

# Как подготовиться и провести Великий пост

Митрополит Иоанн (Снычев)

## Содержание

- [Информация о первоисточнике](#)
- [В чем главный смысл поста](#)
- [Великий Пост - путь следования за Христом](#)
- [Что раскрывает притча о блудном сыне](#)
- [Что такое покаяние](#)
- [Почему мы все нуждаемся в покаянии](#)
- [О выборе своего пути ко спасению](#)
- [Как достичь спасения](#)
- [Как научиться любить Бога](#)
- [Как войти в общение с Иисусом Христом](#)
- [Как подготовиться к посту](#)
- [Как испытывать свою совесть](#)
- [О необходимости прощения обид перед началом поста](#)
- [О причащении в дни Великого Поста](#)
- [Как приступить к духовному совершенствованию](#)
- [Как приступить к очищению своей души](#)
- [Как начать врачевать свою душу](#)
- [Как бороться с гордостью](#)
- [Как приобрести терпение](#)
- [Как научиться беззлобию](#)
- [Как относиться к врагам и обидчикам](#)
- [Об одухотворении мирской жизни](#)
- [О добровольном принятии скорбей](#)

## Информация о первоисточнике

При использовании материалов библиотеки ссылка на источник обязательна. При публикации материалов в сети интернет обязательна гиперссылка: "Православие и современность. Электронная библиотека." ([www.lib.eparhia-saratov.ru](http://www.lib.eparhia-saratov.ru)).

Преобразование в форматы epub, mobi, fb2

"Православие и мир. Электронная библиотека" ([lib.pravmir.ru](http://lib.pravmir.ru)).

## В чем главный смысл поста

Заповедь соблюдения поста есть первая заповедь, полученная человеком по сотворении его.

Согрешил Адам, вкусив плоды запретного дерева, и страшная греховная порча проникла во весь человеческий род.

С той самой поры диавол получил доступ к сердцу падшего человека. С той самой поры совершенное творение Божие - Адам, не ведавший прежде ни злобы, ни печали, - стал подвержен страстям, в которых доньне, как в смоле адовой, кипят наши сердца, лишившиеся блаженного Богообщения.

Не потому ли Сам Господь Иисус Христос, придя в мир для спасения гибнущих грешников, начиная Свое служение на земле, сорок дней и ночей постился в пустыне, собственным примером напоминая нам о благотворности и обязательности поста? Не потому ли троекратным отвержением наветов вражиих явил Он нам образ духовной брони, неизбежной для каждого, стремящегося сочетать благой плод постнического воздержания с внутренним возрастанием духовным?

Однако для того, чтобы непреткновенно шествовать по узкому пути спасения, избегая широкой дороги, ведущей, по слову Спасителя, в погибель, должно ясно понимать, что *не одним лишь воздержанием в пище и плотской жизни побеждается грех, но очищением сердца и ревностным стремлением к непорочной чистоте души*. Во вспомоществовании этому святому стремлению, этой благодатной и благотворной ревности - главный смысл пощения.

**"Уклонись от зла и сотвори благо"** (1 Пет. 3, 11), - эти слова Священного Писания должно в первую очередь помнить всем нам на протяжении Великого поста.

К сожалению, даже среди людей церковных встречаются ныне заблудшие и неразумные, не понимающие высокого духовного смысла Великого поста, почитающие для себя достаточным и исчерпывающим простое воздержание от вкушения запретной пищи.

Увы нам, неразумным, и горе нам - лицемерным!

Внемли себя, не ядущий мяса: *не огорчил ли ты ближнего своего? не роптал ли на Бога в скорбях и тяготах души? не таишь ли на кого обиды, злобы, зависти? не гордишься ли мнимыми достоинствами своими? благодаришь ли Господа за все ниспосланное тебе? не владеют ли твоим сердцем суетные земные попечения?*

Или - извергая мясо из трапезы своей, смиряя тело - *ты нерадишь о собственной душе, медля извергнуть из сердца твоего гнев и лицемерие, сребролюбие и своенравие, высокоумие и самолюбие?*

Грозно предупреждает нас Святая Церковь Православная, что не будет нам пользы от воздержания телесного, если не соединим мы его с воздержанием духовным - от зла, от страстей, от терзающего нас греха.

*"От брашен постящися, душе моя, - слышим мы в великопостных молитвословиях, - и страстей не очистившись, все радуешься неядением: аще бо не вина ти будет ко исправлению, яко ложная возненавидена будеши от Бога"* ("Тщетно ты радуешься, душа моя, воздержанию от пищи, тогда как от страстей ты не очищена: если не станет воздержание причиной исправления твоего, возненавидена будешь от Бога").

## **Великий Пост - путь следования за Христом**

Путь Христа - путь каждого христианина. И еще хочу вам сказать: путь, которым пошел Христос Спаситель, это есть путь каждого из нас, христиан.

Когда Господь призвал нас с вами в лоно Церкви, когда мы принимали святое Крещение и затем в известный момент были обласканы, когда Божественный свет коснулся наших сердец, тогда ведь мы ощущали необыкновенную радость и как бы находились в Сионской горнице вместе со Христом. Тогда все было светло и радостно, потому что Господь укреплял наши душевные и телесные силы, с тем чтобы мы вкусили и познали, как благ Господь.

Но наш путь на этом не закончился. Мы последовали за Христом дальше. Последовал путь учительства, когда мы должны были оправдать ту Божественную радость, ту Божественную благодать, которая посетила наши сердца в начале нашего подвига.

Здесь мы, как в свое время апостолы, как и Христос, встретили всевозможные лишения, всевозможные трудные обстоятельства и начинали даже колебаться.

Или, подобно маловерным последователям Господа, даже засыпали в минуту испытаний душевных.

