

Священник Павел Гумеров

Православная аскетика, изложенная для мирян

О борьбе со страстями

Содержание

Нужна ли современному мирянину аскетика?

Глава I. Страсти и страдания

Глава II. Покаяние – основа духовной жизни

Глава III. Борьба с помыслами

Глава IV. О вреде некоторых источников информации

Глава V. Чревообъедение.

Глава VI. Любодеение «демон нечистоты»

Глава VII. Сребролюбие «культ золотого тельца»

Глава VIII. Гнев «убийца любви»

Глава IX. Печаль «червь в сердце»

Глава X. Уныние «Бес полуденный»

Глава XI. Тщеславие «домашний вор»

Глава XII. Гордость «Грех Люцифера»

Нужна ли современному мирянину аскетика?

В старину на Руси любимым чтением всегда было «Добротолюбие», «Лествица» св. Иоанна Лествичника и другие душеполезные книги. Современные православные христиане, к сожалению, редко берут в руки эти великие книги. А жаль! Ведь в них содержатся ответы на вопросы, которые очень часто задают на исповеди: «Батюшка, как не раздражаться?»; «Отче, как бороться с унынием и ленью?»; «Как жить в мире с близкими?»; «Почему мы постоянно возвращаемся к одним и тем же грехам?». Эти и другие вопрошания приходится слышать каждому священнику. На эти вопросы отвечает наука, которая в

богословии имеет название аскетика. Говорит она о том, что такое страсти и грехи, как с ними бороться. Как обрести мир душевный. Как стяжать любовь к Богу и ближним.

Слово аскетика сразу вызывает ассоциации с древними подвижниками, египетскими пустынножителями, монастырями. И вообще аскетические опыты, борьбу со страстями многие считают делом сугубо монашеским. «Ну а мы люди немощные, в миру живём, мы уж так как-нибудь». Это, конечно, есть глубокое заблуждение. К ежедневной борьбе, войне со страстями и греховными привычками призван каждый православный христианин без исключения. Об этом говорит нам апостол Павел: «Те, которые Христовы, (т.е. все христиане (свящ. П.) распяли плоть со страстями и похотями» (Гал. 5, 24). Как солдаты принимают присягу и дают торжественное обещание, клятву защищать Отечество и сокрушать его врагов, так и христианин, как воин Христов в таинстве Крещения присягает на верность Христу и «отрекается от дьявола и всех дел его», то есть от греха. А значит, предстоит бой с этими лютыми врагами нашего спасения: падшими ангелами, страстями и грехами. Бой не на жизнь, а на смерть, бой трудный и ежедневный, если не ежечасный, как говорится, «покой нам только снится». И поэтому изложение православной аскетики удобнее всего производить на основании учения о восьми человеческих страстях и противоборстве с ними.*

Слова аскетика, аскетизм произошли от греческого глагола аскео, что в переводе означает: искусно и старательно перерабатывать, обрабатывать грубые материалы и в этом упражняться. В древней языческой Греции аскетами называли атлетов, так как они проводили время в постоянных тренировках и упражнениях и при этом вели строгий, воздержанный образ жизни. Позже именование аскет закрепилось за людьми, подвизающимися в воздержании и стяжании добродетелей.

Таким образом, труд христианина по спасению своей души можно сравнить с работой спортсмена, укрепляющего свое тело и волю в постоянных занятиях, или воина, упражняющегося в боевом искусстве, чтобы быть всегда готовым к военным действиям.

Свой скромный труд я составил на основании Священного Писания, святоотеческой аскетической письменности и собственного небольшого священнического опыта. Учение Церкви о страстях и борьбе с ними переложено в книге на современную почву, для православных христиан, которым Бог судил жить и спасаться в веке XXI. Также я взял на себя смелость использовать некоторые знания из багажа практической, прикладной психологии, переосмыслив их согласно с учением святых отцов о борьбе со страстями, ибо и святитель Феофан Затворник приводил в своих сочинениях психологические аналогии и даже призывал составить учебник, в котором можно было совместить христианство и психологию. Психология изучает механизмы человеческого поведения и мышления. Практическая психология помогает человеку справиться со своими дурными наклонностями, победить депрессию, научиться ладить с самим собой и людьми и психологические знания могут быть весьма полезными в духовном делании.

Беда в том, что психология не является единой научной дисциплиной, такой как физика, математика, химия или биология. Существует множество школ, направлений, которые называют себя психологией. К психологии относятся и психоанализ Фрейда и Юнга и новомодные течения типа нейролингвистического программирования (НЛП). Некоторые направления в психологии совершенно неприемлемы для православных христиан. Поэтому приходится собирать какие-то знания по крупицам, отделяя зёрна от плевел.

Перед тем как начать изучение основных страстей и методов борьбы с ними, давайте зададим себе вопрос: «Для чего мы боремся с нашими грехами и страстями?» Недавно услышал как один известный православный богослов, профессор Московской Духовной Академии (не буду называть его имени, так как очень уважаю его, он был моим преподавателем, но тут я в корне не согласен с ним) сказал: «Богослужение, молитва, пост – всё это так сказать, строительные леса, подпорки для возведения здания спасения, но не цель спасения, не смысл христианской жизни. А цель – избавление от страстей». Не могу с этим согласиться, так как избавление от страстей – тоже не самоцель, а о настоящей цели говорит преп. Серафим Саровский: «Стяжи дух мирен – и вокруг тебя спасутся тысячи». То есть, цель жизни христианина – стяжание любви к Богу и ближним. Сам Господь говорит только о двух заповедях, на

которых зиждится весь Закон и пророки. Это: «возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим, и всею душою твоею, и всем разумением твоим» и «возлюби ближнего твоего, как самого себя» (МФ. 22, 37-39). Христос не сказал, что это просто две из 10, 19 других заповедей, а «на сих двух заповедях утверждается весь закон и пророки» (МФ. 22, 40). Это самые главные заповеди, исполнение которых является смыслом и целью христианской жизни. А избавление от страстей это тоже лишь средство, как молитва, богослужение и пост. Если бы это было целью, то мы недалеко ушли от буддистов, которые тоже ищут бесстрастия, нирваны.

Но человеку невозможно исполнить эти две заповеди, пока над ним господствуют страсти. Человек, подверженный страстям, грехам любит себя и свою страсть. Разве может тщеславный, гордый любить Бога и ближних? А находящийся в унынии, гневе, служащий сребролюбиво? Вопрос риторический.

Служение страстям и греху не позволяет христианину исполнить самую главную, ключевую заповедь Нового Завета, заповедь о любви.

* Восточные святые отцы, говоря о страстях, единодушно называют число 8. В западном богословии принято учение о 7 страстях, впервые оно было изложено святителем Григорием Двоесловом и развито Фомой Аквинским.

Глава I. Страсти и страдания

С церковно-славянского языка слово страсть переводится как «страдание» (отсюда, например, слово страстотерпец, т.е. терпящий страдания, мучения). И действительно, ничто так не мучает людей ни болезни, ничто другое, как собственные страсти, укоренившиеся грехи.

Сначала они служат удовлетворению их греховных потребностей, а потом люди сами начинают служить им «всякий, делающий грех, есть раб греха» (Ин. VIII 34).

Конечно, в каждой страсти есть момент греховного удовольствия для человека, но, тем не менее, страсти мучают, терзают и порабащают грешника.

Самый яркий пример страстной зависимости – это алкоголизм и наркомания. Алкоголь, наркотики становятся не только частью души человека, но и входят в обмен его веществ, становятся частью биохимических процессов в его организме. То есть, эта зависимость духовно – телесная. И лечить её нужно двояко, т.е. и душу и тело. Но в основе лежит грех, страсть. У алкоголика, наркомана разваливается семья, его выгоняют с работы, он теряет друзей, но всё это он приносит в жертву страсти. Человек, зависимый от алкоголя и наркотиков, готов на любое преступление, чтобы удовлетворить свою страсть. Недаром 90% убийств совершаются под воздействием алкогольно-наркотических веществ. Вот как силен демон пьянства!

Другие страсти могут не меньше поработать душу. Но в данном случае это ещё усиливается телесной зависимостью.

Люди, далёкие от Церкви, от духовной жизни часто видят в христианстве одни запреты. Мол, напридумывали каких-то табу, ограничений, чтобы людям жизнь усложнить.

В православии нет ничего случайного, лишнего, всё очень гармонично и закономерно. В мире духовном, как и в мире физическом есть свои законы, которые, как и законы природы нельзя нарушить, это приведёт к ущербу и даже к катастрофе. Часть этих законов выражена в заповедях, которые оберегают нас от беды. Заповеди, нравственные предписания можно сравнить с табличками, предупреждающими об опасности: «Осторожно, высокое напряжение!»; «Не влезай, убьёт!»; «Стоять! Зона радиационного заражения» Или на некоторых жидкостях есть надписи: «Ядовито», «Токсично» и т.д. Нам, конечно, дана свобода выбора, но если мы не будем читать тревожных надписей, обижаться потом нужно только на себя. Грех – нарушение очень тонких и строгих законов духовной природы, и он наносит вред, в первую очередь, самому согрешившему. А в случае со страстями вред от греха усиливается многократно, ибо, грех становится постоянным, приобретает характер хронической болезни.

Слово страсть имеет два значения.

Первое. Как говорит преп. Иоанн Лествичник: «страстью называют уже самый порок, от долгого времени вгнездившийся в душе и через навык сделавшийся как бы природным её свойством, так что душа уже произвольно и сама собой к нему стремится» (Леств. 15, 73). То есть страсть это уже нечто большее, чем грех – это греховная зависимость, рабство определённому виду порока.

Второе значение слова страсть – это название, объединяющее целую группу грехов. Например, в книге «Восемь главных страстей с их подразделениями и отраслями», составленной свт. Игнатием Брянчаниновым перечислены восемь страстей и после каждой идёт целый список грехов, объединённых этой страстью. Например, ГНЕВ: « вспыльчивость, принятие гневных помыслов, мечтание гнева и отмщения, возмущение сердца яростью, помрачение его ума, непрерывный крик, спор, бранные слова, ударение, толкание, убийство, памятозлобие, ненависть, вражда, мщение, оклеветание, осуждение, возмущение и обида на ближнего» . 1)

Большинство святых отцов говорят о восьми страстях:

чревообъядение;

любодеяние;

сребролюбие;

гнев;

печаль;

уныние;

тщеславие;

гордость.

Некоторые, говоря о страстях, объединяют печаль и уныние. Но вообще то вещи это немного разные, но разговор об этом пойдёт позже.

Иногда восемь страстей называют смертными грехами. Такое название страсти имеют потому, что могут (если полностью завладеют человеком) нарушить духовную жизнь, лишить спасения и привести к вечной смерти. Согласно св. отцам за каждой страстью стоит определённый бес, зависимость от которого и делает человека пленником определенного порока. Это учение коренится в Евангелии: «Когда нечистый дух выйдет из человека, то ходит по безводным местам, ища покоя, и не находя, говорит: возвращусь в дом свой, откуда вышел, и придя, находит его выметенным и убранным; тогда идет и берет с собой 7 других духов, злейших себя, и войдя, живут там, - и бывает для человека того последнее хуже первого» (Лк. 11, 24-26).

Про семь страстей обычно пишут западные богословы, например, Фома Аквинат. На Западе вообще числу семь предают особое значение.

Страсти являются извращением естественных человеческих свойств и потребностей. В человеческой природе есть потребность к пище и питью, стремление к продолжению рода. Гнев может быть праведным (например, к своим грехам или к врагам веры и Отечества), а может привести к убийству. Бережливость может переродиться в сребролюбие. Мы скорбим о потере близких людей, но это не должно перерасти в отчаяние. Целеустремлённость, упорство не должны приводить к гордости.

Один западный богослов приводит очень удачный пример. Он сравнивает страсть с псом. Очень хорошо, когда пёс сидит на цепи и охраняет наш дом, но беда, когда он залез лапами на стол и пожирает наш обед.

Св. Иоанн Кассиан Римлянин говорит, что страсти подразделяются на душевные, т.е. исходящие из душевных склонностей. Например: гнев, уныние, гордость и т.д. Они питают душу. И телесные – они в теле зарождаются и тело питают. Но так как человек душевно – телесен, то страсти разрушают как душу, так и тело.

Этот же святой пишет, что первые 6 страстей как бы происходят одна из другой. И «излишество предыдущей даёт начало последующей». Например, от излишнего чревоугодия происходит блудная страсть. От блуда – сребролюбие, от сребролюбия – гнев, от гнева – печаль, от печали – уныние. И лечатся каждая из них изгнанием предыдущей. Например, чтобы победить блудную страсть, нужно связать чревоугодие. Чтобы победить печаль, нужно подавить гнев и т.д.

Особо стоят тщеславие и гордость. Но и они взаимосвязаны. Тщеславие даёт начало гордости и бороться с гордостью, нужно победив тщеславие. Святые отцы говорят, что некоторые страсти совершаются телом, но зарождаются они все в душе, выходят из сердца человека, как говорит нам Евангелие: «Из сердца человека исходят злые помыслы, убийства, прелюбодеяния, любодеяния, кражи, лжесвидетельства, хуления – это оскверняет человека» (Мф. 15, 18-20). Самое страшное, что страсти не исчезают со смертью тела. А тело, как инструмент, которым человек чаще всего совершает грех, умирает, исчезает. И невозможность удовлетворить свои страсти – вот что будет мучить и жечь человека после смерти.

И святые отцы говорят, что ТАМ страсти будут мучить человека гораздо сильнее, чем на земле, без сна и отдыха, палить как огнём. И не только телесные страсти будут мучить людей, не находя удовлетворения, также как блуд или пьянство. Но и душевные гордость, тщеславие, гнев, ведь там тоже не будет возможности их удовлетворить. И главное, что бороться со страстями человек тоже не сможет, это возможно только на земле, ведь земная жизнь даётся для покаяния и исправления.

Воистину чему и кому человек служил в земной жизни, с тем он будет и в вечности. Если служит своим страстям и дьяволу, с ними и останется. Например, для наркомана ад – это будет бесконечная, никогда не прекращающаяся «ломка», для алкоголика – вечное похмелье и т.д. Но если человек служил Богу, был с Ним и на земле, он может надеяться, что и там будет с Ним.

Земная жизнь даётся нам как подготовка к вечности, и мы здесь, на земле определяемся с тем, что для нас главнее, что составляет смысл и радость нашей жизни: удовлетворение страстей или жизнь с Богом. Рай – это место особого присутствия Божия, вечное богообщение и насильно Бог туда никого не помещает.

Протоиерей Всеволод Чаплин приводит один пример, аналогию, позволяющую понять это: «На второй день Пасхи 1990 года владыка Костромской Александр служил первую со времён гонений службу в Ипатьевском монастыре. До последнего момента было неясно, состоится ли богослужение – таково было сопротивление музейных работников... Когда владыка вошёл в храм, музейщики во главе с директрисой стояли в притворе с гневными лицами, некоторые со слезами на глазах. «Попы оскверняют храм искусства»... Во время крестного хода я держал чашу со Святой водой. И вдруг владыка говорит мне: «Пошли в музей зайдём, в их кабинеты!» Зашли. Владыка громко говорит: «Христос воскрес!» - и кропит музейщиков Святой водой. В ответ – перекошенные от злобы лица. Наверное, так же богоборцы, перейдя черту вечности, сами откажутся войти в рай – им там будет невыносимо плохо».

Глава II. Покаяние – основа духовной жизни

Человек – такое существо, что ко всему привыкает. Привыкает и к своим грехам и страстям, хотя и чувствует ненормальность, неуютность своего положения. Но часто не имеет решимости и силы воли начать борьбу с грехами. Как часто супруги, некогда любившие друг друга, уже много лет живут в состоянии вялотекущего конфликта, мучаются и конечно хотели бы нормальных человеческих отношений, любви, но настолько привыкли к такой ситуации, настолько смирились с ней, что палец о палец не ударят, чтобы что-то изменить. Грехи – это то, что очень сильно мешает нам жить. Они являются причиной наших духовных, а иногда и физических болезней. Даже люди, весьма далёкие от Церкви, это понимают. От гнева, уныния, чревоугодия, пьянства и других страстей мучаются не только христиане. Грехи не дают нам

стать счастливыми даже здесь на земле, тем более в вечности. Как может быть счастливым человек, над которым властвуют гордость, тщеславие, гнев или блудная страсть?

Как начать борьбу со страстями? Святитель Феофан Затворник пишет, что сначала нужно буквально возненавидеть грех, с которым мы боремся и, «отделив от себя беспокоящую нас страсть и сознав ее врагом своим, начните воевать против ее, перебирая одно оружие за другим, пока она не убежит или не спрячется от вас».2)

После того как мы твёрдо решили встать на борьбу с грехом, мы должны принести покаяние в нём. Ибо только в таинстве исповеди мы получаем разрешение от греха.

Остановимся на этой теме подробнее. Покаяние, без сомнения, является основой духовной жизни. Об этом свидетельствует Евангелие. Предтеча и Креститель Господень Иоанн начал свою проповедь словами: «Покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное» (Мф. 3. 2). Точно с таким же призывом выходит на общественное служение Господь наш Иисус Христос (Мф. 4. 17). Без покаяния невозможно приблизиться к Богу и победить свои греховные наклонности. Господь дал нам великий дар – исповедь, в которой мы разрешаемся от наших грехов, ибо священник наделён от Бога властью «вязать и решить» грехи человеческие.

Нередко можно слышать такое утверждение: «Как у вас верующих всё легко: согрешил – потом покался и Бог всё простил». В Пафнутьево-Боровском монастыре был в советское время музей, и вот после осмотра посетителями монастыря и музея, экскурсовод включал пластинку с песней «Жило 12 разбойников» в исполнении Шаляпина. Фёдор Иванович своим бархатным басом выводил: «Бросил своих он товарищей, бросил набеги творить, сам Кудеяр в монастырь пошёл, Богу и людям служить». После прослушивания записи экскурсовод говорил примерно следующее: «Ну, вот чему учит Церковь: грехи, воруй, разбойничай, всё равно потом можешь покаяться». Такая вот неожиданная трактовка известной песни. Так ли это? Действительно, есть люди, которые воспринимают таинство исповеди именно так. Как некую духовную мочную, душевую. Можно возиться в земле, грязи и не бояться. Всё равно потом всё отмоется в душе. «Грязь не сало – потёр, и отстало». Думаю, такая «исповедь» пользы не принесёт. Человек будет подходить к таинству не во спасение, а в суд и осуждение. И формально «поисповедавшись», разрешения грехов от Бога он не получит. Не всё так просто. Грех, страсть наносит душе большой вред, и даже принеся покаяние, человек несёт последствия своего греха. Как у больного, переболевшего оспой, остаются на теле шрамы. Недостаточно просто исповедовать грех, нужно приложить усилия к тому, чтобы победить наклонность ко греху в своей душе. Как врач удаляет раковую опухоль и назначает курс химиотерапии, чтобы победить болезнь, не допустить рецидива. Конечно, не просто сразу оставить страсть. Но кающийся не должен лицемерить: «Покаюсь, и дальше буду грешить». Человек должен приложить все силы, чтобы встать на путь исправления, более не возвращаться ко греху. Просить у Бога помощи для борьбы со страстями: «Помоги мне, Господи, яко немощен есмь». Христианин должен сжигать за собой мосты, которые ведут обратно к греховной жизни. Покаяние по-гречески - метанойя, то есть в переводе - изменение.

Для чего мы каемся, если Господь и так знает все наши грехи? Да, знает, но ждёт от нас раскаяния, признания их. Приведу пример. Ребёнок залез в шкаф и съел все конфеты. Отец прекрасно понимает, кто это сделал, но ждёт, когда сын сам придёт и попросит прощения. И, конечно, в этот момент также ждёт, что сын обещает постараться больше так никогда не делать. Исповедь, конечно, должна быть частной, а не общей. Я имею в виду практику, когда священник читает список возможных грехов, а потом просто накрывает исповедника епитрахилью. Слава Богу, храмов, где так делают, осталось очень мало. «Общая исповедь» стала почти повсеместным явлением в советское время, когда осталось очень мало действующих храмов и по воскресным, праздничным дням, а также постами, они были переполнены молящимися. Поисповедовать всех желающих было просто нереально. Проводить исповедь после вечерней службы тоже почти нигде не разрешалось. Один старый священник, прослуживший в нашем храме более 50 лет, рассказал мне, что Великим постом батюшкам приходилось ходить по рядам исповедующихся, чтобы только успеть накрыть каждого епитрахилью. Конечно, такая «исповедь» явление ненормальное и пользы, очищения душе она не приносит.

Само слово «исповедь» означает, что христианин пришёл поведать, исповедать, рассказать сам свои грехи. Священник в молитве перед исповедью читает: «Сия рабы Твоя, словом разрешитесь благоволи». Сам человек разрешается от своих грехов посредством слова и получает от Бога прощение. Конечно, иногда бывает очень непросто, стыдно открывать свои греховные раны, но именно так мы избавляемся от наших греховных навыков, преодолевая стыд, вырывая их как сорняк из своей души. Без исповеди, без очищения от грехов и страстей невозможно с ними бороться. Сначала нужно их увидеть, вырвать, а потом сделать всё, чтобы они не выросли вновь в нашей душе.

Невидение своих грехов – признак духовной болезни. Почему подвижники видели грехи свои бесчисленные как песок морской? Всё просто. Они приближались к источнику света – к Богу и начинали замечать такие тайные места своей души, которые мы просто не замечаем. Они наблюдали свою душу в её истинном состоянии. Довольно известный пример: допустим, в комнате грязно и не убрано, но сейчас ночь и всё скрыто полумраком. Кажется, что всё более-менее нормально. Но вот забрезжил в окошко первый лучик солнца, осветил первую половину комнаты. И мы начинаем замечать беспорядок. Дальше – больше, и когда солнце освещает всю комнату, грязь и разбросанные вещи уже видны повсюду. Чем ближе к Богу, тем виднее грехи.

К авве Дорофею пришёл один знатный горожанин маленького города Газы и авва спросил его: «Именитый господин, скажи мне за кого ты считаешь себя в своём городе?» Он ответил: «Считаю себя за великого и первого в городе». Тогда преподобный снова спросил его: «Если же ты пойдёшь в Кесарию, за кого будешь считать себя там?» Человек тот ответил: «За последнего из тамошних вельмож». «Если же ты отправишься в Антиохию, за кого ты будешь там себя считать?» «Там, - ответил он, - буду считать себя за одного из простолюдинов». «Если же пойдёшь в Константинополь и приблизишься к царю, там за кого ты будешь считать себя?» И он ответил: «Почти за нищего». Тогда авва сказал ему: «Вот так и святые, чем более приближаются к Богу, тем более видят себя грешными».3)

Исповедь – это не отчёт о духовной жизни (что в ней хорошо, а что плохо) или беседа со священником. Это есть обличение себя, без всякого самооправдания и саможаления. Только тогда мы получим удовлетворение и облегчение и отойдём от аналоя легко, как на крыльях. Господь и так знает все обстоятельства, которые нас привели ко греху. Совершенно недопустимо рассказывать на исповеди, какие люди нас подтолкнули ко греху. Они ответят за себя сами, мы же должны отвечать только за себя. Муж, брат или сват послужили нашему падению, не имеет сейчас никакого значения, нам необходимо понять, в чём виноваты именно мы сами. Святой праведный Иоанн Кронштадтский говорит, что кто привык каяться здесь и давать ответ за свою жизнь, тому легко будет давать ответ на страшном суде Божиим.

Святые отцы называют исповедь вторым крещением, крещением слезами. Как и в крещении, нам даётся дар – прощение грехов и нам нужно ценить этот дар. Не нужно откладывать исповедь на потом. Исповедоваться надо почаще и подробно. Неизвестно, сколько нам Господь дал времени на покаяние. Каждую исповедь нужно воспринимать как последнюю, ибо никто не знает в какой день и час Бог призовет нас к Себе.

Грехи не нужно стыдиться исповедовать, нужно стыдиться совершать их. Многие думают, что священник, особенно знакомый, осудит их, хотят на исповеди показаться лучше, чем они есть, самооправдаться. Уверяю вас, что любого батюшку, который более-менее часто исповедует, уже ничем нельзя удивить, и вы вряд ли скажете ему что-то новое и необычное. Для духовника наоборот великое утешение, когда он видит перед собой искренне кающегося, пусть даже в тяжких грехах. Значит, он не зря стоит у аналоя, принимая покаяние приходящих на исповедь.

В исповеди кающемуся даётся не только прощение грехов, но и подаётся благодать и помощь Божия на борьбу с грехом. Поэтому исправление своей жизни мы начинаем с исповеди. Приведу пример из Соловецкого патерика, как блудная страсть оставила подвижника только после исповеди перед старцем. Соловецкий старец Наум рассказывал: «Раз привели ко мне женщину, желавшую поговорить со мной. Недолгой была моя беседа с посетительницей, но страстный помысел напал на меня и не давал мне покоя ни днём, ни ночью, и при этом не день или два, а целых три месяца мучился я в борьбе с лютой страстью.

Чего только я не делал! Не помогали и купания снеговые. Однажды после вечернего правила я вышел за ограду, полежать в снегу. На беду заперли за мной ворота. Что делать? Я побежал кругом ограды ко вторым, третьим монастырским воротам, - везде заперто. Побежал в кожевню, но там никто не жил. Я был в одном подряснике, и холод пронизывал меня до костей. Я едва дождался утра и чуть жив, добрался до келии. Но страсть не утихала. Когда настал Филиппов пост, я пошёл к духовнику, со слезами исповедал ему своё горе и принял епитимию, тогда только, благодатью Божией, обрёл я желаемый покой».

