощи. Спрашивайте Его о том, что в вас не так, что вы должны в себе

увидеть и искоренить, над чем вам сейчас работать. Просите Отца помочь во всех трудностях на этом пути, чтобы в конце соединиться с Ним.

Важно понимать, что Бог любит помогать нам, но не работать вместо нас. Из всей работы нам и так осталось-то честно видеть свои страсти, затем видеть их проявления в своей повседневной жизни, искренне в них каяться и далее просить у Господа помощи по избавлению нас от них. И от этой работы Он нас не освободит. Поэтому нет смысла просить Его избавить нас от всех страстей вообще. В ответ на эту просьбу Он лишь начнёт показывать нам наши конкретные язвы. А вот просьба о помощи по избавлению нас от конкретного вида эго, который мы в себе видим, вместе с нашим искренним раскаянием и усилием противостоять ему, будет иметь силу.

Не забывайте также просить у Господа то, к чему мы собственно и стремимся — любви в наше сердце к Нему, к людям — Его детям, умения прощать и т.д. У Него так часто просят всякую мелочь, а Он просто мечтает подарить Своим детям что-то по-настоящему дорогое. Но сегодня, к сожалению, этого почти никто не просит.

И ещё одно. Самое страшное, что может произойти на пути к Богу, так это потеря правильного направления к Нему.

Учитывая талант и опыт лукавого в этих вопросах, такой вариант развития событий представляется более чем реальным. Поэтому просите Господа, чтобы Он всегда вёл вас, не позволял бы вам заблудиться, и вовремя показывал бы вам все ловушки лукавого.



## Глава 3

### Об осуждении

Трудно переоценить важность данного вопроса. Не зря Господь, во время Своего воплощения на земле, уделял ему очень большое значение (см. далее главу «Читая Евангелие»). В чём же здесь секрет, почему так важно никогда не осуждать людей и всегда прощать их? Для понимания этой огромной и в то же время очень простой истины давайте посмотрим на суть осуждения.

Не секрет, что все люди вокруг нас временами совершают разные греховные поступки. И если мы склонны к осуждению, то постепенно нам случается осудить практически все основные виды страстей и грехов в людях. И наоборот, если кто-нибудь становится на путь неосуждения, то и ему со временем предстоит простить людям практически все виды их страстей, то есть, по сути, все виды эго.

А теперь давайте посмотрим, какое же это имеет отношение к нам. Здесь нам предстоит принять очень важную для себя истину. **Человек, который осуждает кого-то**

**за конкретный грех или проступок, точно так же имеет склонность к подобным грехам в себе.** Так, например, если осуждаем кого-то за ложь, то значит, мы и сами имеем склонность ко лжи, а если упрекаем других людей в жадности, то и у нас самих ещё не всё в порядке со щедростью. Очень часто человек осуждает кого-то за определённую страсть, если сам имеет подобный, или ещё более хитрый изъясн в себе.

Наше эго категорически не желает принять этот факт, но есть хороший способ в этом удостовериться. Обычно нас окружают десятки близких людей, чьи характеры нам хорошо известны. И эти люди очень любят осуждать и обсуждать других людей. Понаблюдайте за ними. Попробуйте найти хотя бы один случай, когда осуждающий не имел бы той же страсти, что и осуждаемый им человек. А если так у всех, то и мы точно не лучше. Ведь и Иисус не кому-то, а нам говорит, что мы видим соринку в глазу брата, а в своём бревна не замечаем. Человек, который умалил с Божией помощью в себе хотя бы один вид эго, никогда не будет обвинять в нём других. Ему хорошо известно, каких больших усилий это стоит.

И какой же вывод у нас получается? Человек, который старается не осуждать какой-то недостаток в другом, на самом деле этим прорабатывает ту же страсть в себе.

А человек, который старается вообще не осуждать других людей, тем самым постепенно полностью умаляет все свои страсти, и в нём проявляется настоящая любовь.

Любовь и осуждение находятся на разных полюсах. Если мы кого-то по-настоящему любим, то не способны его осудить ни за что. Всё, что мы испытываем в таких случаях, так это переживание и желание как-то помочь.

### *Наши осуждения в прошлом*

Люди, которые действительно избавились от осуждения и обиды на других, ощутимо почувствовали в себе разницу в виде тепла в сердце и радости, которые нисходят к ним. Это потому, что когда мы кого-то осуждаем, даже немного или тайно, мы как будто заворачиваем наше сердце в пластиковый пакет, через который любовь Господа никогда не сможет к нему прикоснуться. Так мы сами отрезаем себя от Божией Благодати. И пока мы не разберёмся с этим вопросом, даже независимо от всех наших остальных заслуг и успехов, радость в сердце к нам так и не придёт.

Поэтому уделяйте борьбе с этой страстью в себе очень большое значение. Ловите в себе осуждения всех ваших знакомых, ловите мимолётные осуждения, возникающие при

взгляде на кого-то. Учитесь смотреть на людей так, как смотрит на них Господь — с любовью и терпением, с надеждой и верой в них. И тогда вы быстро почувствуете, как мир вокруг вас станет светлым и радостным — Бог всегда исполняет то, что обещает.

Кроме текущего времени необходимо просмотреть и своё прошлое, где у всех нас накопилось множество обид на других людей в течение этой жизни. Мы их не чувствуем, потому что уже привыкли к их тяжести. Подобно тому, как можно привыкнуть управлять сильно гружёным самосвалом. Однако разница хорошо почувствуется тогда, когда вы его полностью разгрузите.

Попросите Господа показать вам наиболее серьёзные обиды и осуждения из вашего прошлого. Это будет пытаться отвлечь вас от этого процесса либо рассеянием внимания, либо чрезмерностью мелких событий. Отметайте его голос и запишите вначале на листочке лишь имена тех людей, которых вы когда-то действительно сильно осудили. Крутите каждое имя из списка в сердце до тех пор, пока у вас не появится теплота к этому человеку. И так с каждым. Кроме того, первое время раз в неделю-две пробегайте этот список глазами и проверяйте, осталась ли теплота к этим людям. Это часто любит возвращаться в старые места. Затем можно перейти и к более мелким грехам.

Также поинтересуйтесь у Господа, какие ещё серьёзные «долги» за вами числятся. В качестве дополнительной помощи хорошо использовать литературу с подробным перечнем существующих грехов и страстей. Книга архимандрита Иоанна (Крестьянкина) «Опыт построения исповеди», написанная простым и понятным языком, прекрасно подходит для этой цели и поможет не пропустить вам ни один ваш «долг». Полезно время от времени повторять эту работу. Ведь по мере очистки нашего сердца мы становимся способными видеть всё новые «пласты» наших прошлых грехов.

Также очень важно понять цель данной работы и не впасть в другую крайность. Мы должны полностью и искренне очиститься от груза прошлого и дальше тратить всё своё время на внимание за днём сегодняшним — мы для того и ищем грехи, чтобы их не повторять. Возвращаться же к прошлым грехам полезно лишь тогда, когда в нас начинают мелькать гордые помыслы.

Прекрасно, если у вас возникло дополнительное желание исповедоваться в своих грехах в храме. Чем больше ваше отвращение к греху, чем сильнее желание надёжно от него избавиться — тем лучше. Однако важно помнить, что суть истинного покаяния кроется лишь в глубине нашего раскаяния.

## *Порядок работы с осуждениями в прошлом*

Порядок работы при рассмотрении своих прошлых обид и осуждений приблизительно такой же, как и при работе со своими недостатками. Не частите с именами и событиями — спешка никогда не нужна в духовной работе. Один глубоко проработанный случай с искренним в нём раскаянием гораздо эффективней, чем десять поверхностных. Намного важнее глубина видения своей неприглядности в тех или иных ситуациях. Также, не забывайте делать паузы между различными фактами из вашей жизни.

Человек, который лишь поверхностно перебирает свои прошлые грехи, похож на спешащего кладоискателя, ищущего под землёй сразу несколько кладов. Дойдя до крышки одного клада, он тут же начинает искать следующий и выбрасываемой землёй присыпает только что открытый.

Ведь задача всей этой работы заключена не просто в поиске своих грехов, а в достижении важного понимания того, как много поступков в прошлом были сделаны нами в результате действия в нас различных страстей, например гордости, тщеславия, лжи, человекоугодия. Очень полезно сохранить это важное для нас понимание на всю жизнь и в дальнейшем внимательно следить

за истинной причиной всех наших действий. Не забывайте также просить в сердце прощения у всех, кого мы когда-то обидели, и у Господа, с благодарностью за наши, открывшиеся на себя глаза.

### *Мимолётные осуждения*

У эго осуждения много различных хитростей и уловок. Ведь оно закрывает наше сердце от людей, от Господа, от ощущения любви и радости. Поэтому эта страсть будет стараться до последнего участвовать в наших жизненных ситуациях или хотя бы как-то вмешиваться в них. Результат данного вмешательства эго осуждения всегда на лицо, причём в прямом смысле слова. Гляньте на лица часто осуждающих людей, и вам всё станет ясно. Искренняя, тёплая улыбка здесь, к сожалению, весьма редкий гость.

Человеку, который серьёзно взялся за умаление в себе эго осуждения, будет полезно знать одну из его «фирменных» хитростей, а именно — мимолётные осуждения. Это короткие осуждения-штампы, которые мы часто выдаём как определения при взгляде на кого-нибудь, и которые лукавый старается быстрее прикрыть новыми событиями. Например, мы можем при беглом взгляде, кого-то охарактеризовать как злого, кого-то

как глупого, кого-то как полного или некрасивого. Тем не менее, это самое обычное осуждение, которое влечёт для нас всё те же последствия. Ведь мёртвому комару всё равно, убили ли его просто механически или перед этим долго на него охотились. Результат тот же.

Чтобы не попадаться на данную уловку, нам следует заранее подготовить правильный взгляд на людей, не зависящий от их внешности и поведения, и далее проявлять постоянную бдительность при их оценке. Ведь в каждом из них, как и в вас, есть та же частица Бога. По сути, все мы братья, хотя иногда и разные по возрасту. Безусловно, ещё вчера, мы делали вещи более неприятные, чем они. И вчера Господь прощал нас, а сегодня прощает их. Почему бы и нам не попробовать почаще смотреть на них глазами Отца, с терпением, верой и любовью. Кроме того, внешность очень часто обманчива.

Господь так устроил, что люди, окружающие нас являются некими зеркалами, возвращающими в наше сердце чувства, отправленные к ним. Проверить данный факт проще простого. Поняв и приняв данный вывод, вы уже не будете более бездумно раскидываться своими осуждениями. Но и это ещё не всё.

Этими же «зеркалами» мы можем очищать наше сердце, если вместо осуждения

начнѣм посылать им терпение, веру, любовь. От данного занятия бывает большая духовная польза. Во-первых, мы начинаем часто испытывать тепло в своём сердце, а во-вторых, постепенно приближаться к той истинной любви, о которой нам говорил Господь.

## *Любовь*

Человек, который день за днѣм старается обрести не осуждающий ум, и борется со своими страстями, неизбежно достигает территории настоящей любви. Наша Божественная душа — это драгоценный сосуд. А если долго и хорошо чистить чашу из золота, то она не может не заблестеть. Но это уже не та дешѣвая любовь, к которой привыкло человечество, и которую считает нормой. И при которой добрая половина наших заклятых врагов — это в недавнем прошлом горячо «любимые» нами люди.

Истинная любовь не зависит ни от чего — она просто есть. Такая любовь не пропадает и не становится меньше от неправильного поведения других людей. Лампочка горит одинаково, независимо от того, пользуются люди её светом или нет.

Человечество всегда имеет примеры настоящей любви в своей жизни, правда, часто не понимая этого. Так любовь матери к своим

детям, если она не замутнена раздутым эго, близка к настоящей любви. Мать всегда прощает и оправдывает своих детей. Господь оставил здесь настоящую любовь, чтобы каждый человек в своей жизни смог бы её почувствовать и прикоснуться к ней.

У мужчин проявление этой любви бывает в основном в период завоевания сердца своей избранницы. Ведь сердце можно завоевать только любовью. Именно в это время мужчины делают сотни милых и трогательных глупостей. Они забывают слова — «практичность» и «рационализм», а просто пребывают в состоянии любви и счастья. Часто непонятного и забавного для окружающих их людей. Однако для самого любящего любовь — это единственно важная реальность в тот момент, которую он не готов променять ни на что. И это есть истинное чувство, потому, что любовь — это Бог, и это всё что имеет ценность за гранью этого видимого мира.

Конечно, бывают и другие многочисленные случаи проявления истинной любви в нашей жизни. Человек при этом неизбежно забывает себя ради другого. И Господь обязательно даёт почувствовать такому человеку состояние истинного счастья. Ведь Любовь — это одно из имён Господа. ***«По тому узнают все, что вы Мои ученики, если будете иметь любовь между собою»*** (Иоанн 13:35).

## *Любовь Господа к нам*

Сколько раз мы способны прощать детей, поступающих вопреки нашим указаниям? Один, пять, десять? А теперь давайте посчитаем, сколько раз прощает нам наши ошибки и упрямство Господь в течении нашей жизни.

Каждый день Он ставит нам полезные для души уроки в виде различных жизненных ситуаций, организует необходимые встречи с другими людьми, обставляет всё это разными декорациями, призванными помочь нам принять верное решение. И всё это исключительно для того, чтобы когда-нибудь вместо нашего гордого и самолюбивого поведения, наконец, услышать от нас смиренное «прости» и увидеть наше искреннее раскаяние.

Несколько уроков каждый день, тысячи за год, десятки тысяч за жизнь. И всё это лишь ради нашего блага и спасения! И как же Господь наказывает нас за такую низкую успеваемость? Да почти что никак, — мы сами наказываем себя тем, что отодвигаем от себя Царство Божие.

Вот что такое Божественная любовь к Своим детям. Так что слова Господа о том, что на небе праздник о едином кающемся грешнике, совсем не преувеличение.

## *Путь к Господу по любви и страху*

Путь к Господу, указанный Иисусом Христом в Евангельских текстах один, однако, люди с разными чувствами идут по нему. Кто-то идёт из чувства любви к Господу и радости о Нём, а кто-то может пока что из страха наказания за несправедную жизнь. Вполне понятно, что чем меньше страстей в нас остаётся, тем большую любовь к Богу мы способны ощутить.

Чтобы хорошо понять разницу чувств Отца нашего Небесного к тем и другим, возьмём похожий пример из человеческой жизни, понятный всем нам. Ведь Господь создал нас по образу и подобию Своему, вложив в нас кусочек Своей Божественной души. Так что в своих добрых чувствах мы можем понять и чувства Отца по отношению к нам.

Итак, к примеру, уходя утром на работу, мы просим сына приготовить нам ужин. И если придя вечером домой, мы находим прекрасно накрытый стол, а сверх того и убранную квартиру, то какой любовью к сыну переполнится наше сердце! Такому ребёнку ничего не жалко будет купить в подарок.

А если мы увидим, что наше чадо прогуляло где-то весь день, и вспомнило о нашей просьбе лишь перед самым нашим возвращением, если оно начало исполнять поручение

в последнюю минуту и только из страха наказания, то и отношение к нему будет совсем другое.

Точно также и среди людей, идущих к Господу. Те из них, которые помнят слова Иисуса: **«Если любите Меня, соблюдайте Мои заповеди»** (Иоанн 14:15), и с любовью выполняют их, могут рассчитывать и на такое же отношение Господа к ним. Ведь не зря же Он сказал: **«Если пребудете во Мне и слова Мои в вас пребудут, то, чего ни пожелаете, просите, и будет вам»** (Иоанн 15:7).

Если же людьми движет только страх наказаний, и если они начинают вспоминать о Господе и Его Заповедях лишь в результате уже получаемых от Него напоминаний, в виде болезней и проблем в жизни, то такие путники имеют гораздо меньшую ценность перед Господом. И именно таким людям Бог сказал: **«Что вы завете Меня: Господи! Господи! — и не делаете того, что Я говорю?»** (Лк. 6:46).

Добавим лишь, что к полезным страхам можно отнести страх за свою душу. Человек, имеющий этот страх, начинает ответственно относиться и к своей жизни, и к духовной работе.

## *Духовная гордость, тщеславие (духовное эго)*

Каждый человек имеет в себе гордость, если он её не умалял в себе. А потому всегда есть опасность появления в нас духовной гордости, в результате нашей духовной работы. При этом старые и хорошо видимые проявления обычных видов страстей, могут со временем преобразоваться в новые, гораздо менее заметные. Внешне мы можем казаться праведными и даже благочестивыми, а внутри скрывать целое древо «духовного эго».

Вид такого духовного эго может быть очень объёмным. По сути, любая разновидность нашей мирской страсти может перерасти в духовную. Так, например, человек жадный может развить в себе эго **духовной жадности**. Отличительными его признаками будет то, что он становится способен с лёгкостью жертвовать большие суммы, к примеру, на строительство храма. Однако желая помочь своему ближнему при этом он не испытывает, а это для Господа не менее важно. Но сам факт того, что он жертвует много денег на богоугодное дело, полностью закрывает от него реальную картину и сводит к нулю критику всех остальных.