Но для того, чтобы восторжествовать над грехом, чтобы окончательно утвердилось в наших сердцах добро, требуется идти за Христом не только до Гефсиманского сада. Необходимо продолжить путь в дом первосвященников Анны и Каиафы, пройти в претор к Понтию Пилату и услышать страшные слова: "*Распи, распи Его!*"

Дальше путь поведет нас на Голгофу, чтобы здесь вместе со Христом мы распяли плоть свою *со страстьми и похотьми*. На этом пути нам предстоит погребение вместе с Господом. И только после этого начнется воскресение нашей души. Только тогда наступит торжество добра в наших сердцах. И еще более утвердится наш душевный покой, когда мы, пройдя крестный путь, получим в день Пятидесятницы Духа Святаго.

Вот что мы должны испытывать и испытываем на своем спасительном пути. Труден этот путь, но идти им необходимо. Идти, несмотря на тяготы и огорчения - и от ближних своих, и со стороны своих греховных привычек... Подчас мы даже не будем знать, как поступить. Но если мы будем ревностно держаться Христовой пути и, призывая помощь Божественную, идти бесстрашно на Голгофу даже до спогребения со Христом - Господь ниспошлет нам Свою Божественную благодать, укрепит наши немощные силы, поможет преодолеть всякие греховные страсти и вместо них насадить добрые навыки, которые помогут нам достигнуть вечной жизни во Христе Иисусе Господе нашем.

## **Что раскрывает притча о блудном сыне**

Человеку даны заповеди Божий, сохраняя которые, он тем самым стяжает себе благодатную жизнь.

Но все горе в том, что не всегда человек ценит это богатство - исполнение Божественных заповедей, от которых питается его душа. Подчас приходят такие минуты, когда в человеке оскудевает любовь к своему Источнику жизни, любовь к своему Творцу, и тогда все то, что служит пищею духа человеческого, становится уже как бы в тягость ему. Он старается освободить себя, удалить, сбросить бремя заповедей Божиих и стать на самостоятельную стезю, жить так, как ему хочется.

Иными словами, человек удаляет себя от Господа и идет в объятия греха. Вот это и есть начало падения.

Итак, началом удаления из отеческого дома служит охлаждение любви к Богу. Человек старается сбросить с себя благое иго Христово и удалиться в страну далекую, в страну греха, где, как ему кажется, он будет веселиться и радоваться без конца. Грех рисует в уме человеческого все сласти, все прелести мира. Он зовет, манит к себе. И человек, не разобравшись в этом обмане, оставляет пищу духовную и обращается к пище животной - ко греху.

Вначале, пока он еще не расточил задатки благодати Святого Духа, он чувствует в себе силу, жизнь. Это подобно отломанной ветви. Ведь когда ветвь от здорового дерева отделяется, то она не сразу засыхает, а имеет в себе некие соки, полученные от древа. И некоторое время эта ветвь питается оставшимися соками. Ну а потом? А потом наступает известный конец - засыхание.

Вот то же самое происходит и с человеком греха. Человек оскудевает духовно. Все, что было дано ему чрез исполнение заповедей Божиих от Божественной благодати, все оскудевает, упраздняется, и человек постепенно духовно засыхает. В человеческом сердце образуется пустота. Эта ужасная греховная пустота не дает человеку ни минуты покоя. И тогда человек начинает метаться, искать разного рода развлечения, разжигая себя то похотью плоти, то гордынею, то злонравием, злобою, завистью, стяжательством и иными греховными делами. Но все это не приносит удовлетворения. И если бы не милосердие Господне, то что случилось бы с нами, оболыщенными кознями диавола?! Даже в грехе Господь не оставляет человека Своею милостью. Он в Своем Промысле имеет множество способов вернуть нас на путь истинный. Подчас это очень горькие лекарства: и трудные обстоятельства жизни, и болезни, и нужда...

Но посылая всевозможные скорби, Господь пробуждает человека, стучится к нему: проснись, восстань, человек, ты находишься в опасности!

Вот в какую область входит человек, оставивший пищу духовную и обратившийся к пище греховной. Он теряет духовную радость, опустошает себя и становится рабом греха. И если грех не окончательно истребит в человеке добрые начала, то всегда остается возможность пробуждения от сна греховного.

Но бывает и так, что грех полностью порабощает человека, так что тот атрофируется, теряет чувство духовного восприятия и оказывается не способен ни к какой духовной жизни, ни к какому пробуждению. Но если в человеческом сердце еще остается уголок доброй почвы, то на эту почву Божественная благодать бросает свое семя. И тогда-то наступает пробуждение. Как оно наступает?

Как у евангельского блудного сына. Сказано: когда он изнывал от голода, то пришел в себя. Что это значит - *прийти в себя*? Это значит - осознать свое опасное положение, свое пагубное состояние. Пред человеком греха милостию Божией как бы открывается завеса, и он видит себя стоящим на краю пропасти, так что еще один шаг - и он неминуемо упадет в бездну и погибнет окончательно. Вот это и называется *прийти в себя*.

Когда это происходит, тогда человек начинает вспоминать о прежней благодатной жизни в отеческом доме.

Заповеди Божий, которые казались ему некогда весьма тяжкими, теперь приобретают совершенно иную окраску и вызывают в памяти уже не горечь, а сладость. В такой момент созревает решимость. *Решимость восстать и удалиться от пропасти*. Это *вторая* ступень действия Божией благодати на душу человеческую.

Затем наступает *третья*, спасительная ступень пробуждения - это та, когда блудный сын не только решился вернуться в отчий дом, но *встал и пошел, то есть он уже победил в себе греховное рабство и с чувством глубокого раскаяния возвращается на круги своя*.

Вот каким образом совершается спасительное покаяние. Вот что требуется от нас - возвратиться в отчий дом и молить Господа своего и Творца о прощении.

Но помните: *Господь принимает только искреннее раскаяние*. Только в том случае, когда человек осознает свое грехопадение, смирит себя пред Творцом своим и воскликнет: "Отче, я согрешил на небо и пред Тобою, я уже недостойн называться Твоим сыном, потому что нарушил все Твои заповеди, расточил все, что Ты мне дал! Поэтому прими меня хоть в число наемников Твоих, чтобы мне трудиться и получать положенную часть пищи, вкушая которую я мог бы жить". Только в этом случае Господь возвращает нам светлые одежды.