Исповедь должна быть частой и, по возможности, у одного и того же священника. В наше время всеобщего непослушания, к сожалению далеко не все православные имеют духовного отца. И это не есть хорошо. Если христианин действительно хочет вести духовную брань со страстями, он должен довериться духовнику, который будет знать состояние его души и направлять на пути ко спасению. Когда человек исповедуется у одного священника, он даже косвенно стремится исправиться, из чувства стыда перед духовником. Редкая исповедь (несколько раз в год) часто приводит к окаменению сердечному. Люди перестают замечать за собой грехи, забывают уже содеянное. Совесть уже легко примиряется, с так называемыми мелкими, бытовыми грехами: «Ну что такого? Вроде всё нормально. Не убиваю, не краду, не прелюбодействую». И наоборот, частая исповедь заставляет душу, совесть беспокоиться, будит её от дремоты. С грехами нельзя мириться, уживаться. Начав бороться даже с одной какой-нибудь греховной привычкой, чувствуешь, как легче становится дышать и духовно и физически.

Люди, которые исповедуются редко или формально иногда вообще перестают видеть свои грехи. Любому священнику это хорошо знакомо. Приходит человек на исповедь и говорит: «Не грешен ничем» или: «Грешен всем» (что вообще-то тоже самое).

Всё это происходит, конечно, от духовной лени, нежелания вести хоть какую-то работу над своей душой. В связи с этим вспоминается одна забавная история. К провинциальному священнику на исповедь пришла пожилая женщина. И, обычное дело: «Всю жизнь честно прожила, никого не обижала, нет у меня грехов». Батюшка и так и эдак пытается подвигнуть её к покаянию, задаёт ей разные вопросы, но старушка непреклонна: «Ничем не грешна, и всё». Тогда священник, всё больше хмурясь, спрашивает её: «А ты где работала, матушка?» Она отвечает: «Да в колхозе, милый» «И что никогда ничего чужого, лишнего в колхозе не взяла?» «Да нет, там и взять было нечего, нам ни продуктов, ни денег не давали, только палочки-трудодни ставили». Тогда батюшка, уже совсем потерял терпение: «Не обманывай, мать, я сам в колхозе работал!» Пусть не обидятся на меня труженики села, среди них действительно есть люди кристальной честности, просто этот случай показывает, как смешно и нелепо выглядит человек, который пришёл на исповедь и не видит своих грехов.

Подведём некоторый итог.

Итак, для вступления на путь войны против страстей нужно иметь твёрдую решимость, возненавидеть страсть всей душой и ополчиться на неё. Второе, что нужно сделать – это покаяться в грехах, прибегнуть к таинству исповеди, но не просто исповедовать грехи, а принять решение бороться с ними и после исповеди не оглядывать назад, сжечь все мосты, связывающие нас с прошлой страстной греховной жизнью и идти вперёд, побеждая страсти.

Юлий Цезарь, переправившись из Галлии через Ла-Манш, высадился на территории нынешней Англии. Он поднял своё войско на скалы и велел посмотреть вниз. Внизу они увидели пылающие корабли. Последнее, что связывало их с не землёй, было уничтожено. Им оставалось одно: идти вперёд и побеждать. Вставший на путь борьбы со страстью, не может озираться назад.

И третье условие, с помощью которого можно одержать победу над страстями, - это осознание своей немощи. Без помощи Божией, только своими силами, страсти победить невозможно. Это будет не борьба со страстями, не очищение от них, а замещение одной страсти на другую. Кстати, этот метод замещения используют некоторые недобросовестные психотерапевты. Например, человеку предлагается победить тоску, депрессию самовлюблённостью и тщеславием. Даются специальные упражнения, как полюбить себя и начать жить в своё удовольствие. В этом случае дьявол даже может отойти от человека до времени, сделать вид, что побеждён, но потом напасть с новой десятикратной силой.

Борясь со страстями без смирения можно впасть в гордость, которая является худшей из страстей. На этом основано такое явление как прелесть. Святому Антонию Великому была показана земля, как бы опутанная сетью и он воскликнул: «Кто же может избежать сих сетей?» И был ему ответ: «Смирение!»

Вопреки известному выражению «подобное лечится подобным», страсти лечатся противоположным, то есть воспитанием в душе противоположной добродетели. Об этом пишет святитель Игнатий (Брянчанинов). Каждой из восьми страстей он противопоставляет противоположную ей христианскую добродетель. Например: чревоугодие побеждается воздержанием; гнев – кротостью; тщеславие – смирением. Подробнее об этом речь пойдёт в следующих главах.

Глава III. Борьба с помыслами

Отсечение дурных помыслов есть необходимое условие борьбы со страстями.

Страсть рождается в душе человека не сразу. Святые отцы говорят, что начинается она с прилога или приращения. По-славянски, приразиться - значит столкнуться с чем-то.

Прилог возникает в сознании человека от впечатлений увиденного, по какой-либо другой причине или как образ, навязанный врагом – дьяволом, но он приходит помимо воли человека, без его соизволения и участия. Человек сам волен принять прилог в сердце или отринуть его. Если прилог принят, он уже обдумывается, делается своим. Отцы называют это также сочетанием или собеседованием с помыслом.

Третья стадия – это склонение к помыслу, или сосложение, когда воля настолько подпала под влияние греховной мысли, настолько сроднилась с ней, что человек уже готов перейти к действиям. Грех уже наполовину совершен в мыслях. Как говорит Господь в Евангелии: «Из сердца исходят злые помыслы, убийства, прелюбодеяния, любодеяния, кража, лжесвидетельства, хуления» (Мф. 15.18). Таким образом, показывая, с чего начинается грех – «со злого помысла» о нём. И св. ап. Иаков пишет: «Похоть же зачав, рождает грех, а содеянный грех рождает смерть» (Иаков 1, 15).

Греховный помысел, который поселился в душе и сердце обязательно когда-нибудь перейдёт в действие. Человек, позволяющий себе нескромные взгляды, не хранящий своё зрение и слух от соблазнительных картин, имеющий в уме нечистые, блудные помыслы, не может оставаться целомудренным.

«Может ли кто взять себе огонь в пазуху, чтобы не прогорело платье его? Может ли кто ходить по горящим угольям, чтобы не обжечь ног своих?» (Притчи 6. 27-28), - вопрошает премудрый Соломон.

Поэтому тем, кто хочет вести духовную жизнь, следует помнить, что дурные помыслы нужно умерщвлять в зародыше, «разбивать младенцев их о камень» (Пс. 136). А зародыш помысла есть (как уже было сказано выше) прилог. Вещь нам совсем не принадлежащая, но как какое-нибудь злое насекомое, стремящееся залететь в приоткрытое окно нашего сознания.

Как-то в одной книге по психологии прочёл мысль, что наши мысли вовсе не являются нашей собственностью и порождением нашего ума. То, что мы думаем, - результат множества причин и обстоятельств: воспитания, условий жизни, времени, в котором мы живём, страны, в которой мы родились и т.д. Например, если бы мы родились в другой стране, в другое время или получили другое воспитание мы и думали бы иначе. Таким образом, то, что мы думаем – это не совсем наши мысли, они могут возникнуть у нас по очень многим независящим от нас причинам. (Следует ещё добавить, что люди православные хорошо знают, что нехорошие, греховные мысли могут приходить ещё из одного источника, и источник этот хорошо известен). Конечно, эти замечания о мыслях касаются только не укоренившихся в сознании помыслов, если человек принял мысль и начал её обдумывать, он уже сродняется с ней, она становится его собственной.

И вот психологи советуют отделять плохие мысли от хороших и оформлять с плохими «развод», то есть не пускать их в своё сознание, не считать своими, а к хорошим мыслям, наоборот, «свататься» и всячески дружить с ними, заменяя плохие, мрачные, агрессивные мысли светлыми, добрыми, позитивными. Мне эта

мысль весьма понравилась, но как же я был удивлён, когда у святителя Феофана Затворника прочёл почти дословный, очень похожий совет: «Великая ошибка, и ошибка всеобщая – почитать всё возникающее в нас кровною собственностью, за которую должно стоять как за себя. Все греховное есть пришлое к нам, потому его всегда должно отделять от себя иначе мы будем иметь изменника в себе самих. Кто хочет вести брань с собою, тот должен разделить себя на себя и на врага, кроющегося в нем. Отделив от себя известное порочное движение и сознав его врагом, передай потом это сознание и чувству, возроди в сердце неприязнь к нему. Это – самое спасительное средство к прогнанию греха. Всякое греховное движение держится в душе через ощущение некой приятности от него; потому, когда возбуждена неприязнь к нему, оно, лишаясь всякой опоры, само собою исчезает». 4)

Действительно, грех и скверна не может быть частью души, она не свойственна, не сродни человеку, мы сотворены чистыми, светлыми, очищены водами Св.Крещения. Вот лежит ребёнок, только что крестившийся, он чист, он как ангел Божий, и «все греховное есть пришлое к нам», оно приходит уже потом. И только приняв его в себя, согласившись с ним, мы сами поселяем грех в своей душе. И тогда уже выгнать его ох как непросто.

Щит веры

Мы должны установить в своём сознании как бы некий фильтр, решить какие мысли для нас желательны, а какие нельзя подпускать и на пушечный выстрел. Как родители могут заблокировать доступ детям на некоторые сайты или телевизионные каналы. Можно привести ещё пример. Когда раздаётся звонок в дверь, мы же не сразу распахиваем её, не спросив: «Кто там?» Нет, мы сначала смотрим в глазок и только убедившись, что это звонит знакомый нам человек, впускаем его в квартиру.

Помыслов не нужно бояться, но и не нужно беседовать с ними.

Как-то я исповедовался одному опытному священнику в том, что замучили греховные помыслы, и он дал мне такой совет: «Воспринимай помыслы как что-то внешнее, не имеющее к тебе отношение. Мысль может контролировать приходящие к нам помыслы, но в нашей воле: принять или нет». Допустим: сидит человек в доме. Окна и двери закрыты. За окнами буря, метель, непогода. Но они не вредят ему, пока он не открыл окно. Но стоит открыть – непогода ворвётся внутрь и станет неуютно и холодно. Также и мысли, они неизбежны, но не должны входить в душу и осквернять её.

Очень важно не только избавляться от греховных помыслов и не допускать их в свою душу, но и заполнять её мыслями другими, духовными, светлыми, добрыми. Ведь есть закон - «природа не терпит пустоты». И духовная природа тоже. Помните притчу, как нечистый дух выходит из человека и изгнанный ходит по пустынным местам, потом возвращается и, найдя свое место незанятым, приводит 7 злейших себя бесов. Свято место, как говорится, пусто не бывает.

Святитель Феофан советует поставить после изгнания злых помыслов у самого входа в душу как бы щит и не пускать их обратно: «А для сего спешి восставить в душе убеждения противоположные тем, на котором держится смущающий помысел». 5)

Мы уже говорили, что каждой страсти есть противоположная добродетель. Так и каждой греховной мысли можно противопоставить противоположную, добродетельную. Например: блудной – целомудренную, чистую; гневливой – доброжелательную; помыслу осуждения – помысел оправдания, жалости к ближнему и т.д.

В заключении приведу ещё один совет еп. Феофана – начинать борьбу с помыслами с молитвы к Господу, Святым и Ангелу Хранителю. Чтобы мы не приписывали успехи духовной брани нашим собственным стараниям, но только помощи Божией.

Нужно найти главную свою страсть и бороться с ней как деятельно, так и в мыслях. Брань эта никогда не прекратится. «Но все легче и легче...или все удобнее и удобнее будет преодолевать ее. И опытности прибавится; так что и заметить и отразить не трудно будет».6)

Глава IV. О вреде некоторых источников информации

Итак, выясняется, что дурные мысли, греховные желания, стремления не являются кровной собственностью нашей души. Они приходят извне и могут быть, как приняты, и возвращены нами, так и отринуты и изгнаны. На то нам и дана свободная воля.

Откуда же приходит всё это? Говоря глобально, источник их один. Бог зла не сотворил, и первым, кто начал творить зло во вселенной, был Сатана. «Кто делает грех, тот от дьявола, потому что сначала дьявол согрешил» (1Ин. 3,8), - говорит ап. Иоанн Богослов. И принимая Крещение мы «отрекаемся от Сатаны и от всех дел его». То есть от дел греха. Поэтому люди, сеющие грех и соблазн творят, конечно, дело дьявола.

Дурные, греховные помыслы почти всегда рождаются от зрительных, слуховых и каких-либо других чувственных образов и впечатлений. Конечно, могут быть помыслы и прямо, непосредственно всеваемые сатаной, но их не так много как порой, кажется. Каковы эти внешние раздражители низменных инстинктов? На первом месте, без преувеличения, стоят современные источники массовой информации: телевидение, жёлтая и развлекательная пресса, радио, очень многие интернет-сайты. Из-за того, что почти все масс медиа у нас частные, а значит коммерческие, их доход и благосостояние зависит только от одного – от рейтинга. Чем больше народа будет смотреть или слушать в данный час определённый канал, тем больше рекламных компаний будут вкладывать в него деньги – всё очень просто. С газетами ещё проще: тиражи, окупаемость и возможность разместить рекламу, чтобы заставить, как можно больше людей смотреть, или читать определённый материал нужно вызвать, подогреть интерес. Для этого необходимо как можно больше развлекать, играть на самых низменных страстях и пороках, показывать что-то полузапретное (запретный плод, как известно сладок). Но это только один аспект этой проблемы ведь кроме коммерческой стороны вопроса есть куда более важная сторона ; против нас сейчас идёт жесточайший натиск, огромные средства тратятся на то чтобы разложить наш народ нравственно и духовно. Кроме СМИ греховные помыслы могут прийти к нам из всего того, что мы читаем, слышим, видим и чувствуем. То есть из книг, фильмов, разговоров, встреч и т.д.

Как же можно сохранить свою душу и ум в чистоте, если мы живём в мире, где информация, зрительные и звуковые образы пронизывают весь наш быт? Да, конечно сложно, но можно. В аскетике это называется хранение зрения, слуха и ума.

Начнём с того, что 90% информации, которую получает ежедневно современный человек из TV, прессы, интернета, ему не только не нужна, но и очень вредна. Не говоря уже о том, что вся эта информация отвратительного качества. Помните, как говорил профессор Преображенский в Булгаковском романе «Собачье сердце»: «Не читайте до еды советских газет». Можно испортить пищеварение. Думаю, что современную прессу и после еды читать не стоит.

Подавляющее большинство наших современников из-за любви к СМИ вообще отучились самостоятельно мыслить и анализировать. Да и времени на это нет, ведь нужно прочитать все те газеты и журналы, на которые подписались, посмотреть последние новости, пока стоишь в пробках послушать любимую радиостанцию, да ещё, чтобы вечером на сериал сил хватило. При этом человек находится в полной уверенности, что его мысли – это его собственные мысли. Он уже не понимает сам, где говорит за него Владимир Познер, где Александр Гордон, а где вообще Михаил Задорнов. Способность к самостоятельному мышлению почти утрачивается. Если и наблюдается ещё какое-то разномыслие среди нашего населения, так это только потому, что люди смотрят разные передачи и потому точки зрения не всегда совпадают. Как говорил Козьма Прутков: «Многие люди подобны колбасам: чем их начиняют, то и носят в себе». По этому принципу работает наша 4-я власть, которая действительно является властью реальной, способной манипулировать сознанием людей, как угодно.

У нас частенько говорят о фальсификации выборов, о неправильном подсчёте голосов и подложных бюллетенях. Всё это абсолютно ненужная вещь. Достаточно просто за несколько недель до выборов показывать по телевидению одно и то же лицо, и все как один за него проголосуют. Какими бы качествами кандидат не обладал. Наполеон говорил: «Несколько газет могут сделать больше, чем целая армия». Что бы

сказал Бонапарт, если бы был знаком с телевидением. Но тема наша всё-таки не политические технологии, а борьба со страстями, поэтому вернёмся к ней.

Можно сказать совершенно точно: просмотр телевизора, чтение жёлтой и бульварной прессы, общение с другими СМИ разжигают в нашей душе все 8 страстей.

Давайте возьмём список страстей и посмотрим по порядку, как СМИ способствует их пробуждению в душе человека.

Чревообъедение. Проявление этой страсти есть чревоугодие, пьянство, наркомания и курение. Телевидение и другие СМИ вообще нацелены на культ гедонизма, наслаждения. Вспомним хотя бы рекламу: «Бери от жизни всё!», «Еда – это наслаждение, наслаждение вкусом!» Про явную и скрытую рекламу пива и других алкогольных напитков можно и не говорить. Нам вообще всячески стараются внушить, что без алкоголя жизнь в принципе невысказана. Если показывают фильм или сериал из жизни военных или оперов (т.е. «настоящих мужчин»), весь их быт постоянно сопровождается приёмом спиртного (водки и пива). Притом, естественно всё это щедро проплачено спонсорами, чей товар рекламируют актёры. Почти все герои постоянно курят. К слову сказать, в голливудских фильмах уже практически нельзя увидеть положительного героя, который пьёт спиртное или затягивается сигаретой. Американцы, наконец, поняли, какое действие подобные примеры оказывают на молодёжь.

Но всё это ещё цветочки. Ведь на нашем телевидении нередки сцены, где вполне положительные герои употребляют наркотики и курят травку. Помню, как в одном известном российском фильме как рекламный слоган несколько раз звучит фраза: «Трава – не наркотик!»

Любодеяние. Ну, тут не стоит даже особенно много говорить, достаточно перечитать любую популярную газету или включить телевизор, особенно какой-нибудь молодёжный канал, скажем, MTV. Весь теле и радиоэфир наполнен непристойными сценами, разговорами на тему сексуальных отношений, шутками «ниже пояса» и передачами «про это». В европейских странах и даже в Америке фильмы и передачи эротического содержания уже давно показывают только в определённое время поздно вечером.

Сребролюбие. На тему культа алчности, жадности, сребролюбия существует масса теле и радиопередач, в которых целенаправленно внушается, что без приложения особых усилий и труда можно «стать миллионером». Вместе с тем возбуждается обратная сторона алчности – зависть. Ведь тот уровень жизни, т.е. товары и развлечения, которые рекламируют СМИ, доступны только небольшому кругу людей. А остальным остаётся только глотать слюнки и завидовать.

Гнев. Зависть вызывает гнев. Это понятно. Когда в стране очень многие сидят без работы, не получают месяцами зарплату и не могут прожить на пенсию, вполне понятно что то, что эти люди видят по телевизору, вызывает раздражение и гнев. То есть: рейтинги самых богатых людей страны, реклама жилья за несколько тысяч долларов за квадратный метр и т.д. Любая сводка новостей – причина для гнева: коррупция, несправедливость, бездействие властей и правоохранительных органов. Прибавим к этому возбуждающие агрессию фильмы со сценами насилия и жестокости. И можно только догадываться, какое действие способно произвести на человеческую душу интервью с маньяком, рассказывающим, как он получает удовольствие от убийства.

Печаль, уныние. Те же новости, кроме печали, уныния и тревоги ничего вызвать не могут. Катастрофы, ДТП, аварии, убийства, войны и локальные конфликты, кризисы и дефолты, и так каждый день.

Тщеславие. Гордыня. Если по TV, в прессе человек постоянно узнаёт о людских пороках и грехах, он начинает впадать в осуждение и превозношение: «Если звёзды и политики погрязли в разврате и излишестве, то я ещё очень даже ничего». С другой стороны, он начинает свыкаться с тем, что порок, грех – это норма жизни.

Пусть меня простят, что я так долго и нудно излагал всем хорошо известные вещи, но иногда в повседневной суете мы просто не задумываемся, каким зверям открываем ворота, когда включаем телевизор или берём в руки газету. То, о чём даже взрослый человек может быть и никогда бы не

задумался, может быть вытащено наружу с помощью похабного фильма или развратной статьи. Совершенно ужасные мысли и инстинкты могут быть расторможены, если не хранить своё зрение и слух.

Что делать? Вековечный российский вопрос. Неужели жить в информационной изоляции и не знать ничего, что делается в мире и стране? Проблема эта сильно преувеличена. Мы живём не в пустыне, не на необитаемом острове. Поверьте, все новости, которые нам действительно нужны, мы узнаем и так, ну может быть с опозданием максимум на один день. Нам всё равно их сообщат на работе, друзья, знакомые, родственники и т.д. Но теряем мы, общаясь со СМИ, гораздо больше. Можно сказать совершенно точно: тот, кто регулярно смотрит телевизор, слушает радио и читает прессу, не может сохранить свой ум, слух и зрение в чистоте.

Телевидение, кинематограф вообще очень агрессивные вещи, по силе воздействия они стоят на первом месте. Ведь человеку вкладывается в сознание уже готовая картинка, ему не нужно раздумывать, включать воображение, ему предлагается готовый образ. И что самое страшное этот образ он потом начинает считать уже порождением своего ума. Недаром Ленин – великий знаток манипуляции массовым сознанием говорил: «Из всех искусств для нас важнейшим является кино».

Человек, который смотрит телевизор, не может заниматься уже ничем другим - ни делать дела (даже самые простые), ни даже вкушать пищу (доказано, что это очень вредно). Даже радио можно слушать и, например, мыть посуду, телевизор – нельзя.

Если профессия человека не связана с политикой или какими-либо сферами деятельности, где действительно нужны последние новости, то он ничего не потеряет, если ограничит общение со СМИ до минимума. А приобретёт очень многое: ясность ума, ограничение соблазнов и бездну свободного времени, которое можно потратить на чтение хорошей литературы, культурный досуг, общение с близкими и другие нужные дела. СМИ недаром разжигают все страсти, их действие подобно действию страстей, они дают зависимость, подсадку. Начав смотреть какой-нибудь фильм, можно потом часами не выключать телевизор, забыв обо всех делах.

Поэтому очень хорошо хотя бы сильно ограничить влияние на нас масс медиа. Если в доме есть дети, то сделать это просто необходимо. Нужно постараться хотя бы постами, в среду и пятницу не смотреть телевизор. Иначе вся наша борьба со страстями будет очень неэффективной. А тем, кто боится остаться совсем без информации, можно посоветовать выбрать те радиопередачи, газеты и сайты, содержащие блоки новостей, которые являются наиболее нейтральными и безобидными. При нынешнем выборе таковые пока ещё есть.

Глава V. Чревообъедение.

«Их бог – чрево» (Флп. 3. 19)

Как и всякая страсть чревообъедение, чревоугодие происходит из вполне естественной человеческой потребности. Человек имеет нужду в пище и питье. Это одна из витально-органических потребностей. Кроме того, яства и питье – дар Бога, вкушая их, мы не просто насыщаем организм питательными веществами, но и получаем удовольствие, благодаря за это Творца. К тому же трапеза, застолье это возможность пообщаться с ближними, друзьями, она объединяет нас. Вкушая пищу, мы получаем радость от общения и подкрепляемся телесно. Недаром трапезу святые отцы называют продолжением литургии. На службе нас объединяет духовная радость от совместной молитвы, мы причащаемся от одной чаши, а потом разделяем с близкими по духу людьми и телесно-душевную радость.

В первые века христианства после Евхаристии устраивались так называемые агапы или вечера любви, где христиане за общим столом вкушали пищу, ведя духовные беседы. Поэтому во вкушении пищи и употреблении вина нет ничего греховного и скверного. Всё зависит, как всегда, от нашего отношения к этому действию и от соблюдения меры.

Где же эта мера, эта тонкая грань, отделяющая естественную потребность от страсти? Она проходит между внутренней свободой и несвободой в нашей душе. Как говорит апостол Павел: «Умею жить и в

скудости, умею жить и в изобилии; научился всему и во всем: насыщаться и терпеть голод, быть и в обилии и в недостатке. Все могу в укрепляющем меня Иисусе Христе» (Флп. 4, 12-13).

Свободны ли мы от привязанности к пище и питью? Не владеют ли они нами? Что сильнее: наша воля или наши желания? Апостолу Петру было открыто от Господа «что Бог очистил, того ты не почитай нечистым» (Деян. 11, 9). И нет греха во вкушении пищи. Грех не в пище, а в нашем отношении к ней.

Но давайте по порядку. Святитель Игнатий Брянчанинов так определяет страсть чревообъедения: «Объедение, пьянство, нехранение и разрешение постов, тайноедение, лакомство, вообще нарушение воздержания. Неправильное и излишнее любление плоти, ея живота и покоя, из чего составляется самолюбие, от которого нехранение верности к Богу, Церкви, добродетели и людям»⁷⁾

Страсть чревоугодия бывает двух видов: чревобесие и гортанобесие. Чревобесие – это обжорство, когда чревоугодника интересует больше количество, а не качество пищи. Гортанобесие – лакомство, услаждение гортани и вкусовых рецепторов, культ кулинарных изысков и гурманства. Страсть чревообъедения (как впрочем, и многие другие пороки) достигла своего уродливого апогея в древнем Риме. Некоторые патриции, чтобы бесконечно наслаждаться на великолепных пирах, заводили себе специальные приспособления из птичьих перьев, чтобы после того, как чрево будет пресыщено до отказа, можно было, вызвав рвоту, опорожнить желудок. И снова удовлетворять безумную страсть чревоугодия.

Поистине «их бог – чрево, и слава их – в сраме, они мыслят о земном» (Флп. 3.19). Недаром люди пресыщенные, страдающие чревоугодием очень редко интересуются духовными вопросами. Культ пищи, телесных наслаждений не позволяет вспоминать о горнем. Как говорили святые отцы: «тучные птицы не могут летать».

Чревообъедение, винопитие рождает и другую телесную страсть – сладострастие, блудную похоть. Как говорится: «сласти (т.е. чревоугодие) рождают страсти».