**Духовная обида и духовное осуждение** — это, наверное, самый распространённый вид

духовного эго. Данная разновидность эго очень близка к простой обиде, только здесь мы не приемлем отличие чьих-то взглядов от своих собственных. В подавляющем числе случаев на начальных этапах продвижения, такое духовное эго возникает почти у всех по отношению к своим ближайшим родственникам или близким, которые, не меняясь, остаются в старом сознании. К слову, в котором пребывали и мы до недавнего времени. В результате возникает духовная отчуждённость, когда окружающие люди начинают делиться для нас на «своих» и «чужих» по духовным признакам. Человек при этом неизбежно теряет лёгкость общения с теми, кого относит к «чужим». В результате правильной духовной работы кто-то перерастает это состояние, а кто-то так и остаётся в нём. Правильное же духовное состояние, это когда вы никого не избегаете даже мысленно, а всегда испытываете лёгкость и теплоту в общении с любым человеком.

Желание славы человеческой легко может перерасти в **тщеславие духовное**. Если человек начинает гордиться и сам положительно оценивать свои духовные успехи и добродетели, то неизбежно такими мыслями наносит себе огромный духовный вред и возвращает тем своё духовное эго. Не меньший вред нам наносит и неприятие критики от окружающих нас людей.

Всегда полезно помнить, что любое наше дарование или успех в жизни — это дар Господа нам. Лишь при таком постоянном взгляде на истинную суть вещей в нас начинает возрастать настоящая любовь и благодарность к Богу, а гордость и тщеславие терять почву под собой.

Порядок умаления духовного эго абсолютно схож с процессом умаления обычного эго. Главное, как и всегда, это признание в себе конкретного вида эго, раскаяние в нём, искреннее видение его проявлений в своей жизни. Божественный Свет вслед за вашим желанием избавиться от него, со временем выполнит всю остальную работу по его умалению.

### *Проявление духовной гордости (духовного эго)*

Наличие духовного эго невозможно полностью утаить ни во внешних проявлениях человека, ни на уровне чувств и ощущений у людей, с ним общающихся. Любой вид духовного эго есть страсть, и временами она бывает видима. Людям, имеющим в себе эту страсть иногда свойственны проявления гнева, раздражительности, обиды и осуждения, хотя они могут быть и сильно завуалированы. Также они любят учить и укорять

других, спорить и доказывать свою правоту, зачастую движимые при этом духовным тщеславием. К тому же, и это наиболее верные признаки, они всегда скрыто или явно раздражаются на критику и не сильно любят просить прощения.

И пусть вас не сбивают с толку «духовные» причины этих внешних проявлений их страстей. Духовное эго также, если не больше, закрывает наше сердце от Бога. Поэтому таким людям неведом истинный, обучающий смысл Промысла Божьего на земле, и многое из происходящего вокруг кажется им неправильным и несправедливым.

Люди, которые на самом деле умалили в себе эго, соединены в своём сердце с Господом. Они правильно видят Промысел Божий по отношению к людям, и всегда лишь любят работу Отца на этой земле. Для них нет, и не может быть никаких «негативных» событий вокруг, так как это противоречило бы вездесущности и доброте Господа, и его заботе о нас.

### *Духовная гордость, скрытая гордость (духовное эго)*

Основанием и корнем духовного эго также является гордость, только духовная на этот раз. Степень её проявления может

сильно разниться — от ярко выраженной до практически незаметной. И если «шумных» гордецов легко распознать по внешним признакам и поведению, то в отношении скрытых гордецов это может не сработать. Внешне они могут казаться весьма благочестивыми, а внутри скрывать целое древо духовного эго.

Отличить людей, имеющих духовную гордость от истинных Праведников возможно также на уровне чувств и ощущений. Каждый духовный учитель может поделиться только тем духовным богатством, которое он имеет. Праведник, пребывающий во свете Духа Божьего, передаёт этот Свет с любовью другим людям. И хотя его наставления, это далеко не всегда поглаживание по головке, всё равно люди уходят от него светлыми, радостными и Божественно окрылёнными. Именно за этим светом множество людей ежедневно приезжали к преподобному Серафиму Саровскому, старцу Паисию Святогорцу, архимандриту Иоанну (Крестьянкину) и многим другим истинным христианским учителям.

Если же после общения с духовным наставником вы чувствуете свою беспросветную греховность, мрачность и уныние, то можете не сомневаться, что с вами тоже поделились своим духовным «богатством». Однако к свету оно не имеет никакого отношения.

Кроме того, не забывайте прислушиваться к своей интуиции. Господь всегда точно знает, кто перед вами. И Он не будет это от вас скрывать, если вы Его об этом спросите.

### *Как умалять духовную гордость (духовное эго) в себе*

Скрытая или духовная гордость очень коварна. Она незаметно закрывает наше сердце от Бога и может свести на нет вообще всю духовную работу. Поэтому нужно периодически проверять себя на возможное наличие её семян в нас. Сделать это при соответствующей искренности несложно.

Первым признаком её наличия в нас является наше негативное отношение к критике других людей в наш адрес. Человек, который правильно совершает духовное делание, радуется любой возможности лишней раз проверить себя на предмет наличия какого-нибудь страсти.

Другим признаком скрытой гордости является наше отношение к себе и к своей духовной работе. Если, к примеру, мы начинаем считать себя человеком добродетельным, делающим нечто великое на духовном плане, то в нас есть эта гордость или тщеславие.

Для того же, чтобы понять, какой вид скрытого эго в нас есть, мы должны знать

структуру скрытой гордости в целом. Так же, как и видимая гордость, она состоит из нескольких частей. Основные из них, — это вера в **собственную непогрешимость и свои силы, тщеславие**. Почти всегда человек, имеющий скрытую гордость, начинает верить лишь в **свою правоту**, и в нём неизбежно будет проявляться скрытое или явное **превосходство** по отношению к другим людям. К тому же ему всегда будет тяжело просить **прощение**.

Порядок умаления скрытой гордости, тот же, что и раньше. Это искренность в обнаружении и выявлении этого вида эго в себе, раскаяние в нём, честное видение всех его проявлений в повседневной жизни.



## Глава 4

# Читая Евангелие

**С**амая большая трагедия, которая только может произойти с путником к Богу на пути к Нему — это потеря правильного направления движения. Поэтому всегда полезно периодически сверять свои духовные часы с самым точным духовным хронометром на земле — словами Самого Господа, которые Он оставил нам.

### *Значимость*

### *Евангельских текстов*

Трудно переоценить значение Евангельских текстов для человека. Никогда и нигде более Бог не обращался к Своему любимому созданию так прямо и понятно, как во время Своего великого воплощения на земле. Подготовка данного, переломного для всего человечества события, велась Им пять тысяч лет. За это время израильскому народу были посланы двадцать пять Пророков, свидетельствовавших о Его будущем воплощении, совершались многие масштабные чудеса,

свидетелями которых были многие десятки, а иногда и сотни тысяч людей, живших в то далёкое время. Ни один другой проект Господа на земле, явленный Им людям, даже не близок по своим масштабам истории Его выхода к ним.

Всё это помогает нам правильно взглянуть на значимость тех слов, которые Он оставил нам в Своих четырёх Евангельских текстах. Там всего достаточно для того, чтобы человек, который читает их сам, смог бы не сбиться с пути к Богу. Ведь именно ради этого всё и вершилось.

Однако, человечество порою безнадёжно в своём умении сбиваться с истинного пути. Даже эти самые простые и понятные каждому человеку слова, оно умудрилось истолковать в десятках различных, часто противоречащих друг другу, вариантах. В результате дорога к Господу сегодня выглядит не как прямая линия наверх, а скорее как раскидистый куст со многими ветвями, порою сникшими до земли.

Так может быть, просто ещё раз откроем Евангелие и попытаемся сами увидеть то, что Он на поверхности оставил каждому из нас?

## Нагорная проповедь

В Нагорной проповеди, произнесённой Господом, изложена суть Учения, оставленного Им людям. Здесь Он наиболее полно и подробно излагает Свои Заповеди и объясняет нам тот новый уровень душевной чистоты, без которого никто не сможет прийти к Богу. Об этом Он Сам говорит очень ясно и понятно в начале проповеди:

***«Итак, кто нарушит одну из заповедей сих малейших и научит так людей, тот малейшим наречётся в Царстве Небесном; а кто сотворит и научит, тот великим наречётся в Царстве Небесном»*** (Матф. 5:19).

Так давайте ещё раз внимательно посмотрим на то, чему нас учит Господь в Нагорной проповеди.

В начале проповеди Господь говорит о блаженстве нищих духом и плачущих, кротких и чистых сердцем, правдолюбцах, миротворцах и изгнанников за правду. Затем Он говорит нам о греховности прелюбодеяствия и греховности разводов. Далее Иисус учит нас избегать любых клятв. После этого Он заповедует нам не противиться злему, а также быть смиренными и щедрыми по отношению к просящим у нас.

Далее в проповеди Иисус учит нас не выставлять свою праведность напоказ и быть максимально скромными при оказании помощи другим.

После этого Он даёт слова Своей молитвы, специально оставленной Им людям с рекомендациями творить её интимно, наедине с собою. Затем Он говорит о скромности при соблюдении поста и о необходимости копить себе нетленные богатства на небе через праведную жизнь на земле.

Далее Он учит нас не беспокоиться о пище и одежде, а во всём полагаться на Господа и искать прежде Царства Божьего. Для этого Иисус рекомендует просить и стучаться к Нему, ища «узкие врата» пути. Также Он предупреждает об опасности учений лжепророков и учит, как их узнать. **И в конце проповеди Иисус ещё раз предупреждает, что только тот, кто слушает Его слова и следует им, действительно идёт к Богу (см. Матф. 7:25—7:27).**

О всех вышеупомянутых темах Он говорит один, иногда два раза. Но есть в проповеди вопрос, к которому Господь возвращается много раз. Приводим эти высказывания ниже без всяких комментариев. В этом просто нет необходимости, по причине их простоты и ясности.

***«Блаженны милостивые, ибо они помилованы будут» (Матф. 5:7).***

**«А Я говорю вам, что всякий, гневающийся на брата своего, подлежит суду...»** (Матф. 5:22)

**«Итак, если ты принесёшь дар твой к жертвеннику и там вспомнишь, что брат твой имеет что-нибудь против тебя, оставь там дар твой пред жертвенником, и пойдя прежде примиришься с братом твоим...»** (Матф. 5:23).

**«Мирись с соперником твоим скорее, пока ты ещё на пути с ним...»** (Матф. 5:25).

**«А Я говорю вам: любите врагов ваших, благословляйте проклинающих вас, благотворите ненавидящим вас и молитесь за обижающих вас и гонящих вас, да будете сынами Отца вашего Небесного»** (Матф. 5:44).

**«И прости нам долги наши, как и мы прощаем должникам нашим»** (Матф. 6:12).

**«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»** (Матф. 6:14).

***«Не судите, да не судимы будете, ибо каким судом судите, таким будете судимы...»*** (Матф. 7:1).

***«Итак, во всём, как хотите, чтобы с вами поступали люди, так поступайте и вы с ними...»*** (Матф. 7:12).

Опять прощение и опять неосуждение. Та очень важная часть духовной работы, без которой никто не сможет умалить свои страсти и прийти к Богу. Ведь Господь Сам сказал о важности всех слов этой проповеди в начале и конце её. А разве кто-нибудь знает лучше Бога о том, как к Нему идти?

### ***Молитва «Отче наш»***

Эта молитва дана нам Самим Господом. Давайте попробуем ещё раз внимательно её и прочесть, но уже больше с точки зрения нашей борьбы со своими страстями.

***«Молитесь же так:***

***Отче наш, сущий на небесах! да святится имя Твоё;***

***да придет Царствие Твоё; да будет воля Твоя и на земле, как на небе;***

В первых словах молитвы Господь учит нас прежде всего стремиться к Царству Божьему и во всём следовать воле Отца нашего Небесного.

***хлеб наш насущный дай нам на сей день;***

Вполне очевидно, речь в данном высказывании идёт не только о пище. Это, конечно, более широкая вера в Отца, в то, что Он заботится о нас всегда и во всём, — в мирских вопросах и в духовных. А искренняя вера в Господа и справедливость Его Промысла по отношению к нам и ко всем людям и есть важная основа наших духовных успехов на пути к Нему.

***и прости нам долги наши, как и мы прощаем должникам нашим;***

Опять прощение. Единственные слова в молитве о том, что должны делать именно мы. И только в этом случае, в случае нашего полного прощения других, Господь действительно прощает и наши долги.

***и не введи нас в искушение, но избавь нас от лукавого.***

Фраза с глубоким смыслом, который часто понимается нами не до конца. Начнём

с просьбы избавить нас от лукавого. Слово «избавить» применяется тогда, когда речь ведётся об освобождении нас от чего-то. Следовательно, это «что-то» не вовне, а в нас. Мы все боимся какого-то удалённого лукавого, не понимая того, что он всегда в нас. Это и есть наше эго, наш «ветхий» человек, наши страсти. И именно об освобождении от них, от наших страстей, и должен просить истинный путник к Господу.

После этого хорошо понимается и другая часть фразы. Причём обратите внимание, что просьба «не ввести нас во искушение» относится именно к Богу. Следовательно, именно Господь, за наши грехи попускает искушения нам. Говоря современным языком, Он создаёт нам условия жизни, при которых мы должны упереться в свои страсти и начать с ними бороться.

В результате истинный смысл этой фразы следующий: «Господи! Я понимаю, что все проблемы в моей жизни — это результат моих греховных мыслей и поступков. Спасибо Тебе за уроки, и помоги мне очиститься от моих страстей».

И здесь как в школе. Если ученик сам прилежно учится, то его любят и учителя и родители. Кроме того у него всегда остаётся свободное время на игры. Если же ученик ленив, то недовольство учителей

и наказания от родителей — его вечные спутники. Всё свободное время он навёрстывает старые долги, и его жизнь лишена всякого комфорта.

***Ибо Твоё есть Царство и сила и слава во веки. Аминь»*** (Матф. 6:9).

Наш мир не вечный. Когда-нибудь он выполнит свою задачу, уготованную ему Господом, и прекратит своё существование. Иисус много раз говорил о его тленности и последних временах. Но есть в этом мире нечто, что много выше его. Это человеческие души, — маленькие частички Бога, чьё Царство и сила и слава во веки. И это То единственное, что имеет реальную ценность в этом мире. И отношение к Чему и определит наше место в Вечности.

### *Притча о талантах*

Известная притча Иисуса, в которой говорится о том, как один царь, уезжая надолго, оставил трём своим слугам таланты (денежные средства). Первые двое слуг сразу отдали свои деньги в оборот и, к моменту возвращения своего хозяина, удвоили их для него. Последний же слуга решил просто сохранить свой талант, не умножая его. Царь,

вернувшись домой, похвалил первых двух слуг и поставил их «над многими». У последнего же слуги талант был изъят и передан тому, который заработал своему господину больше талантов.

В данной притче, несмотря на её внешнюю простоту, заложен огромный глубинный смысл роста души человека на земле. Чтобы хорошо его понять, надо прежде ясно и полностью увидеть тот «талант», который даётся каждому человеку при рождении и о котором говорит Иисус. Давайте повнимательней приглядимся к детям и попытаемся понять, в чём же их отличие от нас взрослых? Почему **«если не обратитесь и не будете как дети, не войдёте в Царство Небесное»** (Матф. 18:3)?

Первое, что бросается в глаза это честность и искренность детей. До тех пор, пока окружение не привьёт им свой «правильный» подход к жизни, ложь является для них чуждой страстью. Да и после начала практики обмана, дети ещё долгое время делают это крайне неуклюже, и всегда сильно стесняясь.

Следующее отличительное качество детей, которое уже так редко бывает у взрослых, это лёгкость и простота. Дети всегда остаются собою, до тех пор, пока у них не начинает проявляться кумирство. Они не отягощены заботами и сложной рассудочной деятельностью. Они спонтанны и расслаблены.

И наконец, дети чисты и безгрешны. Они ещё не собрали никакого груза грехов и ошибок и, следовательно, он не тяготит их. А отсюда и огромная лёгкость, и внутренняя свобода детей. Все эти качества, вместе взятые, и есть тот самый «талант», который Господь даёт от Себя каждому, приходящему в этот мир, и который все мы впоследствии в той или иной степени утрачиваем. И так должно быть. Грех в природе человека, и не потерять хотя бы какую-то часть этого «таланта» в начале жизненного пути никому не под силу. Так же, как и невозможно, до конца забыть тот детский вкус свободы.

Глубина падения у всех разная. Здесь всё зависит и от внутренней чистоты человека, и от его решимости сопротивляться искушениям этого мира. Но вкус греха даётся почувствовать каждому, и это является для многих первым стимулом к духовной работе. А Господь всегда близок к таким людям в этот момент. Ведь именно ради этого и вершится всё это действие, именуемое «земной жизнью человека».

Не многим людям удаётся вернуть назад свой «талант». Для этого необходимо долго и хорошо потрудиться на духовной ниве. И первыми отличительными признаками успеха как раз и является возвращение тех самых детских ощущений лёгкости и простоты, свободы и чистоты. Но это

лишь восстановление того «таланта», который подлежит возврату. Однако, это и то семечко, из которого можно вырастить большее богатство, если продолжить своё духовное восхождение.