Вот что раскрывает, нам Святая Церковь в неделю о блудном сыне. Раскрывает, как человек, постепенно удаляясь от истины Божией, оказывается в области греха, раскрывает, как происходит пробуждение и возвращение в отеческий дом.

И мне хочется, чтобы мы никогда не удалялись из отеческой ограды, чтобы иго Божие не было для нас тягостным. Оно по существу и не тягостно. Разве мы не слышим голос нашего Божественного Спасителя: "*Приидите ко Мне все труждающиеся и обремененные и Аз упокою вы. Возьмите иго Мое на себя и научитесь от Меня, яко кроток есть и смирен сердцем, и обрящете покой душам вашим. Иго бо Мое благо и бремя Мое легко есть*". Вот он, истинный

глагол Божий! Если мы будем выполнять заповеди Божии с любовью и ради любви, то иго Христово будет для нас легким. Тогда не уйдем мы в страну далекую, тогда не овладеет нами грех, тогда не нужно нам будет и возвращаться.

## Что такое покаяние

Покаяние есть величайший дар Бога человеку - второе крещение, в котором, омывшись от грехов, мы снова обретаем благодать, утерянную в падении. Быв грешными - становимся святыми. Оно отвергает нам небо, вводит в рай. **Без покаяния нет спасения.**

Покаяние не есть публичное самобичевание, но тяжелый и кропотливый **внутренний труд по очищению сердца от нравственных нечистот, скопившихся там за время рассеянной, нерадивой, безблагодатной жизни.**

Покаяться - значит **изменить образ жития, прежде всего "прийти в себя"**.

Это значит увидеть в себе грех: в мысли, слове и действии, - осознать его, возненавидеть, а затем употребить благодатные церковные средства для искоренения его из своего существа. Утратив понимание истинной духовности, мы потеряли и здоровое понятие об этом благе.

Плод покаяния - **исправление, перемена жизни.**

Человек должен безжалостно, с корнями вырвать из души пороки и страсти, отвратиться от зла и неправды, приступить ко Господу и начать Ему Единому служить всеми силами души и тела.

Кто кается и сознательно согрешает вновь, усугубляет вину, "обращаясь вспять" и попирая милосердие Божие. "Не столько раздражают Бога содеянные нами грехи, сколько наше нежелание перемениться", - говорит св. Иоанн Златоуст.

## Почему мы все нуждаемся в покаянии

Напрасны и бесплодны будут самые возвышенные проповеди и призывы, самые мудрые и благонамеренные советы, если мы не сумеем деятельно приложить их к нашей **сегодняшней** жизни...

Никто не знает, сколько еще отпущено нам, чтобы опомниться и исправиться, поэтому каждый, не откладывая, не медля, спроси себя: **"Не я ли причина нынешнего позора? Не мой ли грех удерживает Отчизну в бездне падения?"**

***Не мое ли нерадение отлагает светлый миг воскресения?"***

Русские люди, подумайте здраво - среди нас нет никого, кто мог бы оправдаться, случись ему отвечать на эти вопросы не пред земным, пристрастным и слабым человеческим судом, но пред Судией Всеведущим и Всесовершенным.

***Покайтесь, пока не поздно! Невинных нет - "все развратишься, непотребни быша".***

Вот уже несколько лет, как по всем земным законам и человеческим расчетам Россия должна пылать в огне гражданской войны, гибнуть во мраке и гладе хозяйственной разрухи, безвластия, беззакония и хаоса. Что же удерживает ее от этой страшной судьбы? Наше рачение и предусмотрительность? Нет! Наша бдительность, мудрость, мужество? Нет! Наше единство, сила и верность долгу? Нет!

Промысел Всеблагого Бога, попирая "чин естества", сокрушая неизбежность земных закономерностей и расчеты многоопытных губителей, хранит Русь на краю пропасти, милосердствуя о нашей слепоте и немощи, давая - в который раз! - время одуматься, раскаяться, перемениться.

И что же? Пользуемся ли мы этим щедрым, незаслуженным даром? Увы, мы ищем оправданий, усматривая причины произошедшего где угодно: в неблагоприятных исторических условиях, в предательстве вождей, в недостатках ближних, во внешнем влиянии - но только не в самих себе!

Полно глумиться над истиной - Бог поругаем не бывает! ***Мы сами, со своими пороками и страстями: властолюбием и тщеславием, завистью и лицемерием, высокоумием, превозношением и маловерием, - причина всех бед!***

Да, злобная сила, жаждущая нашего уничтожения, обладает в современном мире огромной мощью и властью. Да, на службу ей был поставлен многовековой опыт разрушения, дьявольское искусство растления и обмана. Но это не оправдание!

***Кто не чувствует за собой греха - заблуждается безмерно и пагубно. Виноваты все...***

Запомните все: ***не покаемся - не очистимся; не очистимся - не оживем душою; не оживем душою - погибнем.***

**О выборе своего пути ко спасению**



Задумаемся о своем выборе. Задумаемся и заглянем в свою душу - не создаем ли мы непроходимую пропасть между нами и Богом?

Может, мы своим нерадением, своим невниманием к спасению атрофируем в себе чувство духовного восприятия и становимся неспособными воспринимать действие Божественной благодати? Если это действительно так, то каких горьких слез мы с вами достойны!

Пока мы живем еще здесь, на земле, пока еще над нами простирается долготерпение Божие, пока не - поздно, уясним состояние духа нашего.

И если сердце наше тянется к Богу, к святости и непорочности, то укрепим в себе этот спасительный выбор!

Если же заметим, что в наше духовное состояние вкрадываются маловерие, сомнение и другие пороки, то убоимся мы этого! Убоимся губительной бездны, в которой оказался богатый грешный человек, и, призывая себе помощь Божественную, да устраним, пока возможно, губительную пропасть между нами и Господом! Сделаем спасительный выбор не только умом, но и сердцем нашим!