Пресыщение чрева не только не позволяет думать о Боге молитве, но и очень мешает хранить себя в чистоте. «Кто наполняет чрево и обещается быть целомудренным, тот подобен утверждающему, что соломой остановит действие огня. Как невозможно соломой удержать стремительность разливающегося огня, так невозможно пресыщением остановить жгучее стремление непотребства»⁸⁾, - говорит подвижник IV в. преп. Нил Синайский.

«Молитвой и постом»

Чем лечится страсть чревоугодия? Святые отцы советовали любой страсти противопоставлять противоположную ей добродетель. И бес чревоугодия «изгоняется только молитвой и постом» (Мф.17, 21). Пост вообще великое воспитательное средство, блажен, кто приучен к воздержанию душевному и телесному и неукоснительно соблюдает установленные Церковные посты и постные дни.

Тут хотелось бы немного сказать о смысле православного поста. Пост сейчас соблюдают многие, но правильно ли соблюдают? В ресторанах и кафе во время постов появилось специальное постное меню. Дикторы телевидения и радио говорят о начале поста. В продаже имеются немало кулинарных книг с рецептами постных блюд. Так в чём же суть поста?

Пост – это не диета. Пост (особенно Великий) святые отцы называли весной души, это время, когда мы особенно внимательно относимся к своей душе, внутренней жизни. Прекращаются супружеские плотские отношения, увеселения. До революции во время великого поста закрывались театры. Постные дни установлены, чтобы мы иногда замедляли сумасшедший бег суетной земной жизни и могли посмотреть внутрь себя, своей души. Постом православные христиане говеют и причащаются Святых Таин.

Пост – время покаяния в грехах и усиленной борьбы со страстями. И в этом нам помогает вкушение постной, более лёгкой низкокалорийной пищи и воздержание от удовольствий. Думать о Боге, молиться, вести духовную жизнь легче, когда тело не пресыщено, не отягощено. «Чревоугодник называет пост временем плача, а воздержанный и в посте не смотрит угрюмо»⁹⁾, - пишет преп. Ефрем Сирий. Это одно из

значений поста. Он помогает нам сосредоточиться, настраивает на духовную жизнь, облегчая её нам. Второе значение пощения – жертва Богу и воспитание своей воли. Пост установление не новое, а древнейшее. Можно сказать, пост – первая заповедь человеку. Когда Господь дал повеление Адаму вкушать от всех плодов Райского сада, кроме плодов древа познания добра и зла. Он установил первый пост. Пост – это послушание божественному установлению. Богу не нужны всесожжения и кровавые жертвы. Ему нужно «сердце сокрушенно и смиренно» (Пс. 50.19), то есть наше покаяние и смирение, послушание. От чего-то (хотя бы от мяса, молока, вина и некоторых других продуктов) мы отказываемся ради послушания Ему. Приносим в жертву наше воздержание, ущемление своей воли.

Ещё одно значение поста – в воспитании воли и подчинении её духу. Постом мы даём понять чреву: «Кто в доме хозяин!» Человеку, не привыкшему поститься, дисциплинировать себя, очень тяжело обуздывать страсти, бороться с ними. Христианин – это воин Христов, а хороший воин находится в постоянной боевой готовности, постоянно тренируется и обучается, держит себя в форме. В Церкви нет ничего случайного и бессмысленного, не соблюдающие пост, пресыщенные никогда не узнают настоящего вкуса пищи, этого дара Божия. Даже праздничная трапеза для непостящихся становится чем-то вполне обыденным, а для нас даже скромное застолье после продолжительного поста – настоящий праздник.

Пост чрезвычайно полезен и в супружеской жизни. Супруги, привыкшие к воздержанию во время постов, никогда не пресытятся своими интимными отношениями, они всегда желанны друг для друга. И наоборот, пресыщение ведёт либо к взаимному охлаждению, либо к излишествах и изощрениям в интимной жизни.

Духовно-телесная зависимость

Одним из проявлений страсти чревоугодия, невоздержания является пьянство, наркомания и курение. Эти пороки – очень яркие примеры греховной, страстной зависимости, зависимости не только духовной, но и болезненно-телесной.

Вино является вещью далеко небезопасной, но Священное Писание не относится к нему как к чему-то скверному, греховному и нечистому. Наоборот, Христос благословил брак в Кане Галилейской, восполнив оскудение запасов вина, претворив воду в вино на свадьбе. Господь Сам разделял дружескую трапезу с апостолами и своими последователями и употреблял вино. Святой пророк псалмопевец Давид воспевает: «вино веселит сердце человека» (Пс.103,15). Но в Библии даётся и предупреждение: «Не упивайтесь вином, от которого бывает распутство...» (Еф. 5.18).

«Пьяницы... Царства Божия не наследуют»(1Кор.6.10). Нам даётся предостережение: вино содержит в себе опасность, нельзя упиваться им, необходимо соблюдать осторожность и знать меру.

Пьянство, алкоголизм наша общенациональная беда, беда страшная. Человек становится алкоголиком не на пустом месте. И алкоголь, и наркотики это очень простой способ мгновенного получения радости, эйфории. И пока алкоголь или наркотик действуют в организме, человек имеет некий эрзац счастья. То, что он, может быть, не смог получить в жизни, к чему нужно прилагать очень много усилий, даётся мгновенно. Потому что, чтобы получить настоящее счастье, нужно очень много потрудиться. Особенно часто человек становится алкоголиком или наркоманом, когда у него неблагополучно в семейной, личной жизни. Большинство подростков-наркоманов не получили в своей семье должной любви, очень многие были сиротами при живых родителях, а человек не может жить без любви, он страдает, ищет какой-то заместитель, способ забыться.

Американские исследователи утверждают, что 100% случаев наркомании связано с ощущением утраты смысла жизни. На вопрос, всё ли им представляется бессмысленным, 100% наркоманов отвечают утвердительно. В Центре реабилитации наркоманов применили метод логотерапии (с помощью которого пациенты обретали смысл жизни) и удалось добиться 40%-ного излечения по сравнению с 11% традиционных методов лечения. Вот почему так высок процент ремиссии в центрах лечения алкогольной и наркотической зависимости при храмах и монастырях. Ведь страждущим указывается подлинный смысл

жизни в Боге, в вере, в труде на благо Церкви и людей. Они каются в грехах (а без покаяния невозможно победить страсть), участвуют в таинствах, вместе молятся об исцелении.

Если в семье существует такая беда и один из членов болен алкоголизмом или наркоманией, он может справиться только при поддержке, помощи и любви близких людей. Он должен чувствовать, что его любят, что он не один, за него борются, к его беде равнодушны. Бесы алкоголизма и наркомании очень сильны, они очень крепко держат человека, власть их над ним велика. Недаром алкоголики, наркоманы даже начинают видеть эти тёмные сущности наяву. Бесы пьянства во всех странах во все времена являются в одинаковом виде. В связи с этим вспоминается один случай. Во время перестройки начался некоторый подъём церковно-общинной жизни и православные люди стали собираться друг у друга на квартирах для духовных бесед, общения, чаепитий. И вот такая встреча происходила на квартире у одной верующей женщины. Собралась группа прихожан и батюшка. Очень скромный, тихий, почти ничего не говорил, а сидел себе тихонечко в уголке. А муж этой женщины был человеком неверующим, но к этим собраниям относился вполне терпимо. И вот он начал задавать священнику вопросы, выражая свои сомнения в существовании духовного мира. Батюшка всё это молча слушал, а потом сказал только одну фразу: «Ответьте мне, пожалуйста, почему алкоголики всех времён и народов видят бесов одинаково?» После этого мужчина уже никаких вопросов не задавал, а весь вечер просидел задумавшись. Дело в том, что он сам страдал алкоголизмом. Почему алкоголики видят бесов? На наше счастье мир духов закрыт от наших очей. Наша земная телесная оболочка, так называемая «риза кожаная» (Быт. 3.20) не даёт нам видеть ангелов и бесов. Но в некоторых случаях люди их видят. Очень часто это происходит, когда душа уже готова разлучиться с телом. Описываются случаи, когда грешники видели толпы бесов, стоящих у их постели, и протягивающих к ним свои лапы. Человек, страдающий алкоголизмом, наркоманией настолько истончает свою земную оболочку, находясь практически в предсмертном состоянии, что начинает видеть духовные сущности, а так как служит страстям и греху, то и видит естественно не ангелов Света, а совсем даже наоборот. Поэтому человек пьющий часто является орудием в руках дьявола. Большинство преступлений, особенно убийств, совершается в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.

Но, несмотря на силу этой страсти и власть дьявола, надежда всегда остаётся. Если человек искренне хочет избавиться от зависимости и горячо просит Бога об исцелении, Господь обязательно поможет. Беда в том, что многие не имеют решимости сделать это, или просто не хотят. Уже было сказано, что страсть при всей своей мучительности имеет великую сладость для одержимого ей. И вот этого человек терять не хочет. И часто начинает хоть о чём-то задумываться, когда уже доходит до края, до придела. Либо Господь посещает тяжелой болезнью, либо рушится семья и пр. А тогда ведь может быть уже поздно.

Человеку, который встал на путь излечения, который хочет порвать со страстью алкоголизма, нужно запомнить раз и навсегда: даже если он избавится от недуга, он не перестанет быть больным, поэтому даже прикасаться к водке и вину ему категорически запрещено. То, что позволено обычному здоровому человеку, то есть получать веселье от вина и соблюдать меру, ему уже не дано. Недаром люди, входящие в группу А.А*, даже после того, как они полностью бросили пить, всё равно называют себя алкоголиками.

Известный актер Дмитрий Харатьян, бросив пить, также говорит сам про себя: «Я непьющий алкоголик.»

От пьянства нельзя освободиться полностью не «завязав» с алкоголем. Компромисс здесь невозможен. Сей демон изгоняется только постом (то есть полным воздержанием).

* Анонимные алкоголики

Нет греха в куренье табака?

В заключение этой темы хотелось бы сказать немного о ещё одной зависимости – табакокурении. Курение, к сожалению, далеко не все считают привычкой опасной и греховной. «Вот пьянство, наркомания – это другое дело, а курение – так, пустяки». В обязанности священника входит напутствие и причащение умирающих на дому и отпевание усопших в храме. Так вот, мне бы очень хотелось, чтобы те люди, которые так легкомысленно относятся к курению, хоть раз съездили со мною и побеседовали с теми

несчастными, которые умирали от рака горла, лёгких, печени, вызванных табачной зависимостью. А сколько лет жизни похитили сами у себя эти больные? Это знает один Господь.

Одна женщина, которая умерла потом от рака горла, ходила в наш храм. Так вот, даже придя на раннюю литургию, она не могла не покурить, она просто умирала без этого. И так как она была уже в очень плохом состоянии, я был вынужден допускать её до Причастия. Вскоре она умерла. Даже если курильщик может выдержать и не курить до литургии, как можно причастившись, вскоре затягиваться ядовитым дымом?

Когда разговариваешь с человеком сильно курящим, который пришёл натошак, еле-еле можно терпеть тот запах, который идёт у него изо рта. В некоторых странах правительство весьма обеспокоено здоровьем граждан. Постоянно повышаются цены на табачные изделия, запрещается реклама табака, на коробках сигарет печатают списки болезней, которые происходят от курения. К примеру, в Австралии на сигаретных пачках печатают фотографии органов, поражённых заболеваниями, вызванных курением. Например, лёгких, чёрных от табачного дёгтя и т.д.

Все эти ужасы я рассказываю не для того, чтобы кого-то обидеть, но может быть те, кто думают, что с табаком можно дружить, задумаются о том, чем может закончиться это увлечение.

Всякая страсть весьма сильна и сидит не только в теле, но и в душе, в сознании человека. Многие люди, бросившие курить уже очень давно, рассказывали мне, что часто видят во сне, как они с наслаждением затягиваются сигаретой. Вот какой глубокий след оставил в их душе этот порок.

Глава VI. Любодеение «демон нечистоты»

Думаю, каждому священнику периодически приходится отвечать на один вопрос (обычно его задаёт молодёжь): «Почему телесные, плотские отношения между мужчиной и женщиной вне брака считаются грехом, ведь всё это совершается по обоюдному согласию, никому не причиняется вред, ущерб, вот прелюбодеение – другое дело – это измена, разрушение семьи, а здесь, что плохого?»

Для начала вспомним, что такое грех. «Грех есть беззаконие» (1Ин. 3, 4). То есть, нарушение законов духовной жизни. А нарушение как физических, так и духовных законов ведёт к беде, к саморазрушению. На грехе, на ошибке ничего хорошего построить нельзя. Если при основании дома допущен серьёзный инженерный просчёт, дом долго не простоит. Такой дом был построен как-то в нашем дачном посёлке. Стоял, стоял, а через год развалился.

Священное Писание называет сексуальные отношения вне брака блудом и относит их к наиболее тяжёлым грехам: «Не обманывайтесь: ни блудники, ни идолослужители, ни прелюбодееи, ни малокии (т.е. занимающиеся рукоблудием (свящ. Павел), ни мужеложники ... Царства Божия не наследуют» (1Кор. 6, 9). Не наследуют, если не покаются и не перестанут блудить. Церковные канонические правила для впавших в блуд, например, свт. Василия Великого, свт. Григория Нисского, также очень строги. Им запрещается причащаться, пока они не покаются и не понесут епитимью. О сроках епитимьи умолчу. Такого современный человек просто не выдержит. Почему же Церковь с такой строгостью смотрит на грех блуда и в чём опасность этого греха?

Нужно сказать, что плотское, интимное общение между мужчиной и женщиной никогда Церковью не взбранилось, даже наоборот благословлялось, но только в одном случае. Если это был брачный союз. И кстати, не только венчанный, но и просто, заключённый по гражданским законам. Ведь и в I-е века христианства существовала проблема, когда один из супругов принимал христианство, а другой (или другая) пока ещё нет. И ап. Павел не разрешает таким супругам разводиться, признавая, что это тоже брак, пусть пока без благословения церковного.

Тот же апостол пишет о супружеских телесных отношениях: «Муж оказывай жене должное благорасположение; подобно и жена мужу. Жена не властна над своим телом, но муж; равно и муж не властен над своим телом, но жена. Не уклоняйтесь друг от друга, разве по согласию, на время, для упражнения в посте и молитве, а потом опять будьте вместе, чтобы не искушал вас сатана невоздержанием вашим» (1Кор. 7, 3-5).

Господь благословил брачный союз, благословил плотское общение в нём, служащее деторождению. Муж и жена отныне уже не двое, а «одна плоть» (Быт. 2, 24). Наличие брака – это ещё одно (пусть не самое главное) отличие нас от животных. У зверей брака нет. Самка может совокупляться с любым самцом, даже с собственными детьми, когда они вырастут. У людей же существует брак, взаимная ответственность, обязанности друг перед другом и перед детьми. Нужно сказать, что телесные отношения это очень сильное переживание, и они служат ещё большей привязанности супругов. «К мужу влечение твое» (Быт. 3, 16), - сказано про жену, и это взаимное влечение супругов также помогает скреплению их союза.

Но то, что благословляется в браке, является грехом, нарушением заповеди, если совершается вне брака. Супружеский союз соединяет мужчину и женщину в «одну плоть» (Еф. 5, 31) для взаимной любви, рождения и воспитания детей. Но Библия говорит нам и о том, что в блуде люди тоже соединяются в «одну плоть», но только уже в грехе и беззаконии. Для греховного наслаждения и безответственности. «Разве не знаете, что тела ваши суть члены Христовы? Итак, отниму ли члены у Христа, чтобы сделать их членами блудницы? Да не будет! Или не знаете, что совокупляющийся с блудницей становится одно тело с ней?» (1Кор. 6, 15-16)

И действительно, каждая беззаконная плотская связь наносит глубокую рану душе и телу человека, и когда он захочет вступить в брак, ему будет очень тяжело носить в себе этот груз и память о прошлых грехах.

Блуд соединяет людей, но для того, чтобы осквернить их тела и души.

Любовь между мужчиной и женщиной возможна только в браке, где люди дают друг другу перед Богом и всеми людьми обеты верности и взаимной ответственности. Ни просто половые связи, ни сожителство с одним партнёром в модном ныне «гражданском браке» не даёт человеку настоящего счастья. Потому что брак – это не только телесная близость, но и духовное единение, любовь и доверие любимому человеку. Понятно, что ни беспорядочные связи, ни сожителство без регистрации этого дать не могут. Какими бы красивыми словами не прикрывались любители «гражданского брака» – в основе их отношений лежит одно, - взаимное недоверие, неуверенность в своих чувствах, боязнь потерять «свободу». Люди блудящие обкрадывают сами себя, вместо того, чтобы идти открытым, благословлённым путём, они пытаются украсть счастье с чёрного хода. Один весьма опытный в семейной жизни священник сказал как-то, что живущие вне брака подобны людям, которые, надев на себя священнические облачения, дерзают служить литургию. Они хотят получить то, что им не принадлежит по праву.

Данные статистики свидетельствуют, что браки, в которых был период сожителства до женитьбы, распадаются гораздо чаще, чем те, где супруги такого опыта не имели. И это понятно и объяснимо: грех не может лежать в фундаменте семейного здания. Ведь телесное общение супругов даётся им как награда за их терпение и чистоту. Молодые люди, которые не хранят себя до брака – люди расхлябанные, безвольные. Если они ни в чём не отказывали себе до брака, то так же легко и свободно пойдут «налево» уже в браке.

Храни сердце твое

С чего начинается грех блуда? «Всякий, кто смотрит на женщину с вожделением, уже прелюбодействовал с нею в сердце своем» (Мф. 5, 28). Вот, где начало страсти. Человек впускает её в сердце, услаждается ей, а там уже недалеко и до телесного греха. Да, грех исходит из сердца, но в сердце он тоже как-то попадает. Из нескольких источников. Блудная страсть, как говорят святые отцы, напрямую связана с предыдущим грехом, т.е. страстью чревоугодия, телесного пресыщения и излишнего винопития. «Воздержание порождает целомудрие, чревоугодие же есть мать блудной похотливости». Вспомним ещё: «Не упивайтесь вином, от которого бывает распутство» (Еф. 5, 18). Любодеяние – страсть плотская и обуздывать её нужно приучая плоть к воздержанию и умеренности. Жирная, сытная, острая пища, обильное винопитие – всё это очень горячит кровь, вызывает игру гормонов, возбуждает. Это общеизвестный факт.

Другой фактор, влияющий на буйство плоти – это нехранение зрения и других чувств. Быть может, у нас нет ещё такого чудовищного разврата, в котором утопал древний Рим, хотя мы приближаемся к этому. Но

вот такой пропаганды и рекламы этого греха Рим точно не знал. В главе про средства массовой информации уже немало было сказано про это. Не только телеэфир (телевизор хоть можно выключить), но и улицы наших городов наполнены изображениями обнажённых тел. Притом бесстыдные рекламные щиты порой «украшают» самые напряжённые трассы. Думаю, что аварийность около таких плакатов повышается в несколько раз. Один московский священник как-то не выдержал, принёс большую лестницу и на огромном непристойном плакате написал чёрной краской: «Лужков, ты мэр Содома и Гоморры?»

Конечно, всё это делается, чтобы разложить, ослабить нацию. Известный факт, что Гитлер распространял на оккупированных территориях порнографию и противозачаточные средства. Притом в самой Германии порнография была запрещена. Можно ли уберечься от всей этой скверны, которая буквально преследует нас на каждом шагу? Сложно, но можно. Господь не даёт испытания не по силам. И тот человек, который хочет хранить свою душу и тело в чистоте, сможет это сделать даже в Содоме как праведный Лот.

Первое, что нужно сделать, - это сократить количество источников соблазна до минимума. (Подробнее об этом в главе про СМИ).

Второе. Не фиксировать своё внимание на раздражающих объектах, не прилепляться к ним. Не пожирать глазами соблазнительные картины, а научиться скользить по ним взором, как бы ни замечая их.

И третье. Не только не проявлять особого внимания к соблазнам, но и изменить своё отношение к ним, воспринимать как нечто нейтральное.

Приведу пример в объяснение моей мысли. Хотя я и имею довольно серьёзный водительский стаж, но всё же страдаю невнимательностью, рассеянностью на дороге. В пути могу засмотреться на что-нибудь интересное, необычное, и это меня не раз подводило. И выработал правило, дал себе зарок: за рулём следить только за дорожной обстановкой, знаками, показаниями приборов, а на всём остальном, отвлекающем не фиксировать взор, как бы скользить взглядом по предметам, не останавливаясь долго на них. Вы знаете в обычной, не автомобильной жизни такой приём тоже помогает хранить зрение. Когда встречаешь что-то бесполезное, вызывающее соблазняющее, нельзя не видеть этого (хотя полезно и отвести взор), но можно не рассматривать, не останавливаться взглядом. Конечно, для этого нужен определённый навык. Но зато потом уже чисто автоматически начинаешь отсеивать то, на что не нужно смотреть.

Ещё один важный фактор для хранения себя от соблазнов – изменение отношения к вещам соблазняющим. Вещи сами по себе нейтральны – хорошими или плохими их делает наше отношение к ним. Например, на женщину можно смотреть как на предмет вождления, а можно (даже если она не очень скромно одета) как на нечто нейтральное. Об этом пишет свт. Феофан Затворник: «Как же быть, если, живя в обществе, нельзя не смотреть на жен? Но ведь не просто смотрящий на жену прелюбодействует, а смотрящий с вождлением. Смотреть – смотри, а сердце на привязи держи. Смотри очами детей, которые смотрят на женщин чисто, без дурных мыслей».10)

На существо противоположного пола можно смотреть как на сестру или на мать (на брата или отца), но не как на нечто разжигающее в нас похоть. Ведь очень часто мы сами готовы открыть душу страсти. Но если она закрыта на замок, соблазнительному образу, картинке сложно будет проникнуть во внутрь. Если человек имеет жену, для него может существовать только одна женщина – супруга. Только её он может любить как женщину, все остальные не имеют пола. Он должен видеть в них только человеческое, а не женское. Враг очень силен и от нескромного взгляда, лёгкого флирта до прелюбодеяния – один шаг. Хранить в чистоте нужно не только зрение, но и ум. Нечистые, блудные мысли как грязь пачкают, оскверняют душу и сердце. Недаром демона блуда преподобный Ефрем Сирийский назвал «бесом нечистоты». О том как бороться с греховными нечистыми помыслами подробно рассказывалось в главе «Борьба с помыслами».

Всё, что было сказано выше, относится к помыслам, чувствам, желаниям. С этого начинается страсть блуда. Второе, о чём нужно помнить, - это наше поведение. «Горе тому человеку, через которого соблазн приходит» (Мф. 18, 7). Нескромная одежда, двусмысленные шутки, лёгкость в обращении с

противоположным полом, - всё это может навредить не только нам, но и другим людям. И тогда «горе нам». Чтобы мы не делали, нужно всегда задумываться: не движет ли нами бессознательно какая-либо страсть, и как наше поведение отзовется в сердце другого человека.

Горе миру от соблазнов

Очень многое в нашей жизни зависит от отношения к той или иной проблеме. Даже к явному соблазну можно относиться вполне нейтрально. Но если специально настраивать себя, подогревать в себе страсть, достаточно небольшого толчка, чтобы страсти сорвались с цепи.

В наше время и средства массовой информации, и современная литература, искусство, даже образование пытаются внушить нам мысль, что грех – это норма, а чёрное – это белое. Особенно ярко пропагандируется грех блуда: «Сексуальная жизнь необходима всем без исключения (в разных формах) без этого просто нельзя прожить, без этого у тебя никогда не будет ни счастья, ни здоровья, вообще ничего. Если у человека есть половые органы – они должны обязательно действовать и т.д.». Об этом можно говорить очень долго, но всё ясно и так. Всё перевернулось грех, извращения – это не то, от чего надо избавляться, а то, без чего невозможно прожить. Источник всего этого тоже известен. Нам предлагается чудовищная ложь, а «отец лжи» как известно – дьявол.

Можно ли жить в этом страшном мире разврата и греха и сохранить чистоту?

Евангелие, Новый Завет, где блуд называется смертным грехом, написано не только для людей I-го века. Оно написано для всех времён, и для нас христиан XXI столетия. Где жили первые христиане? В Римской империи. А Рим достиг такого уровня распущенности, разврата, половых извращений, до которых наша страна пока, слава Богу, ещё не дошла. И, тем не менее, христиане смогли сохранить себя, свои семьи от натиска нечистоты. И христианство, несмотря на жесточайшие гонения, смогло изменить этот мир. Империя в начале IV века стала христианской.

Если говорить не о временах первых христиан, а о нашем недавнем прошлом, ещё 20 лет назад то, что современная молодёжь считает смешным, нелепым и устаревшим, было нормой. Нормой было обязательно создать семью. Для большинства девиц было нормой хранить себя до брака. Сожителство без брака осуждалось обществом, и было явлением крайне редким. Так было в нашей стране, где семейные традиции не умерли даже в советское безбожное время. И вообще любой нормальный человек рано или поздно понимает, что путь распущенности, вседозволенности, разрушения семьи – это путь в никуда. Америка, измученная плодами «сексуальной революции», повернулась в сторону нравственных, семейных ценностей. С 1996 г. в США введена программа под названием «Обучение воздержанию». На её реализацию выделяется по 50 млн. долларов в год. Задача этой программы – противостоять половой распущенности, абортам, внебрачной беременности, пропагандируя воздержание и объясняя подросткам, что оно не наносит вред организму.

В нашей стране, к сожалению, пока наоборот всячески насаждается мнение, что воздержание вредно: «Если есть органы – они должны работать во что бы то ни стало. Если есть желания – они должны удовлетворяться». И поэтому мы и перегнали всех по абортam и количеству брошенных детей.