Мы должны обрести то, чего у нас не было в нашу бытность детьми. Нам нужно стремиться взрастить в себе добродетели, которые превосходят правила существования этого мира. Однако некоторые являются обычными в том мире, куда мы желаем войти. Божественная любовь ко всем, смирение, жертвенность, самоотдача, бескорыстная помощь другим. Вот далеко не полный перечень тех талантов, которые Господь уже навсегда оставляет с нами.

Воистину блаженны осознавшие и почувствовавшие правила этого великого Божественного Промысла. И потому **«их есть Царство Божие»** абсолютно по праву.

### *Любовь к Богу и ближнему своему*

В Своём учении Господь ставит эти заповеди на первое и второе место, и называет наибольшими. И действительно, только любовью к Богу и окружающим нас людям, измеряется вся высота и правильность нашей духовной работы. Бог есть великая Любовь, и когда она в нас есть — мы Ему дети, а если

мы любовь утрачиваем, то становимся Ему совсем чужими. Очень хорошо об этом сказал преподобный Макарий Египетский. Он говорит о том, что если мы даже получим от Бога все дары и добродетели, то нужно идти к любви, потому, что лишь имеющие в себе любовь не падают.

Любовь к Богу и любовь к людям неразделимы, и одна не может существовать без другой. Человек, всем сердцем любящий Бога, не может быть равнодушен к Его творениям, имеющим в себе Его частицу. Преподобный Исаак Сирий так говорит об этом: **«Кто ближнего своего не любит, но говорит, что любит Бога, тот сам того не созная, полностью сбился с пути».**

Как же нам обрести такую любовь? Иисус подробно указал нам путь к ней в Нагорной проповеди и других местах Евангельских текстов. Нужно начать с полного неосуждения и прощения людей, собственного смирения. Нужно раскаяться в своих грехах. Кроме того, нужна действенная любовь к людям в виде помощи и заботы о них. Человек, который постоянно делает эту работу, обязательно получит от Господа помощь и продвинется на этом пути.

И ещё. Не забывайте просить у Господа эту любовь. Это самый большой подарок, который Он может нам дать. Но его надо заслужить.

## Фарисеи

**«Лицемеры! Хорошо пророчествовал о вас Исаия, говоря: приближаются ко Мне люди сии устами своими, и чтут Меня языком, сердце же их далеко отстоит от Меня; но тщетно чтут Меня, уча учениям, заповедям человеческим» (Матф 15:7).**

Слово «фарисеи» уже давно стало известно всему миру. Фарисеи — это духовные учителя, искажающие волю Божию на земле, а часто и подменяющие её своей волей, заповедями и человеческими учениями.

Ничто так не чуждо Господу, и ничто другое Он так не обличал во время Своего земного воплощения, как фарисейство. Что же это такое и почему оно так противно Богу? Давайте попробуем ответить на этот вопрос подробно, на основании Евангельских речений Господа о фарисеях.

Прежде всего, Он обличал фарисеев в том, что они искажают либо отменяют Слово Божие на земле. В результате такой подмены люди, идущие за ними, могут идти уже ни к Богу, а совсем в другом направлении.

**«...зачем и вы преступаете заповедь Божию ради предания вашего? Ибо Бог заповедал: почитай отца и мать; и:**

**злословящий отца или мать смертью да умрёт. А вы говорите: если кто скажет отцу или матери: дар Богу то, чем бы ты от меня пользовался, тот может и не почитать отца своего или мать свою; таким образом вы устранили заповедь Божию преданием вашим»** (Матф. 15:3).

Далее Иисус подробно объяснял, кому на самом деле служат фарисеи и какое отношение они имеют к Господу.

**«...если бы Бог был Отец ваш, то вы любили бы Меня, потому что Я от Бога исшел и пришёл; ибо Я не Сам от Себя пришёл, но Он послал Меня. Почему вы не понимаете речи Моей? Потому что не можете слышать слова Моего. Ваш отец диавол; и вы хотите исполнять похоти отца вашего»** (Иоанн 8:42).

**«Кто от Бога, тот слушает слова Божии. Вы потому не слушаете, что вы не от Бога»** (Иоанн 8:47).

Много раз Господь обличал фарисеев в их лицемерии и двуличности.

**«...ныне вы, фарисеи, внешность чаши и блюда очищаете, а внутренность**

***ваша исполнена хищения и лукавства. Неразумные! не Тот же ли, Кто сотворил внешнее, сотворил и внутреннее?»*** (Лк. 11:39).

***Горе вам, книжники и фарисеи, лицемеры, что вы — как гробы скрытые, над которыми люди ходят и не знают того*** (Лк . 11:44).

Также Иисус говорил об отсутствии у фарисеев настоящей любви к Богу и людям.

***«Но знаю вас: вы не имеете в себе любви к Богу»*** (Иоанн 5:42).

Много раз Господь обличал фарисеев в том, что своё служение ритуалам и обрядам (например, служение субботе) они ставят выше служению и любви людям. Это при том, что любовь к Богу и людям — главные заповеди. А разве можно любить людей и не помогать им? В том и есть истинный смысл субботы.

***«А им говорит: должно ли в субботу добро делать, или зло делать? душу спасти, или погубить? Но они молчали. И, возрев на них с гневом, скорбя об ожесточении сердец их, говорит тому человеку: протяни руку твою.***

**Он протянул, и стала рука его здорова, как другая» (Марк 3:4).**

Ещё одно высказывание Господа о том, какая на самом деле должна быть любовь в человеке, идущем к Богу.

**«А Я говорю вам: любите врагов ваших, благословляйте проклинающих вас, благотворите ненавидящим вас и молитесь за обижающих вас и гонящих вас, да будете сынами Отца вашего Небесного, ибо Он повелевает солнцу Своему восходить над злыми и добрыми и посылает дождь на праведных и неправедных. Ибо если вы будете любить любящих вас, какая вам награда? Не то же ли делают и мытари? И если вы приветствуете только братьев ваших, что особенного делаете? Не так же ли поступают и язычники?» (Матф. 5:44)**

Господь обличал фарисеев в том, что они ищут прежде всего славы человеческой и почестей от других людей.

**«Как вы можете веровать, когда друг от друга принимаете славу, а славы, которая от Единого Бога, не ищете?» (Иоанн 5:44).**

***Горе вам, фарисеям, что любите председания в синагогах и приветствия в народных собраниях (Лк. 11:43).***

Также очевидно, что фарисеи гневно воспринимают любое инакомыслие и критику в свой адрес. Так, пребывая в духовной гордыне, они практически после каждого высказывания Иисуса о них, сразу же хотели его убить.

***Фарисеи, выйдя, немедленно составили с иродианами совещание против Него, как бы погубить Его (Марк 3:6).***

Особо Господу противно любое превозношение в людях, к Нему идущих. Об этом Он говорит нам на примере истории о мытаре и фарисее:

***«Фарисей, став, молился сам в себе так: Боже! благодарю Тебя, что я не таков, как прочие люди, грабители, обидчики, прелюбодеец, или как этот мытарь: пощусь два раза в неделю, даю десятую часть из всего, что приобретаю. Мытарь же, стоя вдали, не смел даже поднять глаз на небо; но, ударяя себя в грудь, говорил: Боже! будь милостив ко мне грешнику! Сказываю вам, что сей пошёл оправданным***

***в дом свой более, нежели тот: ибо всякий, возвышающий сам себя, унижен будет, а унижающий себя возвысится»*** (Лк. 18:11).

То есть фарисеи всегда уверены в том, что соблюдая некие ритуалы, обряды и правила, они уже тем самым «близки» к Богу. На самом деле к Господу нас приближает лишь наша любовь — к Нему, к ближнему, к тому же мытарю, как сказано в главных Заповедях Божиих. А раскаявшийся грешник Богу намного ближе, чем «праведник», развивший в себе самомнение и превозносящий себя над другими.

Иисус также говорил фарисеям об их ответственности перед Богом:

***«Горе вам, законникам, что вы взяли ключ разумения: сами не вошли, и входящим воспрепятствовали»*** (Лк. 11:52).

***«Оставьте их: они — слепые вожди слепых; а если слепой ведёт слепого, то оба упадут в яму»*** (Матф. 15:14).

Фарисейство — это оружие лукавого, проявляющееся в духовных пастырях и просто путниках к Богу во все времена. Считать, что все фарисеи остались в древнем Израиле, значит наивно полагать, что

и лукавый остался там же. Верить, что он с тех пор больше не пытается влить на нашу духовную жизнь и сбивать нас с пути к Господу.

Мы зачастую также являемся некими малыми духовными учителями по отношению к своим детям, друзьям и близким. И нам также важно знать основные признаки этой опасной духовной болезни, и периодически сверять своё духовное состояние со словами Господа о фарисеях.

### *«Узкие врата» и лжепророки*

*«Входите тесными вратами, потому что широки врата и пространен путь, ведущие в погибель, и многие идут ими;*

*Потому что тесны врата и узок путь, ведущие в жизнь, и немногие находят их.*

*Берегитесь лжепророков, которые приходят к вам в овечьей одежде, а внутри суть волки хищные.*

*По плодам их узнаете их. Собирают ли с терновника виноград, или с репейника смоквы?*

***Так всякое дерево доброе приносит и плоды добрые, а худое дерево приносит и плоды худые.***

***Не может дерево доброе приносить плоды худые, ни дерево худое приносить плоды добрые.***

***Всякое дерево, не приносящее плода доброго, срубают и бросают в огонь. Итак, по плодам их узнаете их.***

***Не всякий, говорящий Мне: «Господи! Господи!», войдёт в Царство Небесное, но исполняющий волю Отца Моего Небесного» (Матф. 7:13).***

В наше время всех мыслимых и немыслимых «свобод» у лжеучителей и лжепророков появились огромные возможности. Поэтому слова Господа о признаках, по которым их можно распознать, должны всегда быть в нашей памяти. Только наличие в нас любви и других духовных плодов, действительно является бесспорным признаком правильности учения.

Сегодня лишь христианство имеет эти плоды в изобилии. Несколько тысяч известных Святых, и, конечно же, гораздо большее число неизвестных, чьи имена точно знает лишь Господь, украшают собою путь к тем

самым «узким вратам». Ни на какой другой духовной ниве таких истинных духовных плодов любви ко всем людям, незлобия, благодати, и других, подобных им более нет. Обычно там есть только лидеры и их учения.

Иногда может показаться, что они пребывают в некоей «благодати». Но без живого Бога — Христа это невозможно. Вникните в смысл Его слов к нам:

***«Я есмь истинная виноградная лоза, а Отец Мой — виноградарь.***

***Всякую у Меня ветвь, не приносящую плода, Он отсекает; и всякую, приносящую плод, очищает, чтобы более приносила плода.***

***Вы уже очищены через слово, которое Я проповедал вам.***

***Пребудьте во Мне, и Я в вас. Как ветвь не может приносить плода сама собою, если не будет на лозе: так и вы, если не будете во Мне.***

***Я есмь лоза, а вы ветви; кто пребывает во Мне, и Я в нём, тот приносит много плода; ибо без Меня не можете делать ничего.***

***Кто не пребудет во Мне, извергнется вон, как ветвь, и засохнет; а такие ветви собирают и бросают в огонь, и они сгорают»*** (Иоанн 15:1).

Запутывать и сбивать с правильного пути к Богу все искренние и высокие души, это особый труд лукавого. Ведь они могут повести за собой многих. Тяга к Истине у этих людей порой столь высока, что остановить их продвижение вперёд практически невозможно. Однако можно сбить их с правильного пути, и не допустить, таким образом, до «узких врат» Господа.

Нас отделяют от Бога только наши страсти. А это собственно и есть лукавый в нас. Поэтому, если такой человек идёт к Господу ошибочным путём, то ему могут «подыграть». В результате в таком человеке страсти могут не проявляться, и у других людей может создаётся ощущение присутствия в нём некой «благодати». Однако путь, которым он шёл и который проповедует остальным, на самом деле не является проходными «узкими вратами».

Это далеко не те плоды, о которых говорил нам Господь (Матф. 7:13), а несъедобные плоды лукавого, которые не имеют абсолютно никакой ценности, а несут всем лишь большой вред.

Только Учение Господа, данное нам в Евангелие, гарантирует нашу безопасность

и верность направления пути к Нему. Только стремление к нравственной чистоте и любви, означенной Спасителем, действительно ведёт к «узким вратам».

Тем же людям, которые воспринимают речения Иисуса, как бесспорную Истину, но при этом допускают себе иногда обращение к другим учениям и другим учителям, нужно очень внимательно прочесть следующие строки из Евангельских текстов:

***«Все, сколько их не приходило предо Мною, суть воры и разбойники»*** (Иоанн 10:8).

***«И многие лжепророки восстанут, и прельстят многих»*** (Матф. 24:11).

***«Берегитесь лжепророков, которые приходят к вам в овечьей одежде, а внутри суть волки хищные»*** (Матф. 7:15).

***«Кто не со Мною, тот против Меня; и кто не собирает со Мною, тот расточает»*** (Матф 12:30).

***«Я есть путь и истина и жизнь; никто не приходит к Отцу, как только через Меня»*** (Иоанн 14:6), и некоторые другие на эту тему.

Бог тысячами Своих Святых и многими тысячами чудес и исцелений, ими совершённых, подтвердил и подтверждает поныне истинность сказанных Им тогда слов. Свидетелями иных чудес были порой многие сотни и даже тысячи людей, а некоторые просто записывались верующими и передавались в церковь. Посмотрите, есть ли хоть что-нибудь подобное у других глашатаев «истины»? И всегда будьте очень осторожны в этом вопросе.

## *Речения Иисуса Христа*

Слова Господа несут в себе огромную силу Святого Духа. Частое чтение Евангелия, помогает нам сохранять свой ум чистым от козней лукавого. Высказывания Иисуса постепенно приближают нас к истине и очищают нас от страстей: **«если пребудете в слове Моём, то вы истинно Мои ученики, и познаете истину, и истина сделает вас свободными»** (Иоанн 8:31).

Все Святые и праведники, как один, рекомендовали нам, прежде всего, чаще прикасаться именно к этим текстам. Преподобный Серафим Саровский, например, имея феноменальную память и дословно помня всё прочитанное им за жизнь, тем не менее, ежедневно читал Евангелие.

Никого эго не боится так, как боится Господа и Его слов. Поэтому первое, что делает лукавый, так это под разными предлогами уводит нас от чтения Евангелия, от этих самых опасных для него текстов. Это и понятно, — Иисус одним Своим словом мог изгнать целый легион тьмы.

И эту силу и Свет несут все Его Евангельские речения. Поэтому, читая их, мы тем самым пропускаем Свет Господа через своё сердце и понемногу изгоняем из себя все страсти. Так что небольшое ежедневное чтение речений Иисуса крайне полезно для нашего духовного роста.



## Глава 5

# Воспитание наших душ

### *О душе*

Для Господа и лукавого душа человеческая значит больше всех видимых ценностей этого мира. Не напрасно две тысячи лет назад лукавый предлагал все земные царства Иисусу Христу за один лишь поклон ему.

В наше бездуховное время, когда человечество почти перестало считать чистоту своей души за какую-нибудь реальную ценность, для лукавого наступил просто торговый рай. Сегодня он скупает людские души тысячами в обмен на электронную, бытовую и всякую прочую мишуру. Совсем, как колонизаторы, которые в своё время меняли в диких племенах грошовые стеклянные бусы на реальные сокровища.

Сегодня стоимость души, в глазах людей, продолжает падать каждый день. Все истинные ценности Господа понемногу замещаются в сердцах людей дешёвыми прагматичными

подделками лукавого. Любовь и доброта плавно уступают место рационализму, выгоде, смыслу. И в людях не остаётся ничего истинно ценного.

Однако Господь никогда не оставляет ни одну человеческую душу и всегда пытается вернуть её в Свой дом. И эта борьба не закончится, пока существует сей мир. И эта борьба имеет свои правила.

## *Правила Господа*

Это выполняет огромную роль в деле роста и развития нашей души. Оно всегда и полностью подконтрольно Богу и несёт функцию необходимого тренажёра или штанги, периодически занимаясь с которыми и поднимая их, мы становимся духовно сильнее. Вес на этой «штанге» Господь устанавливает очень точно, исходя из уровня развития и возможностей нашей души. И здесь действуют несколько важных правил.

Первое правило. Никогда Господь не позволяет ставить нам на «штангу» вес больший, чем мы можем поднять. Никогда Он не попускает нам в жизни ситуации, в которых мы не смогли бы поступить правильно и честно. Если мы говорим, что когда-то обстоятельства были выше нас, то мы просто лукавим и тем самым клеветаем на Господа.

Следующее правило. Всё добро в этом мире творит, и всё зло контролирует только Бог. Это же проявляет себя через лукавые мысли, слова и поступки людей, через наши страсти, и только с попустительства Господа.

Ещё одно правило. Мы никогда не остаёмся без посильных для нас уроков, в виде различных жизненных ситуаций, со стороны Господа. Однако спрос с нас по ним бывает только после того, как Господь подробно объяснит нам разными путями наше правильное поведение в них (Иоанн. 12:48).

Другое правило. У человека всегда есть свобода и воля для выбора. Господь и лукавый всегда лишь подводят нас к мысли о совершении нами хороших либо плохих поступков, но не принуждают их делать. Свобода же выбора и силы для их осуществления, всегда остаётся за человеком. Поэтому только сам человек всегда и полностью ответственен за то, что он делает и что выбирает в этой жизни.