## Как достичь спасения

Спасение достигается постоянным исполнением заповедей Божиих. Вот мы и настроим самих себя к тому, чтобы исполнять Божии заповеди, преодолевая все трудности на спасительном пути. И тогда-то путь нашего спасения будет благопоспешествующим. Тогда-то и милость Божия низойдет на нас, укрепит нас и сохранит от всякого зла. Тогда-то и мы достигнем вечной блаженной жизни во Христе Иисусе.

## Как научиться любить Бога

Почему не устоял апостол Петр в любви ко Христу?

Произошло это потому, что любовь к Богу в то время у апостола Петра была еще *плотская*. Она еще не освятилась Божественной благодатью и не получила крепости от Божественной любви.

А раз так - то и не было твердости в его решимости, в его намерении до конца шествовать за Христом на Голгофу

шестьдесят за Христом на Голгофу.

Да, любить Бога не просто, любить Его надо так, как заповедал нам Сам Господь Спаситель мира.

Любовь к Богу тогда только бывает настоящей, когда она основана на *смирении*, когда человек устраняет из своего сердца плотскую воображаемую любовь. В чем же выражается плотская любовь? Она выражается в *необыкновенном самопроизводимом восторге*. Человек напрягает в себе все свои силы к восторгу, возбуждает свою нервную систему, и при этом происходит вскипение крови, возникает необыкновенное воображение, пылкость. *Пылкость и горячность крови и нервов - это и есть плотская любовь*. Такая любовь не бывает угодной Богу, ибо она приносится на жертвенник гордости. Такая любовь не долговечна, она быстро исчезает.

Поэтому, чтобы иметь постоянную *духовную любовь*, необходимо любить Бога *смиренно*, кротко и стремиться к достижению *любви духовной*, которая успокаивает нервную систему, охлаждает порывы крови нашей и дает внутреннее успокоение в смиренном и кротком духе.

Вот какова должна быть Божественная, или духовная любовь. Как же нам научиться такой любви? Научиться любить Бога можно при том условии, если мы будем в меру своих сил и возможностей исполнять все то, что заповедал нам Спаситель мира.

И не только *исполнять*, но и *внутри своего сердца возбуждать вражду ко всякому греху, удаляющему нас от любви Божией*. Вот это и будет началом любви к Богу.

Но только началом. Чтобы эта любовь утверждалась и крепла, необходимо постоянно следить за собой. И если когда-либо по немощи своей мы впадем в тот или иной грех, то быстро должны встать и принести искреннее слезное покаяние.

Для того чтобы сердце наше постоянно пребывало в любви, необходимо изучать в Евангелии ту волю Божию, которую открывает нам Спаситель мира, познавать, чего хочет от нас Господь, познавать Его благую и совершенную волю и исполнять ее до конца своей жизни.

Только при постоянной верности Богу в нас сохраняется настоящая Божественная любовь. И если в какой-то момент нашей жизни мы нарушим эту верность, то тем самым нарушим и любовь к Богу. Прервется эта внутренняя взаимосвязь любви Божией и любви нашей.

Любовь наша к Богу должна совершенствоваться изо дня в день. Она подвигает

Любовь наша к Богу должна совершенствоваться изо дня в день. Она получает непосредственную связь с Богом, входит в единение с Ним и посредством этого единения получает утешение, просвещение, возвышение.

Но мы должны хорошо понимать, что в достижении или укреплении этой любви к Богу необходимо пройти известный путь испытания, *путь борьбы* - и прежде всего *с самим собою*. Почему? Потому что внутри нас находится *ветхий человек*, тлеющий в похотях своих. Потому что необходимо убить в себе этого ветхого человека - убить все греховное. А когда мы начнем это совершать, то, естественно, диавол, отец греха, восстанет на нас, чтобы защитить свое достояние, и тогда возникнет борьба. Нелегкая борьба.

К примеру, для того, чтобы обуздать наш язык, сколько же нужно силы, внимания, энергии! А разве легко победить в себе гордость, самолюбие, тщеславие, любовь к похвале или любой другой грех? Конечно, все это требует с нашей стороны немалых усилий, постоянной брани.

Но не только во внутренних искушениях проходит наш путь. Вспомните, каким испытаниям подвергся апостол Петр от людей! Разве мы не испытываем подобного страха, когда некоторые люди приступают к нам с вопросами: "Ты веруешь во Христа? Ты христианин? Ты ходишь в Церковь?" А мы что отвечаем? Разве порой мы не допускаем малодушия? Разве не боимся подчас исповедовать Христа? Мы бываем жалкими в это время, не имея мужества заявить, что мы действительно христиане, чтущие заповеди Божий.

Итак, проверим самих себя, по-настоящему ли мы любим Бога? Не бывает ли так, что мы стараемся любить Бога от плотского своего мудрования? Возбуждаем свои нервы, горячимся даже в молитве и в посте. Да, это происходит в нашей жизни, особенно в начале нашего обращения к Богу, когда мы, возбужденные той или иной красотой Божественной, восхищаемся, возбуждаемся, готовы на любой подвиг: и чрезмерно поститься, и помногу молиться, и милостыню творить, и за ближними ухаживать. Все как будто бы нам легко! Но потом проходит этот порыв, и наступает период, когда мы остаемся один на один со своими естественными возможностями. И вот тут-то уже сил ни на какие подвиги не хватает, потому что нет еще у нас Божественной любви, которая достигается постоянством и смирением.

Помните о том, что любовь к Богу обязательно соединяется с *любовью к ближнему*.

Как узнать, что мы любим ближних своих и Господа? Если мы чувствуем, что в нас угасло памятозлобие, то мы уже на пути любви к ближнему. Если у нас

породилось в сердце мирное, сострадательное отношение к ближнему своему при любых обстоятельствах, то знайте, что мы уже у самых дверей любви к ближнему и к Богу.

Вот так и необходимо нам совершенствоваться в духовной любви.