Немного о детородных органах. Они даны нам для репродукции, для воспроизведения потомства. И все животные организмы их для этого и используют. Не функционирование их не может привести к потере здоровья. Например, женщина может родить за свою жизнь одного ребёнка, а может вообще не родить. При этом её репродуктивные органы так и останутся невостребованными, но это не значит, что женщина будет болеть. В человеческом организме заложены механизмы саморегуляции.

Всё зависит от нашего отношения к проблеме воздержания. Если человек настроится, что жить не сможет, умрёт без половых связей, ему действительно будет невозможно воздержаться. А настроенный на воздержание, хранящий себя от соблазнов сможет понести это.

Вот что говорит о воздержании православный семейный психолог Ирина Анатольевна Рахимова: «Есть очень большое заблуждение, что воздерживаться вредно. Считается, что каждый (в том числе и вне брака)

должен иметь регулярную половую жизнь, удовлетворять свои потребности, без этого, дескать, будут болезни, неврозы и психические расстройства. Это большая ловушка. Все неврозы и расстройства в голове, в настройке человека, в том, что он сам себе внушил. Считаю, что в теории сублимации есть большая доля правды. Если человек не заикливается на телесно-половой теме и живет воздержанно, он может использовать нерастраченную энергию для реализации себя в творчестве, труде, научной деятельности, других сферах.»

В браке также необходимо научиться воздержанию. Ведь существуют посты, периоды беременности, может случиться болезнь. Есть люди, чья профессиональная деятельность предполагает длительные командировки. И так было всегда, и супруги как-то терпели, смирялись. Многие благочестивые матери имели много детей и во время беременности и кормления грудью, (а это больше 2-х лет) не имели плотского общения с мужем.

А сейчас даже иные врачи советуют лечить некоторые болезни (например, простатит) с помощью случайных связей. Например, у мужчины нет жены, и они советуют завести любовницу, чтобы «подлечиться». Что тут можно сказать? Простатит – болезнь не новая. Но в наше время безнравственность и распущенность захватили все слои общества и сословия. В том числе и врачей. Никакой грех не может лежать в основе лечения. Грех не созидает, а только разрушает. Сейчас появилось очень много современных препаратов и методов лечения этой болезни. Недобросовестные врачи иногда дают просто ужасные советы. Один мужчина потерял единственного ребёнка, он очень тяжело болел и умер у него на руках. Этот человек очень сильно переживал своё горе, тем более, что его жена уже не может родить детей. Он лежал в больнице, консультировался у психиатров, психотерапевтов и вот, что они ему посоветовали: «А ты заведи себе любовницу и пусть она родит тебе ребёнка, или разведись с женой и женись на молодой, вот и будут у тебя дети». Да, воистину: «Ужасный век, ужасные сердца!»

Бог в помощь!

Брань с разжжением плоти – вещь естественная, не нужно её бояться. Каждый человек чувствует в своём теле определённые поползновения, движения. Но эти движения не должны выходить из под контроля. Наши гормоны, наше естество нужно всегда держать на коротком поводке и в строгом ошейнике, иначе этот пёс вырвется и может покусать нас самих.

Если мы хотим бороться с похотью плоти и просим у Бога помощи, Господь обязательно поможет нам. Если не будет борьбы с плотью, не будет и награды за подвиг.

Некий пресвитер Конон часто совершал таинство Крещения. Всякий раз, когда ему приходилось помазывать св. елеем и крестить женщин, он впадал в большое смущение и по этой причине даже хотел уйти из монастыря. Тогда явился ему св. Иоанн Креститель и сказал: «Будь тверд и терпи, и я избавлю тебя от этой брани». Однажды к нему пришла для крещения девушка-персиянка. Она была так прекрасна, что пресвитер не решился помазать её св. елеем. Она прождала два дня. Между тем пресвитер Конон, взяв мантию, удалился со словами: «Я не могу более здесь оставаться». Но едва взошёл он на холм, его встретил Иоанн Предтеча и сказал: «Возвратись в монастырь, и я избавлю тебя от брани». Конон с гневом ответил ему: «Будь уверен, ни за что не вернусь. Ты не раз обещал мне это, но так и не выполнил обещания». Тогда св. Иоанн раскрыл его одежды и трижды осенил крестным знаменем. «Поверь мне, Канон, - сказал Креститель, - я желал, чтобы ты получил награду за брань эту, но так как ты не захотел, я избавлю тебя, но вместе с тем ты лишаешься награды за подвиг». Возвратившись в монастырь, пресвитер крестил персиянку, как бы и, не заметив, что она женщина. После чего до самой смерти совершал крещение без всякого нечистого возбуждения плоти.

В заключение вспомним, какими средствами ведётся борьба с блудной страстью. Плотскую похоть не случайно сравнивают с огнём, пламенем. И святые отцы единодушно говорят, что нельзя давать её никакой пищи (топлива) через пресыщение плоти, зрение, слух и другие чувства. Тогда с ней нетрудно будет

справиться. Внезапно вспыхнувшее пламя легко можно затоптать, но пройдёт всего несколько минут, и будет пылать весь дом. Кто хоть раз видел большой пожар, знает, как неуправляема огненная стихия.

Глава VII. Сребролюбие «культ золотого тельца»

Сребролюбие, любовь к деньгам, культ материальных ценностей – бич нашего времени.

Наше общество - это общество потребления, потребления материальных благ, удовольствий, развлечений. А всякое развлечение требует средств. Культ денег настолько вошёл в повседневный быт, что курс валют является обязательной новостью, которую передают каждый час по радио наряду с прогнозом погоды, как будто это так важно и необходимо знать каждому. В сознание людей крепко вбивается, что без больших денег, без богатства невозможно быть счастливым человеком. Всё можно приобрести только за деньги. Если их нет, ты неудачник. Как-то увидел в продаже книгу «Как воспитать будущего миллионера». То есть богачей предлагается воспитывать с пелёнок, нацеливать их на успех. Не «как воспитать честного, доброго, порядочного человека, а воспитать миллионера.

Несчастен будет этот человек, которого безумные родители с детства будут натаскивать, ориентировать на успех, карьеру, богатство. Он никогда не будет счастливым. Он никогда не найдёт настоящей дружбы, любви, веры, ведь их нельзя купить за деньги.

Почему тяжело спастись богатому?

Сребролюбие, служение материальному - есть идолопоклонство в чистом виде, поклонение «золотому тельцу». Хотя, конечно, любая страсть – идол: «Нельзя служить Богу и маммоне» (Мф.6, 24), то есть богатству.

Но служение материальным благам особенно отводит человека от духовных ценностей. Его душа замещается другим, он становится в полном смысле слова материалистом. Помыслы и думы о земных благах и ценностях не оставляют место для духовного. Вот почему сказано: «Трудно богатому войти в Царство Небесное» (Мф.19, 23).

Богу в нашем сердце нужно место, чтобы за что-то удержаться в душе человека, тогда ему можно помочь. А если его сердце, душа занято только материальным? Это не значит, что спастись нищему, бедному легко. Нищета тоже может породить множество пороков: зависть, самолюбие, уныние, ропот и т.д. Но в Евангелии сказано о трудностях спасения для богатого. И из истории видно, что и Христос, и апостолы были очень бедны, не имели, где главу преклонить, бедных христиан было гораздо больше. Хотя среди святых были люди и весьма богатые: Авраам, Цари Давид, Соломон, императоры, князья и др. То есть не богатство само по себе является грехом, а отношение к нему. Всё, что нам Господь даёт: таланты, богатство – не наше. Мы управители, приставники над всем этим, это – Божие. И мы должны не только вернуть то, что нам дано, но и вернуть с процентами, приумножить, используя эти дары на помощь ближним и для спасения души.

Но часто бывает не так, материальные ценности занимают настолько господствующее положение в умах людей, что о Боге, о душе, о ближних они почти не вспоминают. Верующему бывает очень не просто общаться с человеком мирским. Он говорит только о земном, материальном.

В Евангелии мы находим немало притчей, кратких историй о богатых и богатстве. Некоторые из них говорят о правильном отношении к богатству, а некоторые очень наглядно, образно показывают безумие людей, живущих только земными, тленными ценностями.

В Евангелии от Луки есть такой рассказ: «У одного богатого человека был хороший урожай в поле; и он рассуждал сам с собою: «что мне делать? Некуда мне собрать плодов моих» И сказал: «Вот что сделаю: сломаю житницы мои и построю бóльшие, и соберу туда весь хлеб мой и всё добро моё. И скажу душе моей: душа! Много добра лежит у тебя на многие годы: покойся, ешь, пей, веселись». Но Бог сказал ему: «Безумный! В сию ночь душу твою возьму у тебя, кому же достанется то, что ты заготовил?» Так бывает с тем, кто собирает сокровища для себя, а не в Бога богатеет» (Лк. 12. 16-21). Святой праведный Иоанн

Кронштадский, толкуя эту притчу, как бы вопрошает богача: Что ты безумствуешь, говоря: «некуда мне собрать плодов моих». Как некуда? Вот тебе житницы – руки бедных: преподай дары благодати Божией, данные для многих, - многим бедным и получи за это от Господа прощение грехов и велию милость; поступив, таким образом, ты поступишь сообразно с волей Божией, ибо Господь даёт нам избытки для вспоможения бедным: «ибо милостивии сами помиловании будут».11)

В притче этой вовсе не осуждается богатство, а осуждается отношение к нему богача. Он всю жизнь прожил в кутежах и веселии и даже, стоя на пороге смерти так и не понял: «зачем Бог дал ему это имение». А оно даётся только для одного: чтобы материальные сокровища превращать в духовные, нетлеющие. Помогать нуждающимся, делать добрые дела, украшать храмы, и вообще спасать душу данным тебе богатством. Но для богатого человека всё это ох как непросто. Жизнь в довольстве и неге засасывает, делает нечувствительным к чужой боли. Проблемы, боль нуждающихся, обездоленных становятся бесконечно далеки. Человеку не испытавшему, что такое бедность, лишения сложно понять голодного. Есть даже пословица: «Сытый голодного не разумеет».

На этот счёт в Евангелии имеется ещё одна притча. Некий человек был богат; одевался в порфиру, и каждый день пиршествовал блистательно. Был также некий нищий, именем Лазарь, который лежал у ворот его в струпьях, и желал напитаться крошками, падающими со стола богача; и псы, приходя, лизали струпья его. Умер нищий, и отнесен был Ангелами на лоно Авраамово. Умер и богач, и похоронили его. И в аде, будучи в муках, он поднял глаза свои, увидел Авраама вдали и Лазаря на лоне его. И возопив, сказал: «Отче Аврааме! Умилосердися надо мною, и пошли Лазаря, чтобы омочил конец перста своего в воде и охладил язык мой; ибо я мучаюсь в пламене сем» Но Авраам сказал: «Чадо! Вспомни, что ты получил уже добро твое в жизни твоей, а Лазарь злое: ныне же он утешается, а ты страдаешь» (Лк. 16. 19-25). Почему богач попал в ад? Ведь в Евангелии не сказано, что он кого-то убил или обокрал, чтобы получить своё богатство. Ну, подумаешь, любил ежедневные пиры. К тому же был верующим, знал Авраама и, наверное, даже читал Святое Писание. Но видимо не было у него никаких добрых дел, нечем ему было оправдаться, всё то, что дано ему было как средство спасения души, было безумно потрачено только на себя. «Получил ты уже что хотел!» - говорит ему Авраам. Все эти годы у самых ворот дома богача лежал больной, голодный нищий Лазарь. Богатый даже знал, как его зовут, но не принял в его судьбе никакого участия, даже крошек со стола богатого ему не подавали. От богатства, роскоши сердце богача ожирело, и он уже не замечал страданий другого. «Где сокровище ваше, там и сердце ваше», - говорит Христос. Сердце богача принадлежало земному сокровищу. Душа его была заполнена только служением телесным удовольствиям, в ней не было места для любви к Богу и его творению – человеку. Он здесь на земле сделал свой выбор: жить бездуховной жизнью, не думать о душе. После смерти человек уже не может измениться, если Бог не был нужен ему здесь, то он не сможет находиться с Ним там. Не Господь наказывает человека, но сам человек обрекает себя на мучения. Райская жизнь со святыми, богообщение ещё более мучительна для грешника, чем огонь геенны.

Приведу пример, который частично объясняет эту мысль. Для верующего человека молитва, праздничная, воскресная служба, общение с братьями по вере – радость. А попробуйте заставить стоять 3 часа на праздничной всенощной человека не только непривычного, но и неверующего. Он и получаса не простит – весь изведётся и измучается.

Как-то я был приглашён отслужить панихиду на кладбище. Собралась родня, и когда я хотел уже начать, вдруг почти все родные и друзья за исключением трёх старушек отошли на несколько метров, повернулись спиной и закурили. Я попросил их не курить рядом с могилой и принять участие в заупокойной молитве, но они лишь отошли подальше и продолжали перекур. Притом около могилки я заметил несколько бутылок со спиртным и закуску. Видимо этих молодых людей интересовала только эта часть «мероприятия». Бог насильно никого не спасает. Каждый сам выбирает: быть ему с Богом или вне Его.

Не очерстветь сердцем

Но всё-таки таких людей как евангельские богачи довольно мало, ведь большинство людей далеко не богаты. Если бы эти притчи относились только к богатым, они бы не были записаны в Евангелии, ибо в притчах Господь обращается ко всем людям, а значит и к нам тоже.

Жить только земными интересами, не помнить о смерти, забыть о ближних можно не только имея большое стяжание. Просто богатая, сытая жизнь более к этому располагает. Когда у человека скромный достаток, он может перестать помогать нуждающимся, оправдывая себя тем, что нужно кормить семью, сами, дескать, мало. Сейчас, когда все вокруг говорят про экономический кризис, многих охватывает страх, тревога за грядущий день. И очень важно нам всем сейчас не очерстветь сердцем, подобно богачу из притчи. Помнить про тех Лазарей, которым ещё хуже, чем нам. Милосердного, щедрого Господь никогда не оставит без пропитания. В духовной жизни есть такой замечательный принцип, даже закон: «Рука дающего не оскудеет». Человека, который помогает другим, Господь всегда вознаграждает с избытком, даже в земной жизни. Но для этого, конечно нужно иметь веру и решимость.

«Я был молод, и состарился, и не видел праведника оставленным и потомков его просящими хлеба. Он всякий день милует и займы даёт, и потомство его в благословение будет» (Пс. 36, 25-26), - говорит псалмопевец Давид. Конечно, здесь не обещается какого-то большого богатства и благосостояния, но ясно одно: без средств к пропитанию и всего необходимого человек милостивый не останется.

Если супруги хотят иметь много детей (то есть делают свой выбор в сторону духовного богатства), они также никогда не останутся без помощи Божией. Есть такая пословица: «Если Бог дал ребёнка, даст и на ребёнка». Один многодетный папа рассказывал, что с каждым новым чадом благосостояние их семьи не только не уменьшалось, а наоборот росло. Бог посылает помощь многодетным самыми разными путями. В Евангелии сказано: «Не заботьтесь и не говорите «что нам есть?» или «что нам пить?» или: «во что одеться?» Потому что всего этого ищут язычники, и потому что Отец ваш небесный знает, что вы имеете нужду во всём этом. Ищите прежде Царства Божия и правды Его, и это всё приложится вам» (Мф. 6. 31-33). Многодетные христиане ищут не комфортной, праздной жизни, а именно Царства Божия, они живут не для себя, а для детей, растят и воспитывают их, не жалея времени и сил, и потому «остальное прилагается им».

Нам сейчас постоянно внушается, что всё можно купить за деньги. Без денег ты никто, ноль без палочки. А если ты богат, твои возможности ограничены только размером твоего банковского счёта. Но даже самый примитивный и приземлённый человек поймёт: за деньги можно купить далеко не всё – любовь, дружбу, верность, талант, доброе имя и даже здоровье не купишь за деньги.

А можно ли без этих вещей быть счастливым? Без некоторых из них, точно нельзя, и поэтому счастье тоже нематериально, оно не зависит от благосостояния. Например, счастливый в семейной жизни, любимый всеми и сам любящий бедняк в сто раз счастливее любого богача. В Евангелии прямо сказано: «Жизнь человека не зависит от изобилия его имения» (Лк. 12, 15). Наоборот, большое имение приносит большие заботы и часто скорби. Иногда приходится беседовать с жёнами «новых русских», и как же их становится жалко. Ещё молодые сильные женщины, с высшим образованием, всё своё свободное время тратят на благоустройство дома, постоянно делают ремонты, спорят со строителями, все их мысли заняты, какую купить мебель, как её расставить, где повесить картины и т.д. Имение-то большое, требует постоянного попечения. И на это уходят лучшие годы жизни. А сколько уходит средств и сил на охрану богатства. Большое богатство – это вещь в себе, оно не столько радуется, сколько поработает, заставляет служить себе.

Сребролюбие и другие грехи

Любостяжание, служение «золотому тельцу», порождает многие пороки. Убийство, грабежи, обман, - это то, что очень часто лежит в основании большого богатства. Заработать большое имение честным трудом очень непросто. Человек одержимый сребролюбием, ради денег готов если не на всё, то очень на многое.

Мы все удивляемся, куда пропали хорошие, добрые талантливые фильмы и телепередачи, почему сейчас так мало одарённых писателей, пробуждающих в людях благородные чувства? Почему с экранов на нас льётся сплошной поток секса, насилия, агрессии и нецензурной брани? Одна из главных причин – искусство стало коммерческим. Киностудии, издательства, телеканалы хотят вернуть свои инвестиции с большой прибылью. Для этого их продукция должна устраивать массовую аудиторию и вызывать интерес. В фильм вложили 2 миллиона долларов, - нужно получить не менее 3. Очень сложно собрать полные залы, показывая действительно хорошую картину. Приятным и очень редким исключением стал фильм «Остров» П. Лунгина, рассказывающий о покаянии и возрождении человеческой души.

В Древнем Риме толпа кричала: «Хлеба и зрелищ!» Какие тогда были зрелища? Театр, прославляющий разврат, жестокие кровавые бои гладиаторов и пытки христиан на арене Колизея. Как в древности, так и сейчас любимые народные зрелища одни и те же.

На властителях человеческих дум: писателях, журналистах, кинематографистах лежит огромная ответственность. «Как слово наше отзовется». Ведь спорное, снятое, написанное ими, становится достоянием миллионов людей. И если человек творческий совершает своё дело из сребролюбия, тщеславия, а душа его преисполнена нечистоты, он способен соблазнить множество людей. И что самое страшное, если он действительно талантлив, его разрушительное дело продолжается и после его смерти.

У Крылова И.А. есть одна не очень известная, но очень поучительная басня. Сюжет её таков. По смерти в ад попадают два человека. Разбойник и Сочинитель. Первый, понятное дело, грабил людей, а второй:

«Разливал в своих творениях яд.

Вселял безверие, укоренял разврат».

И вот под котлом, где сидел Разбойник, был разведён большой костёр, а под Писателем огонёк еле-еле горел. Но вот прошли века, и под Разбойником огонь давно погас, а «под Сочинителем он злей с часу на час». Взывая к властителям ада, Писатель стал вопрошать: «За что такая несправедливость?» И вот какой последовал ответ:

«Он вреден был

Пока лишь жил;

А ты... уже твои давно истлели кости,

А солнце разу не взойдёт,

Чтоб новых от тебя не осветило бед.

Твоих творений яд не только не слабеет,

Но, разливаясь, век от веку лютееет.

И далее показана ужасная картина разрушительного действия книг Сочинителя: юноши, восставшие против «супружества, начальства, власти» и впавшие в безверие, целая страна, доведённая до гибели мятежами и раздорами под влиянием его сочинений и т.д.

«А сколько впредь ещё родится

От книг твоих на свете зол!»

Ныне получил очень большое распространение ещё один порок, порождённый сребролюбием – игромания. Люди проигрывают в казино, в игровых автоматах подчас всё своё имущество, доходят до разорения, иногда до самоубийства. Игроком движут две страсти: алчность и азарт, жажда риска, острых

ощущений. И вторая, как правило, берёт верх, человек не может вовремя остановиться и попадает в полную зависимость от неё.

Совершенно точно установлено, что игромания, пристрастие к азартным играм является такой же зависимостью, как наркомания и алкоголизм, и очень трудно поддаётся лечению.

В современном мире мы видим немало примеров человеческого сребролюбия в особо крупных размерах. Одним из таких примеров является московское строительство. Несколько лет назад власти Москвы заявили, что все ветхие пятиэтажки будут снесены к 2010 году, а на их месте будут построены большие, комфортабельные дома. Началось строительство. В нашем районе Измайлово стройка идёт особенно бурно, так как район перспективный, зелёный, рядом парк. Ломались 3-х этажные, 5-этажные дома, а на их месте возводились от 18 до 30 этажей. Но видимо никто не подумал, что район просто не рассчитан на такое огромное население. Количество поликлиник, школ, детских садов, линий городского транспорта и т.д. остаётся прежним. Все дворы, все улицы, прилегающие к новостройкам, оказались забитыми машинами. На улицах вдоль домов автотранспорт припаркован в два ряда, и между ними узкий проезд, где автомобилями разъезжаются по очереди. Пробки, заторы, в метро не войти, на наземный транспорт невозможно сесть. И это только одна сторона проблемы. Жить в 30-этажных небоскрёбах очень небезопасно. А если пожар на 30-м этаже? Тушение пожаров в многоэтажных домах, по мнению специалистов, дело весьма проблематичное. Квартирный вопрос, который, как известно «испортил москвичей», конечно же, не был решён. В новостройки переселяют жителей снесённых домов, и только небольшой процент жилья отдаётся очередникам. Остальной жилищный фонд продаётся по цене несколько тысяч долларов за квадратный метр. Люди многие годы стоят в очереди на жильё, живут в ужасных условиях, а Москва перенаселяется. В чём проблема? В сребролюбии. Недвижимость в Москве – это золотое дно, это миллиарды долларов. И вообще жизнь в столице из-за ужасных пробок, перенаселённости, плохой экологии просто стала невозможной. А всему виной человеческое сребролюбие.

Виды сребролюбия

У сребролюбия есть два вида:

- расточительность, транжирство и наоборот,
- скупость, жадность.

В первом случае человек, имея богатство, безумно тратит его на развлечения, удовлетворение своих потребностей, роскошную жизнь. В другом случае, он может жить очень бедно, во всём себе отказывать, но служить богатству как идолу, копить, собирать и не с кем не делиться. Чахнуть как Кощей, как Скупой рыцарь над своим златом.

Известный американский миллионер Джон Рокфеллер, обладая огромным богатством, жил как бедняк. Он довёл себя до полного нервного и физического истощения из страха, что его бизнес потерпит крах, и он лишится хоть части своего богатства. Он тяжело болел, соблюдал строжайшую диету, так как не мог ничего есть.

Правда справедливости ради надо сказать, что во второй половине жизни Рокфеллер очень сильно пересмотрел свои взгляды и начал тратить большие суммы на благотворительность.

Страсть к накопительству, скупость – черта присущая не только богачам. Довольно часто люди задают вопрос: «Что такое мшелоимство?», про которое мы читаем в исповедальной вечерней молитве. Мшелоимство – это стяжание ненужных для нас вещей, когда они от долгого хранения и бездействия как бы покрываются мхом. Этим грехом могут страдать и люди весьма бедные, приобретая и копя посуду, одежду, любые другие предметы, заполняя ими все шкафы, полки и кладовки, и часто забывая даже, что где лежит.

Противоборство с любостязанием

Как бороться со страстью сребролюбия?

Воспитывать в себе противоположные добродетели:

- милосердие к бедным, нуждающимся;
- попечение не о земных ценностях, а о стяжании духовных даров;
- размышление не о вопросах меркантильных, земных, а о духовных.

Добродетель не придёт сама собой, человек, имеющий расположенность к сребролюбию, должен понуждать, заставлять себя делать дела милосердия. Употреблять богатство на пользу своей душе. Например, когда мы подаём милостыню, нужно подавать её не так: «На Тебе, Боже, что нам не гоже», а столько, чтобы даяние было, действительно, жертвой, сопровождалось внутренней борьбой с нашей скупостью, привязанностью к материальному. Чтобы мы с трудом расставались с нашими средствами. Вот тогда это будет настоящая милостыня, а не формальность. А то иной раз получается, что мы отдали нищему какую-то мелочь, которая просто тянет нам карман, и ещё ждём, что он будет нам за это благодарен. «Кто сеет скупо, тот скупо и пожнёт, а кто сеет щедро, тот щедро и пожнёт» (2 Кор. 9, 6). Кстати само название денег – «средства» говорит о том, что приобретение и хранение их, ни коем образом не является самоцелью. Они лишь средства и, в первую очередь, средства для спасения нашей души.

Понуждая себя делиться, отдавать, помогать другим, мы сможем избавиться от сребролюбия и жадности. Мы поймём, что «блаженнее давать, нежели принимать» (Деян. 20, 35), что, раздавая, мы можем получить большую радость и удовлетворение, чем, копя и собирая ценности, которые нам самим порой приносят очень мало пользы.