Новое правило. Господь очень любит нас и всегда уважает нашу свободу выбора — Он не приходит в нашу жизнь без спроса. Как любящий Отец, Он всегда заботится о нас и выстраивает нашу жизнь так, чтобы помочь нашей душе проснуться и вырасти. Однако, Сам Он приходит в нашу жизнь лишь тогда, когда мы Его позовём. Без спроса везде лезет лишь лукавый.

И ещё одно правило. Все люди земли — это любимые дети Господа. И Бог создал этот мир так, что любой человек, любого места жительства и цвета кожи, всегда может прийти к Нему. Абсолютно все имеют такую возможность, если искренне уверуют в Господа, обратятся к Нему и пройдут, под Его руководством нелёгкий путь очищения себя от страстей.

### *Лекарства Господа*

Господь посылает множество различных лекарств душе каждого человека на протяжении его земной жизни. Они помогают ей устоять и не погибнуть в этом лукавом мире, и часто лечат её. Однако мы, не понимая их истинной ценности и назначения, чаще воспринимаем их как наказание от Господа, но это не так. Ведь главная задача Бога заключается в том, чтобы сберечь нашу бессмертную душу, а не тленное тело, которое всё равно обречено на смерть. Чаще всего эти лекарства посылаются людям со зрелой душой, тем, которые способны их правильно воспринять и отреагировать.

Лекарства эти обычно выглядят, как трудности жизни, скорби и болезни. Некоторые такие лекарства посылаются от рождения, чтобы уравновесить какую-нибудь опасную

для души страсть. Другие могут быть посланы позднее, в ответ на наш неправильный образ жизни.

Господь всегда даёт нам знать — правильно мы поступаем или нет. Не бывает «случайных» болезней и неприятностей. Так Господь помогает нам увидеть истинную причину всех наших проблем — наши грехи и страсти.

Человек, который верно понимает назначение и ценность всех этих лекарств, посланных ему Господом для спасения его души, начинает правильно видеть Его Промысел и заботу в отношении себя. Он становится способен найти в себе тот душевный «изъян», который Бог уравнивал физическим, и начать бороться с ним. В результате такой человек начинает правильно использовать помощь Господа. А дальше, если удастся излечиться от страстей, возможно всё, — однако, Господь всегда Сам решает, как Ему поощрить Своего послушного ребёнка. Главное при этом, чтобы это никак не повредило его душе.

## *Болезни*

То же самое и с болезнями, — в них всегда сокрыта милость Господа. Так Он временами притормаживает наш сумасшедший бег по этой жизни, с тем, чтобы мы вспомнили

о Нём, задумались о своей тленности и об истинном смысле жизни. Они также могут быть и следствием нашей греховной жизни, и предостережением за неверное направление в духовной работе. В случае любой болезни всегда спрашивайте у Господа, за что она вам послана.

В прежние времена, во время многочисленных эпидемий на Руси, народ часто мог спастись от смерти лишь в стенах церквей. Так Бог напоминал людям, что Он превыше всех болезней, и тем приводил их к Себе и укреплял в вере.

И сегодня, человек, который начинает правильно понимать назначение той или иной болезни, посланной ему, либо его близкому человеку, как предостережение от Отца за отпадение от Него и Его Заповедей, становится тем самым на верный и единственный путь исцеления и души и тела.

### *Долги Господу*

Многие люди часто обращаются к Господу с самыми различными просьбами и пожеланиями. И если это не вредит душе человека, то часто, для укрепления веры Он даёт людям просимое. Однако если желаемое человеком было явным излишеством, то Бог может дать это в долг.

Займы Господа самые честные и справедливые, однако, Он принимает возврат их лишь в Своей Божественной «валюте». Прощение людей, любовь к ним, доброта и прочее — вот те самые рубли, доллары и евро, которыми человек может оплатить свой старый долг Господу и после этого даже рассчитывать на новый. Однако, если человек не сильно торопится с возвратом займа, то Господь может наложить на него «штраф», например в виде проблем в жизни или недуга. И если такой человек после начнёт своими силами пытаться улучшить ситуацию, то у него ничего не получится — с Богом не спорят. Однако, стоит ему начать возвращать свой долг Господу Его ценностями, как ситуация обязательно станет меняться к лучшему.

### *О лукавом (эго)*

Опыт эго или, по-другому, лукавого — это все грехи человечества, вся хитрость и ложь этого мира за семь тысяч лет. И если человек на пути к Богу, эгоистично полагается лишь на своё знание, опыт и интеллект, то его путь обречён на неудачу. Такие люди — вкусное лакомство для эго. Лишь Господь может за руку провести человека к Себе. Но для этого мы должны

непрестанно тянуть к Нему свою руку. Лукавый подконтролен только Богу.

Иисус говорил: **«...без Меня не можете творить ничего. Если кто не пребывает во Мне, — он выброшен вон, как ветвь, и засох; и собирают их и в огонь бросают, и они сгорают»** (Иоанн. 15:5).

Человек должен в этой жизни с помощью Божией научиться преодолевать все козни лукавого, взращивая при этом в себе любовь. Только такие, искусные в этой борьбе и верные Ему души имеют большую ценность для Господа. Апостол Павел хорошо сказал о том, что не прошедшие обязательного для всех испытания, — это незаконные дети, а не сыны Божии.

### ***О причинах противодействия лукавого (эго)***

Почему же люди, не занимающиеся духовной работой, или делающие её неправильно, не чувствуют явного противодействия эго? Причина этого кроется в главной задаче лукавого — не допустить нас в рай. Для этого он как можно незаметней отводит нашу душу от мыслей о Боге, о своих страстях и грехах. Вторая задача лукавого заключена в том, чтобы, как можно глубже, погрузить

человека в грех. Однако, первая задача для него намного важнее.

Бессознательная часть человечества сильно напоминает стадо коров, мирно пасущихся на зелёном огороженном поле, рядом с мясокомбинатом. Коров исправно кормят, пару раз в день доят, и так происходит ежедневно, до тех пор, пока не придёт час кому-то превратиться в колбасу. Так и с людьми. Им даётся всё необходимое для тела и желудка. Пару раз в день, на каком-нибудь гневе или раздражении лукавый привычно заставляя их грешить. И так день за днём, вплоть до персонального места на кладбище, без всяких там «глупостей», типа Царства Божьего.

Человек, который нарушает этот удобный для эго порядок, похож на корову, которая хочет покинуть общее пастбище, и с этой целью начинает ломать забор. Естественно, к ней сразу сбегаются все пастухи и начинают её лупить. Бедной коровке понадобится много сил и мужества, чтобы отстоять своё право на свободу и тем избежать мясокомбината. Однако, другого пути к этой свободе у неё нет.

Для нас же всё выглядит гораздо проще. По ту сторону забора у нас есть Отец, который и забор поможет разобрать и пастухов прогнать. Нужно лишь с любовью и доверием попросить Его об этом. **«Я есть дверь: кто войдёт мною, тот спасётся, и войдёт, и выйдет и пастбище найдёт»** (Иоанн 10:9).

## *Остановка в духовной работе*

В духовной работе не бывает стоячего положения, — либо вы идёте к Богу, либо вас постоянно утягивают от Него. Это как подъём по скользкой наклонной поверхности. Пока вы передвигаете ноги — вы поднимаетесь вверх. Однако, стоит вам остановиться, как вы медленно начинаете сползать вниз.

На духовном пути никогда не стоит успокаиваться. Не важно, в какой точке вы остановились, именно с этой точки вас тут же начинают потихоньку тянуть назад. У лукавого нет выходных и пауз, а устройство нашего падения — это смысл его существования.

## *Как грех входит в нас*

Грех не может войти в нас без нашего согласия — это не попущено Богом. Но он может искушать нас, может «рекламировать» греховность. Различные внешние образы, примеры других людей, друзей и родителей очень действенны. Как говорят, слова назидают, а примеры влекут. Причём как к хорошему, так и к плохому. Кроме того, лукавый старается построить у человека осуждающий склад

ума. Человек, часто осуждающий других, неизбежно отделяет себя от Бога и тем ослабляет Его помощь.

У человека с чистой душой на страже сердца всегда стоит его совесть и ощущение чужеродности греха. Вспомните, к примеру, вкус своей первой сигареты или глотка пива. Отвращение и удивление тому, как это может нравиться людям, — вот первые естественные реакции нашей души. Однако, если мы начинаем уступать греху, то всё может очень быстро измениться. И тогда даже серьёзнейшие грехи, спустя какое-то время могут показаться нам не более чем **«неизбежными слабостями человеческой натуры»** (схиигумен Савва).

В наше время для соблазна нашей души у лукавого есть миллион возможностей. Весь мир сейчас напоминает один огромный рынок. И через всё, что мы видим вокруг, лукавый старается и нас втянуть в него. Сегодня лишь Господу почти не на что направить наш взгляд с тем, чтобы мы вспомнили о Нём.

Следующий этап — это постепенное укоренение в человеке соблазнов и возвращение из них зависимостей. Ведь после появления в нас зависимостей, далее уже не мы обладаем вещами, а лукавый через них нами. Так и с компьютерной, телевизионной, алкогольной, табачной, музыкальной, вещевой,

а также со всеми зависимостями вокруг нашей фальшивой «личности». Человек, имеющий в себе все эти зависимости, во многом уже идёт на поводу у лукавого. Его лишают по возможности всех здоровых желаний души и прививают нездоровые.

Дальнейший этап — это подталкивание человека в сторону ещё большей греховности. Со всех экранов и прочих источников информации эго ему начинает прививаться ложь, агрессия, кумирство, разврат, как неизбежные «ценности» этого мира, а его новым «богом» постепенно становятся деньги.

Если душа человека не сопротивляется воле лукавого, цепляясь за Бога, то она и дальше падает в ад, в мир без любви, ещё в этой жизни. Разорвать этот круг может лишь искреннее обращение человека к Господу. Однако, к тому времени, человек уже зачастую привыкает уступать эго.

Как же изгоняется грех? Изгоняется он прямо противоположными греховности движениями нашей души. Только отвращение к греху и нашей греховной жизни может родить в душе искреннее раскаяние перед людьми и Господом за содеянное. И только такое покаяние имеет силу. Как хорошо сказано у Паисия Святогорца: ***«То, что грязно и отвратительно, человек выбрасывает, но сначала нужно понять, что это действительно грязно***

***и отвратительно***». Точно также и с нашими страстями.

А вот видение греха и своей греховности появляется в человеке постепенно и лишь в результате его обращения к Господу и серьёзной духовной работы за чистоту своей души.

## ***Интернет и компьютер***

Сегодняшний интернет — это действительно «всемирная паутина», которой лукавый оплёл практически весь мир. Как и настоящая паутина, он очень липкий — находясь в нём, мы постоянно вовлекаемся в десятки различных дел и размышлений, о которых раньше даже не было и речи. И его «прилипчивость» возрастает год от года. Постоянно создаются новые компьютеры, технологии, программы, игры.

Но всё это уже в большей степени искусственный мир лукавого, уводящий нас в сторону от реальной жизни, от мира Господа. И с помощью интернета и компьютера он решает эту задачу сегодня гораздо быстрее, чем раньше. А понятие «компьютерная зависимость» уже давно вошло в нашу жизнь.

Люди, постоянно «пропадающие» в интернете часто бывают уже совсем другими. В них становится ощутимо больше

замкнутости и погружённости в некий «свой» мир. Многие их интересы связаны с компьютером, а реальная жизнь для них уже нередко находится на втором плане. Как и все другие страсти, компьютерная зависимость также может умаляться.

## *Ложь*

Царство лукавого — это царство лжи. Поэтому древо эго можно вполне справедливо также назвать и деревом лжи. Тут и ложь о нас самих, кто мы есть и для чего живём, и ложь о людях, нас окружающих. Ложь о всех наших «ценностях» и привязанностях этого мира. Ложь о смерти, о страхах и страданиях в этой жизни.

Человек этого мира — это вечный пленник лжи, и ему не под силу разорвать всех её пут без помощи Господа. Не зря Иисус говорил: **«если пребудете в слове Моём, то вы истинно Мои ученики, и познаете истину, и истина сделает вас свободными»** (Иоанн 8:31).

Правила Царства Бога другие. Эти правила вечные, и это всё что есть за гранью небольшого мира сего, и это надстоит над всем. В Нагорной проповеди Иисус сказал нам: **«Ищите же прежде Царства и правды его»** (Матф. 6:33). То есть тех

самых правил, по которым живёт настоящий и вечный мир Господа. Часть из них Он поведал нам в Нагорной проповеди и других местах Евангельских текстов. Всё же остальное открывается Им непосредственно каждому искреннему путнику к Нему через Дух Святой. **«Утешитель же, Дух Святой, Которого пошлёт Отец во имя Моё, научит вас всему и напомнит вам всё, что Я говорил вам»** (Иоанн 14:26).

### *Как разрушается ложь*

Всегда нужно хорошо помнить, что такое есть ложь. Ложь — это сам лукавый с его тысячелетним опытом обмана миллиардов людей, **«лжец и отец лжи»** (Иоанн 8:44). Ни один мудрец мира, ни один самый одарённый человек земли не избежал ошибок в своих представлениях и взглядах, если всегда не опирался в них на Господа.

Только Бог прекрасно видит и легко может разрушать всю ложь лукавого, а также те люди, которые обращаются к Нему с просьбой о помощи в том. Святой Апостол, евангелист Иоанн Богослов так говорит об этом: **«Для сего-то и явился Сын Божий, чтобы разрушить дела дьявола»** (1 Ин 3:8). Стало быть, за много тысяч лет до Его прихода никто из людей

так и не смог этого сделать. Не можем и мы сейчас. Всё что мы можем делать без Бога, так это менять одно своё заблуждение на другое.

Господь всегда уважает и соблюдает свободу нашего выбора, Им же нам и данную. Это касается и свободы наших верований, взглядов, убеждений. Он не приходит в нашу жизнь без приглашения, а лишь организует её, подводя нас к правильному пути. Но если нам нравится верить во что-то даже не очень хорошее или откровенно греховное, — то Он попускает и это.

Однако, если мы начинаем просить Господа помочь нам разрушить всю ложь лукавого, накопившуюся в нашей жизни, то Отец с радостью придёт нам на помощь. Подобные просьбы всегда приятны Ему — ведь речь идёт о спасении душ Его любимых детей.

Поэтому не стесняйтесь просить Господа открывать всю ложь вашей жизни, разрушать все ваши ложные представления, в которые вы верите. Просите Его также не дать вам сбиться с правильного пути к Нему. И дальше можете быть уверены, — после таких просьб к Нему и при вашем искреннем желании находить эту ложь в себе, у лукавого не будет со временем ни одного шанса.

Не стесняйтесь также ставить под сомнение все теории, в которые вы верите, если у вас есть хоть тень сомнения в чём-то.

Лучше всё перепроверить у Самого Господа, чем по ошибке сохранить ложь в духовных вопросах — цена этой ошибки может быть очень велика. Будь всё не так серьёзно, мы бы не имели сегодня того невероятного количества различных духовных направлений в человечестве. И даже само христианство, при всей простоте Учения Господа, уже давным-давно не имеет былого единства. Если учесть, что у Бога даже двух Истин не бывает, то нетрудно догадаться, кто был закулисным автором этого разделения.

### *Рай и ад*

Человек после смерти получает ту жизнь у Господа, к которой он осознанно либо неосознанно склонялся в этой.

Если устремлением человека был Бог и Его Царство, если потратил он огромные усилия на то, чтобы обрести с помощью Божией внутреннюю чистоту, любовь и другие истинные добродетели, то после смерти он попадает в мир с такими же чистыми и светлыми душами. Там каждый думает о том, как благоугодить другому, и там нет других чувств, кроме любви и радости. И это есть рай.

Если же человек в этой жизни следовал за голосами страстей, если в погоне

за мирским богатством, славой и удовольствиями, он растерял все свои духовные богатства, если Заповеди Господа были для него лишь странной и бесполезной информацией — то и он заслуженно попадает в мир своих устремлений с аналогичными соседями. Мир лжи, эгоизма и злобы. Только вот в отсутствии физического мира и тела все бывшие «ценности» человека, которыми он дорожил, перестают иметь смысл. А других ценностей, в бытность его в этом мире он не приобрёл. К тому же существование другого мира, — мира Бога, любви, радости перестают тогда для него быть просто теорией и становится реальным фактом. И осознание всего этого, и своего положения и есть ад.

И закончим словами Самого Господа на эту тему:

***«Некто сказал Ему: Господи! Неужели мало спасающихся?»***

***Он же сказал им: подвизайтесь войти сквозь тесные врата, ибо, сказываю вам, многие поищут войти, и не возмогут.***

***Когда хозяин дома встанет и затворит двери, тогда вы, стоя вне, станете стучать в двери и говорить: Господи! Господи! отвори нам; но Он***

**скажет вам в ответ: не знаю вас, откуда вы.**

**Тогда станете говорить: мы ели и пили пред Тобою, и на улицах наших учил Ты.**

**Но Он скажет: говорю вам: не знаю вас, откуда вы; отойдите от Меня все делатели неправды.**

**Там будет плач и скрежет зубов, когда увидите Авраама, Исаака и Иакова и всех пророков в Царствии Божием, а себя изгоняемыми вон» (Лк.13:23).**



## Эпилог

Сегодняшнее человечество очень сильно отпало от Бога. Оно почти утратило истинный смысл этой жизни, разменяв его на тысячи мелких однодневных смыслов, которыми эго «заботливо» укутывает его. И это падение набирает скорость. Всё это напоминает большой красивый поезд, из окон которого несётся шумная музыка, слышны пьяные голоса, и который на полном ходу несётся к пропасти. А вдоль дороги буквально на каждом метре стоят знаки, предупреждающие о смертельной опасности. Но люди в поезде с упорством отворачиваются от них и поскорее задёргивают шторы.