## Как войти в общение с Иисусом Христом

"Без Меня,- говорит Господь,- вы не можете ничего творить".

Действительно, это так - чтобы достигнуть вечного спасения, необходимо тесно пребывать со Христом. И если это условие человек выполнит, то, несомненно, обретет духовный успех. Он будет совершенствоваться, будет не только цвести духовно, но и приносить плоды духа.

Каким же образом человек входит в теснейшее общение со Христом Спасителем? Уясним этот вопрос.

Христос пришел на землю для того, чтобы искупить человечество от проклятия греха и смерти. А для того, чтобы человек вновь пришел в единение с Господом своим, Христос Своею честною *кровию* создает Церковь. Это *Его тело*, главою Которому является Он Сам.

А через Духа Святаго, через третью Ипостась Святой Троицы, Христос оживотворяет Свой организм церковный.

**Вот через эту Церковь, через тело Христово человек входит в теснейшее общение со Христом Спасителем.** Как это совершается?

Совершается это так. Человек уверовал, что Иисус Христос есть Сын Божий, есть истинный Господь и истинный человек. Уверовав, он принимает таинство святого Крещения, а через это таинство входит в организм церковный, очищается от всякого греха и получает оживотворение от Духа Святаго.

Но для того, чтобы постоянно пребывать в этом организме и оживотворяться, недостаточно только внешнего пребывания. Нет, **нужно сораствориться, слиться с организмом церковным, органически соединиться.** Соединиться так, как ветвь соединяется с лозою, и постоянно оживотворяться благодатию Святого Духа.

А войдя в единение с организмом церковным, укреплять это единение *любовию*.

*Эта любовь проявляется и в молитве, и в покаянии, и в воздержании, и в сострадании к ближнему.*

Но этого мало. *Любовь должна проявляться и в том, чтобы постоянно распинать плоть свою со страстями и похотями.* И не только распинать, но посредством глубокого смирения и кротости, посредством постоянного общения с Господом достигать плодов Святого Духа - преподобия и правды.

А плоды Святого Духа, как свидетельствует апостол Павел, есть *кротость, воздержание, вера, любовь.*

Вот каких плодов нужно достигать нам, находящимся в организме церковном, для того чтобы постоянно пребывать с Господом.

Если мы не будем к этому стремиться, если будем успокаивать себя тем, что мы, дескать, приняли Крещение и миропомазание, а дальше пусть Сам Господь нас направляет, то мы таким небрежением разорвем таинственную нить, связывающую нас со Господом. А раз произойдет разрыв, то, естественно, наше сердце будет засыхать так, как засыхает подчас ветвь, которая хотя и находится на лозе, но бывает чем-то заражена. И по мере того, как наш духовный организм будет все больше и больше засыхать, удаляя себя от действия благодати Божией, по мере этого мы будем подвергать себя отлучению от церковного организма. И тогда мы уподобимся тем сухим ветвям, которые отделяют и бросают в огонь.

## **Как подготовиться к посту**

Теперь мы испытываем, как некогда иудеи плененные, тяготу духовную. И вспоминаем, часто вспоминаем те сладостные минуты, когда Господь посещал нас Своей Божественной благодатью, и, вспоминая, плачем.

Рабство душевное очень тяжело. От него необходимо освободиться. Но как? *Только путем покаяния, путем постоянного устремления ума своего и сердца в горний Иерусалим.*

Как иудеи не могли петь песнь Господню на земле чужой и не забывали Иерусалим, так и нам нужно вспоминать те моменты жизни, когда мы верно служили Богу, и приносить плоды покаяния. И если мы станем на этот путь, то, несомненно, освободим свою душу от оков греховных и снова воспевает наш дух!

Вот как с помощью священных картин помогает наша Мать-Церковь пробуждать наши души. И напоминая об опасности греховного пленения. Церковь указывает им путь к освобождению. Действительно, нам остается с

вами плакать, рыдать и взывать к своей оедной душе: "*душе моя, оуше моя, восстани, что спиши, конец приближается!*" Время скоротечно. Успеешь ли ты, душе моя, освободить себя от рабства греху? Успеешь ли сотворить добрые дела, которые оправдают тебя на судилище Христовом? Пока еще двери милосердия Божия не закрылись, проснись, душе моя окаянная, проснись и возопий к Спасителю своему: "Боже милосердный, пощади и очисти меня от всякого греха, одлеки одеждою праведности, чтобы укрепиться на правом спасительном пути и прославить Тебя чистым святым сердцем и устами ныне и в бесконечные веки!"

## Как испытывать свою совесть

У врат Царства Божия приставлены особые привратники, которые будут проверять наш с вами внутренний багаж.

Чем он наполнен? Чего больше в нашем сердце: доброго или худого?

Потребуется немалое количество добродетелей, чтобы пропустить нас в Царство Небесное, в жизнь будущего века.

А мы, если внимательно осмотрим свой багаж, наверняка обнаружим, что добродетелей у нас днем с огнем не найдешь, зато грехов-то, пожалуй, не охватишь в свои объятия. Так как же мы пройдем в Царство Божие, в которое ведут не широкие врата, а очень узкие?

Постоянно просматривайте багаж своей души! Подумайте, нет ли в нем грехов, от которых мы можем начать избавляться прямо сейчас, заполняя пустые места необходимыми добродетелями! Для этого требуется пробудиться от спячки греховной, как некогда пробудилась преподобная Мария Египетская. А нас зовет к тому Господь наш Спаситель мира.

Так очнемся же от сна, восчувствуем опасность гибели и удалимся в пустыню праведности. И там вооружимся *терпением*, великодушием, вооружимся *любовию*, вооружимся *молитвою* и мерным *воздержанием, упованием на волю Божию!*

Только при таком условии произойдет в нас преобразование духовное. Только тогда из нашего сердечного багажа будут выброшены вон и потоплены в пучине все грехи и останутся лишь добрые дела, доброе наше устройство - останется та основа, которая соделает нас достойными Царства Божия.