Многие задаются вопросом: кому подавать милостыню, ведь иногда возникают сомнения в честности просящего, в том, что он употребит нашу помощь во благо? Здесь нет единого мнения святых отцов. Одни полагают, что нужно подавать всем просящим, ибо Господь Сам знает: просит человек искренне или обманывает, и на нас не будет греха, подавать как Самому Христу. Другие говорят, что творить милостыню нужно с большим рассуждением. Мне кажется, что истина где-то посередине. Конечно, мы в любом случае не прегрешим, даже если подадим нечестному человеку. «Профессиональные нищие» были во все века и во времена Спасителя тоже. И те не менее, и Господь, и апостолы раздавали милостыню нищим. Но если у нас нет уверенности в человеке, можно подать ему небольшую сумму, а более щедрую помощь оказать действительно нуждающимся. Вокруг нас столько горя, что среди наших знакомых и родных наверняка есть такие люди. Хороший совет содержится в житии св. праведного Филарета Милостивого. Этот святой прославился своим нищелюбием и милосердием. Он имел три ящика, наполненных порознь золотыми, серебряными и медными монетами. Из первого получали милостыню совсем неимущие, из второго лишившиеся средств, а из третьего – те, кто лицемерно выманивал деньги.

Глава VIII. Гнев «убийца любви»

Один специалист по вопросам семьи и брака назвал как-то гнев – убийцей любви. Говорил он это применительно к семейной жизни, но это выражение можно отнести и к человеческим взаимоотношениям вообще. Раздражительность, гнев не только являются причиной конфликтов, но и убивают те чувства любви, дружбы, симпатии, уважения, которые мы имеем к людям. В минуту гнева меняется наше отношение к человеку, его черты, особенности, милые привычки вызывавшие, может быть, наше восхищение предстают теперь в искажённом, уродливом карикатурном виде. «От любви до ненависти, как говорится, - один шаг».

Если человек увидит себя в зеркале в припадке гнева, ярости, он просто ужаснётся и не узнает сам себя. Настолько изменился его облик. Но гнев помрачает не только и не столько лицо, сколько душу. Гневающийся становится, одержим бесом гнева. Большинство убийств происходят не с целью ограбления, не с целью убрать свидетелей или конкурентов, а просто в пылу ссоры или драки. Конечно, как правило,

дело здесь не обходится без алкоголя. И вот друзья, приятели, а иногда и самые близкие, родные друг другу люди ещё недавно вместе выпивавшие, в приступе пьяного гнева хватаются за ножи, тяжёлые предметы и происходит непоправимое. В скупых милицейских сводках это называется: «убийство на бытовой почве». И таких убийств, я повторяю, подавляющее большинство.

Убийство, конечно крайнее выражение гнева. Но даже если дело не доходит до физического насилия, любые проявления гнева убивают нашу душу изнутри и разрушают наши отношения с ближними. Сколько браков распалось из-за постоянных ссор и споров между супругами, сколько родственников и бывших друзей годами не общаются, поссорившись когда-то из-за каких-то пустяков.

Причины гнева

Давайте рассмотрим основные причины, вызывающие раздражительность и гнев.

Святитель Феофан Затворник Вышенский пишет: «Гнев и обидчивость от самоцена (т.е. самолюбия – свящ. П.), по которому мы признаём и чувствуем себя стоящими немало; потому, когда кто дерзнёт не воздать нам должного, кипятимся и замышляем отмщение».12) Самомнение, самолюбие, завышенная самооценка – вот частая причина обидчивости и гнева. Легко быть спокойным и снисходительным, когда тебя все хвалят, а тронь только пальцем, сразу видно; чего мы стоим. Горячность, вспыльчивость может быть, конечно, следствием чересчур темпераментного характера, но всё же характер не может служить оправданием для гнева. Человек раздражительный, горячий должен знать эту свою черту и бороться с ней, учиться сдерживаться. Тем больший будет ему венец за труд. Спокойному, флегматичному легче бороться с раздражением и гневом. Есть люди, обладающие властным, доминирующим характером, они хотят, чтобы всё было по их желанию, не терпят возражений. Таким тоже очень непросто преодолевать вспышки раздражительности и сдерживать порывы гнева. Святитель Феофан советует таким: «Вижу, что причина... в том, что вам не хочется пожертвовать чем-либо из заведённой аккуратности... это болячка ваша. Прогоните её негодную и покойнее будет. Явите сим самоотвержение: ибо тут вся самость и с руками и с ногами». 13)

Святые отцы называют ещё одну причину гнева – зависть. Этот грех очень часто бывает, связан со сребролюбием, недаром эта страсть стоит перед гневом. Завидуют обычно тем, кто богаче, удачливее, кому больше дано. Даже у очень богатых людей постоянная конкуренция, соперничество: «у кого больше нулей на банковском счету». Зависть приводит к ненависти, даже толкает на убийство. «Кто уязвляется завистью и соперничеством, - говорит преп. Ефрем Сирийский, - тот жалок; потому что он - соучастник дьявола, завистью коего «смерть вниде в мир» (Прем. 2, 24). Сердце его всегда изнемогает от печали, тело снедается бледностью, и силы его истощаются. Зависть и соперничество – страшная отравка: от них родятся оклеветание, ненависть и убийства». 14)

Виды гнева

Гнев может иметь разные проявления. Это и раздражительность, вспыльчивость, страстные споры. Это и злопамятство, ненависть, жажда отмщения, непощение обид.

Любовь к словопрениям, спорам может также стать источником гнева, привести к конфликтам, ссорам.

Опасность велика, потому что спор – это чаще всего не выяснение истины, а некая словесная дуэль, поединок, который происходит из желания потешить самолюбие, самоутвердиться. В споре почти всегда присутствует обида проигравшего. В пылу спора очень легко перейти грань и впасть в раздражение и гнев. Когда кончаются аргументы, часто в ход идёт крик и даже взаимные оскорбления. Поэтому споров нужно всячески избегать.

О раздражительности, вспыльчивости поговорим немного позже, а сейчас я хотел бы немного остановиться на злопамятстве, обидчивости. Вообще говоря, злопомнение (так называется этот грех по-славянски) ужасное чувство. Оно как кислота разъедает душу обидчивого и разрушает её изнутри. Гнев, обидчивость – оружие обоюдоострое и направлено оно, в первую очередь, не на наших обидчиков, а на нас же самих. Обидеться – глагол с возвратной частицей. «СЯ» - по-славянски себя, то есть мы обижаем не

кого-то, а самих себя. Ненавидящие и обидящие знать не знают, может быть, что мы на них гневаемся, не подозревают, как мы страдаем и переживаем. Они спят себе спокойно, и не о чём не думают, а обиженные вынашивают планы мести, не спят ночей, впадают в уныние, тоску, теряют аппетит и покой, думая только о своей обиде. Человек обидчивый ужасно наказывает сам себя, доводит до полного изнеможения. Состояние гнева – это очень тяжёлый стресс. Поэтому умение прощать врагов и обидчиков приносит огромную пользу не только духовному, но и психическому и физическому здоровью.

Как научиться прощать? Первое: понять, что нужно это, в первую очередь, нам же самим. Мы сами очень выиграем, если научимся не обижаться на людей. Второе: нужно понять, что человек, который нас обидел, не ведал, что творил. Ведь даже самый закоренелый злодей имеет свою оправдательную версию. Когда распинали Господа нашего Иисуса Христа, иудеи действительно думали, что делают богоугодное дело, они не увидели в Нём Сына Божия, другое дело, что душа их и разум были ослеплены грехом и страстью гнева и зависти, но они не понимали, что совершают. И поэтому Христос молился с креста: «Отче, отпусти им: не ведают бо, что творят» (Лк. 24, 34). И этого также «не ведают» все преступники и обидчики. Ибо, если бы они знали, что совершают грех, преступление, за который они обязательно ответят перед Богом, они не стали бы этого делать. Они либо вообще не понимают, что такое грех, либо не осознают всей меры ответственности за него. Поэтому это люди, достойные жалости, люди несчастные, заблудшие и духовно больные, а на больных обижаться нельзя.

Все наши обиды, я напоминаю, есть порождение самолюбия. И по-настоящему серьёзных среди них вообще очень мало. Злонамеренных, сознательных обидчиков в принципе, единицы. В основном люди обижают друг друга либо случайно, либо от недостатка ума и такта, опять же вовсе не думая кого-то обижать.

Раз обидчивость есть порождение самолюбия, нужно воспитывать в себе смирение. Поменьше обижаться, и побольше обращать внимание на себя: «В чём здесь моя вина?» Что я сделал не так, что возникла конфликтная ситуация? Может быть неместные эпитеты, которыми меня наградили, действительно недалеко от истины? Ведь некоторые люди вообще никогда и не с кем не ссорятся и не конфликтуют, а другие на каждом шагу раздражаются, спорят и обижаются.

Ещё один хороший способ: постараться встать на место обидчика, войти в его положение и оправдать его. Выступить не обвинителем, а адвокатом. Тогда будет легче простить. Например: нас обидела чем-то продавщица в магазине. Мы дали ей денежные купюры не развёрнутыми, а сложенными или смятыми. И она очень резко и раздражённо нам что-то сказала. Но представьте себе, что нам один раз на дню было лень развернуть их, а она весь день с утра до вечера стоит у прилавка, расправляет мятые деньги, отпускает товар, даёт сдачу, да ещё и несёт очень большую материальную ответственность. А может быть дома у неё проблемы, болеют дети, муж ушёл и т.п. И нам станет сразу понятно, почему она не мило улыбается нам, а даже наоборот. И оправдывая человека, мы научимся не осуждать его, а жалеть, понимать.

Гнев и молитва – две вещи несовместны

Священное Писание категорически запрещает молиться в состоянии гнева, непримирённости с ближними. «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, и тогда, приди и принеси дар твой» (Мф. 5, 23-24). И ещё: «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 небесный не простит вам согрешений ваших» (Мф. 6, 14-15).

Молитва человека непримирённого, злопамятного есть лицемерие. Как мы можем читать молитву Господню «Отче наш», в которой есть слова: «И остави нам долги наша, яко же и мы оставляем должником нашим» и при этом иметь в сердце непрощённую обиду. Неискреннюю, лицемерную молитву Господь не приемлет. Совершенно немислимо преступать к таинству Причащения, не простив от всей души обидчиков. Если мы дерзаем причащаться в таком состоянии, то принимаем Святые Тайны в суд и осуждение, уподобляясь Иуде – Предателю. Поэтому нужно использовать все средства и пути к примирению. Как говорит апостол Павел: «Если возможно с вашей стороны, будьте в мире со всеми

людьми» (Рим. 12, 18). А если невозможно, если человек никак не хочет идти на примирение? В таком случае нужно хотя бы в душе примириться с ним и от всего сердца простить ему все обиды. И, конечно же, молиться за него.

Можно ли молиться Богу о примирении, если в сердце обида на ближнего, но мы хотим избавиться от нее? Да, можно в таком состоянии молиться, просить у Господа помощи, но при этом нужно принять твердое решение бороться с гневом и обидой, настроиться на примирение. Нужно по-настоящему хотеть простить ближнего. И только с такими мыслями молиться за себя и за него.

Непримирённость, вражда отводит от нас благодать Божию. Вот какой пример приводит в своём «Отечнике» свт. Игнатий Брянчанинов: «Два брата были во вражде между собой. Во время гонений на христиан их схватили и, подвергнув многим мучениям, посадили в тюрьму. Один из них сказал другому: «Брат! Нам должно примириться и не гневаться одному на другого, потому что завтра мы должны умереть и предстанем Господу». Но тот отказался от примирения. На другой день их вывели из тюрьмы, чтобы отсечь им головы. Брату, желавшему примириться, голова была отрублена прежде, и он в вере отошёл ко Господу. Другой же, не хотевший примириться, отрёкся от Христа. Мучитель спросил: «Почему ты не отвергся вчера, прежде пытки, чтоб избежать ран, а отвергся только сегодня?» Он отвечал: «Я преступил заповедь Господа моего – не примирился с братом. За это Бог оставил меня и отъял от меня Свою помощь. Лишённый её, я отрёкся от Христа».15)

* * *

Гнев, ненависть отнимает от человека удерживающую благодать Божию, лишает его разума. Одержимый бесом гнева способен поднять руку даже на самых близких ему людей. В начале этой главы уже было сказано, что большинство убийств происходит из-за гнева. И самое первое убийство на земле тоже совершилось по этой причине. Из-за чего пошёл на братоубийство Каин? Причина в самолюбии и зависти к брату. Господь принял жертву Авеля, а на дар Каина не призрел, потому что увидел, что тот принесён не от чистого сердца. Видя мрачные мысли Каина, Господь предупреждает его: «...у дверей грех лежит; он влечёт тебя к себе, но ты господствуй над ним» (Быт. 4, 7). Вспомним: каждый грех начинается с принятия помысла о нём, Каин посеял семена ненависти к брату в сердце, не стал бороться «господствовать» над гневом и дошёл до убийства.

Приведу ещё один пример, показывающий, до какого состояния может дойти человек, поддавшийся гневу. Отец св. великомученицы Варвары Диоскор был язычником. Овдовев, он сосредоточил всю свою душевную привязанность и заботу на своей единственной дочери. Воспитывал её, скрывая от посторонних глаз, готовил к замужеству с богатым и знатным человеком, нанял языческих учителей для её образования и воспитания. Диоскор думал, что любит свою дочь. Но вот Варвара тайно принимает христианство. Когда отец узнал об этом, гневу его не было предела, он обнажил меч и погнался за ней. Варвара спаслась тогда чудом. Найдя свою дочь, отец избил её, заключил под стражу, долго морил голодом, а потом отдал правителю города на страшные пытки и истязания. Диоскор сам казнил свою дочь, отрубив ей голову мечом. Гнев Божий не замедлил покарать Диоскора и правителя. Они оба были поражены молнией.

Что случилось с Диоскором? Почему он, ещё недавно окружавший единственную дочь заботой и попечением, так жестоко и беспощадно расправился с ней? Дьявол нашёл его слабое место – гневливость. Не поборов в себе страсть гнева, нечестивый отец был полностью захвачен ей, он уже не владел собой, превратившись в послушную игрушку в руках Сатаны.

* * *

Страсть гнева, как и блудную святые отцы не зря сравнивают с огнём, пламенем, пожаром. «Из искры возгорится пламя» - начавшись с небольшой вспышки, гнев способен за считанные минуты охватить душу и привести к непоправимым последствиям. Как не допустить пожара, как гасить в себе адский пламень?

Преподобный авва Дорофей приводит такую аналогию: «Кто разводит огонь, тот берёт сначала малый уголёк: это слово брата, нанесшего оскорбление. (т.е. внешний фактор, вызвавший гнев и раздражение –

свящ. П.). Вот это пока ещё только малый уголёк: ибо, что такое слово брата твоего? Если ты его перенесёшь, то ты и погасил уголёк. Если же будешь думать: «зачем он мне это сказал, и я ему скажу то и то, и если бы он не хотел оскорбить меня, он не сказал бы этого, и я непременно оскорблю его». Вот ты и подложил лучинки, или что-либо другое, подобно разводящему огонь».16)

С раздражением, гневом нужно бороться сразу, в самом начале, пока они ещё подобны угольку. Уголёк легко затоптать, погасить. Но если не только не гасить его, но и наоборот раздувать, поддерживать горение – пожар неминуем. Как помысел, пока ещё он не вошёл в сердце, прогоняется легко, но когда он угнездился в душе, справиться с ним сложнее, так и первоначальный гнев, раздражение преодолевать надо на самом подходе. Ответная, внутренняя реакция на какое-то неприятное нам событие, действие – вещь вполне естественная. Например, нас случайно толкнули на улице. Первая реакция конечно возмущение, но его тут же надо погашать, чтобы дальше оно не перешло в гнев.

Святитель Феофан советует: «Вспышки одолевают... Учитесь не давать им ходу, а как только покажутся, подавлять их. Вспылить будто ничего, но тут весь эгоизм, или грешный человек. Молитесь и сами собирайте мысли, которые были бы водой против сего огня. Память Божию держите и память смертную. Эти два помышления суть держава всего доброго и прогнание всего недоброго... На свете ничего нет, из-за чего можно бы серьёзно ссориться, кроме спасения души».17)

В борьбе с раздражительностью и гневом очень помогает принцип взвешивания. Его суть в том, что когда нам хочется дать волю своим эмоциям, поссориться с ближними, прогневаться, нужно сделать паузу и взвесить на мысленных весах: на одной чаше то, ради чего мы раздражались, что нас вывело из себя. А на другой то, что мы теряем в результате ссоры, конфликта: это мир душевный, наши хорошие, мирные отношения с ближними, их расположение, доверие к нам. Опять же нужно вспомнить, как мы обычно себя чувствуем после ссоры, когда дали волю гневу, выпустили пар, наговорили много лишнего. В душе образуется опустошённость, мрак, нас преследует чувство стыда за несдержанность, слабоволие. И вот, когда всё это будет взвешено, обычно желание ссориться как-то пропадает. Самое главное здесь уметь вовремя сделать паузу и представить себе; что же мы теряем из-за гнева и раздражения.

Справиться с раздражением, мрачными, злопамятными мыслями очень помогает чтение Евангелия и Псалтири. И хотя в минуту раздражения бывает очень непросто понудить себя на чтение, но потом приходит успокоение. Можно вполне отвлечься от гневных раздражённых мыслей какой-нибудь работой. К человеку сидящему праздно демоны гнева приступают особенно часто. Кстати, это касается и всех остальных страстей. Лень, безделье, праздность – питательный бульон для выращивания почти всех страстей.

Помогает победить гнев и чувство юмора. Ведь обида, гневные мысли есть порождение гордыни, самолюбия. Поэтому к себе нужно относиться с самоиронией, а также не воспринимать слишком серьёзно, близко к сердцу какие-то обиды и колкости в наш адрес. Шутка, юмор, употребляемые в меру, никогда не отрицались Святыми Отцами. Святитель Феофан Затворник в своих письмах разным людям часто применяет добрые шутки; преподобный Амвросий Оптинский сочинял даже специальные шуточные стишки, наставляя проходящих к нему. Умеренная весёлость, чувство юмора – это своего рода предохранительный клапан, который устанавливается на паровом котле или на газобаллонном оборудовании. Он оберегает котёл, баллон от излишнего давления, от взрыва. Если слишком серьёзно относиться к некоторым вещам, например, к повседневным неприятностям, можно просто сойти с ума. Как-то один охотник проходил мимо келии преп. Антония Великого и услышал, как преподобный что-то рассказывает братии, и они все вместе смеются. Потом он спросил у старца: «Как же могут монахи шутить и смеяться?» Тогда авва попросил охотника натянуть свой лук посильнее. Тот выполнил просьбу. Тогда преподобный Антоний сказал: «Ещё сильнее» Этот человек возразил: «Тогда лук просто лопнет!» «»Вот так и человек, не может постоянно находиться в напряжении, ему нужна разрядка, отдых», - сказал преподобный.

Раздражённого, гневного разговора, ссор нужно конечно избегать. Но что делать, если между людьми действительно возникли серьёзные противоречия, проблемы и их нужно как-то решить, иначе отношения

могут зайти в тупик? Конечно, бывают очень серьёзные проблемы, которые нельзя замалчивать, делать вид, что ничего не происходит. Иногда требуется действительно серьёзный разговор. Но как раз такой разговор ни в коем случае нельзя вести в минуту раздражения и гнева, иначе ничего хорошего не получится. Нужно обязательно выбрать время, когда страсти улягутся и оппоненты успокоятся. В состоянии раздражения, эмоций человек не способен принять правильное решение. Он находится в состоянии аффекта, помрачения, он не адекватен. В момент гнева говорю уже не я, а мой гнев. Преподобный Моисей старец Оптинский, видя какую-либо провинность одного из вверенных ему монахов, не сразу делал ему замечание, но через некоторое время, когда и он сам и провинившийся были в спокойном состоянии духа.

В германской армии был закон: жалобы военнослужащих друг на друга принимались не сразу после инцидента, но по прошествии определённого времени. Это помогало принять правильное решение.

В Священном Писании сказано: «Солнце да не зайдёт во гневе вашем» (Еф. 4, 26). Святой Иоанн Кассиан Римлянин говорит, что в умах гневающихся заходит Солнце Правды – Христос, ибо ум бывает омрачён гневом. Поэтому, конечно никакого трезвого решения в споре, в возмущённом состоянии духа принять не получится.

Но вернёмся к теме «серьёзного разговора». Зарубежный психолог, писатель Лен Макмиллан сформулировал основные правила мирного и конструктивного «выяснения отношений». Он делает это на основании той же цитаты из апостола Павла: «Гневаясь не согрешайте; солнце да не зайдёт во гневе вашем. И не давайте места дьяволу» (Еф. 4, 26-27).

Как гневаться не согрешая? Надо серьёзно взяться за саму проблему, а не раздражаться, нападать на собеседника. Ведь для того и ведётся серьёзный разговор, чтобы не обижать друг друга, а придти к какому-то решению. В споре очень часто забывается самое главное: предмет спора, люди переходят на личности. Ориентируясь на саму проблему, «не будем давать место дьяволу». В разговоре с близкими людьми мы, в первую очередь, должны дать им понять, что по-прежнему любим их, но нам необходимо обсудить и решить определённые вопросы. Важно не перейти грань и не изменить в процессе разговора отношение к близкому, не прогневаться на него. Наши отношения не должны пострадать из-за обсуждения проблемы.

«Солнце не должно зайти в нашем гневе». Нельзя затягивать решение важного вопроса, ибо нет смысла решать проблему, когда оба собеседника уже не владеют собой. Не нужно допускать, чтобы гнев перерос в затаённую горечь и обиду. Спорные вопросы необходимо решать быстро. Обида может пустить корни в сердце.

Обсуждая сложившуюся ситуацию, нужно говорить прямо, искренне, без лукавства. Если мы будем что-то замалчивать, то вскоре вопрос возникнет опять. Не оставляйте вопроса нерешённым.

Конечно, эти основные постулаты «серьёзного разговора» я изложил вкратце и своими словами. Разрешать конфликтную ситуацию нужно, руководствуясь не своими амбициями, а желанием мира и любви, прося у Бога помощи, тогда будет эффект.

Многие люди в ссоре, в конфликте боятся сделать первый шаг к примирению. Понятно, что это непросто, но опасаться того, что нас неправильно поймут не нужно. Чаще всего это воспринимается очень даже хорошо. Нашего оппонента, скорее всего тоже тяготит сложившаяся ситуация, но он так же боится первым пойти навстречу. Идя на примирение с ближним, ни в коем случае нельзя указывать на его ошибки (так мы ещё больше поссоримся), а смиренно признать свои собственные и попросить за них прощение. Выше упомянутый Лен Макмиллан описывает пример такого примирения: «Мы только что поселились в нашем доме. Напротив него на лугу росло большое дерево, и вот настало время, когда листва осыпалась. По нашему городу ездила специальная машина, убиравшая мусор. Каждый понедельник она собирала опавшую листву, которую жители сгребали к обочине тротуара. В один прекрасный день, закончив эту работу, я отдыхал в гостиной. Выглянув в окно, я увидел, как, выйдя из своего дома, наш сосед стал пинать мою кучу листьев обратно на лужайку. По-видимому, какие-то листья попали на его территорию.

Меня охватил гнев, когда я увидел, что он делает. Как только он вошёл в дом, я вышел и снова сгрёб листья на край тротуара. Но стоило мне самому вернуться в гостиную, как он опять вышел и начал пинать мою кучу назад. Не помню, как долго продолжалось это глупое соревнование, но я не на шутку был взбешён. Однако мне не пришло в голову поговорить с соседом и попытаться тут же уладить конфликт. Следующие три месяца мы глядели друг на друга с ненавистью. Стоило ему выйти из дома, когда я находился на заднем дворе, я тотчас же уходил к себе. Если на улицу выходил я, уходил он. Напряжение достигло такого накала, что казалось, мы с соседом вот-вот задымимся. Наконец, придя в себя, я сказал жене, что так больше продолжаться не может. У меня не хватило смелости встретиться с соседом лицом к лицу, поэтому я придумал следующее: позвонил ему по телефону. «Привет, это Лен, сказал я, - Не вешайте, пожалуйста, трубку, мне надо Вам кое-что сказать. Извините, что я вёл себя так глупо. Мне очень жаль, что я задел Ваши чувства, расположив эту кучу листьев напротив Вашего дома. Прошу прощения». Не успел я закончить, как он сказал: «Лен, я чувствую то же самое. Я всё хотел набраться смелости и тоже позвонить Вам. Спасибо, что Вы сделали это за меня».18)

Если бы я следовал Божьим правилам, которые Он оставил нам на случай разногласий, я бы избавил себя и своего соседа от трёх месяцев бесполезных переживаний. Если бы я попытался разрешить эту проблему сразу (в тот же день, пока не зашло солнце), мы спали бы спокойно в ту ночь, как, впрочем, и во все последующие.

Преподобный Ефрем Сирийский так говорит про подобные ситуации: «Если случилась ссора между братьями, то первый раскаявшийся получит венец победы, но венчается и другой, если не отвергнется раскаяния, но с готовностью сделает, что нужно для мира».19)

Говорят, что первым должен просить прощение тот, кто умнее. Великодушные, смирение, умение простить – это конечно свойства, присущие сильным натурам. Брань, крик – это оружие слабого, слабовольного. Но, победив гнев, раздражение, будем избегать соблазна впасть в гордыню, иначе мы можем просто заменить страсть гнева на страсть гордости. Один монах часто подвергался насмешкам и внешне спокойно и терпеливо переносил их. Когда братья спросили его, как ему удаётся не раздражаться на обидчиков, он сказал им: «Да что я буду обращать внимание на этих собак». Оказывается, в его душе царили гордость и презрение к людям.

В заключение этой главы хотелось бы сказать о самом главном: о том, с чего нужно всегда начинать борьбу с гневом. А начинать её нужно с молитвы за тех, на кого мы гневаемся, кто обижает нас и приносит неприятности. Евангелие даёт нам прямое указание как поступать с такими людьми: «Молитесь за обижающих вас и гонящих вас» (Мф. 4. 44). Молясь за обидчиков, мы уже боремся с гневом, перестаём видеть в них врагов, а начинаем осознавать, что они нуждаются в нашей молитвенной помощи. Молиться также нужно не только за обижающих нас, но и вообще о разрешении любой напряжённой, немирной ситуации. В таких случаях так же просят помощи у апостола любви Иоанна Богослова. Молитвы «о примирении во вражде сущих» и «о ненавидящих и обидящих нас» есть в любом полном молитвослове.