Знаете, какая самая издаваемая, но редко читаемая книга в мире? Библия. Господь разложил её по прикроватным тумбочкам в половине отелей мира. Но её почти никто не читает. Мы проверяли много раз, после открытия книги в ней всегда остаётся след. Так слово Божие стало гостиничной мебелью.

Каждый день Господь ставит нам уроки с тем, чтобы мы упёрлись в свой эгоизм, в свои страсти, в свои грехи. Каждый день Он подводит нас к тому, чтобы мы задумались над истинным смыслом жизни. Он терпелив и не теряет надежды. Ни у кого не будет

оправдания после смерти. Ни один человек не сможет упрекнуть Господа в том, что он был оставлен Им. Не тешьте себя детскими отговорками, что вам что-то забыли объяснить, — Бог каждому даёт в этой жизни тысячи уроков с тем, чтобы вернуться к Нему. А вот наше упорное нежелание видеть эти уроки, оправданием не является.

Сегодня трудные времена. Слово Бог всё чаще произносится со стеснением, религиозные книги часто читаются украдкой, а дети в школах нередко вспоминают Его имя лишь после десятка героев любимых мультсериалов. Но так было не всегда. Русская душа и язык просто напитаны Богом. Вдумайтесь хотя бы в смысл тех слов, которые мы сотнями бездумно повторяем каждый день. **Спасибо** — это пожелание каждому, чтобы его спас Бог, а **богатый** — это далеко не тот, у кого много денег. Подумайте о том, что мы говорим каждый день, в истинном смысле сказанного.

Да, лукавый славно потрудился за последнюю сотню лет. Но и это время тоже давно описано и предсказано в той самой Книге из тумбочки. Однако, ничего не поздно, пока занавес не опущен. Господь также быстро, и даже быстрее, чем раньше, идёт сейчас навстречу тому, кто делает к Нему хотя бы первый шаг. Было бы искреннее желание хоть что-то в себе изменить...

## **Речения Святых и Праведников о пути борьбы со страстями (эго)**

Изложенные ниже речения Святых и Праведников не нуждаются в комментариях, как не нуждается в комментариях Истина. Души, очистившиеся от страстей, безошибочно общаются с нами с помощью сердца.

Все эти высказывания собраны по темам книги, которых мы коснулись ранее. Причём мы постарались сохранить приблизительно ту же последовательность изложения. Надеемся, что данные речения помогут вам укрепиться в правильности работы в данном направлении, а также открыть для себя новые грани этого нелёгкого, но единственно важного Пути.

### *Виды страстей (эго)*

***В духовной борьбе необходимо определить «координаты» слабых мест нашего характера — наши недостатки —***

*и после этого стараться наносить удары в эти места. Как на войне: совершая разведку какого-то района, мы отмечаем на карте места, в которых находится враг или плацдармы, с которых он может пойти на нас в наступление. И потом мы следим за этими местами с особым вниманием. Ведь зная, в каких конкретно местах находится враг, можно двигаться с уверенностью. Военные разворачивают карту и говорят: «Враг находится здесь и здесь. Значит, нам нужно успеть захватить вот эту и вот эту высоту. Сюда нужно послать подкрепление, а здесь необходимы такие-то и такие-то виды оружия». То есть, зная, где находится враг, можно построить какой-то план. Однако, для того чтобы это узнать, нужно беспокоиться и исследовать [район боевых действий]. Спать тут нельзя (Паисий Святогорец «Слова». Том 3. Часть 3. Глава 3).*

### *Древо страстей (эго)*

*Таким образом и душу и примешавшийся к ней грех уподобляем большому дереву, у которого много ветвей, а корни в земных глубинах. Так*

*и вошедший в душу грех, овладев ею до глубочайших тайников, обратился в привычку и предубеждение* (Прп. Макарий Египетский «Духовные беседы»).

*Смело одну за другой побеждай свои страсти, начиная с самой главной. Полезно вначале особо не рассуждать, а брать и истреблять самые грубые, наиболее заметные. И когда начнут засыхать толстые корни главных страстей, то вместе с ними станут засыхать и более тонкие корешки. Следовательно, искореняя большую страсть, вместе с ней ты искореняешь и другие, поменьше* (Паисий Святогорец, «Слова». Том 5. Часть 1. Глава 1).

*Очищение себя не происходит автоматически, без труда, нажатием кнопки. Страсти отсекаются не сразу, как ствол дерева не перепиливается одним движением. Пилой работают долго, пока не пропилят весь ствол насквозь* (Паисий Святогорец, «Слова». Том 5. Часть 1. Глава 1).

*Как гордость есть источник всякого нечестия, так смирение начало всякого благочестия* (Свт. Иоанн Златоуст «Три святителя». Алфавит духовный).

**Гордость — это, так сказать, генеральный штаб всех страстей. Поражая гордость, ты поражаешь все страсти** (Паисий Святогорец, «Слова». Том 5. Часть 2. Глава 1).

**Гордость, эгоизм, тщеславие — это одна и та же страсть, только в разных её оттенках и проявлениях. Сатанинская степень гордости называется гордыня** (Паисий Святогорец, «Слова». Том 5. Часть 2. Глава 2).

**Корень и источник всякого зла, от которого они происходят, — чрезмерное самолюбие. Преданный этой страсти не наблюдает даже и за своими делами** (Свт. Иоанн Златоуст «Три святителя». Алфавит духовный).

**Эгоизм — непослушный сын гордости. Эгоист всегда стоит на своём. У эгоиста есть упорство, упрямство, а у гордого может не быть ни того, ни другого** (Паисий Святогорец, «Слова». Том 5. Часть 2. Глава 2).

**Себялюбие — это исполнение прихотей своего ветхого человека, то есть любовь к своему ветхому человеку. И объедение, и эгоизм, и упрямство,**

***и зависть своим происхождением обязаны себялюбию*** (Паисий Святогорец, «Слова». Том 5. Часть 1. Глава 1).

***Греховное состояние, идущее от другого как раздражение — если мы сдерживаем своё раздражение, — обращается нам на пользу, как устрояющее наше и другого духовное благо. Этим же мы останавливаем и чужое раздражение*** (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).

***Осуждение и злословие — самые страшные грехи, они сильнее, чем любой другой грех, удаляют Благодать Божию*** (Паисий Святогорец, «Слова». Том 5. Часть 3. Глава 1).

***Беспечность и многопопечительность — два крыла, на которых летит удаляющееся от Бога человечество*** (Архиепископ Иоанн (Шаховской) «Мгновения святой тишины»).

***Если ты возлюбишь Бога, то твой ум постоянно будет занят размышлениями о том, как Ему угодить, а не о том, как нравиться людям. Это тебе поможет освободиться от тяжёлых оков человекоугодия*** (Паисий

Святогорец, «Слова». Том 5. Часть 2. Глава 2).

***Потому мы и сказали, что добродетели суть средина: так, мужество находится посреди страха и наглости; смиренномудрие — посреди гордости и человекоугодия; также и благоговение — посреди стыда и бесстыдства. Вот это царский путь, коим шествовали все святые*** (Прп. авва Дорофей, «Душеполезные поучения»).

***...для Божественной Благодати нет более сильного изолирующего материала, чем самооправдание. Оправдывая себя, ты словно строишь стену, отделяющую тебя от Бога, и таким образом прерываешь с Ним всякую связь.*** (Паисий Святогорец, «Слова». Том 3. Часть 1. Глава 2).

### **Умаление страстей (эго)**

***Ведь что преклоняет к нам Бога? Труд, который мы полагаем, чтобы победить ветхого человека*** (Паисий Святогорец, «Слова». Том 5. Часть 1. Глава 1).

***Ибо невозможно нам соделаться способными к принятию Божественной благодати, не изгнав из себя порочных страстей, какие овладели нашими душами (Свт. Василий Великий I, 333).***

***Вот если человек все стремления свои, все силы души своей направит на то, чтобы очистить сердце своё, чтобы стать во всём угодным Богу, тогда будут накапливаться всё больше и больше эти великие сокровища духовного добра в сердце его (Свт. Лука архиепископ Крымский «Проповеди»).***

***...человек должен потрудиться, чтобы избавиться от недостатков и развить то хорошее, что в нём есть, чтобы стать образом Божии (Паисий Святогорец, «Слова». Том 5. Часть 1. Глава 1).***

***Момент исторжения греховных сорняков из нашего сердца и очищение его даёт нам ощущение подлинного блага, даёт нам радость жизни. Это благо есть момент нашего духовного роста. Человек, создан для счастья, и только каждодневными победами над собой может он достигать радости и такого состояния, которое несёт***

*всем и всему свет* (Архиепископ Сергий (Королёв) «Хождение во свете»).

*Итак, признаком нашего преуспевания будем полагать то, что день ото дня видим мы страсть умаляющейся в душе нашей и таким образом всё более приближаемся мы к Богу и удастаиваемся, сами того не сознавая, неисчислимых даров его* (Прп. Исаак Сирий «Слова подвижнические»).

*Если же говоришь: «Видимым образом я не блудник, не прелюбодей, не сребролюбец; следовательно, праведен», — то обольщаешься в этом, думая, что всё уже совершил. Не три только части греха, от которых человеку нужно оградить себя, но их тысячи. Откуда кичливость, небоязненность, неверие, ненависть, зависть, коварство, лицемерие? Не должен ли ты вести с ними брань и борьбу втайне и в помыслах?* (Прп. Макарий Египетский «Духовные беседы»)

*Бойся привычек более, чем врагов. Питающий в себе привычку — то же, что человек, дающий пищу огню. Если привычка потребует чего однажды, и требование её не будет исполнено,*

*то в другой раз ты найдёшь её слабою. А если однажды исполнишь её волю, то во второй раз найдёшь её нападающею на тебя с гораздо большею силою* (Прп. Исаак Сирий «Слова подвижнические»).

*Дьявол нападает на заставу, что послабее, другие — хорошо защищённые — он не трогает. «Если мне удастся захватить эту заставу, — говорит он, — то потом одну за одной захвачу и другие». Поэтому слабое место нужно хорошо укреплять* (Паисий Святогорец, «Слова». Том 5. Часть 1. Глава 1).

### *Помощь от нашего окружения*

*Ближайшей средой и полем для борьбы с грехом является прежде всего семья и все те, кто вокруг нас и нашей семьи. Мы смотрим на среду, на обстановку, в которой живём, как на нечто случайное, и даже на свою семью не смотрим, как на путь, данный нам Богом для спасения. Жизнь в семье кажется нам какой-то случайностью, и самое главное в семье ускользает от нашего внимания. Семья, по слову апостола, — малая церковь. Она может*

**особенно помочь человеку в достижении главной цели жизни. В семье ищут счастья** (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).

**Когда в общении с людьми возникают затруднения, когда лукавый производит бурю в нашем сердце и там водворяется темнота, надо обращаться за помощью к Богу, призывая имя его мысленно. Это есть момент духовный** (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).

## **Самооправдание**

**О, беседовать с человеком, который привык оправдываться, — это страшное дело! Это всё равно что разговаривать с бесноватым. Да простит меня Бог, но те, кто себя оправдывают, имеют «старцем» самого дьявола** (Паисий Святгорец, «Слова». Том 3. Часть 1. Глава 2).

**Осуждение другого после вопроса случается с тобою за то, что ещё не умерло в тебе самооправдание: осуждай себя и перестанешь осуждать других** (Прп. Варсонофий Великий, «Руководство к духовной жизни»).

**Грех, в нас живущий, затемняет нас и заставляет оправдываться пред нами самими же. Самооправдание подставляет нам лукавый. Пока не пробудится совесть, чуткая не только к отдельным грехам, в нас редко сознание нашей греховности. Наши оправдания наших греховных действий — враг нашего спасения. Только осознание опасности греха вызывает волю к борьбе против греха** (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хожение во свете»).

**Подлинно, когда оправдание соединится с волею, то это есть совершенная смерть, великая опасность... Ибо кто заставит такового верить, что другой человек более его знает, что ему полезно?** (Прп. авва Дорофей, «Душеполезные поучения»)

**Человек, который оправдывает себя, когда другие ему делают замечания, убивает смирение. А человек, который признаётся в своих ошибках, смиряется, и его осеняет Благодать Божия** (Паисий Святогорец, «Слова». Том 5. Часть 2. Глава 4).

**Исповедь с самооправданием — мерзость перед Богом! Где сокрушение о гре-**

**хах, где самоуничтожение? Вместо них — осуждение! К прежним грехам приложили новый грех...** (Схиигумен Савва «Полное собрание проповедей и поучений»).

### **О действии Духа Святого в человеке**

**Истинная же цель жизни христианской состоит в стяжании Духа Святого Божьего** (Прп. Серафим Саровский «Беседа о цели христианской жизни»).

**У нас внутри есть духовное око, которым мы в миллион раз больше видим, чем телесным зрением. Развитие внутреннего зрения есть лишь медленный процесс, как и процесс преображения внешнего человека во внутреннего. Важнейшее условие приобретения внутреннего зрения есть нищета духа и смирение. Трудись над тем, чтобы смирить свои помыслы, и тогда Бог откроет очи сердца твоего** (Схиигумен Савва «Полное собрание проповедей и поучений»).

**Обыкновенно действия Духа Святого не проявляются в нас, так как мы скованы грехом. Поскольку человек освобождается от греха, постольку Дух**

**Святой начинает действовать в нём** (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).

**...человек первое и единственное духовное существо, и были люди, являвшие очень высокие степени духовности, почти достигшие при жизни освобождения духа от тела. Эти люди—ангелы поднимались в воздух во время молитвы, являли величайшую власть духа над телом (столпники, постники), они были переходной ступенью от духа, связанного с душой и телом (человек), к духу бесплотному (ангел)** (Свт. Лука архиепископ Крымский «Дух, душа, тело»).

### **Умаление гордости**

**Сломать гордость тебе помогает твой брат, если ты даёшь ему право делать тебе замечания и разрешаешь сказать несколько слов наставления** (Паисий Святогорец, «Слова». Том 5. Часть 2. Глава 4).

**Кто объявляет другим болезнь свою, тот близок к излечению и легко найдёт оное** (Прп. Исаак Сирин «Слова подвижнические»).

***Человек с трудом видит собственное высокоумие, поэтому он должен относиться к другим людям как к врачам и принимать от них все лекарства*** (Паисий Святогорец, «Слова». Том 5. Часть 2. Глава 4).

### ***Построение духовной работы***

***По прошествии дня и по приведении к концу всякого дела, телесного и духовного, прежде упокоение, совесть каждого должна быть подвергнута испытанию собственного его сердца*** (Свт. Василий Великий V, 69).

***Самоукорение для страсти то же, что вода для огня: водой заливаются огонь, самоукорением — страсти. Самоукорение развивает тонкость различения нравственного: доброго от скверного и дурного, так что у кого нет самоукорения, у того притуплено познание доброго*** (Схиигумен Савва «Алфавит духовный»).

***...необходимо ежедневно противодействовать веществу многих и обильных помыслов зла, принуждая ум всегда***

*устремляться в любовном влечении к Господу, а от Господа взамен получать ощущение благодати* (Прп. Макарий Египетский «Духовные беседы», Великое послание IX.3).

*Не столько требуют тщания и трудов большие грехи, сколько, напротив, малые и незначительные. Ибо отвращаться от больших заставляет само свойство греха, а малые, потому что малы, располагают нас к лености и не попускают мужественно восстать на истребление их. Потому они скоро делаются великими, если мы не бодрствуем* (Свт. Иоанн Златоуст «Три святителя» Алфавит духовный).

*Вспоминая, как ты вёл себя в прошедший день, ты найдёшь себе и доброе, и худое. Доброе всё приписывай Богу, а худое себе. И снова принимай решительные намерения противиться греху, особенно твоему любимому греху. Твёрдо помни, что достойное в тебе похвалы не твоё, а Божие, и Бог дал тебе расположение, способность, силы, желание и случай приобрести нечто достойное похвалы и, следовательно, не тебе принадлежит слава за это, а Богу* (Схиигумен Савва «Алфавит духовный»).

***...надо заботиться о чистоте сердца: надо изо дня в день смотреть, нет ли в нём какой грязи, надо строго следить, чем и когда осквернено и загрязнено оно, надо эту скверну, эту грязь немедленно смывать*** (Свт. Лука архиепископ Крымский «Проповеди»).

***Но муж, не испытанный искушениями, неискусен. Брани делают человека искусным. Делание инока состоит в том, чтобы терпеть брани и противиться им с мужеством сердца. Но как ты не знаешь хитростей врага, то он и приносит тебе помыслы боязни и расслабляет твоё сердце. Ты должен знать, что Бог не попустит на тебя брани и искушения выше силы твоей*** (Прп. Варсонофий Великий, «Руководство к духовной жизни»).