## О небхолимости прошения обид перел началом

## поста

Пост является как бы преддверием небесной жизни, преддверием торжества.

Но чтобы достигнуть торжества, нужно пройти и через преддверие, где небесные служители будут проверять каждого из нас и вопрошать: *с каким багажом ты хочешь встретить Священная Пасху или войти в Небесный Чертог?*

Если твоя ноша - греховное естество, то не дерзай, человек, встретить светлое Христово Воскресение и войти в Небесный Чертог с радостным сердцем. Небесные слуги возьмут тебя и ввергнут во тьму кромешную, где будет плач и скрежет зубов.

Пост - это особое время, когда мы должны внимательно посмотреть на состояние своей души, на состояние своего духа. *Чем одержима душа? Есть ли в ней что-то сродное, соединяющее нас с небесной жизнью? Или, быть может, ничего доброго там уже не осталось?*

Итак, мы в преддверии Великого Поста. Мы уже хотим вступить на поприще подвига духовного и телесного воздержания. Сможем ли мы достойно пройти это испытание, сумеем ли убелить свои одежды, очистить их от всякой греховной скверны и войти в Небесный Чертог, чтобы со всеми угодившими Богу возрадоваться и возвеселиться?

Вспомним человека, который, как сказано в Евангелии, явился на брачный пир не в праздничной одежде. Хотя он и вошел в дом, будучи приглашенным, но услышал страшный приговор Домовладыки: "Раб лукавый, как ты смел войти сюда не в брачной одежде? Возьмите его и ввергните в тьму кромешную, где будет плач и скрежет зубов".

Видите, как этот человек, хотя и прошел через двери, но, не очистив себя слезами покаяния, не омыв грязных одежд своей души, был извергнут из брачного чертога.

Подобное может случиться и со всеми нами, если мы не оплатим своих грехопадений, если не убелим своих одежд слезами покаяния. Как страшно будет тогда услышать Божественный глас: "Вон изыдите из Моего светлого чертога, отыдите от Меня все делающие беззаконие!"

Чтобы этого не случилось, чтобы нам услышать радостный, утешающий глас нашего Творца и Господа: "Благий и верный раб, вниди в радость Господа

твоего!" - станем стремиться к тому, чтобы достойно потрудиться на поприще Великого Поста. Потрудиться так, чтобы сердце плакало, чтобы слезы смывали всю скверну и грязь греховную, очищая храм души нашей для Духа Святого, укрепляющего нас на пути спасения.

Начнем же свой труднический путь к светлому Христову Воскресению с *прощения всех своих обидчиков.*

**Необходимо, чтобы каждый простил друг друга нелицемерно, искренне, до конца, не оставляя ни капли раздражения и досады на ближнего в потаенных уголках своего сердца. Без этого невозможно соблюдать воздержание телесное и духовное, и такой пост неугоден Богу.**

## **О причащении в дни Великого Поста**

Дни Великого Поста - это время спасительное, время, когда Божественное слово снимает с очей наших пелену греховной ночи и мы вступаем в область света, в область духовного делания.

Что необходимо нам с вами в эти великие дни? *Необходимо горячее желание освободить самих себя с помощью Божественной благодати от уз греха и вступить в тесный союз с добродетелию.* Необходимо совершить то, о чем вещает нам святой апостол Павел: *отвергнуть дела тьмы и облечься в оружие света.*

Внемлем же мы апостольскому гласу и с радостным сердцем вступим в дни святой Четыредесятницы. Вступим на путь борьбы со всякого рода греховными склонностями, пусть никто не робеет, пусть никто не страшится спасительного подвига. Знаю, что предстоит много труда, прежде чем мы достигнем освобождения от уз греха, но пусть это нас не устрашает. Господь с нами, Господь близ нас. С Господом будет нам легко. Итак, примемся за духовное делание!

Благословляю каждого из вас определить свои телесные и духовные возможности и возложить на себя посильное телесное воздержание, обращая главное внимание на очищение своей души. *Постарайтесь поговеть и принять святыя Тайны трижды: на первой седмице Поста, на четвертой и на Страстной - в Великий Четверг.*

## **Как приступить к духовному совершенствованию**

К духовным добродетелям относятся ищущие очищения на своем сердце



к духовным добродетелям относятся *искоренение из своего сердца раздражительности, злобы, злопамятства, осуждения и снискание великодушия и терпения, чистоты душевной.*

Вот эти добродетели помогут нам в деле нашего *духовного совершенствования*. Без них спасение наше окажется под сомнением. Поэтому-то необходимо упражняться нам и в духовных добродетелях.

По существу, в этой области мы еще не трудились, позволяя себе плыть по течению жизни и не стремясь установить внутри себя контроль и упражнение в этих великих добродетелях.

Итак, необходимо нам устремить свой духовный взор на эту сторону нашей с вами жизни. Потому что здесь мы много теряем, не упражняясь как следует в духовных добродетелях. Не искореняем в себе ни *раздражительности*, ни *гнева*, ни *памятозлобия*, ни *осуждения*, ни других духовных пороков и не приобретаем вместо них добродетели: *кротость, смирение и великодушие*.

О, как мне хочется, чтобы все мы уже с сегодняшнего дня начали постепенно упражняться в искоренении из своих сердец греховных привычек! Возвращать в душе хрупкие ростки той или иной духовной добродетели! Мне хочется, чтобы с сегодняшнего дня мы начали бороться прежде всего с *раздражительностью, гневом и памятозлобием*.

Почему именно эти грехи так необходимо нам упразднить? Да потому, что эти пороки: *раздражительность, гнев и злопамятство* - мешают нам приобретать высокие добродетели, мешают шествовать спасительным путем, мешают творить добро ради Бога, для ближнего своего.