Глава IX. Печаль «червь в сердце»

Печаль имеет много названий и оттенков: огорчение, тоска, горе, скорбь, хандра, меланхолия, отчаяние. Иногда печаль называют унынием, хотя большинство святых отцов разделяют эти две страсти. Почему, об этом речь позже. Сейчас самое распространённое название печали – депрессия. Депрессию, тревогу (это тоже проявление депрессии) психиатры и психотерапевты называют раком XXI века, чумой нашего времени. И хотя в современном мире некоторые страсти достигли невиданных пределов, печаль, отчаяние, потеря смысла жизни просто приобрели характер эпидемии. Печаль преп. Нил Синайский называет «червем в сердце». Эта страсть как рак, как смертельная болезнь точит, разъедает человека изнутри, может довести его до полного изнеможения (а иногда до смерти), если не начать бороться с ней.

Как и всякая страсть, печаль имеет вполне естественное происхождение. Горе, страдания, скорбь, плач – обычная эмоциональная реакция человека на некоторые тяжёлые обстоятельства жизни. Например, когда умирает близкий человек, редко кто останется безучастным, равнодушным к этому событию. Сам Господь наш Иисус Христос заплакал, когда пришёл ко гробу своего друга Лазаря. Он «Сам восскорбел духом,

возмутился и сказал: «Где вы положили его?» Говорят Ему: «Господи! Пойди и посмотри». Иисус прослезился. Тогда иудеи говорили: «Смотри, как Он любил его» (Ин. 11, 33-36).

Мы не можем оставаться равнодушными к тяжёлым потрясениям. Наши эмоции помогают нам, во-первых, пережить стресс, во-вторых, мобилизовать силы для борьбы с трудностями, они должны подвигнуть нас к каким-то действиям. Но плохо, когда эмоции берут над нами верх. Когда мы входим в затяжное состояние печали, тут уже недалеко до депрессии. Что такое страсть печали, депрессия? Это затянувшееся, болезненное состояние души. Печаль становится зависимостью, и мы начинаем служить ей, и она, как и всякий идол требует жертв. Человек, который находился в депрессии, и потом смог с помощью Божией, преодолеть это состояние с ужасом вспоминает потом о нём, как о кошмарном сне. Всё, что беспокоило его тогда, казалось чудовищной проблемой, кажется потом смешным и нелепым. И вообще говоря, печаль - это лёгкое помешательство, во время депрессии человек не способен адекватно оценивать обстоятельства жизни, людей и себя самого. Какие мысли обычно вертятся в голове у страдающего печалью: «Всё плохо, в моей жизни нет ничего хорошего, меня никто не любит, не понимает, в моей жизни нет никакого смысла». И конечно самобичевание: «Я самый несчастный, я неудачник, я глупый никчемный человек, приношу людям одни страдания». Во всём этом монологе самое тревожное и абсурдное это категорические суждения: «Всё, ничего, никто, самый» и т.д. Любому здоровому, вменяемому человеку, не находящемуся в состоянии затяжной депрессии понятно, что не может быть всё плохо. Это абсурд, бред. У каждого человека есть возможности для жизни и счастья. Просто депрессивный человек этого упорно не хочет замечать. Наверняка есть и здоровье (в той или иной степени), руки, ноги, голова, органы чувств, есть какое-то дело, работа, есть умения, навыки, есть близкие люди, родственники и друзья, а значит, есть возможность любить и быть любимым. И любой это понимает. То есть ясно как дважды два: в человеке, страдающем печалью, говорит не его разум, а кто-то другой. Кто? Его страсть, она завладела его душой и сознанием. И как мы помним, страсти не есть принадлежность, собственность нашей души, они приходят извне, мы их только впускаем в душу. Теперь ясно, кто нашёптывает нам мысли о бессмысленности жизни и нашей полной несостоятельности. Бес печали. И мы покорно слушаем его, принимая его «послания» за свои собственные мысли. Здесь следует вспомнить, как бороться с дурными мыслями, про это уже шла речь в главе «Борьба с помыслами». Принцип тот же: не считать их своими и не допускать в дом нашей души. А если они уже здесь, гнать их поганой метлой и поскорее селить на их место других квартирантов, то есть светлые, добрые мысли.

Опасность печали, депрессии в том, что она является страстью, а значит, действует как любая из 8 страстей. С одной стороны мучает человека (помните, страсть – значит страдание), а с другой стороны доставляет массу приятных ощущений, иначе никто не попался бы на крючок дьявола. И страдающему печалью тоже, как не странно, в чём-то нравится сладостный плен страсти. «Ничто так не пьянит, как вино страдания!» - писал Бальзак.

И поэтому очень непросто бывает выйти из этого состояния, поэтому так плохо действуют утешения близких; человек ждёт не исцеления, а приятных ощущений от утешений и саможаления, он вовсе не хочет утешаться. Печаль действительно может пьянить, как вино, как наркотик, и находиться в этом тёплом, удобном болоте для депрессивного приятно, хотя конечно такое состояние приносит страдания и ведёт к саморазрушению. К тому же, повторяю, выйти из печали непросто, это труд, и для иных легче плыть по воле волн. Вот почему очень часто депрессией, меланхолией страдают люди ленивые, не приученные к труду.

Виды печали

Печаль рождается, конечно, не на пустом месте. Рассмотрим основные причины возникновения этой страсти. Уже не раз было сказано, что в основе страсти может лежать предыдущая, перед ней страсть. Так перед печалью стоит гнев, а значит, он может служить причиной депрессии. Почему? Вспомним какое чувство мы испытываем после того, как произошла ссора, раздражённое выяснение отношений. Нас посещает чувство стыда, опустошённости, часто уныния, нам стыдно за нашу резкость, невыдержанность. Бывает, что гнев порождает обиду, раздражает самолюбие, мы долго не можем простить, и это чувство раздражения, обиды, злопамятства приводит к печали, мрачному настроению. Очень часто можно

встретить людей, которые считают, что все вокруг им что-то должны, и все кругом виноваты. А у православного человека должно быть всё наоборот: не мне должны, а я всем должен; не все виноваты в моих бедах, а я сам виноват в своих проблемах. Когда человек будет жить по такому принципу, ему легко будет справиться и с унынием, и он будет видеть как жизнь и его взаимоотношения с ближними налаживаются. А думать, что все мне должны и все виноваты – типичная психология неудачника.

Печаль, депрессия - болезнь неврастеничных людей, т.е. неуравновешенных, не владеющих собой. У таких людей период возбуждения, подъёма, всплеск эмоций, иногда и гневных, раздражённых сменяется тоской, апатией, унынием.

Но гнев, неуравновешенность, неврастения – это только одна из причин депрессии. Затяжная печаль может быть вызвана тяжёлыми обстоятельствами жизни, часто смертью близких или болезнью, другими потрясениями. Депрессия может иметь и последственный характер. Например, родители депрессивного человека страдали неврастением, или меланхолией. Но надо сказать, что наследственность не является в данном случае каким-то непреодолимым фактором, просто нужно знать это, а «кто предупреждён, тот вооружён». Хотя печаль может быть вызвана каким-то горем, скорбью, тяжёлые события не являются причиной печали, они только спровоцировали её. Причина всегда в самом человеке. Как он воспринимает события жизни. Потому что совершенно точно известно, это установленный факт – депрессия не зависит от обстоятельств жизни и среды обитания, причина её всегда не внешняя, а внутренняя. Об этом свидетельствуют данные статистики. Самый высокий процент депрессий и самоубийств не в бедных странах третьего мира, а в самых развитых и богатых, где очень высокий уровень жизни и людям уже нечего больше желать. Каждый пятый представитель «золотого миллиарда» (то есть самых богатых людей планеты) страдает депрессией. И что самое удивительное, среди самых нищих людей – бомжей почти нет самоубийц. То есть, казалось бы, жизнь у них такая, что как говорят: «хоть в петлю лезь», а суицидов практически нет.

Возложи надежду на Бога

Почему страсть печали, тревоги, беспокойства так распространена в современном мире? Из-за упадка веры. Запад стремительно теряет веру, Европа уже объявила себя пост-христианской. В нашей стране тоже, к сожалению, наблюдается спад интереса к Церкви. Того подъёма, притока людей в храмы, что был в 90-е годы XX в., уже нет, начался период охлаждения. То есть, конечно, большинство людей называют себя верующими, но во что они верят? В год Козы, Петуха, Свиньи, астрологию, и прочий оккультизм. Даже к Храму, к православию подход чисто магический: кому какую свечку поставить, какому святому помолиться, чтобы у меня всё было хорошо. Когда у человека нет настоящей веры в Бога, что и «волос с головы не пропадёт» без воли Божией (Лк. 21, 18), в его сердце появляется тревога, беспокойство, а это уже начало депрессии. Он начинает всего бояться и думать: «Что со мной случится завтра, а вдруг заболелю, а на пенсию нынче не проживёшь, вдруг убьют, вон какие ужасы по телевидению показывают. Вдруг потеряю работу и умру с голода, а тут ещё экономический кризис...» Из-за страха, тревоги люди боятся доверять друг другу, создавать семьи, рожать детей. Например, верующий человек хорошо знает: если захотел иметь много детей, Господь их никогда голодными и раздетыми не оставит. Если помогаешь другим, сам никогда не останешься без куска хлеба, – это закон духовной жизни. Ещё одно проявление безверия – утрата смысла жизни, а ведь именно это лежит в основе депрессии: «Смысла жить нет, жизнь кончена, я никому не нужен» и т.д.

У христианина всегда есть смысл жить. Этот смысл в любви к Богу и ближнему, он знает, верит как верующий человек, что Бог его никогда не оставит, с Богом он не один на один с бедой. Как поёт один православный рок-музыкант: «С Богом надёжнее жить, с Богом легко умирать». А для маловерного современного человека и жизнь страшна, а смерть это просто конец! Таким образом, справиться с печалью, депрессией можно только возложив надежду на Господа. Доверив Ему свои скорби и проблемы, попросив у него помощи и поддержки. Нашу тревогу за будущее, настоящее, за детей (за них мы тоже очень тревожимся) нужно возложить на Бога: «Возверзи на Господа печаль твою, и Той тя препитает» (Пс. 54, 23). И тогда станет значительно легче справиться с тревогой и печалью.

Вкус жизни

С упадком веры связана также утрата у депрессивного человека интереса к жизни. Его всё перестаёт радовать, он ничего не ценит и мало на что обращает внимание. А ведь жизнь во всех её проявлениях – это самый главный дар Бога человеку и относиться так к ней — большой грех. Ведь человек будет счастлив только тогда, когда сам этого захочет, когда начнёт радоваться жизни. «Всегда радуйтесь. Непрестанно молитесь. За всё благодарите», - говорит нам ап. Павел (1Фес. 5, 16). Именно благодарите. Через благодарность к Богу мы научаемся ценить дары жизни. А радость, счастье приносит только то, что ценится. Один священник советовал своим духовным чадам в конце каждого дня записывать не менее 50 пунктов: «За что мне благодарить Бога». Другой батюшка приехал за советом к старцу прот. Николаю Гурьянову на остров Залита. Приехал с какой-то скорбью, и вот о. Николай, выслушав его, сказал: «Радуйся!» Священник подумал, чему же тут радоваться? И о. Николай продолжил: «Радуйся, что родился, радуйся, что крестился, радуйся, что в вере православной, радуйся, что жив пока!»

Впавшим в печаль, потерявшим радость и вкус жизни, можно посоветовать внимательно подходить к каждому дню. Что бы вы не делали, делайте со вниманием и смыслом. Во всём старайтесь видеть что-то хорошее, приятное, учитесь радоваться даже самой малой радости. Апостол Павел говорит: «Итак, едите ли, пьёте ли, или иное что делаете, все делайте во славу Божию» (1Кор. 10, 31). То есть всё делайте для спасения души, прославляя и благодаря Бога. Например, вкушение пищи. Мы молимся перед едой о ниспослании «хлеба насущного» и едим с благодарностью Творцу, не просто запихивая в себя пищу, а вкушая с радостью, осознавая, что это дар Божий. А.И. Солженицын описывает, как обедает заключённый лагеря особого назначения. С каким же вкусом и удовольствием он это делает! А ведь он ест еду, которая у нас, наверное, вызвала бы рвотные позывы. А для заключённого и эта пища – большая радость. И вот он ест эту баланду, с удовольствием съедает свою пайку чёрного хлеба, не торопясь, ощущая на языке все его вкусовые качества, а потом до блеска вычищает оставшимся куском свою миску. И он помнит, что на вечер у него остался ещё один кусок, заработанный и спрятанный с большим трудом, где-то под матрасом. И действительно, человек бедный, лишённый многих удовольствий может получать от жизни гораздо больше радости, чем обеспеченный всеми земными благами.

Когда я учился в Семинарии, Академии, условия жизни семинаристов были вполне казарменные: общежитие, комнаты на двадцать с лишним человек, учёба, работа, вечерние занятия, вечерняя проверка, отбой и подъём. И так кому 4, а кому и 8 (если ещё Академия) лет. Помню, постоянно хотелось две вещи: спать и есть. И ни до, ни после Семинарии я никогда не получал такого удовольствия от самых простых вещей: сна, трапезы, прогулки. Помню, как готовишься ко сну, не спеша, взбиваешь подушку, укутываешься одеялом и просто проваливаешься до самого подъёма. А работать дежурным по столовой! До сих пор вспоминаю, как мы с ребятами после работы налили в большую тарелку сгущёнки и ели, обмакивая в неё хлеб.

Человеку, который хочет избавиться от печали, нужно учиться видеть смысл и радость в каждом дне, часе и минуте жизни. Идём на прогулку – стараемся на всё обращать внимание, делать наблюдения, общаемся с кем-то – стремимся увидеть в нём что-то хорошее, чему-то научиться. Читаем книгу – не просто «глотаем страницы», а вдумываемся, делаем пометки, потом анализируем. Так наша жизнь будет приобретать осмысленность и полноту. Очень хорошо, если работа действительно по душе, приносит удовлетворение, увлекает. Но даже, если пока такой нет, любое дело можно делать с радостью, если научиться видеть в нём приятные стороны. Даже такая примитивная работа как уборка, мытьё посуды и т.д. может принести удовлетворение и удовольствие, если она сделана хорошо и на совесть.

Смысл страданий

О том, что печаль может быть вызвана скорбями, трудностями речь уже шла выше. Но одних скорби повергают в бездну уныния, а другие с честью выходят из них, страдания гнут, но не ломают их. Здесь всё дело в отношении к скорбям. Вообще любую вещь делает плохой или хорошей наше собственное отношение.

Хотим мы этого или не хотим, но страдания неизбежны в нашей жизни. Ещё ни один человек на земле их не избежал. Страдания, болезни, смерть вошли в мир с грехопадением Адама. Изменилась человеческая природа, изменился и весь мир. Но повторю, что к страданиям, скорбям можно относиться по-разному. Во-первых, нужно помнить, что Бог никогда и никому не посылает креста выше сил. Он Отец наш и лучше нас знает, что могут понести его дети, а что нет «...верен Бог, Который не попустит вам быть искушаемыми сверх сил, но при искушении даст и облегчение, чтобы вы могли перенести» (1 Кор. 10,13). Во-вторых, за периодом скорбей всегда будет утешение. Если где-то у человека отнимается, значит, в другом месте прибывает.

В нашей жизни просто так ничего не случается, каждое событие имеет значение. И бессмысленно Бог страдать не попускает. Либо мы страдаем во очищение наших грехов, чтобы не страдать в жизни вечной, либо скорби посылаются нам, чтобы оградить нас от грехопадений и других опасностей. Ещё один смысл скорбей – в очистительном действии, которое они производят на нашу душу. Страдания (если мы правильно к ним относимся) делают нас лучше, чище, добрее. Заставляют по-другому взглянуть на себя, оказать помощь ближнему, начать сострадать ему. Любой священник может рассказать, сколько его прихожан пришли в церковь через жизненные испытания, скорби: смерть родных, тяжёлые болезни, потерю работы и прочее. Когда всё хорошо и ладится, люди, к сожалению, в храм не спешат. Скорби, свои собственные и чужие, заставляют задуматься о самых главных вопросах: смысле жизни, спасении души, сочувствии к чужому горю. В Англии произошла большая авария, крушение автобуса с детьми, многие погибли, многие пострадали, и вот, христианского писателя К. Льюиса спросили, как Бог допустил такую ужасную трагедию? И он ответил, что страдания – это тот резец, с помощью которого Творец как скульптор высекает из человека прекрасную статую.

Что такое любая катастрофа? Это кроме огромного горя, возможность проявить все свои самые лучшие человеческие качества. Проявить сострадание, оказать помощь, поддержку страждущим, утешить скорбящих, посочувствовать им, поддержать в трудную минуту и самим о многом задуматься. Для пострадавших - возможность обратиться с горячей молитвой к Богу, задуматься о том, о чём в повседневной суете может быть, и не помышляем, о спасении души. Что для Бога важнее: тело человека, которое болеет, стареет, умирает или его бессмертная душа? Конечно же, душа, и поэтому Он попускает нам пострадать. И по прошествии иногда многих лет мы видим, что эти испытания были посланы не случайно, они были нужны нам. Протоиерей Николай Гурьянов много лет просидел за веру православную в лагерях. И вот он говорил, что нисколько не жалеет о годах, проведённых в тюрьме. Очень многие люди прошедшие через ад лагерей, тюрем, ссылок, потерявшие здоровье, не жалели об этом, и вспоминали потом этот период с благодарностью Богу. А иначе и быть не может, ведь если бы они имели другой подход к жизни, они бы просто не выжили в этих страшных испытаниях.

Человек сам не знает, на что способен, кто-то выносит нечеловеческие страдания, а кто-то из-за малых неприятностей впадает в тоску, отчаяние и готов уйти из жизни. Когда человек решается на самоубийство (если конечно не вызвано психическими заболеваниями), это всегда слабость, малодушие и маловерие. Самоубийца хочет уйти от временных, земных страданий, не может терпеть их, но не знает, что ждёт его там, где страсть будет мучить его вечно.

Всё, что ни делает Господь – всё к лучшему, таков должен быть наш девиз на каждый день. Очень часто нас тревожат и беспокоят не только реальные, но и предполагаемые, гипотетические скорби и испытания. Одна знакомая мне женщина говорила: «Давайте переживать неприятности по мере их поступления» Кстати, прожила она до 103-х лет. От тревоги, волнения есть очень хорошее средство – МОЛИТВА. Не раз испытал его, переживая за детей. Каждый раз, когда я с волнением думал о них, находясь вдалеке от дома, то читал краткую молитву о их здравии и спасении, и волнение отступало.

Печаль, депрессия лечится благодарностью Богу, верой и доверием Ему. И вообще справиться без веры в Бога со страстью печали до конца просто невозможно. Если человек ни во что не верит, рано или поздно тоска, печаль, отчаяние вновь вернётся к нему. Пусть даже при конце жизни. Потому что настоящей надежды у него нет.

Я служу в церкви при кладбище, и мне довольно часто приходится общаться с людьми, скорбящими о кончине родных и близких. Уход близкого человека это действительно огромное потрясение. Очень многих оно повергает в состояние печали. Мы, люди верующие, имеем великое утешение в нашей скорби. «Бог не есть Бог мертвых, но живых» (Мф. 22, 32), - говорит нам Христос. Душа человеческая жива, она не умирает, а смерть это не конец жизни, а переход в другое бытие. Хотя конечно это всегда разлука с любимыми, но разлука не вечная. То, что мы любим в человеке; его отношение к нам, мысли, чувства, характер, всё это принадлежит к его бессмертной душе, а не телу, которое болеет, стареет, изменяется, а потом и умирает. Душа вообще не имеет возраста. Второе утешение, которое имеют православные христиане, это молитва за усопшего. Наши усопшие ждут от нас только одного – наших горячих молитв за них. Сами за себя они помолиться уже не могут. Молиться, каяться в грехах, изменять свою жизнь можно только пока мы живём на земле. И молитва это нить с нашими близкими, возможность выполнить долг любви. Ведь очень часто, теряя родных, друзей человек испытывает чувство вины. Он хочет что-то ещё сделать для них, добавить им свою любовь. И сейчас он имеет все возможности к этому. Нужно почаще ходить в церковь, подавать заупокойные поминовения, читать дома Псалтирь за усопших, раздавать милостыню в их память, и вообще постоянно молитвенно помнить о них.

Наша скорбь, печаль, депрессия очень большое препятствие в молитве. Человек в таком состоянии ни к чему не способен, даже есть, пить, думать для него трудно, тем более молиться. Поэтому, если мы любим наших близких, мы должны справиться со своим состоянием, хотя бы для них, ибо они сейчас очень нуждаются в нашей помощи и любви. А любовь продолжается, она не прекращается со смертью, ведь свойство любви - это вечность. «Любовь никогда не перестаёт...» (1Кор. 13, 8).

Ещё один очень важный момент, который нужно помнить, когда теряешь близких. К сожалению, существуют негласные и совершенно неправильные (неправославные) ритуалы оплакивания усопших. Это и причитания, стенания у гроба и соболезнования, в которых сквозит чёрная тоска и другие никому не нужные действия. И многим кажется, что всё это нужно делать в память об усопшем, выражая тем самым свою любовь к нему.

Скажите, если бы кто-нибудь из нас умер, хотелось бы нам, чтобы наши родные, любимые люди впали в чёрную тоску, депрессию и, может быть, попали в больницу с нервным расстройством? Конечно, нет, если мы любим их, мы желаем им добра, хотим, чтобы у них всё было хорошо, они были счастливы. И нашим усопшим хочется того же. Чтобы мы жили, радовались жизни, вспоминали их молитвой и добрым словом. Христианская скорбь светла. Поминки православного человека не траур, а проводы в вечность. Мы вспоминаем добрые дела усопшего, с благодарностью и, конечно же, молимся за него, желая ему Царства Небесного.

Трудотерапия

Скажу немного об одном обязательном средстве борьбы с печалью и унынием. Преподобный Амвросий Оптинский говорил: «Скука – унынию внука (внучка), а лени дочь». То есть лень, праздность порождает скуку, а скука – уныние и печаль. Около праздного, ленивого всё время вьются бесы печали, он лёгкая добыча для них. Человек целеустремлённый, любящий труд очень редко тоскует. Когда борется тоска, первый симптом – ничего не хочется делать, полное расслабление. Здесь нужно шаг за шагом понуждать себя к хоть какому-нибудь делу. Тоскующий просто обязан подвигать себя на труд, хотя любое занятие в состоянии депрессии уже маленький подвиг, от слова подвигаться, двигаться. Как в фильме «Гот самый Мюнхгаузен» бургомистр говорит: «Каждый день к 9 утра я должен идти в магистрат, и не скажу, что это подвиг, но вообще, что-то героическое в этом есть».

Большинство людей, которые исповедовались мне в грехе печали и уныния, не имели постоянного занятия, работы. Очень хорошо, когда печальный найдёт дело, которое может увлечь его. Но даже, если такого занятия нет, нужно понуждать себя совершать любой простой и незамысловатый труд. Каждый час дня, и даже минуты должны быть чем-то заполнены, чтобы не оставалось места для мрачных мыслей. Человек не может думать сразу о двух вещах, поэтому нужно заменять негатив позитивом, думать о хорошем.

У одного старца был ученик. И вот однажды старец услышал бесов, вопивших: «Горе нам от этих монахов, и к старцу приблизиться не можем и к его ученику тоже, потому что он разоряет и строит, и никогда не видим его праздным». Старец недоумевал: «что же разоряет и строит его ученик?» Тогда он пошёл к ученику, и тот показал ему камни, из которых он возводил стены, и потом снова разрушал их. «Поступая так, я не ощущаю уныния». Старец понял, что бесы не могут приблизиться к ученику, потому что он никогда не сидит праздным, и поощрил его к продолжению труда.

Стирка, уборка, домашние дела – это то, чем всегда можно заполнить время, даже при отсутствии постоянной работы. Говорят: «Если женщина впала в тоску и хочет покончить с собой, она должна взять мыло, верёвку... и отправиться стирать бельё». Как бы тяжело не было, понудить себя к занятиям, делать это необходимо. Прочёл как-то ещё один замечательный совет: «Если вы в печали, тоске и кажется, что вас никто не любит, - окажите помощь ближнему, сделайте доброе дело, желательно тому, кому ещё хуже, чем вам». Делая это дело, мы сразу убиваем двух зайцев, отвлекаемся от тоски, и ощущаем, что нужны кому-то. Также мы поймём, что не мы нуждаемся в жалости и помощи, а ближний.

Грехи – умножают печаль

Чем ещё может быть вызвана печаль, депрессия? Грузом греховной жизни, часто неисповеданными, нераскаянными грехами. Представляете, что значит ходить с таким грузом? Ведь совесть, этот глас Божий говорит в каждом человеке. И если человек не знает, как избавиться от грехов, как каяться в них, он часто впадает в тоску. Тут конечно нужна подробная исповедь, желательно за всю сознательную жизнь и плоды, достойные покаяния.