***Состояние борьбы есть признак духовного роста, и ни на минуту не должен прекращаться духовный процесс. Каждое мгновение человек избирает благое или злое. И это избрание путей добра или зла и есть содержание нашей внутренней борьбы*** (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).

## **Интуиция**

**(помыслы от Бога, глас Божий)**

**У души есть свой, более глубокий разум, интуиция, внутреннее восприятие истины** (Митрополит Вениамин (Федченков), «О вере, неверии и сомнении»).

**Духа Святого можно получить внимательным слушанием гласа Божия. Глас Божий, говорящий ясно, внятно и вразумительно, можно слышать везде и во всём, только для этого необходимо иметь уши и слышать. Бог, как чадолюбивый Отец твой, от самого рождения твоего и поныне каждодневно говорит тебе, призывает тебя к Себе, предостерегает, наставляет, учит и вразумляет** (Схиигумен Савва «Полное собрание проповедей и поучений»).

**Верою своей, высшим интуитивным постижением человек начинает видеть, ощущать Бога; человек способен слышать, внутренним своим слухом, Божественную правду и любовь** (Архиепископ Иоанн (Шаховской) «Мгновения святой тишины»).

**Впрочем, помазание, которое вы получили от Него, в вас пребывает, и вы**

*не имеете нужды, чтобы кто учил вас; но как самое сие помазание учит вас всему, и оно истинно и неложно, то, чему оно научило вас, в том пребывайте* (1Ин 2:27) (Святой Апостол, евангелист Иоанн Богослов)

*Не только о способности сердца воспринимать воздействия Духа Божьего говорит Писание, но представляет его органом, который совершенствуется и исправляется Бог, как центр нашей духовной жизни и Богопознания* (Свт. Лука архиепископ Крымский «Дух, душа, тело»).

*Молвит душа и в молитве находится, когда молитву творит, а при нашествии Духа Святого надлежит быть в полном безмолвии, слышать явственно и вразумительно все глаголы жизни вечной, которые Он тогда возвестить соизволит* (Прп. Серафим Саровский «Беседа о цели христианской жизни»).

*Ибо всякий должен знать, что есть очи, которые внутреннее сих очей, и есть слух, который внутреннее сего слуха. И как эти очи чувственно видят и распознают лицо друга или любимого:*

*так очи души достойной и верной, просвещённые Божественным светом, духовно видят и распознают истинного друга — Господа, когда душа озарена Святым Духом* (Прп. Макарий Египетский «Духовные беседы»).

*Когда внушает тебе помысл сделать что-либо по воле Божией и ты находишь в ней радость, то знай, что сей помысл от Бога... Итак, ежели тогда, как ты что-либо слышишь, мыслишь или видишь, хотя мало смутится сердце твоё, то это демоническое* (Прп. Варсонофий Великий, «Руководство к духовной жизни»).

*Ибо когда совесть наша говорит нам сделать что-либо, а мы пренебрегаем сим, и когда она снова говорит, а мы не делаем, но продолжаем попирать её, и она не может уже явственно говорить нам от тяготы, лежащей на ней, но, как светильник, сияющий за занавесью, начинает показывать нам вещи темнее* (Прп. авва Дорофей «Душеполезные поучения»).

*Божественный свет, который мы в себе открываем, делает нас зрячими, а когда у нас открыто зрение, то мы*

*не будем всю силу нашей души влагать в незначащие вещи* (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).

*Чем больше человек преуспевает в духовной жизни, тем шире раскрываются очи его души. Ум очищается, человек начинает лучше распознавать собственные недостатки и видеть многие благодеяния Божий, смиряется, внутренне сокрушается — и приходит естественным образом Благодать Божия, Божественное просвещение...*(Паисий Святогорец, «Слова». Том 5. Часть 4. Глава 5).

*Господь вложил в человека особую способность как бы прикровенно слышать Свой голос через голос нашей совести, этот голос очень нужен, и способность его слышать легко потерять* (Схиигумен Савва «Полное собрание проповедей и поучений»).

*И вот по чему узнаём, что мы от истины, и успокаиваем пред Ним сердца наши; ибо если сердце наше осуждает нас, то кольми паче Бог, потому что Бог больше сердца нашего и знает всё* (1Ин 3:19) (Святой Апостол, евангелист Иоанн Богослов).

## Внимание к мыслям

*Внимай себе тщательно; подвизайся против помыслов, чтобы не впасть в нерадение и тщеславие, не делать ничего по своей воле и не принимать возникающих в себе помыслов самооправдания, — в противном случае ты подвергнешься сильному падению. Знай же достоверно, что куда бы ты ни пошёл, хотя бы прошёл всю землю из конца в конец, нигде не получишь такой пользы, как на сём месте (Прп. Варсонофий Великий, «Руководство к духовной жизни»).*

*Многие появляющиеся у нас мысли, иногда неожиданные, бывают от Бога, Ангелов святых или от наших невидимых врагов — слуг сатаны. Поэтому святые Отцы предлагают разобратсья, откуда идут мысли — от Ангела или от лукавого.*

*Помыслы от демонов бывают исполнены смущения и печали.*

*Помысл от Бога приходит с тихостью и радостью.*

*Добрый Ангел тих, скромн, кроток, мирен. Он внушает чистоту, справедливость, целомудрие, ласковость, снисходительность, любовь и благочестие.*

**Злой ангел злобен, гневлив, безрас-  
суден** (Схиигумен Савва «Полное собрание  
проповедей и поучений»).

**Надо следить за собой, контроли-  
ровать себя, когда враг приносит тебе  
плохие, злые помыслы, надо стараться  
изгонять их и заменять на помыслы  
хорошие, добрые. Подвизаясь подоб-  
ным образом, ты возделываешь своё  
[внутреннее] расположение и делаешь  
его добрым.**

**Однако это дело не одного—двух  
дней. Необходимы время и непрестан-  
ная борьба для того, чтобы душа увен-  
чалась победным венцом** (Паисий Святого-  
рец, «Слова». Том 3. Часть 1. Глава 4).

### **Рассеянные помыслы**

**Надо знать, что мы не можем пре-  
успевать ни в соблюдении всякой дру-  
гой заповеди, ни в самой любви к Богу  
и ближнему, блуждая мыслями туда  
и сюда** (Свт. Василий Великий «Три свя-  
тителя», Алфавит духовный).

**Не позволяй уму кружиться. Ведь,  
даже если твой ум постоянно нахо-  
дится в области не прямо греховных**

*предметов, но вращается среди вещей нейтральных, эти нейтральные вещи, развлекая ум, тоже «нейтрализуют» его, и он расточает себя понапрасну. А кроме того, помыслы, которые рождаются от рассеянности, коварнее, чем помыслы откровенно злые. Ведь первые помыслы мы не замечаем и поэтому не выбрасываем их из себя (Паисий Святгорец «Слова». Том 3. Часть 1. Глава 4).*

## *Смирение*

*Смирение и без подвигов многие прегрешения делает простительными; без смирения же и подвиги бесполезны, даже уготовляют нам много худого... Если приобретаем его, то оно сделает нас сынами Божиими (Прп. Исаак Сирий «Слова подвижнические»).*

*Когда святой Антоний увидел распростёртыми все сети диавола и, вздохнув, спросил Бога: «кто же избегнет их?», то отвечал ему Бог: «смирение избегает их», а что ещё более удивительно, присовокупил: «они даже и не прикасаются ему». Видишь ли благодать сей добродетели? Поистине нет ничего крепче смиренномудрия, ничто*

*не побеждает его* (Прп. авва Дорофей, «Душеполезные поучения»).

*Смиренный источает все ароматы духовного благоухания: простоту, кротость, любовь без границ, доброту, незлобие, жертвенность, послушание и т.д. У него есть нищета духа, поэтому он и владеет всем духовным богатством* (Паисий Святогорец «Слова». Том 5. Раздел 2. Часть 1. Глава 1).

*Смиренный не уловляется никакой страстью, его не могут возмутить ни гнев, ни любовь к славе, ни зависть, ни ревность. А что может быть выше души, чуждой этих страстей?* (Свт. Иоанн Златоуст «Три святителя» Алфавит духовный).

### *О вере в Бога.*

*Веровать в Бога — это значит во всём и всегда признавать силу, власть и мудрость Верховного Хозяина жизни, проводящего нас через мир, как через больницу и школу, для исцеления, научения, умудрения и спасения нашей бессмертной души* (Архиепископ Иоанн (Шаховской) «Мгновения святой тишины»).

***Вера должна быть сердечная, искренняя, нелицемерная, несомненная, живая и деятельная. Если ты так веруешь, воспитал в себе такую веру, то непременно будешь обнаруживать её делами — будешь стараться исполнять волю Божию, стремиться ко всему доброму: в мыслях, словах и делах (Схиигумен Савва «Полное собрание проповедей и поучений»).***

***Надо иметь простое и кроткое сердце, чтобы твоя вера была непоколебимой. Надо без сомнения верить в то, что для Бога нет ничего невозможного... Только истинно верующий человек живёт настоящей жизнью и подлинно есть человек Божий (Паисий Святогорец, «Алфавит духовный старца Паисия Святогорца»).***

### ***Чудо Божье в нашей жизни***

***Для тех, у кого сердце готово, в чуде нет ничего странного, а чудо есть действие Бога в силе Своего могущества. Для сердца неготового чуда не воспринимаются, и люди для понимания их подыскивают различные объяснения (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).***

*Если человек совершает свой жизненный путь с верой, без колебаний и ищет помощи у Бога, то постепенно с ним начинают происходить чудесные события — сначала мелкие, затем более важные, — и вера его углубляется (Паисий Святогорец, «Алфавит духовный старца Паисия Святогорца»).*

*А кроме видимого, материального мира есть несравненно более важный духовный мир, в котором действуют неведомые нам великие законы, несомненно совершенно иные, чем законы материального мира. Эти законы господствуют над законами материальной природы (Свт. Лука, архиепископ Крымский «Проповеди»).*

*Чудо есть не нарушение, а наоборот действие высших и вечных законов бытия в нашем преходящем мире (Архиепископ Иоанн (Шаховской) «Мгновения святой тишины»).*

**О молитвах  
и прошениях к Господу**

*Молитва есть беседа с Богом.  
Где молитва и благодарение, туда  
приходит благодать Святого Духа,*

*оттуда прогоняются демоны и все вражеские силы отступают и обращаются в бегство* (Свт. Иоанн Златоуст, «Три святителя», Духовный алфавит).

*...всяким хранением блуди твоё сердце и проси у Бога благоразумия, чтобы Он дал тебе познать ловушки и ухищрения зла, дабы лукавый своими ухищрениями не приобрёл нас для себя* (Прп. Макарий Египетский «Духовные беседы»).

*Некоторые, хотя сами не прилагают никаких усилий к исправлению, говорят. «Христе мой, во мне есть такие-то страсти. Ты можешь меня от них избавить. Избавь меня от них!» Как тут Бог сможет помочь? Чтобы Бог помог, нужно, чтобы сам человек постарался. Есть некоторые вещи, которые должен сделать сам человек, чтобы потом Бог послал Свою помощь. Не бывает так, чтобы человек получил помощь, если он сам не желает себе помочь* (Паисий Святогорец «Слова». Том 5. Часть 1. Глава 1).

*Что такое молитва? Это — разговор с Богом. С Тем, Кто создал всякую высоту и значительность в мире. Казалось бы, какой трепет подлинной*

*радости должно было бы вызвать осознание возможности непосредственного обращения к единому, истинному Хозяину неба и земли... Но мало и очень глухо сознают люди эту близость Божию* (Архиепископ Иоанн (Шаховской) «Мгновения святой тишины»).

*...лучше же всегда пусть человек призывает Бога, чтобы Он Сам стал его Путеводителем, и Путём, и Умом, и Определением, и Истолкователем* (Прп. Макарий Египетский «Духовные беседы»).

*Обращённостью к Богу, этим творческим актом, человек призывает свет, и этот свет от Бога идёт в его сердце, то есть Сам Господь нисходит в сердце и своим присутствием всё там освещает и начинает там царить. Тогда тьма преодолевается, и это преодоление вводит нас в иную область бытия — новую радостную жизнь* (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).

## *Об осуждении*

*Как вода угашает огонь, так осуждение угашает благодать Божию* (Прп. Иоанн Лествичник «Лествица»).

***Почему, когда противоречим помыслам, не получаем силы их отвергать? Потому, что прежде вдаёмся в осуждение ближнего, и чрез то ослабевают наша сила духовная, и мы обвиняем брата своего, будучи сами виноваты*** (Прп. Варсонофий Великий, «Руководство к духовной жизни»).

***Если кто-то осуждает за что-нибудь другого, но не осознаёт своего падения и не кается, то обычно сам впадает в тот же грех. Так происходит, чтобы человек осознал своё падение. Бог по Своей любви попускает скопировать состояние того, кого он осудил*** (Паисий Святogорец, «Слова». Том 5. Часть 3. Глава 1).

***Осуждай дурное дело, а самого делающего не осуждай*** (Прп. Серафим Саровский «Духовные наставления»).

***Главное, чтобы очистились душевные очи... Достигнув хорошего духовного состояния, человек всё видит чисто, оправдывает все недостатки других, в хорошем смысле, потому что видит их духовным зрением, а не человеческим*** (Паисий Святogорец, «Слова». Том 5. Часть 3. Глава 1).

***Когда мы отвращаемся от человека или оскорбляем его, тогда на сердце нашем как бы камень ложится*** (Прп. Серафим Саровский «Духовные наставления»).

***...духовная жизнь начинается с познания себя и своих немощей, а не с суда над окружающими. Самые разрушительные грехи — это соблазн и осуждение. Вот и начни вниманием эти два греха изгонять из души и сердца*** (Архимандрит Иоанн (Крестьянкин) «Письма»).

***Обиды и соединённые с ними унижения происходят не от злобы обижающих, но от слабости обижаемых*** (Свт. Иоанн Златоуст «Три святителя» Алфавит духовный).

***Обличение, сказанное в грубой форме — это есть осуждение. В этом случае грешника не спасёшь и себя погубишь*** (Схиигумен Савва «Полное собрание проповедей и поучений»).

## ***Покаяние***

***Если говорим, что не имеем греха, — обманываем самих себя, и истины нет в нас.***

***Если исповедуем грехи наши, то Он, будучи верен и праведен, простит нам грехи наши и очистит нас от всякой неправды (1Ин 1:8) (Святой Апостол, евангелист Иоанн Богослов).***

***Покаяние есть дверь милости: сею дверью входим в Божью милость, и кроме этого входа не обретёшь милости (Прп. Исаак Сирийский «Слова подвижнические»).***

***Прежде чем начать каяться, мы должны всем всё простить! Простить без промедления, сейчас же! Простить по-настоящему, а не так: «Я тебя простил, только видеть тебя не могу и говорить с тобой не хочу!» Надо немедленно так всем и всё простить, как будто не было никаких обид, огорчений и неприязни! (Архимандрит Иоанн (Крестьянкин) «Проповеди»).***

***За обиду, какая бы ни нанесена была, не только не должно отмщать, но напротив того, должно ещё прощать от сердца, хотя бы оно и противилось сему (Прп. Серафим Саровский «Духовные наставления»).***

**Бог, желая, чтобы мы освободились от столь многих и великих грехов, предложил нам путь краткий, лёгкий и удобный. Какой, в самом деле труд — простить оскорбившему? (Свт. Иоанн Златоуст, «Три святителя», Духовный алфавит).**

**Покаяние ценится не по количеству времени, а по расположению души. Кто ненавидит грех, тот отвращается от него и быстро побеждает в себе страсти (Схиигумен Савва «Полное собрание проповедей и поучений»).**

**Нет греха непрощительного — кроме греха нераскаянного (Исаак Сирий «Слова подвижнические»).**

**Будущее — всегда около нас, оно связано с нашим покаянием и исправлением (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).**

**Бог, как благий и человеколюбивый, долготерпелив и ожидает покаяния от каждого из согрешающих, обращение кающегося почитая за небесный праздник (Прп. Макарий Египетский «Духовные беседы»).**

## Наши осуждения в прошлом

*В исследовании самих себя вам будет очень полезно время от времени рассматривать свою жизнь: шаг за шагом, начиная с детского возраста. Это необходимо для того, чтобы видеть, где вы находились раньше, где вы находитесь сейчас и где вы должны находиться (Паисий Святогорец. Том 3. Часть 3. Глава 3).*

*Когда вспоминаешь прежние грехи, или пристрастия, или слабости, то хотя и не услаждаешься ими, но и одно прикосновение прежней скверны портит душу и заражает её зловонием. Поэтому, когда возродится память о прежних грехах, то от неё нужно тут же отвращаться. Мы должны стараться возбуждать в себе сокрушение скорее размышлением о добродетелях, о Царстве Небесном, нежели вредным воспоминанием о своих грехах (Преподобный Иоанн Кассиан Римлянин «Два Царства»).*

*Чем больше проходит лет, тем более духовно зрелым должен становиться человек. А используя во благо опыт своего прошлого, мы идём вперёд*

**более уверенно и более смиренно** (Паисий Святогорец «Слова». Том 3. Часть 3. Глава 3).

## **ЛЮБОВЬ**

**Кто говорит, что он во свете, а ненавидит брата своего, тот ещё во тьме. Кто любит брата своего, тот пребывает во свете, и нет в нём соблазна** (1Ин 2:9) (Святой Апостол, евангелист Иоанн Богослов).