Подумайте: как можно, имея в сердце раздражение, гнев или злопамятство, спокойно совершать, допустим, молитвенное правило?! Никогда в таком состоянии мы не принесем молитву чистосердечную, потому что раздражение и гнев, а тем более злопамятство обязательно осквернят в нас чистоту нашего внутреннего ока, чистоту молитвы. И всякий раз, когда мы приступим к совершению молитвы, всякий раз помысл раздражения и гнева будет возвращать нас мысленно к той обиде, к тому оскорблению, которую причинили нам ближние наши. Возвращать с такою силою, что мы не сможем удержаться от зла. Помыслы будут внушать нам, что обидчик досадил нам не просто, а с целью, да не бес ли в нем? И так враг будет возбуждать в нас злые помыслы без конца, чтобы окончательно разрушить в нас чистоту молитвы. Вот и подумайте, можно ли при раздражении нашем совершать чистую молитву? Нет, нет и нет! Можем ли мы иметь благорасположение к ближнему своему, имея на него гнев и

злопамятство? Можем ли мы тогда снисходить к его немощи? Можем ли в гневе не позавидовать его счастью, благополучию? Или поскорбеть, если обижающий нас имеет какое-то несчастье?..

Вот почему мне хочется, чтобы мы начали свой подвиг с борьбы против раздражительности, гнева и злопамятства. Как совершить во благо это нелегкое предприятие? Как победить эти страсти? На такой вопрос отвечают нам духоносные отцы, которые сами прошли сей путь и указали нам в помощь средства, употребляя которые, мы могли бы действительно научиться побеждать в себе раздражение, гнев и злопамятство. Ведь как у нас происходит в жизни? Кто-то сказал нам какое-то оскорбительное слово, и мы сразу же допускаем раздражение, или, как говорит преподобный авва Дорофей, смущение, и начинаем рассуждать: зачем он мне это сказал? Видимо, хочет уязвить меня. Ну, погоди, я тебе отплачу той же монетой! Так возникает раздражение. И если мы не победим его сразу, то оно перейдет в гнев. **А для того, чтобы победить раздражение, необходимо, как это делали иноки благочестивые, поклониться ближнему, который огорчил тебя, и сказать: прости меня, брат или сестра, что я вызвал в тебе такое раздражение!** И тем самым угасить в себе смущение и не дать ему укорениться. Если же мы в самом начале так не поступим, тогда раздражение укоренится и перейдет в гнев, который, пылая в нас и перегорая, оставит после себя целый ворох горячих углей, готовых возгореться в любой момент, даже спустя много лет.

Так как же побеждать эти грехи? Только **любовью**. Как говорят святые отцы, в минуты смятения надо помолиться о человеке, обижающем нас, обратиться за помощью к Богу молитвенным воплем: **"Господи, помилуй брата моего и его молитвенным предстательством помилуй и сохрани нас от козней врага!"** Вот как следует поступать, тогда не укоренится в нас ни раздражение, ни гнев, ни тем более злопамятство.

Проверьте самих себя, возлюбленные чада мои! Вот, допустим, в сегодняшний день мы как будто молились, но об искоренении гнева и раздражения в себе почти и не просили. По существу - нет. Видите, как нерадиво мы подвигаемся!

Мы, оказывается, не готовы к этому подвигу. Так как же мы можем успеть в добродетелях духовных, если мы вообще с вами не упражняемся в добродетелях? Даже любое мирское искусство требует постоянного участия. Ведь не на словах мы учимся с вами, допустим, готовить пищу, шить или возделывать сад! Мы прислушиваемся к советам, смотрим, как делают другие, а затем уже пробуем делать сами.

В начале не очень хорошо получается. А затем? Затем мы постепенно

приобретаем тот или иной навык и становимся хорошими, искусными кулинарами, швеями, садоводами... Но если в мирском деле требуется упражнение, то как же мы хотим освоить искусство из искусств - духовные добродетели - без упражнения в них?

Я хочу, чтобы все мы с помощью Божией начали бы ежедневно настраивать себя на борьбу против греха и на стяжание духовных добродетелей. Только при усилении с нашей стороны мы сможем искоренить в себе тот или иной грех или же предохранить себя от падения греховного и приобрести ту или иную добродетель.

## Как приступить к очищению своей души

Основная наша с вами забота о том, чтобы замечать в своих поступках, в движении своего сердца те или иные греховные склонности.

И не только замечать, но и прилагать старания к устранению этих греховных склонностей. В этом и состоит все наше трудничество на спасительном пути - *очищать сердце свое, преобразовать душу свою, насаждая в ней все доброе, все святое, все то, что является основой для будущей жизни.*

Помните о том, что *ничто нечистое не войдет в Царство Божие*. Как говорит апостол Павел: *"не обманывайтесь: ни блудники, ни растлители, ни пьяницы, ни сквернословцы Царства Божия наследовать не могут"*.

Вот почему и наш основной подвиг на спасительном пути и заключается в очищении своей души от всякой греховной скверны и в насаждении добрых христианских навыков. А бороться нам нужно очень твердо и основательно, бороться постоянно и неизменно. В этом деле полезно себя так воспитать, чтобы всегда проверять - в каком состоянии духовном находимся мы. Взошли ли мы на ступени духовного совершенства, или только еще приблизились к ним, или же, наоборот, удалились от этих ступеней и обратились вспять на путь греха, на путь гибели?

Кроме этого, необходимо нам иметь еще духовный опыт и проверять себя - не обманываемся ли мы в своем уповании на спасение вечное? Может быть, мы думаем, что умертвили в себе всякое движение греха, а на самом деле этот грех еще царит в нашем сердце, в нашей душе, господствует над нашими силами, и духовными и телесными.

Мы очень и очень слабо боремся над умерщвлением своих греховных склонностей. И страсти, конечно, господствуют внутри наших сердец, внутри наших душ. А как они господствуют! Страшно сказать. Как они нами

повелевают, как они господствуют и ведут нас на всякое беззаконие, на всякое падение. И мы, как безгласные овцы, бываем ведомы на заклатие, но не Христу, а именно греху.