Молодая женщина обратилась к одному известному психотерапевту с жалобой на тревогу и депрессию. Молодость у этой особы прошла очень бурно: множество блудных связей, неудачный брак, потом развод. Притом воспитывалась она в традиционной патриархальной семье, где ей старались привить (правда, безуспешно) строгие моральные принципы. Для нас ситуация ясна: голос совести и стыд за греховную, беспутную жизнь обличают женщину, а так как она не знает как ей правильно поступить, это всё повергает её в печаль. Кроме печали её мучают страхи, ей кажется, что должно что-то случиться, она обязательно понесёт какое-то наказание за грехи юности.

Но что же советует ей доктор? Он успокаивает пациентку, говорит ей, что молодость такая и должна быть – бурная и весёлая, что она ни в чём и не перед кем не виновата. Он не снимает проблему, а только «замазывает», «закрашивает» её, убаюкивая совесть своей подопечной. Ясно, что такое «лечение» даст только кратковременное успокоение. Проблема, то есть груз прошлых грехов, остаётся, голос совести тоже полностью заглушить нельзя. По-настоящему преодолеть депрессию, вызванную стыдом за грехи, можно только покаившись в них, очистившись на исповеди. Исповеданный грех уже становится «яко не бывший», если человек искренне раскаивается в нём. Очень хорошо понести какую-нибудь епитимью от священника. И конечно, встать на путь исправления и борьбы с грехом, ведь грех исповедан, но его разрушительные последствия остаются.

Совесть, конечно можно подавить, как родник, который закидали камнями и залили бетоном, но рано или поздно, она всё равно пробьётся наружу.

Подведём итог нашей теме. Брань с печалью ведётся с помощью укрепления в себе веры в Бога и надежды на Него. Нужно научиться видеть Его бесчисленные благодеяния в своей жизни и быть благодарными за них. И ещё, конечно борьба с этой страстью – непрестанный труд. И труд наш личный. Потому что «спасение утопающих – дело рук самих утопающих». Печаль, уныние – это расслабленность воли, а воспитывать её может только сам человек. «Бог не спасает нас без нас», Он посылает нам помощь и средства, а мы должны их использовать. Кстати, на этот счёт есть одна притча, тоже про утопающего. Дом одного человека попал в наводнение. И вот, вода прибывает всё выше и выше, он уже перебрался на чердак. Но он верит, что Бог спасёт его. Мимо плывут люди на лодке и кричат ему: «Прыгай к нам, мы спасём тебя!» Тот отвечает: «Нет, меня Бог спасёт!» А вода всё выше, человек уже перелез крышу. Мимо плывёт какой-то плот, но и тут он не воспользовался случаем, думая, что Господь спасёт его. Несчастный уже стоит по грудь в воде и видит большую доску, проплывающую мимо, но и здесь он не хочет

схватиться за неё, думая, что Бог поможет ему чудесным образом. И вот человек погибает, душа его приходит к Богу и спрашивает: «Господи, что же Ты не выручил меня, ведь я так верил, так молился Тебе!» И Бог ответил ему: «Я три раза посылал тебе средства спасения, и ты ни разу не воспользовался ими».

Страсти печали и уныния хотя и являются близкими и родственными друг другу, всё-таки не есть одно и то же.

Вот как определяет, раскрывает грех печали свт. Игнатий Брянчанинов: «Огорчение, тоска, отсечение надежды на Бога, сомнение в обетованиях Божиих, неблагодарение Богу за всё случившееся, малодушие, нетерпеливость, несамоукорение, скорбь на ближнего, ропот, отречение от подвига многотрудной христианской жизни, поползновение сойти с сего поприща. Уклонение от бремени креста – борения со страстями и грехом.

А вот что написано про уныние.

«Леность ко всякому доброму делу, в особенности к молитвенному. Оставление церковного молитвенного правила. Потеря памяти о Боге. Оставление непрестанной молитвы и душеполезного чтения. Невнимание и поспешность в молитве. Небрежение. Неблагоговение. Праздность. Излишнее успокоение плоти сном, лежанием и всякого рода негой. Искание беструдного спасения. Перехождение с места на место с целью избежать тягот и лишений. Частые прогулки и посещения друзей. Празднословие. Кошунственные высказывания. Оставление поклонов и прочих подвигов телесных. Забвение грехов своих. Забвение заповедей Христовых. Нерадение. Пленение. Лишение страха Божия. Ожесточение. Нечувствие. Отчаяние.» 20)

Глава X. Уныние «Бес полуденный»

Итак, уныние в отличие от печали более связано с леностью, духовным и телесным расслаблением.

Уныние не зря святые отцы называют «бесом полуденным», борющимся подвижника в середине дня, склоняющим монаха ко сну после обеда и отвлекающим его от молитвы. Следует помнить, что для монаха (особенно в древности) 12 часов дня это действительно половина, середина дня, ведь встают монашествующие рано и по монашескому обычаю трапеза совершается дважды в день: в обед и ужин.

Святитель Феофан Затворник пишет, что уныние есть скучание за всяким делом как житейским, бытовым, так и молитвенным, желание бросить делание: «Пропадает охота и в церкви стоять, и дома Богу молиться, и читать, и обычные добрые дела исправлять». «Воздрема душа моя от уныния»²¹⁾, - приводит святитель слова Псалмопевца Давида.

Уныние, скука, тягота духа и тела придут иногда, может быть, надолго, - предупреждает еп. Феофан. Но не следует думать, что на душе всегда будет покой и радость от молитвы, бывают периоды спада, лености, охлаждения и маловерия. Охлаждение в духовной жизни, её кризис – это один из признаков уныния. Но тут нужно применить волю и самопонуждение. В любом деле мы только тогда достигнем результата, когда будем постоянно принуждать себя к нему, поднимать за волосы, как известный барон Мюнхаузен и тянуть из этого болота лености, расслабления, тоски и уныния.

Ни в одном занятии никто ничего не добьётся, если не будет принуждать себя к регулярному деланию. Это и есть воспитание воли. Не хочется идти в храм, не хочется вставать утром и вечером на молитву – заставлять себя делать это. Лень, тяжело вставать по утрам каждый день и идти на работу или делать повседневные дела, вспомним, что есть прекрасное слово: «Надо!» Не «хочу – не хочу», а просто «надо». И так, с этих мелочей будем воспитывать в себе силу воли. Добрые дела тоже творятся не просто, на них тоже нужно понуждать себя, поднимать. Ведь в Евангелии нигде не обещается, что будет легко, а наоборот: «Царство Небесное силою берется, и употребляющие усилия восхищают его». Мы говорим: «Богослужение, церковная служба; но ведь служба по определению не какое-то легкое, приятное занятие – это работа, труд, иногда тяжелый. И наградой за него бывают моменты духовного подъёма, радостной молитвы. Но большим дерзновением будет ожидать, что эти дары будут сопровождать нас постоянно. Очень часто нам бывает очень непросто стоять на молитве и в церкви. То тесно, то душно, может быть,

кто-то отвлекает нас, шумит, передаёт свечи, но это не значит, что нужно ждать для молитвы каких-то особых условий, ведь можно никогда и не дожидаться. В церкви нужно искать не комфорта и душевных переживаний, а встречи с Богом.

Я заметил как-то, что один человек ходит в храм и причащается всегда на буднях. Я спросил его, почему он не приступает к Святым Таинам в воскресенье или в праздники? Он ответил, что в праздничные и воскресные дни ему не нравится бывать в церкви, слишком много народа, толкучка, суета и т.д., нет уж я лучше в рабочий день, когда никто не мешает. Тогда я сказал, что это совершенно неправильно: на буднях можно ходить в храм, но главное – посещать праздничные и воскресные службы – это 4-я заповедь Закона Божьего (про день 7-й) и причащаться тоже нужно вместе со всеми прихожанами. Вся община церковная причащается от одной чаши и в этом и есть наше единство. Конечно, может быть, когда никого нет в храме, кому-то молиться проще, но нужно приучаться молиться и при большом стечении народа, ведь и в Царство Небесное мы собираемся попасть не в одиночестве. Службы, ектеньи так и составлены, что мы молимся всем собором, всем собранием прихожан, «едиными усты и единым сердцем». В советское время было так мало церквей, что в храме иногда руку нельзя было поднять, чтобы перекреститься, а люди всё равно ходили в храм и получали радость от молитвы.

Так что ко всему нужно себя понуждать, начиная, может быть, с малых шагов, тогда уныние не сможет утянуть нас в свою трясиину, и так постепенно мы будем отвоевывать островок за островком. И, конечно, в этом деле требуется не порыв, а постоянство.

В «Отечнике» свт. Игнатия Брянчанинова описан случай, как некий монах впал в уныние, оставил исполнение молитвенного правила и не находил в себе сил, чтобы вновь начать совершать монашеский подвиг. Старец, к которому он обратился за советом, рассказал ему такую притчу. Один человек имел поле, поросшее тернием. И вот он говорит сыну своему, чтобы тот очистил поле, и на нём можно было что-нибудь сажать. Сын пошёл на поле, но, видя, в каком плохом оно состоянии, смутился, приуныл, лёг на землю и заснул. Увидев его, отец сказал: «Сын мой, если бы ты каждый день обрабатывал хотя бы такой кусок земли, на котором ты сейчас спал, то работа продвигалась бы мало - помалу и ты не оказался бы непослушным мне». Услыхав это, юноша поступил по указанию отца и в короткое время очистил поле от сорняков. Так и ты, сын мой, - сказал старец брату, - не унывай, и мало – помалу входи в подвиг и Бог благодатью Своей введёт тебя в прежнее состояние. Так и случилось, монах обрёл духовный мир и преуспел о Господе.

Есть такое выражение: «чем больше спишь, тем больше хочется». Чем больше находишься в неге и расслаблении, тем больше привыкаешь к этому состоянию. Не нужно забывать, что уныние – одна из 8 страстей, а значит, берёт в плен, поработачивает человека, делает его зависимым. Не нужно думать, что привычка лениться, расслабляться, скучать когда-нибудь надоеет и пройдёт сама собой. С ней надо вести борьбу. Дисциплинируя свою волю и душу, подвигая себя на всякое доброе дело.

Охлаждение

Одно из свойств уныния – охлаждение.

Охлаждение начинается, как говорит свт. Феофан, забвением: «Забываются благодеяния Божии, и Сам Бог, и свое в Нем спасение, опасность быть без Бога, и память смертная отходит – словом, закрывается вся духовная область».22) «Поостерегитесь и поспешите страх Божий восстановить и душу разогреть»23) , - советует свт. Феофан. «Оно (т.е. охлаждение (свящ. Павел) бывает невольным... но бывает и от произвольных дел... от внешних развлечений, беспорядочных разговоров, сытости, излишнего сна... и многого другого».24)

Так охлаждение, порождённое унынием и ленью, часто сопряжено с забвением благодеяний Божиих и утратой интереса к духовной жизни, необходимо научиться видеть во всех событиях повседневных присутствие Бога, благодарить Его за те дары, которые Он нам посылает. Человек, впавший в уныние и охладевший духовно, часто редко исповедуется и причащается, ему сложно подготовиться и приступить к этим Святым таинствам. А без участия в таинствах, без благодати Божией, он тем более всё дальше и

дальше будет удаляться от Бога, и охлаждение будет только расти. Если нас борет уныние, первое, что нужно сделать – это подготовившись, подробно поисповедаться и причаститься. И стараться делать это почаще, сохраняя в себе этот духовный дар.

Очень хорошо помню, какой подъём был после празднования 1000-летия Крещения Руси. Мои знакомые батюшки крестили детей и взрослых буквально тысячами. Стала возрождаться общинная жизнь. В начале 90-х годов появилось много церковных организаций, православных братств. Мы на деле узнали, что такое церковная жизнь, общее дело, что значит быть братьями и сестрами. Стали очень бурно возрождаться храмы, монастыри и главное они мгновенно заполнялись людьми, народом Божиим, готовым служить Христу. Но, к сожалению, за периодом духовного подъёма пошёл период охлаждения, спада. И очень многие люди, которые пришли в церковь тогда, не смогли в ней удержаться. И как говорится «иных уж нет, а те далече». Духовная жизнь не может держаться только на порыве, пламенном горении. Спасение души очень кропотливый труд, требующий постоянства. За подъёмом может начаться спад. Вот тут-то и начеку бес уныния.

Если посетило уныние и духовное расслабление нужно, в первую очередь, принуждать себя вести духовную жизнь, не оставлять молитвы, участвовать в таинствах церковных. Второе: читать духовную литературу, Св. Писание, одухотворять свое бытие, преодолевать приземлённость и видеть руку Божию в нашей жизни. И третье: понуждать себя трудиться, в первую очередь, для пользы других. Древние подвижники замечали, что бесы уныния не могут даже приблизиться к тому, кто никогда не сидит праздным.

Глава XI. Тщеславие «домашний вор»

Само это слово содержит в себе подсказку. Это стремление к тщетной, т.е. суетной пустой славе. Почему пустой, тщетной?

Ведь люди порой действительно стремятся к весьма высокому положению в обществе, их амбиции безграничны. Слово тщетная имеет также значение: тленная, скоропроходящая. Любая слава земная по сравнению с той, что уготовал Господь любящим Его, лишь прах и пепел, пар, поднимающийся от земли и тут же исчезающий. Но слава земная тщетна не только в масштабах вечности. Даже в краткий период нашей земной жизни слава, высокий пост, должность, известность - вещи самые ненадёжные и недолговечные. Но, тем не менее, очень многие люди стремятся к славе, почёту и уважению. А некоторые делают из этого идола, превращая тщеславие в самоцель. Но не только всецело одержимые этой страстью страдают от тщеславия. К сожалению, в разной степени тщеславие присуще всем нам. Каждому хочется выглядеть в своих глазах, а главное в глазах окружающих лучше, чем он есть на самом деле. Любому из нас приятно, когда его хвалят, ценят, а не ругают. Почти каждый стремится занять не последнее положение в том социуме, в котором он вращается. Но не этому учит нас Господь.

Однажды приступили ко Христу «мать сыновей Зеведеевых с сыновьями своими, кланяясь и чего-то прося у Него. Он сказал ей: чего ты хочешь? Она говорит Ему: скажи, чтобы сии два сына мои сели у Тебя один по правую сторону, а другой по левую в Царстве Твоем. Иисус сказал в ответ: не знаете, чего просите. Можете ли пить чашу, которую Я буду пить, или креститься крещением, которым Я крещусь? Они говорят Ему: можем. И говорит им: чашу Мою будете пить, и крещением, которым Я крещусь, будете креститься, но дать сесть у Меня по правую сторону и по левую – не от Меня зависит, но кому уготовано Отцем Моим. Услышав сие, прочие десять учеников вознегодовали на двух братьев. Иисус же, подозревая их, сказал: вы знаете, что князья народов господствуют над ними, и вельможи властвуют ими; но между вами да не будет так: а кто хочет между вами быть большим, да будет вам слугою; и кто хочет между вами быть первым, да будет вам рабом; так как Сын Человеческий не для того пришел, чтобы Ему служили, но чтобы послужить и отдать душу Свою для искупления многих». (Мф. 20,20-28)

Ни эта женщина, ни апостолы не знали ещё, что должен претерпеть Господь в земной жизни. Они, как и все тогдашние иудеи, представляли мессию как земного царя, который освободит их от ненавистного римского владычества, восстановит израильское царство, где даст евреям власть и привилегии.

Тщеславие прикровенное и явное

Тщеславие может быть страстью, смыслом жизни, а может быть мелким, бытовым, но это не значит, что оно не опасно, ведь и могучее дерево вырастает из маленького семечка и «с голубого ручейка начинается» большая река.

Нередко на исповеди можно наблюдать такую картину. Приходит человек, который ходил в храм всю сознательную жизнь и начинает вроде бы исповедоваться, а вроде бы и нет: «Да, я конечно грешен (как и все): тем то, тем то и тем то. Словом, делом и помышлением, но это всё так, по чистой случайности, по недоразумению, а вообще-то я примерный христианин, хожу в церковь, читаю Евангелие, делаю добрые дела. Притом эти люди, естественно читали и слышали Евангелие от Луки, которое читается в церкви в Неделю о мытаре и фарисее, перед Великим постом. Фарисей говорит о себе: «Боже! Благодарю Тебя, что я не таков, как прочие люди, грабители, обидчики, прелюбодеи, или как этот мытарь: пощусь два раза в неделю, даю десятую часть из всего, что приобретаю» (Лк. 18. 11, 12). Но к себе он эти евангельские слова, конечно, не относит. Или похожая ситуация. Женщина, пожилая, на исповеди называет грех, например: «раздражаюсь, гневлюсь», а потом со всеми подробностями описывает, как и кто её к этому греху подтолкнул. «Ну, как тут не согрешить, опять зять пришёл, выпивши, мусор не вынес, вот и поругались. А так я хорошая, да и вообще это не я, а он меня прогневал». Такая исповедь, конечно, никакой пользы не принесёт. Ибо построена она на тщеславии. Человек боится даже у аналоя, перед священником показаться хоть чуть-чуть хуже, чем он есть на самом деле. «То есть я, конечно, каюсь, но я не такой уж плохой. Не дай Бог, священник подумает, что я какой-нибудь великий грешник». Но перед Богом то мы не покажемся чище, чем мы есть. И даже молодому батюшке всё ясно: человек находится в плену мелкого тщеславия, боится уронить своё имя (или как сейчас модно говорить имидж) благочестивого христианина или усердного прихожанина. Не дай Бог, сказать что-нибудь лишнее, что может бросить на него тень и изменить мнение о нём.

И святитель Игнатий Брянчанинов говорит, что одним из проявлений тщеславия является «стыд исповедовать грехи свои, сокрытие их перед людьми и отцом духовным. Лукавство, самооправдание».²⁵⁾

Почему святые отцы, подвижники, победившие, казалось бы, все страсти, видели свои грехи бесчисленные как песок морской? Именно потому, что они побороли тщеславие и стяжали смирение. Им незачем было казаться в своих глазах и глазах других людей менее грешными, чем они есть. Приближаясь к Богу, они видели себя ничтожными перед величием Творца. Помните, как авва Дорофей спросил одного из знатных горожан городка Газзы; кем он будет почитать себя, когда приблизится к императору Византийской империи? И тот ответил: «Почти бедняком». Чем ближе человек к Богу, тем объективнее он оценивает себя.

От тщеславия прикровенного, тайного перейдём к открытому, немного поговорим о нём. Тщеславие является очень мощным стимулом, помогающим людям добиться больших успехов. Посмотрим на так называемых звёзд, людей знаменитых, чья деятельность связана с искусством, шоу-бизнесом, или спортом. Эти люди почти всегда служат идола тщеславия. Они кладут на алтарь этого божества лучшие годы жизни, здоровье, семейное счастье, материнство. Всё, что обычно для человека составляет огромную ценность, всё приносится в жертву тщеславию. Всё ради одного: ещё немного побыть на гребне славы, погреться в её лучах. Известного оперного певца, который не так давно развёлся с женой, спросили, что для него выше: семья, или карьера, успех, он уверенно сказал, что ради роста в своей профессии я принесу в жертву даже семью. Пение, музыка для меня главное в жизни. Правильно говорил преп. Амвросий Оптинский: «Где голосок – там и бесок». Бесок тщеславия.

А профессиональный спорт? Это же сплошное тщеславие. Детство, молодость, здоровье, всё свободное время отдаётся для того, чтобы повесить на грудь позолоченный или посеребренный кружок из далеко не драгоценного металла. Усилия прилагаются нечеловеческие, организм работает на износ. Мне приходилось общаться с профессиональными спортсменами, почти каждая ночь для них - пытка, всё тело, все старые травмы и переломы начинают болеть. Существует даже шутка: «Если у спортсмена с утра ничего не болит – значит, он уже умер». А сколько интриг, зависти и преступлений вокруг шоу-бизнеса, спорта и политики!

Если человек уже укоренился в страсти тщеславия, он не может жить без славы, жизнь теряет всякий смысл. Стареющие звёзды используют любой скандал, даже сами их режиссируют и создают, чтобы ещё хотя бы пару лет продержаться на вершине звёздного Олимпа. Хотя, казалось бы, уже всё, что можно было, достигнуто, все награды, звания, регалии, богатства получены, но тщеславие само по себе это наркотик, без него их жизнь невозможна. Тщеславие рука об руку ходит с завистью. Тщеславный не терпит конкуренции, соперничества. Он всегда первый и единственный. И если кто-то его в чём-то опережает, его начинает грызть чёрная зависть.

С человеком тщеславным, самовлюблённым, подверженным хвастовству, очень тяжело общаться. Ведь слово общение означает, что мы имеем с собеседником что-то общее, а тщеславного интересует только собственная персона. Его «Эго», самолюбие превыше всего. Местоимения «я», «у меня», «мне» занимают в его речи первое место. Это всё, в лучшем случае, вызывает усмешки окружающих, а в худшем – раздражение, зависть и отчуждение. Наоборот, человек скромный, относящийся к себе с самоиронией, всегда приятный собеседник, у него много друзей, с ним приятно общаться. В разговоре он больше слушает, чем говорит, избегает многословия и никогда не выпячивает своё «я». Тщеславный, заражённый «звёздной болезнью» человек рискует остаться один, ибо любит только себя и своё тщеславие.

Тщеславие может иметь не только грубые, прямые формы, но и рядиться в одежды смиренные, даже монашеские. Парадоксально, но тщеславный может даже совершать аскетические подвиги и гордиться своим «смирением». Питаемый тщеславием и врагом рода человеческого такой горе-монах может весьма преуспеть в своих «подвигах», но Господь обязательно смирит его. В Константинополе жили два брата мирянина, они были весьма набожны и много постились. Один из них ушёл в монастырь и стал иноком. Его навестил оставшийся в миру брат. Тут он увидел, что инок принимает пищу в обеденное время, соблазнившись, сказал ему: «Брат, в миру ты не вкушал пищу до заката солнца!» Монах ответил ему: «Это правда! Но в миру я насыщался через уши, пустые людские слова и похвала немало питали меня и облегчали труды подвижничества».

Когда мы затеваем какое-либо хорошее дело, нужно особенно быть настороже, чтобы не быть пленённым тщеславием. Ведь очень часто, когда мы помогаем людям, нами в глубине души движет самолюбие и тщеславие, и вроде бы совершив доброе дело, мы можем ожиданием суетной похвалы испортить весь труд. Трудящийся ради тщеславия и похвалы уже получает награду здесь, а значит не получит её из рук Творца. Иногда мы можем наблюдать, как легко и быстро идёт дело, если нами движет тщеславие и, наоборот, с каким скрипом и какими искушениями продвигается иной раз по-настоящему доброе дело, затеянное без тайного желания получить похвалу и самоудовлетворение. Если же мы в чём-либо преуспели, нужно почаще вспоминать слова пророка Давида: «Не нам, Господи, не нам, по имени Твоему дай славу» (Пс. 113, 9). И особенно полезно, если за труд нас не только не отблагодарят, но даже наоборот, будут поносить. Преподобный Исаак Сирийский говорит: «Пей поношения как воду жизни». Вот такое дело, действительно принесёт пользу душе. А «за неблагодарных Бог благодарит», - как говорил один мой хороший товарищ, ныне уже покойный.

Один святой отец сказал, что воздаяние бывает не добродетели, не труду ради неё, а рождающемуся от этого смирению.

Тщеславие свт. Феофан Затворник называет «домашним воров», оно подкрадывается незаметно и похищает у нас тот труд и награду за него, которые мы затеяли ради Бога и ближнего. То же происходит, когда мы из хвастовства начинаем рассказывать про свои добрые дела другим людям, сами у себя похищая возможность получить награду от Господа за них. Тщеславие может похитить и молитвенные труды, если они совершаются без смирения.

Борьба со страстью

Как же бороться с этим хитрым змием, который исподволь пролезает в душу и похищает наши труды, сводя их на нет?

Как уже неоднократно говорилось, противопоставлением ему противоположной добродетели – смирения. Например, известно, что самолюбие, обидчивость – есть порождение тщеславия. Человек, не терпящий критики, легко ранимый мгновенно обижается и как бы говорит себе: «Как они смеют? Ведь я не такой, я хороший, как они могут так говорить?»

Итак, как бороться с тщеславием и стяжать смирение? Сейчас я скажу очень неприятную для всех нас вещь: «Скорее всего, наши обидчики, критики правы. Ну, пусть не на все 100 %. Ведь со стороны виднее. Мы представляем себя всегда лучше, чем мы есть на самом деле, прощаем себе многое, чего не потерпели бы в других. Так что, есть над чем задуматься. Обидчивого критика повергает в уныние, а для умного человека она является стимулом для роста. Критика вообще бодрит и не даёт почитать на лаврах, понуждает к исправлению. Мы должны не только не обижаться, но поклониться в ноги обидчикам, как нашим воспитателям, которые вовремя дают нам по носу и подрезают крылья нашему тщеславию.

Обиду, как и гнев, нужно гасить, когда она ещё является маленьким угольком, искрой. На самом подходе, пока пламя обиды ещё не разгорелось. Если в костёр не подкладывать поленьев, он потухнет. Если обиды не «солить», не осуждать, а постараться поскорее забыть (или просто изменить своё отношение к критике, т.е. принять её к сведению) обида быстро пройдёт.

Люди духовные, подвижники не только не боятся поношений, но и с радостью принимают, как будто напрашиваются на них, тем самым, скрывая свои подвиги.