**Любовь только тогда есть любовь, когда она ко всем без исключения. Пока это любовь только к тем, кого «я» люблю, это не любовь, а эгоизм** (Схиигумен Савва «Полное собрание проповедей и поучений»).

**Любовь есть вершина всех совершенств, а чтобы взойти на вершину надо пройти все ступени... Стяжать любовь могут только те, которые стали бесстрастными, т.е. освободились от всех страстей... Только они, ставшие чистыми, могут стяжать любовь** (Свт. Лука архиепископ Крымский «Евангельское золото»).

*Те, у кого мирская любовь, спорят друг с другом, кому ухватить для себя побольше любви. Но те, у кого духовная, дорогая любовь, спорят друг с другом, кто отдаст другому больше любви. Они любят, не думая о том, любят их другие или не любят (Паисий Святогорец «Слова». Том 5. Раздел 2. Часть 2. Глава 2).*

*Но любовь к Богу на земле по заповеди Божией является только с любовью к людям. Сердце христианина может согреваться и гореть только двуединой любовью и к Богу и к людям одновременно. Если же наше сердце чѣрство и жестоко по отношению к брату — к человеку, то, омрачѣнное неприязнью, холодностью, жестокостью, оно становится равнодушным или лицемерным и к Богу. И рай, который мог быть так близко — в сердце нашем, уходит, тускнеет, и грех нелюбви рождает преслушание, самость и самолюбие (Архимандрит Иоанн (Крестьянкин) «Проповеди»).*

*Верх святости и совершенства состоит не в совершении чудес, а в чистоте любви (Преподобный Иоанн Кассиан Римлянин «Два Царства»).*

*Нетрудно, совсем нетрудно любить людей, любящих нас; нетрудно, нисколько нетрудно любить отца или мать, или жену, или детей своих. Но велика ли цена этой любви? О нет, она не имеет почти никакой цены, ибо близких своих, детей своих любим по инстинкту любви, который вложен в нас природой (Свт. Лука, архиепископ Крымский «Проповеди»).*

*Великая, ни с чем не сравнимая радость заключается в отыскании добра в себе и в других (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).*

*Но кто достигает совершенной любви, тот делается уже узником и пленником благодати. А кто приближается постепенно к совершенной мере любви, но не дошёл ещё до того, чтоб стать узником любви, тот находится ещё под страхом, ему угрожают брань и падение; и если не оградит он себя, то низлагает его сатана (Прп. Макарий Египетский «Духовные беседы»).*

## *Любовь Господа к нам*

*В том любовь, что не мы возлюбили Бога, но Он возлюбил нас и послал Сына Своего в умилоствление за грехи наши (1Ин 4:10) (Святой Апостол, евангелист Иоанн Богослов).*

*Любовь не может заключаться в себе самой, ибо основное свойство её — потребность изливаться на кого-нибудь или на что-нибудь, и эта потребность привела к созданию Богом мира (Свт. Лука архиепископ Крымский, «Дух душа и тело»).*

*Бог являет нам Своё человеколюбие не только в тех случаях, когда мы добро делаем, но и тогда, когда оскорбляем грехами и прогневаем Его. Как долготерпеливо сносит Он наши беззакония, и когда наказывает, как милосердно наказывает! (Прп. Серафим Саровский «Духовные наставления»)*

*Господь дал нам землю для радостного пребывания на ней, чтобы мы блаженствовали, чтобы мы как бы участвовали в славе Божьей (Архиепископ Сергей (Королёв) «Духовная жизнь в миру»).*

## **Божественный Свет**

**Бог есть свет** (1Ин 1:5) (Святой Апостол, евангелист Иоанн Богослов).

**Но все ли знаете, что кроме света солнечного есть ещё великий Свет, свет нематериальный, Свет духовный? Все ли тянетесь к этому Свету духовному? И Свет этот светит и будет вечно светить, сколько бы ни отворачивались от Него, каким бы ненужным ни казался миру этот Свет** (Свт. Лука архиепископ Крымский «Проповеди»).

**Божественный свет всё время льётся в мир. Только тьмою нашей души этот свет отстраняется от нас. Наша тьма не позволяет схватиться нам за этот свет. Только когда мы рассеиваем тьму, мы озаряемся светом** (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).

### **Путь к Господу по любви и страху**

**В любви нет страха, но совершенная любовь изгоняет страх, потому что в страхе есть мучение. Боящийся несовершенен в любви** (1Ин 4:18) (Святой Апостол, евангелист Иоанн Богослов).

*А если человек всё упование возлагает на свои дела, к Богу же обращается с молитвой лишь тогда, когда его постигают непредвиденные беды, и он, не видя в собственных силах средств к отвращению их, начинает надеяться на помощь Божию, то такая надежда суетна и ложна (Прп. Серафим Саровский «Духовные наставления»).*

*Страх за тело бывает в людях столько силён, что вследствие оногo нередко остаются они неспособными совершить что-либо достославное и досточестное. И когда на страх за тело притупится страх за душу, тогда страх телесный изнемогает пред страхом душевным, как воск от силы пожигающего огня (Прп. Исаак Сирий «Слова подвижнические»).*

*Страх Божий — это такой страх, которым сын страшится нежнейшего отца, или брат брата, или друг друга, или супруг супруги; здесь мы боимся не наказания или укоризны, а малейшего оскорбления любви (Преподобный Иоанн Кассиан Римлянин «Два Царства»).*

*Кто исполняет волю Божию по страху мук, тот, ещё новоначальный: ибо*

*он не делает добра для самого добра, но по страху наказания. Другой же исполняет волю Божию из любви к Богу, любя Его, собственно для того, чтобы благоугодить Ему. Сей знает, в чём состоит существенное добро; он познал, что значит: быть с Богом. Сей-то имеет истинную любовь, которую святой называет совершенной (Прп. авва Дорофей, «Душеполезные поучения»).*

*Бог насильно никого к Себе не привлекает, страхом и трепетом не заставляет повиноваться Ему. Помните, что только чистая свободная любовь к Богу угодна Ему (Свт. Лука архиепископ Крымский «Евангельское золото»).*

*Духовная гордость,  
тщеславие (духовное эго)*

*Представим, что ты ревностно подвизаешься, и помысел тебе говорит, что ты делаешь нечто великое, что ты добродетельный человек. Если так, тогда в тебе есть гордость, но ты её скрываешь. Скрытая гордость очень коварна и потому с трудом поддаётся исцелению. Скрытой гордостью страдают, в основном, люди духовной*

*жизни. Внешне они могут казаться смиренными и благочестивыми, а в душе скрывать такую гордость, что будь здоров!* (Паисий Святгорец, «Слова». Том 5. Часть 2. Глава 2).

*...тщеславие прививается к добродетелям и не отстаёт от них, пока не отнимет от них всего значения. Тщеславный монах — бесплатный работник: труд несёт, а награды не получит* (Прп. Нил Синайский «Добротолюбие»).

*Тщеславие есть страсть лютая и многоглавая! Иные, увлекаясь ею, ищут богатство, другие власти, — и это бывает ещё на низшей степени её владычества. Распростирая власть свою далее, она обращает в пищу себе и сами добродетели, как то: милостыню, пост, молитвы и дар учения. И сколько ещё других глав у этого зверя!* (Свт. Иоанн Златоуст, «Три святителя», Духовный алфавит).

*...бывает, что, тогда как остаёмся мы непобеждёнными нападением противника, бываем побеждаемы высотой нашего над ним торжества* (Свт. Иоанн Кассиан Римлянин «Добротолюбие»).

**Страшная беда, когда человек прельщается собой, гордится своими способностями, дарованиями и природными качествами... Симптомы тщеславия: жажда похвал; нетерпение обличений, вразумлений и упрёков; мнительность, подозрительность, злопамятство; осуждение других, трудности просить прощения, искание лёгких путей; постоянная игра, как на сцене, в присутствии посторонних, с целью показать себя с благочестивой стороны, тщательно скрывая свои страсти и пороки (Схиигумен Савва «Полное собрание проповедей и поучений»).**

## **Читая Евангелие**

**И звучат слова Евангелия: «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). Простите всем всё, и прощены будете. Простите, и спасены будете, и наследуете рай.**

**А сейчас же за этими словами Господа о прощении звучат и другие слова:**

**«Не судите, да не судимы будете»  
(Мф.7,1).**

**И в этих словах Господь указывает кротчайший и вернейший путь ко спасению, открывающий перед нами врата Царствия Небесного. Господь указывает на то, без чего всё наши подвиги и усилия в жизни вообще будут тщетны. И этот путь один — путь любви к людям, начинающийся с неосуждения (Архимандрит Иоанн (Крестьянкин) «Проповеди»).**

**Святое Евангелие приводит ко Христу всех читающих его с детской чистотой сердца. Итак, безответны те, у которых сердца нечисты, исполнены пристрастием к земным благам, и потому они и знать не хотят Евангелия Христова. А это духовная смерть (Свт. Лука, архиепископ Крымский «Проповеди»).**

**Как поношение ближних обращается в первую очередь на самих поносителей, так и добро, сделанное ближним доставляет, прежде всего радость самим делающим. Делающий добро и зло непременно сам первый испытает и то и другое. Так вот для этого Бог и попустил злым быть среди добрых,**

*чтобы добрые ещё больше просияли. Видишь, какая польза? Впрочем, польза, собственно, не от злых, а от мужества добрых* (Свт. Иоанн Златоуст, «Три святителя», Духовный алфавит).

*Много всего вверено человеку Богом, и каждому дан свой талант. У Бога нет обездоленных. Но сами по себе все эти блага, богатства и сокровища, дорогие мои, не представляют цены для нас, ибо это не наше — Божий дар. Только плоды духа, возросшие на вверенных нам Богом нивах нашей жизни, являются нашим истинным богатством, если они состоят во всякой благодати, праведности и истине* (Архимандрит Иоанн (Крестьянкин) «Проповеди»).

*Каждому даны таланты. Каждого Господь спросит: «Почему ты не сделал того, что должен был сделать?» Задача каждого в своей жизни раскрыть и умножить талант, данный ему Богом* (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).

*Если не находим в себе обильных плодов любви, мира, радости, кротости, смирения, простоты, искренности, веры и долготерпения, то тщетны*

*и напрасны были все наши подвиги, потому что всякое таковое делание и все сии подвиги должны совершаться ради плодов* (Прп. Макарий Египетский «Духовные беседы»).

*Евангелие освобождает от духа неведения и зла; оно выводит добро, таящееся в людях, на передний план жизни. Слово Христово очищает и воспитывает внутреннюю глубину нашего человеческого существа — сердце, совесть...* (Архиепископ Иоанн (Шаховской) «Мгновения святой тишины»).

## *О душе*

*Душа просит пищи неизмеримо более высокой, чем те наслаждения, которыми пробуют утешить её люди, далёкие от духовной жизни. Нельзя, нельзя жить без пищи для души, нельзя оставить душу нашу голодать, как это бывает со многими, бесчисленно многими людьми* (Свт. Лука архиепископ Крымский «Проповеди»).

*Наша душа создана для вечности, а мы совершенно не заботимся о ней. Мы стараемся приобретать всевоз-*

**можные сокровища, кроме сокровищ вечности. Мы плохие купцы. Мы дешёво ценим нашу душу** (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).

**И таким образом единая душа драгоценнее и славнее всего мира и царства и его денег и славы, не только по той причине, что Царство Небесное ценнее всего этого, но и вследствие того, что Бог ни с одним из Своих творений не соблаговолил, действием Духа, соединить Своё естество...** (Прп. Макарий Египетский «Духовные беседы»).

## **Правила Господа**

**...если горшечник, слепивший сосуды, знает, что, если он не вложит их в огонь, они не станут полезными, и он знает, сколько нужно их оставить в огне, чтобы они стали пригодными. ... Насколько больше Бог, будучи неизреченным и несказанным, истинное Познание, и беспредельный Разум, и непостижимая Мудрость, знает, в скольких испытаниях и скорбях и искушениях нуждаются хотящие Ему благоугодить. И после скорбей они удостоиваются получить полноту**

**благодати и всецело приобретают чистоту и освящение через причастие Духа, и всецело принимают избавление от страстей...** (Прп. Макарий Египетский «Духовные беседы»).

**Всё зависит и от нас, и от Бога; нам следует наперёд избрать добро а когда мы его выберем, тогда и Он оказывает Своё содействие. Он не опережает нашего желания, чтоб не нарушилась наша свобода; когда же мы выберем добро, тогда Он подаёт нам великую помощь** (Свт. Иоанн Златоуст, «Три святителя», Духовный алфавит).

**Где бы мы ни были, всюду нас окружает возможность спасения: в какие бы условия ни поставила жизнь — всегда можем духовно зреть и совершенствоваться. Наша жизнь при всякой обстановке может быть путём, ведущим нас ко благу нашему, к блаженству, которое доступно было уже здесь, на земле** (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).

**Но пока оставляют ещё тебя под обучением, и в самих скорбях промышляет о тебе Благодать. И когда придёшь в упокоение, даст тебе познать**

**Себя и покажет тебе, что для твоей же пользы попускала быть тебе в борении** (Прп. Макарий Египетский «Духовные беседы»).

**И в каждую душу заглядывает Господь, взыскав плода, чтобы Ему войти и успокоиться в ней; ведь за всех Он умер и весь род человеческий искупил Своею смертью** (Прп. Макарий Египетский «Духовные беседы»).

**Не насилует Господь произволение неволею, но рассматривает и видит произволение и любовь человека, куда он склоняется и где его любовь. Если видит Он, что к Нему прилепилась любовь души, вот Он приходит и поселяется в ней...; если Бог не получит от человека повода, то есть любви к Нему и веры, то не сделается Он жизнью человека...** (Прп. Макарий Египетский «Духовные беседы»).

**Добрые мысли и желания не могут без Божией благодати раскрываться, возрастать, укрепляться; но и благодать Божия не без свободной воли человека, пробуждает, развивает и укрепляет их, а смотря по тому, насколько сам человек желает этого**

*и старается содействовать или следовать действию благодати (Прп. Иоанн Кассиан Римлянин «Два Царства»).*

*Бог, призывая к Себе людей, не налагает необходимости и не делает насилия воле тех, которые не желают избрать добродетель, но увещевает, подаёт советы, всё делает, всячески старается, дабы побудить их сделаться добрыми; если же некоторые не желают быть добрыми, Он не принуждает (Свт. Иоанн Златоуст, «Три святителя», Духовный алфавит).*

*То лучшее, что дал нам Господь как венцу Своего творения — свободную волю, достоинство которой Сам и оберегает, ни оказывая на нас никакого давления, мы не бережём и часто беззаботно поработаем её греху (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).*

*Надо знать, что во все времена и на всяком месте люди, подлинно ищущие спасения, могут его найти. Надо только, чтобы всеми силами, всеми фибрами души мы стремились ко спасению, чтобы стремились идти за Христом, чтобы исполняли*

**заповеди Его** (Свт. Лука архиепископ Крымский «Дух, душа, тело»).

## *Лекарства Господа, наши болезни*

**Болезни — попущение Божие — спешествуют 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) «Проповеди»).

**Откуда недуги? Откуда повреждения телесные? Господь создал тело, а не недуг; душу, а не грех. Что же более всего полезно и нужно? Соединение с Богом и общение с ним посредством любви. Теряя любовь сию, мы отпадаем от Него, а отпадая, подвергаемся различным и многообразным недугам** (Свт. Василий Великий «Слово о том, что Бог не есть причина зол»).

**Наказание от Бога есть тоже, что и лекарство от врача, отсечение и прижигание. Всё кажущееся бедствием, насылается на душу, чтобы остановить,**

*как это бывает с телами, развитие её болезней и сделать её лучше* (Свт. Иоанн Златоуст «Три святителя» Алфавит духовный).

*Исход у нас один, и всем он известен — вратами смертными войти в Вечность. Болезни же — уведомительные телеграммы о том, чтобы мы не забывали о главном в жизни* (Архимандрит Иоанн (Крестьянкин) «Проповеди»).

*Так и Господь поступает с нами. Тех, кого Он любит, кого считает детьми Своими, Он наказывает с любовью, чтобы исправить их. Гордым Он посылает тяжкие испытания, подвергая их позору, унижению в глазах людей. Сребролюбцев Он исправляет, отнимая у них имущество, истребляя его пожаром, или предоставляя расхищению ворами. Блудников наказывает Он срамными болезнями* (Свт. Лука, архиепископ Крымский «Проповеди»).

*О лукавом (эго)*

*Сейчас мы всё больше боимся печати антихриста, которая будет во время оно, во время, до которого мы не знаем,*

*доживём ли. А вот о печати нашего личного греха мало кто даже задумывается. Но именно она, эта печать, отдаёт человека во власть антихристовых стихий...* (Архимандрит Иоанн (Крестьянкин) «Проповеди»).

*Грешить — зло, но ещё большее зло — отпираться после совершения греха. В особенности это и есть оружие дьявола* (Свт. Иоанн Златоуст «Три святителя», Алфавит духовный).

*Воюя с душою всевозможными способами, противник пользуется бесчисленным множеством приёмов, желая ослабить в человеке его намерение и лишить его надежды и любви к Господу...* (Прп. Макарий Египетский «Духовные беседы»).