Старец Паисий Афонский рассказывал: «В одном монастыре Греции был обычай: за трудную работу давать братьям немного денег. Многие монахи хотели потрудиться побольше, а полученные деньги раздать бедным. Так делали все. Только один монах поступал по-другому. Никто никогда не видел, чтобы он подал милостыню хотя бы одному бедняку. И его прозвали Жадиной. Проходили годы. Всё оставалось по-прежнему. «Вот скупердяй!», - думали другие монахи. Но вот пришло время перейти монаху, прозванному Жадиной, в жизнь иную, и он умер. Когда в окрестных селениях узнали про его смерть, в монастырь стали стекаться все жители, чтобы попрощаться с умершим. Они оплакивали его и сожалели о его смерти. А братия удивлялась. «Что сделал вам доброго этот человек, если вы так оплакиваете его?» - спросили они. Один крестьянин сказал: «Он спас меня!» А другой добавил: «И меня!» Оказывается монах, которого прозвали Жадиной, копил деньги и покупал волов самым бедным крестьянам, чтобы они могли пахать землю и их дети не сидели бы без хлеба. Так он спасал их от голода и бедности. Как же были удивлены все те, кто считал монаха жадиной!»

У свт. Феофана также находим совет, как побеждать тщеславие смирением. Одной женщине он пишет: «Не присаживаться в церкви хорошо. А придёт тщеславие, нарочно присядьте, чтоб сказать помыслу, когда станет тщеславиться, сидела ведь и сама. Один отец, когда пришёл помысл тщеславия, что много постится, вышел рано туда, где много народу бывает, сел и начал есть хлеб».26)

Итак, будем помнить, что начинается тщеславие с мелочей: кому-то похвастались добрым делом, где-то с радостью приняли похвалу и лесть, а там уже недалеко до того, чтобы страсть поселилась в нашей душе. Чтобы этого не произошло, будем отслеживать тщеславие в самом начале, относиться к своей персоне критично и почаще произносить: «Не нам, Господи, не нам, по имени твоему».

Глава XII. Гордость «Грех Люцифера»

Нам, людям, воспитанным в советское время, с детства внушалось, что гордость – чуть ли не главная добродетель советского человека. Помните: «Человек – это звучит гордо»; «У советских собственная гордость на буржуев смотрит свысока». И действительно, ведь в основе любого бунта лежит гордость. Гордость – грех сатаны, первая страсть, которая появилась в мире ещё до сотворения людей. И первым революционером был сатана.

Когда был создан мир ангельский, небесное воинство, один самый высший и могущественный ангел – Денница не захотел находиться в послушании и любви к Богу. Возгордился своим могуществом и силой и

возжелал сам стать как Бог. Денница увлѣк за собой многих ангелов, и произошла на небе война. Архангел Михаил и ангелы его сражались с сатаной и победили злое воинство. Сатана – Люцифер пал как молния с небес в преисподнюю. И с тех пор преисподняя, ад – это место, где обитают тѣмные духи, место, лишѣнное света и благодати Божией.

Бунтарь-революционер не может не быть гордым, он продолжатель дела Люцифера на земле.

Коммунизм – это квазирелигия и как любое вероучение имеет свой «символ веры», и свои заповеди. Свои «мощи», «иконы», хоругви – транспаранты и крестные ходы – демонстрации. Только рай большевики предполагали построить на земле, без Бога и конечно всякая мысль о смирении считалась смешной и нелепой. Какое ещё смирение, когда: «Мы наш, мы новый мир построим, кто был ничем, тот станет всем».

Однако Бог поругаем не бывает и сама история вынесла над большевиками свой суд. Рай без Бога построить не удалось, их гордые замыслы были посрамлены. Но хотя коммунизм пал, гордости не стало меньше, просто она приняла другие формы. Говорить с современным человеком о смирении тоже очень непросто. Ведь рыночное капиталистическое общество, нацеленное на успех и карьерный рост также основано на гордыне.

Очень часто приходится слышать на исповеди, когда задаёшь вопрос о грехе гордости, такой ответ: «Чего-чего, а гордости у меня нет». Святителю Феофану Затворнику одна женщина пишет: «Говорила с духовным своим отцом и сказывала ему о себе разное. Он прямо мне сказал, что я горда и тщеславна. Я ему ответила, что я совсем не горда, но терпеть не могу униженности и угодничества». И вот, что ответил ей святитель: «Отпели прекрасно. Вы не давайте себя им в обиду, чтоб знали, что за вас голою рукою нельзя хватать. Вишь выдумал называть как, да ещё в глаза? – Теперь и я вам приговорю: на что же лучшее доказательство, что вы горды, как отповедь ваша? Она не плод смирения. И зачем вам поперечить такому приговору? ... Лучше вам, не переча, положить вникать в себя хорошенько, нет ли, в самом деле, в вас сего зелья, крайне недоброго».27)

Итак, что же такое гордость и в чём этот грех проявляется? Снова обратимся к святителю Игнатию Брянчанинову: Гордость «Презрение ближнего. Предпочтение себя всем. Дерзость. Омрачение, дебелость ума и сердца. Пригвождение их к земному. Хула. Неверие. Лжеименитый разум. Непокорность Закону Божию и Церкви. Последование своей плотской воле. Чтение книг еретических, развратных, суетных. Неповиновение властям. Колкое насмешничество. Оставление хриstopодражательного смирения и молчания. Потеря простоты. Потеря любви к Богу и ближнему. Ложная философия. Ересь. Безбожие. Невежество. Смерть души».28)

Суд и осуждение

Святой Кассиан Римлянин говорит о гордости, что хоть она и стоит последней в списке 8 страстей, «но по началу и времени есть первая. Это самый свирепый и самый неукротимый зверь».

Почему? Давайте по порядку.

Гордость в череде страстей стоит после тщеславия, а значит и проистекает от этого порока, имеет в нём начало. «Блистание молнии предрекает громовой удар, а о гордости предвещает появление тщеславия»29) , - наставляет преп. Нил Синайский. Поиск тщетной, суетной славы, похвалы, завышенная самооценка рождает превозношение над людьми. «Я выше их, достойнее – они ниже меня. Это и есть гордость. С этим чувством связано и осуждение. Как же, если я выше всех, то значит и праведнее, все остальные грешнее меня. Завышенная самооценка не позволяет объективно судить о себе, зато помогает быть судьёй других.

Гордыня, начавшись с тщеславия, может дойти до глубин адовых, ведь это грех самого сатаны, ни одна из страстей не может вырасти до таких пределов как гордость, в этом-то и есть её главная опасность. Но вернёмся к осуждению. Осуждать – значит судить, предвосхищать суд Божий, узурпировать Его права (в этом тоже страшная гордость!) ибо только Господь, знающий прошлое, настоящее и будущее человека, может судить о нём. Преп. Иоанн Савваитский рассказывает следующее: «Раз пришёл ко мне инок из соседнего монастыря, и я спросил его, как живут отцы. Он отвечал: «Хорошо, по молитвам Вашим». Затем

я спросил об иноке, который не пользовался доброй славой, и гость сказал мне: «Нисколько он не переменялся, отче!» Услышав это, я воскликнул: «Худо!» И только я сказал это, тотчас почувствовал себя как бы в восторге и увидел Иисуса Христа, распятого между двумя разбойниками. Я, было, устремился на поклонение Спасителю, как вдруг Он обратился к предстоящим Ангелам и сказал им: «Изринте его вон, - это антихрист, ибо осудил брата своего, прежде Моего Суда». И когда, по слову Господа, я изгонялся, в дверях осталась моя мантия, и затем я очнулся. «Горе мне, - сказал я тогда пришедшему брату, - зол сей день мне!» «Почему так?» - спросил тот. Тогда я рассказал ему о видении и заметил, что оставленная мной мантия означает, что я, лишён покрова и помощи Божией. И с того времени семь лет провёл я, блуждая по пустыням, ни хлеба не вкушая, ни под кров не заходя, ни с человеками не беседуя, пока не увидел Господа моего, возвратившего мне мантию»³⁰), - повествует Пролог.

Вот как страшно выносить суждение о человеке. Благодать отошла от подвижника только оттого, что он сказал про поведение брата: «Худо!» Сколько же раз на дню мы в мыслях или словом даём свою беспощадную оценку ближнему! Каждый раз, забывая слова Христа: «Не судите, да не судимы будете» (Мф. 7, 1). При этом мы в душе, конечно, говорим себе: «Уж я то никогда не сделал бы ничего подобного!» И очень часто Господь для нашего исправления, чтобы посрамить нашу гордыню и желание осуждать других, смиряет нас.

В Иерусалиме жила одна девственница, которая шесть лет провела в своей келии, ведя жизнь подвижническую. Она носила власяницу и отреклась от всех земных удовольствий. Но потом бесчестия и гордости возбудил в ней желание осуждать других людей. И благодать Божия оставила её за чрезмерную гордость, и она впала в блуд. Это случилось потому, что она подвизалась не из любви к Богу, а напоказ, ради суетной славы. Когда же она пришла в опьянение от демона гордости, Святой Ангел, страж целомудрия оставил её.

Очень часто Господь попускает нам впасть именно в те грехи, за которые мы осуждаем ближних.

Наши оценки ближнего очень неполны и субъективны, мы не только не можем заглянуть в его душу, но и часто вообще ничего не знаем о нём. Христос не осуждал явных грешников, ни блудниц, ни прелюбодеев, потому что знал, что земной путь этих людей ещё не закончен и они могут стать на путь исправления и добродетели. Только суд после смерти подводит последнюю черту всему тому, что сделал человек в жизни. Мы видим, как человек грешит, но не знаем, как он кается.

Как-то я вернулся с кладбища, куда меня пригласили отслужить панихиду, и женщина, позвавшая меня, попросила освятить ей машину. При освящении присутствовал один мой друг. Когда женщина уехала на уже освящённой новенькой иномарке, он бросил фразу: «Да, не видно, чтобы она очень утруждалась, зарабатывая на эту машину». Тогда я рассказал ему, что у этой женщины большое горе, у неё не так давно убили сына, и она попросила меня отслужить панихиду на его могиле. По внешности никогда нельзя судить о благополучии человеческой жизни.

Гордость и раскол

В наше время появилось немало «ругателей» (как их называет апостол Иуда (Иуд.1,18)), которые постоянно находят поводы для возмущения церковной иерархией. Патриарх, видите ли, слишком много общается со светской властью, епископы все сплошь заражены стяжательством и симонией, батюшки тоже думают только о доходах и все разъезжают на мерседесах. Появились особые газеты и сайты, которые специализируются на обличении епископата. Отец Андрей Кураев как-то метко назвал журналистов, работающих в этом жанре, «профессиональными охотниками за митрополитами». Им видимо кажется, что сейчас наступили уже те самые времена, когда «архиереи и в вокресение Христа верить не будут». Полный упадок благочестия и церковной жизни.

Что движет этими людьми? Гордыня. Кто дал им такое право обличать архиереев и священников и что дают эти обличения? Они только сеют вражду, смуту и разделение в сердцах православных людей, которым наоборот нужно сейчас объединяться.

Недостойные люди, среди священников и епископов были во все времена не только в XX или XXI веке. Обратимся к золотому веку православия, веку святости и расцвета богословия. IV век дал таких столпов Церкви как святители Василий Великий, Григорий Нисский, Григорий Богослов, Афанасий Александрийский, Иоанн Златоуст и многие, многие другие. И вот, что свт. Иоанн Златоуст пишет об этом золотом веке: «Что может быть беззаконнее, когда люди негодные и исполненные множества пороков получают честь за то, за что не следовало бы позволить им переступить церковного порога... Ныне грехами страдают начальники Церкви... Беззаконники же, обремененные тысячью преступлений, вторглись в Церковь, откупщики сделались настоятелями». Многие из святых епископов IV века, в том числе сам святитель Иоанн были отправлены «разбойничьими соборами» иерархов в ссылку, а некоторые умерли в ней. Но никто из них никогда не призывал к расколу и разделению. Уверен, что за низложенными святителями пошли бы многие тысячи людей, если бы они захотели создать свою «альтернативную церковь». Но святые мужи знали, что грех раскола и разделения не смывается даже мученической кровью.

Не так поступают некоторые современные обличители, они предпочитают раскол подчинению священноначалию, это сразу же показывает, что ими движет всё та же гордыня. Она лежит в основе любого раскола. Сколько сейчас появляется раскольничьих, катакомбных церквей, именующих себя православными. Истинная Православная церковь. Самая истинная православная церковь. Самая, самая истинная и т.д. То есть, каждая из этих лжецерквей считает по гордости себя лучше, чище, святее, чем все остальные. Та же страсть гордыни двигала и движет старообрядцами. Они раздробились на огромное количество старообрядческих «церквей», толков, согласий, которые не имеют общения между собой. Как писал свт. Феофан Затворник: «Сотни бестолковых толков и тысячи несогласных согласий». Это путь всех раскольников и еретиков. Кстати, всё старообрядчество держится вовсе не на любви к старому обряду, а на гордыне и высоком мнении о своей исключительности и правильности и ненависти к патриарху Никону и его последователям – никонианам.

Но скажем ещё немного о «ругателях», им следует вспомнить слова свт. Киприана Корфагенского: «Кому Церковь не мать, тому Бог не Отец. Церковь была, есть и будет, несмотря на недостойность некоторых иерархов, которые были, как я уже говорил во все века и времена. Судить их будет Бог, а не мы. Господь говорит «Мне отмщение, Аз Воздам» (Рим. 12, 19). А мы можем исправить Церковь только одним – нашим личным благочестием. Ведь мы – это тоже церковь. «Спасись сам – и вокруг тебя спасутся тысячи», - говорил преп. Серафим Саровский. А уж он это познал на собственном духовном опыте. Вот такие люди и являются той малой закваской, которая квасит всё тесто. Небольшое количество дрожжей способно поднять целую квашню. Но кстати, по моим собственным наблюдениям у «ругателей» с личным благочестием и нравственностью, как правило, туго. Зато гордыни, хоть отбавляй.

Прельщение

Одним из самых страшных и плохо излечимых видов гордыни является прелесть.

Прелесть – значит прельщение. Дьявол прельщает человека, принимая вид Ангела Света, святых, Богородицы и даже Самого Христа. Человеку прельщённому даются от сатаны величайшие духовные переживания, он может совершать подвиги, даже чудеса, но всё это есть пленение бесовскими силами. А в основе этого лежит гордыня. Человек возгордился своими духовными трудами, деланием, совершал их из тщеславия, гордости, часто напоказ, без смирения, и тем самым открыл душу действию враждебных сил.

Святитель Игнатий Брянчанинов в своём «Отечнике» приводит пример, к каким страшным последствиям может привести прелесть: «Сказывали о некоем брате, что жил отшельником в пустыне и в течение многих лет был обольщаем демонами, думая, что это были ангелы. По временам приходил к нему его отец по плоти. Однажды отец, отправляясь к сыну, взял с собой топор с намерением на обратном пути нарубить себе дров. Один из демонов, предупреждая пришествие отца, явился сыну и сказал ему: «Вот дьявол идёт к тебе в подобии твоего отца, с целью убить тебя, у него и топор с собой. Ты предупреди его, вырви топор и убей». Отец пришёл, по обычаю, и сын, схватив топор, нанёс ему удар и убил его».31) Впавшего в прелесть очень тяжело вывести из этого состояния, но такие случаи бывали. Как, например, с преподобным Никитой Киево-Печерским. Впав в прелесть, он смог предсказать некоторые события,

выучил наизусть весь Ветхий Завет. Но после усиленной молитве преподобных Киево-Печерских старцев, бес отошёл от него. После этого он забыл всё, что знал из книг, и отцы еле научили его грамоте.

Случаи бесовского прельщения встречаются и в наши дни. Со мной в Семинарии учился молодой человек, который очень усиленно молился и постился, но видимо с неправильным, несмирненным расположением души. Студенты стали замечать, что он целыми днями просиживает за книгами. Все думали, что он читает святых отцов. Оказалось, что он изучал книги по исламу и оккультизму. Перестал исповедоваться и причащаться. К сожалению, его не удалось вывести из этого состояния и вскоре его отчислили.

Грех гордости, начинаясь, порой с мелкого тщеславия и гордыни, может вырасти до страшной духовной болезни. Вот почему святые отцы называли эту страсть самой опасной и наибольшей из страстей.

Брань с гордостью

Как же борются с гордыней, презрением ближних, самовозвышением? Что противопоставить ей?

Святые отцы называют добродетель противоположную гордыне – любовь. Самая бóльшая из страстей борется наивысшей добродетелью.

Как стяжать любовь к ближнему?

Как говорится: «Легко любить всё человечество», но очень непросто любить конкретного человека со всеми его недостатками и слабостями. Любовь – наивысшая добродетель. Когда Господа спросили: «Какая наибольшая заповедь в законе?», Он ответил: «Возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим, и всею душою твоею, и всем разумением твоим: сия есть первая и наибольшая заповедь; вторая же подобная ей: возлюби ближнего твоего, как самого себя» (Мф. 22, 37-39).

Любовь – это великое чувство, которое роднит нас с Богом, ибо «Бог есть любовь», в любви единственное счастье, она способна помочь преодолеть нам все трудности и победить гордость и эгоизм. Но не все правильно понимают, что такое любовь. За любовь часто ошибочно принимают те приятные ощущения, которые мы получаем, когда к нам хорошо относятся, но это не любовь. «Если вы будете любить любящих вас, какая вам польза? Не то же ли делают и мытари?» (Мф. 5, 46). Очень легко и приятно любить человека, находиться рядом с ним, когда он нас только радует. И когда общение с ближним нас чем-то не устраивает, мы тут же меняем своё отношение к нему, часто до диаметрально противоположного. «От любви до ненависти один шаг». Но это значит, что мы любили не настоящей любовью, наша любовь к ближнему была потребительской. Нам нравилось то приятное ощущение, которое было связано сообщением с ним, а когда они исчезали, исчезала и любовь. Получается, что мы любили человека как вещь нужную нам, даже не как вещь, а как продукт, вкусную пищу. Потому что о любимой вещи мы всё же заботимся. Например, полируем кузов любимой машины, регулярно обслуживаем её, покупаем всякие украшения и т.д. То есть даже в вещь, если мы любим её, мы вкладываем свою заботу и внимание. И только пищу, мы любим за её вкус, не более, когда она съедена, она больше не нужна нам. Итак, истинная любовь даёт, а не требует. И на самом деле в этом и есть настоящая радость любви. Радость от получения чего-то, радость материальная, потребительская, а в дарении кому-то, истинная, вечная.

Любовь – это служение. В этом даёт нам великий пример Сам Господь наш Иисус Христос. Когда Он умыл ноги апостолам на Тайной Вечери, то сказал: «Итак, если Я, Господь и Учитель, умыл ноги вам, то и вы должны умывать ноги друг другу? Ибо Я дал вам пример, чтобы и вы делали то же, что Я сделал вам» (Ин. 13, 14-15). И Христос любит нас ни за что-то (потому что нас не за что особенно любить), а просто потому, что мы его дети. Пусть грешные, непослушные, духовно больные, но ведь именно больного, слабого ребёнка родители любят больше всего.

Чувство любви не может существовать без наших усилий. Его нужно воспитывать в своём сердце, возгревать день за днём. Любовь это сознательное решение: «я хочу любить». И сделать всё, чтобы это чувство не погасло. Иначе наше чувство долго не протянет. Оно будет зависеть от множества случайных причин: эмоций, нашего настроения, обстоятельств жизни, поведения ближнего и т.д. Иначе выполнить

слова Христа невозможно, ведь нам заповедана любовь не только к близким: родителям, супругам, детям, но и ко всем людям. Любовь стяжается ежедневным трудом, но награда за этот труд велика, ибо ничто на земле не может быть выше этого чувства. Но в начале нам приходится буквально понуждать себя к любви. Например, пришёл домой усталый, не жди пока тебе сделают приятное, сам помоги, помой, скажем, посуду. Одолело плохое настроение – понудь себя, улыбнись, скажи ласковое слово, не срывай раздражение на других. Обиделся на человека, считаешь его неправым, себя невиновным – понудь себя, прояви любовь и первым пойдешь, примиришься. И гордость побеждена. Но тут очень важно не возгордиться уже своим «смирением». Так, воспитывая себя, день за днём человек дойдёт когда-нибудь до того, что уже не сможет жить по-другому, у него будет внутренняя потребность дарить свою любовь, делиться ей.

Очень важный момент в любви – видеть ценность каждого человека, ведь в каждом есть что-то хорошее, просто нужно изменить своё часто предвзятое отношение к нему. Только воспитывая в своём сердце любовь к ближнему, меняя своё отношение к нему, научаясь видеть в нём хорошие стороны, мы будем шаг за шагом побеждать в себе гордость и превозношение. Любовь побеждает гордость, ибо гордость есть недостаток любви к Богу и людям.

Как научиться любви к Богу? Полюбив Его творение – человека. Человек – это образ Божий и невозможно любить Первообраз и без любви, неуважительно относиться к иконе, изображению Бога. Недаром апостол Иоанн Богослов пишет нам: «Кто говорит: «я люблю Бога», а брата своего ненавидит, тот лжец: ибо не любящий брата своего, который видит, как может любить Бога, Которого не видит? И мы имеем от Него такую заповедь, чтобы любящий Бога любил и брата своего» (1Ин. 4. 20).

«Царство Небесное силою берётся». Вместо заключения

Путь борьбы со страстями нелёгок и тернист, мы часто изнемогаем, падаем, терпим поражение, иногда кажется, что сил больше нет, но снова встаём и начинаем бороться. Потому что путь этот единственный для православного христианина. «Никто не может служить двум господам: ибо или одного будет ненавидеть, а другого любить; или одному станет усердствовать, а о другом нерадеть» (Мф. 6, 24). Невозможно служить Богу и оставаться рабом страстей.

Конечно, ни одно серьёзное дело не делается легко и быстро. Воссоздаём ли мы храм, строим дом, воспитываем ребёнка, лечим тяжелобольного человека – всегда требуются очень большие усилия. «Царство Небесное силою берётся, и употребляющие усилие восхищают его» (Мф. 11, 12). А стяжание Небесного Царства невозможно без очищения себя от грехов и страстей. В славянском переводе Евангелия (всегда более точном, образном) вместо глагола «берётся» употребляется слово «нудится». И действительно духовная работа требует не просто приложения усилий, но принуждения, понуждения, преодоления себя.

Человек, ведущий борьбу со страстями и побеждающий их, венчается за это от Господа. Однажды преподобного Серафима Саровского спросили: «Кто в нашем монастыре выше всех предстоит перед Богом?» И преподобный ответил, что это повар с монастырской кухни, по происхождению из бывших солдат. Старец сказал также: «Характер у этого повара от природы огненный. Он готов в запальчивости убить человека, но его непрестанная борьба внутри души привлекает к нему великое благоволение Божие. За борьбу ему подаётся свыше благодатная сила Святого Духа, ибо неприложно Божие слово, которое говорит: «Побеждающему (себя) дам место сесть с Собою и облечу в белые одежды». И, наоборот, если человек не борется с собой, то доходит до ужасного ожесточения, которое влечёт к верной гибели и отчаянию».32)

Примечания.

1. Святитель Игнатий (Брянчанинов). Полное собрание творений. М., 2001, Т.1, С.156.
2. Святитель Феофан Затворник. Созерцание и размышление. М., 1998, С.135.
3. Авва Дорофей. Поучения, послания, вопросы, ответы. М., 1991, С. 48, 49.
4. Святитель Феофан Затворник. Путь ко спасению. Краткий очерк аскетике. М., 1899, С. 280, 281.
5. Там же, С. 281.
6. Святитель Феофан Затворник. Собрание писем. Свято-Введенский Печерский монастырь. 1994, Вып.4, С. 98.
7. Святитель Игнатий (Брянчанинов) Полное собрание творений. М., 2001, Т.1, С. 155.
8. Добротолюбие. М., 2001, Т.2, С.234.
9. Там же, 380.
10. Святитель Феофан Затворник. Краткие мысли на каждый день года по церковному чтению из Слова Божия. М., 1991, С.79.
11. Иоанн Ильич Сергиев, прот. Полное собрание сочинений. Спб., 1893, Т.2, С. 644, 645.
12. Советы православному христианину и комментарии. М., 1994, С. 94.
13. Святитель Феофан Затворник. Собрание писем. Свято-Введенский Печерский монастырь. 1994, Вып.4, С.41, 42.
14. Добротолюбие. М., 1895, Т. 2, С. 401.
15. Игнатий (Брянчанинов), еп. Отечник. Спб., 1903, С. 456.
16. Авва Дорофей. Поучения, послания, вопросы, ответы. М., 1991, С. 107.
17. Святитель Феофан Затворник. Собрание писем. Свято-Введенский Печерский монастырь. 1994, Вып. 3, С. 158.
18. Цит. по: Зорин К. В. Вино блуда. М., 2007, С. 210-212.
19. Добротолюбие. М., 1895, Т.2, 403.
20. Святитель Игнатий (Брянчанинов) Полное собрание творений. М., 2001, Т. 1, С. 156.
21. Святитель Феофан Затворник. Псалом сто-осьмнадцатый. М., 1993, С. 107.
22. Святитель Феофан Затворник. Собрание писем. Свято-Введенский Печерский монастырь. 1994, Вып.1, С.85.
23. Там же, Вып.4, С. 221.
24. Там же, Вып.6, С. 86.
25. Святитель Игнатий (Брянчанинов) Полное собрание творений. М., 2001, Т.1, С.156.
26. Святитель Феофан Затворник. Собрание писем. Свято-Введенский Печерский монастырь. 1994, Вып.4, С. 195.

27. Святитель Феофан Затворник Письма к разным лицам о разных предметах веры и жизни. М., 1995, С. 301.
28. Святитель Игнатий (Брянчанинов) Полное собрание творений. М.,2001, Т.1, С.156.
29. Добротолюбие. М.,1895, Т.2, С.267.
30. Гурьев В., прот. Пролог в поучениях. М.,1912, С.637.
31. Игнатий (Брянчанинов), еп. Отчник. Спб.,1908, С.525.
- 32 Троицкие листки с луга духовного. Т.С.Л.,С. 81.