*Свободу воздействовать на нас враг получает только нашими собственными грехами и падениями, а не потому, что этого захотелось кому-то из наших недругов* (Архимандрит Иоанн (Крестьянкин) «Проповеди»).

*Один у нас противник, заграждающий нам пути к спасению — дьявол, будем побеждать его благоразумием.*

*Он внушает нам медлительность — встанем на делание. Оно обольщает сердца наши пустыми обещаниями — не останемся в неведении о его замыслах. Не он ли, хотя не советует нам сегодня делать грех, однако убеждает нас отложить правду до завтра? (Свт. Василий Великий «Три святителя», Алфавит духовный).*

*Против людей, которых никто не называет бесноватыми, духи злобы поднебесные ведут непрестанную борьбу за обладание их сердцами, их волей, всей духовной их жизнью и в большей или меньшей степени достигают власти над ними. Эта борьба есть главное содержание духовной жизни всех людей, за исключением тех, которые уже всецело преданы злу и неправде (Свт. Лука, архиепископ Крымский «Проповеди»).*

*Многочисленны и разнообразны пути, которыми диавол входит в нашу душу и удаляет её от Бога. Что ни движение страсти, то путь для него, и он не пропускает ни малейшего случая войти в неё (Схиигумен Савва «Полное собрание проповедей и поучений»).*

## О грехе

*Самый страшный грех... каждого человека есть БЕЗБОЖИЕ, то есть то самое состояние, в котором пребывает сейчас великое множество наших соотечественников, наших родных, близких и знакомых (Архимандрит Иоанн (Крестьянкин) «Проповеди»).*

*Есть в душе нашей некоторый стыд греха, который не позволяет сразу дойти до бесстыдства; напротив, душа нисходит до крайней гибели не приметно, мало-по-малу, когда начинает жить нерадиво (Свт. Иоанн Златоуст, «Три святителя», Духовный алфавит).*

*Развитие греха и искажение жизни происходит постепенно: начинается с помрачения ума (чтобы ум был светел, надо ежедневно читать Св. Евангелие и видеть жизнь и оценивать в свете Евангельских истин), за сим следует расслабление воли, и покатился снежный ком греха, растёт и растёт, пока тебя не раздавит. За расслаблением воли следует искажение совести, когда все видим в искажённом свете, и получаем за всё растление тела (Архимандрит Иоанн (Крестьянкин) «Проповеди»).*

**Не столько требуют тщания и трудов большие грехи, сколько, напротив, малые и незначительные. Ибо отвращаться от больших заставляет само свойство греха, а малые, потому что малы, располагают нас к лености и не попускают мужественно восстать на истребление их. Потому они скоро делаются великими, если мы не бодрствуем** (Свт. Иоанн Златоуст, «Три святителя», Духовный алфавит).

**Наличие счастья в жизни лежит в наличии нашей духовной жизни. Как бы ни были прекрасны формы жизни, но если человек не победит в себе греха, он не достигнет подлинного счастья** (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).

## **Рай и ад**

**Наконец, душа тому и принадлежит, с кем она в общении и единении своими хотениями. Поэтому или, имея в себе Божий свет и в нём живя и украшаясь всякими добродетелями, причастна она свету упокоения, или, имея в себе греховную тьму, подлежит осуждению** (Прп. Макарий Египетский «Духовные беседы»).

***Если Царство Божие находится внутри нас и это Царство есть праведность, мир и радость, то тот, кто их имеет, без сомнения находится в Царстве Божием. И напротив, тот, кто живёт в неправде, раздоре и печали, производящих смерть, находится в царстве диавола, в аду и смерти (Прп. Иоанн Кассиан Римлянин «Два Царства»).***

***Пребывая всё время в состоянии тьмы, мы сами лишаемся счастья, радости и света. Если бы не грех, человек раскрылся бы в полноте его духовной сущности. Состояние тьмы и злобы, в которых мы пребываем, начало того ада, в который мы и попадём, если не опомнимся (Архиепископ Сергей (Королёв) «Хождение во свете»).***

***Человек, в какое бы время он не жил, хочет он этого или не хочет, делает выбор, определяющий его будущность в вечности (Архимандрит Иоанн (Крестьянкин) «Проповеди»).***

***Вечное блаженство праведников и вечную муку грешников надо понимать так, что бессмертный дух первых, просветлённый и могущест-***

*венно усиленный после освобождения от тела, получает возможность беспредельного развития в направлении добра и Божественной любви, в постоянном общении с Богом и всеми бесплотными силами. А мрачный дух злодеев и богоборцев в постоянном общении с дьяволом и ангелами его будет вечно мучиться своим отчуждением от Бога, святость Которого познает, наконец...*

*В вечном мучении тяжких грешников нельзя, конечно, винить Бога и представлять Его бесконечно мстительным, карающим вечной мукой за грехи кратковременной жизни. Всякий человек получает и имеет дыхание Духа Святого. Никто не рождается от духа сатаны. Но как чёрные тучи затемняют и поглощают свет солнца, так злые акты ума, воли и чувства при постоянном их повторении и преобладании постоянно затемняют свет Христов в душе злого человека, и его сознание всё более и более определяется воздействием духа дьявола.*

*Кто возлюбил зло, а не добро, тот сам уготовал себе вечные мучения в жизни вечной (Свт. Лука архиепископ Крымский «Дух, душа, тело»).*

## О христианстве наших дней

*Мы в настоящее время, — отвечал старец, — по нашей почти всеобщей холодности к святой вере в Господа нашего Иисуса Христа и по нашей невнимательности к действиям Его Божественного о нас Промысла и общения человека с Богом, до того дошли, что, можно сказать, почти вовсе удалились от истинно-христианской жизни (Прп. Серафим Саровский «Беседа о цели христианской жизни»).*

### *И забыт Бог!*

*Но опять, не услышу ли я возражения словам своим — разве забыт Бог?! Кругом только и разговоров, что об открывающихся монастырях, церквах, о благодати, о Боге. Да, дорогие наши, разговоров много, но со вмещение человеческого с Божеским ныне просто чудовищное. В немислимой внутренней «гармонии» сочетается теперь словесное благочестие и хождение в церковь — с цинизмом извращённости.*

*Ужасающее пустословие, клевета, лукавство, ложь, фальшивость, себялюбие и беззаконие сожителства уживаются в совести многих*

*с воздыханиями, плачем и принятием  
Святых Таин.*

*И мнит человек, что он с Богом.  
Но нет, зря мнит. Это не есть хри-  
стианство, это циничное истребление  
его (Архимандрит Иоанн (Крестьянкин)  
«Проповеди»).*



## *Литература*

1. Святитель Лука Войно-Ясенецкий. Дух, душа, тело. — Тула: Имидж Принт, 2013. — 128 с.

2. Алфавит духовный старца Паисия Святогорца. Избранные советы и наставления. — М.: Издательский Дом «Святая Гора», 2011. — 448 с.

3. Хождение во свете. Составлено по трудам архиепископа Сергия (Королева). — М.: Православное братство святого апостола Иоанна Богослова, 2010. — 64 с.

4. Мгновения святой тишины. Составлено по трудам архиепископа Иоанна (Шаховского). — М.: Православное братство Иоанна Богослова, 2010. — 64 с.

5. Три святителя. Составлено по творениям святителей Василия Великого, Григория Богослова и Иоанна Златоуста. — М.: Братство святого апостола Иоанна Богослова, 2012. — 448 с.

6. Преподобный Варсанофий Великий и Иоанн Пророк. Руководство к духовной жизни в ответах на вопрошения учеников. — М.: Издательство Московского Подворья Свято-Троицкой Сергиевой Лавры, 2011. — 720 с.

7. Слова. Том 5. Страсти и добродетели. — М.: Издательский дом «Святая Гора», 2009. — 336 с.

8. Слова. Том 3. Духовная борьба. — М.: Издательский дом «Святая Гора», 2009. — 367 с.

9. Новый Завет. Издание подготовлено по книге: Библия. Книги Священного Писания Ветхого и Нового Завета. — М.: Издательство Московской Патриархии, 2010. — 1376 с.

10. Архимандрит Иоанн (Крестьянкин). Серия «Алфавит духовный». — М.: Братство святого апостола Иоанна Богослова, 2012. — 448 с.

11. Преподобный Макарий Великий. Серия «Алфавит духовный». — М.: Братство святого апостола Иоанна Богослова, 2009. — 448 с.

12. Преподобный авва Дорофей. Душеполезные поучения. — М.: Сибирская Благовонница, 2012. — 415 с.

13. Преподобный Иоанн Кассиан Римлянин. Два царства. — М.: Православное братство Иоанна Богослова, 2013. — 64 с.

14. Опыт построения исповеди. Архимандрит Иоанн (Крестьянкин). — М.: Издательство Сретенского монастыря, 2012. — 256 с.

15. Преподобный Макарий Египетский. Духовные беседы. — М.: Лепта Книга, 2009. — 784 с.

16. Архимандрит Иоанн (Крестьянкин). Проповеди. — М.: Издательство Отчий дом. 2010, — 592 с.

17. Исаак Сирин. Слова подвижнические. — М.: Издательство Сретенского монастыря, 2012. — 850 с.

18. Схиигумен Савва. Алфавит духовный. — М.: Православное братство святого апостола Иоанна Богослова. 2010. — 448 с.

19. О вере, неверии и сомнении. Митрополит Вениамин (Федченков). — М.: Адрес-Пресс, 2002. — 352 с.

20. Схиигумен Савва. Полное собрание проповедей и поучений (2 книги). — М.: Артос-Медиа, 2008. — 1248 с.

21. Святитель Василий Великий. Творения. В 2-х томах. — М.: Сибирская Благовонница, 2009. — 914 с.

22. Святитель Лука Крымский. Избранные праздничные и великопостные проповеди. — М.: Лепта Книга, 2011. — 608 с.

23. Святитель Лука Крымский. Избранные воскресные и проповеди на разные случаи. — М.: Лепта Книга, 2010. — 704 с.

24. Святитель Лука Крымский. Евангельское злато. — Издательство сестричества во имя Святителя Игнатия Ставропольского. 2011. — 336 с.

25. Лествица. Преподобный Иоанн Лествичник. — М.: Сибирская Благовонница, 2010. — 575 с.

26. О стяжании Духа Святого. Беседы и наставления Серафима Саровского. — М.: Амрита, 2012. — 224 с.

## Оглавление

Предисловие . . . . . 3

О христианстве наших дней . . . . . 5

### Глава 1

**ВИДЫ СТРАСТЕЙ (ЭГО). . . . . 7**

Древо страстей (эго) . . . . . 8

Фальшивая личность. . . . . 8

Гордость . . . . . 9

Осуждение . . . . . 10

Зависимости . . . . . 12

Ложь . . . . . 14

Эгоистические мысли . . . . . 15

Результаты работы . . . . . 17

### Глава 2

**КАК УМАЛЯЮТСЯ СТРАСТИ (ЭГО) . . . . 18**

Умаление страстей (эго) . . . . . 18

Помощь от нашего окружения . . . . . 22

Покаяние . . . . . 26

Умаление гордости . . . . . 27

Многогранность  
некоторых страстей (эго) . . . . . 28

Индивидуальные	
и скрытые виды страстей (эго) . . . . .	29
Построение духовной работы . . . . .	30
Интуиция (помыслы от Бога, глас Божий). . . . .	31
Развитие интуиции . . . . .	33
Как начать работать с интуицией . . . . .	35
Возможности интуиции в вопросах борьбы со страстями (эго) . . . . .	36
Внимание к мыслям . . . . .	37
Помыслы «справа» и «слева» . . . . .	38
Рассеянные помыслы. . . . .	40
«Отваживание» эгоистичных мыслей . . . . .	41
О взгляде . . . . .	42
Смирение . . . . .	43
О вере в Бога. . . . .	44
Укрепление веры, чудеса Божьи . . . . .	45
Наблюдение за Промыслом Божиим к вам . . . . .	47
О молитве и прошениях к Господу . . . . .	49

### Глава 3

## **ОБ ОСУЖДЕНИИ. . . . . 54**

Наши осуждения в прошлом . . . . .	56
Порядок работы с осуждениями в прошлом. . . . .	59
Мимолётные осуждения. . . . .	60
Любовь . . . . .	62
Любовь Господа к нам. . . . .	64

Путь к Господу по любви и страху . . . . .	65
Духовная гордость, тщеславие (духовное эго) . . . . .	67
Проявление духовной гордости (духовного эго) . . . . .	69
Духовная гордость, скрытая гордость (духовное эго) . . . . .	70
Как умять духовную гордость (духовное эго) в себе. . . . .	72

#### Глава 4

### **ЧИТАЯ ЕВАНГЕЛИЕ . . . . . 74**

Значимость Евангельских текстов . . . . .	74
Нагорная проповедь . . . . .	76
Молитва «Отче наш». . . . .	79
Притча о талантах . . . . .	82
Любовь к Богу и ближнему своему . . . . .	85
Фарисеи . . . . .	87
«Узкие врата» и лжепророки . . . . .	93
Речения Иисуса Христа. . . . .	98

#### Глава 5

### **ВОСПИТАНИЕ НАШИХ ДУШ . . . . . 100**

О душе . . . . .	100
Правила Господа . . . . .	101
Лекарства Господа . . . . .	103
Болезни . . . . .	104

Долги Господу . . . . .	105
О лукавом (эго) . . . . .	106
О причинах противодействия лукавого (эго) . . . . .	107
Остановка в духовной работе . . . . .	109
Как грех входит в нас . . . . .	109
Интернет и компьютер. . . . .	112
Ложь . . . . .	113
Как разрушается ложь. . . . .	114
Рай и ад . . . . .	116
Эпилог . . . . .	119

## Приложение 2

### **РЕЧЕНИЯ СВЯТЫХ**

### **И ПРАВЕДНИКОВ**

### **О ПУТИ БОРЬБЫ**

### **СО СТРАСТЯМИ (ЭГО) . . . . . 121**

Виды страстей (эго) . . . . .	121
Древо страстей (эго) . . . . .	122
Умаление страстей (эго) . . . . .	126
Помощь от нашего окружения . . . . .	129
Самооправдание . . . . .	130
О действии Духа Святого в человеке . .	132
Умаление гордости . . . . .	133
Построение духовной работы . . . . .	134
Интуиция (помыслы от Бога, глас Божий). . . . .	137
Внимание к мыслям . . . . .	141

Рассеянные помыслы. . . . .	142
Смирение . . . . .	143
О вере в Бога. . . . .	144
Чудо Божье в нашей жизни . . . . .	145
О молитвах и прошениях к Господу . .	146
Об осуждении . . . . .	148
Покаяние . . . . .	150
Наши осуждения в прошлом . . . . .	153
Любовь . . . . .	154
Любовь Господа к нам. . . . .	157
Божественный Свет . . . . .	158
Путь к Господу по любви и страху . . .	158
Духовная гордость, тщеславие (духовное эго) . . . . .	160
Читая Евангелие. . . . .	162
О душе . . . . .	165
Правила Господа . . . . .	166
Лекарства Господа, наши болезни . . . .	170
О лукавом (эго) . . . . .	171
О грехе. . . . .	174
Рай и ад . . . . .	175
О христианстве наших дней . . . . .	178
Литература . . . . .	180

Все книги серии «Лицом к себе»  
и информация по оптовым закупкам на сайте  
[www.licomksebe.ru](http://www.licomksebe.ru)

**Бондарь Игорь Николаевич**

# Лицом к себе

Часть I

## **Как побеждаются страсти**



Компьютерная вёрстка *В. Е. Алексеев*  
Дизайн обложки *К. А. Кальченко [Blacksugar.com.ua]*  
Издатель *В. В. Бебко*

Подписано в печать 17.02.2014. Гарнитура KudrashovС.  
Формат 60×90 <sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Объем 11,75 печ. л. + наклейка.  
Тираж 200 экз. Изд. заказ 03-14. Тип. зак. А-563.

Частное издательство «Золотое сечение»  
127591, Москва, Керамический пр-д, 77-1-87  
Тел.: +7 (495) 485-98-59, (962) 949-83-96  
E-mail: [info@zs-izdat.ru](mailto:info@zs-izdat.ru). <http://www.zs-izdat.ru>

Отпечатано в типографии «Буки Веди»  
на оборудовании Konica Minolta.  
ООО «Ваш полиграфический партнер»,  
127238, Москва, Ильменский пр-д, д. 1, корп. 6  
Тел.: (495) 926-63-96, [www.bukivedi.com](http://www.bukivedi.com), [info@bukivedi.com](mailto:info@bukivedi.com)



*Книга адресована всем искренним  
людям, которые стремятся понять  
и обрести смысл жизни в каждом  
её мгновении.*

*Основываясь на речениях Святых и Праведников  
разных эпох, она подводит читателя  
к пониманию простых и вечных ценностей  
человечества, которые остаются неизменны  
во времени.*

*Книга подскажет, как можно освободиться  
от своих страстей и уже в этой жизни обрести  
настоящие любовь и радость, гармонию  
и счастье.*

*[www.licomksebe.ru](http://www.licomksebe.ru)*

ISBN 978-5-904020-56-9



9 785904 020569 >



Частное издательство  
«Золотое сечение»

<http://www.zs-izdat.ru>