Посмотрите каждый сам в свое сердце и там вы увидите действительно бездну своих греховных склонностей. Сколько в наших сердцах злобы, ненависти, зависти, раздражения, гордыни, тщеславия, любви к тому, чтобы нас хвалили, и много другого. Но разве достаточно только зреть свои грехопадения? Нет, не к этому только призывает нас Церковь, чтобы зреть свои грехопадения, но призывает нас и к тому, чтобы мы вооружились, вооружились против греха. Вооружились твердо, вооружились усердно, чтобы искоренить из себя всякое движение греховное.

## Как начать врачевать свою душу

Праздность служит основанием для опустошения наших духовных дарований. И если мы заглянем в свое сердце, в свою душу, то увидим, что после того как мы ослабли во внимании и в воле доброй, появилось сердечное *ожесточение, опустошение*.

Вот и встает вопрос: как же это так? Ведь мы же приняли святое Крещение, приняли святое миропомазание, посещаем храм Божий, как будто бы совершаем молитвословия, а внутри себя не испытываем радости, ни крепости духа. Почему это происходит?

Потому, что наш с вами дух ослаб во внимании, ослаб в доброделании и воспринял внутреннее стремление к духовному, греховному покою.

И по мере того как мы укрепляем себя в этом стремлении к греховному покою, по мере этого и изгоняем мы из сердец своих благодатное действие Святого Духа. По мере этого мы теряем из своего сердца небесную радость, небесное утверждение. Вот почему мы испытываем в своих сердцах опустошение сердечное.

И чтобы освободиться от такого состояния, необходимо нам трудиться и трудиться. Смотреть не только на самих себя, но смотреть и на горести и нужды ближнего своего, стараться по мере сил своих хотя бы в малой мере облегчать их душевные и телесные скорби.

Необходимо нам упражняться в *доброделании*. И если мы будем упражняться в доброделании, то несомненно изгонится из наших сердец *дух праздности, дух уныния, дух опустошения*. А вместо всего этого возгорится Божественная

любовь - любовь к доброделанию, любовь к тому, что является основой будущей жизни во Христе Иисусе Господе нашем.

## Как бороться с гордостью

Основной грех, которым одержимы почти все мы без исключения, - это грех *самопревозношения*, или грех гордости.

Это величайший змий, который очень тонко входит в наши сердца, и подчас даже преображается в ангела светлого, и шепчет нам то, что разлучает нас от Божественной любви, что удаляет нас от союза с Богом. И мы, как невинные овцы, бываем уловляемы этим злокозненным змием гордыни и ведомы на закление.

Гордость - это великий грех. Этот грех некогда низвел с высоты славы светлого ангела и превратил его в противника Богу, превратил его в злого ангела, в сатану. Гордость низвела сатану с небес и низвергла его в бездну погибели. И не только этого светоносного ангела низвергла гордыня, но низвергла и многих даже знаменитых людей Церкви Божией.

Противоположным гордости является *смирение*. Это величайшая добродетель, которая, несомненно, способствует нам с вами на пути духовного восхождения, именно способствует. Смирение многих привело к спасению. И этой величайшей добродетели обучались все подвижники благочестия, ибо они мыслили, что без смирения невозможно угодить Богу. Прийти в настоящее сознание самих себя, чтобы действительно осознать, что все-таки мы люди грешные - это уже дело великое. Не только сказать, что *я грешник или грешница*. Нет, этого недостаточно. А вот прийти в полное сознание, внутреннее сознание чувства, что действительно мы люди грешные, а раз грешные, то можем ли мы после этого кого-либо осуждать, или кому-либо досаждать, или кому-либо прекословить или возражать, и тем более на кого-либо серчать или гневаться? Конечно, нет. Вот оно, *величие смирения*. И если мы воспримем все это и постараемся исполнить в своей жизни, то есть отвергнуть гордыню в себе, а воспринять духовное настоящее смирение, то есть мысль и чувства о себе, что мы не такие уж великие подвижники, а мы грешные и пред Богом и пред людьми; если, я говорю, воспримем такое вот настроение духа, то, поверьте, мы, несомненно, преуспеем на пути спасительном.

## Как приобрести терпение

Большое дело, которое мы с вами должны совершать, возлюбленные братья и сестры, является, несомненно, терпение. Не зря же Господь наш Иисус Христос ясно об этом возвестил: "***В терпении вашем спасайте души ваши***". И эта величайшая добродетель лежит в основе нашего спасения, в основе других добродетелей. Ее необходимо нам воспринять не умом только своим, но и сердцем, чтобы осуществить ее в жизни своей и с помощью этой добродетели преодолеть всевозможные препятствия на спасительном пути.

Если мы посмотрим на самих себя, то увидим, в какой же немощи духовной мы находимся. Поистине мы очень немощны. Не всегда можем перенести терпеливо ту или иную скорбь, которая попушением Божиим прилучается нам, перенести ее великодушно. Посмотрите, только что приступила скорбь к нам, как мы уже приходим в отчаяние, приходим в малодушие и опускаем руки свои, ослабляем ноги свои и падаем, не желая противостать той или иной испытательной горести.

А вот преподобные и духоносные отцы смотрели на скорби, как на нечто доброе, как на нечто необходимое в деле нашего спасения.

Вспомним наставления апостола Павла. Он говорит нам, что многими скорбями надлежит нам войти в Царство Божие. И затем он свидетельствует не только о себе, но и об апостолах: мы хвалимся скорбями, потому что скорбь рождает терпение; терпение - искусство; искусство - упование, а упование не посрамляет.

Вот видите, как смотрели на те или иные скорби в мире духоносные и богоносные отцы и, в частности, святые апостолы. Значит, они видели в скорбях не только одни какие-то лишения, утруждения и моральные и физические, но и видели в них нечто сладостное, то, чем можно даже хвалиться. И все это лишь только потому, что они умом своим прозревали сущность и значение тех или иных скорбей и, конечно, переносили эти скорби великодушно. Господь, несомненно, помогал им.

***"Трижды я, - говорил апостол Павел, - молил Бога, чтобы Господь отогнал от меня ангела сатаны, а Господь мне ответил, что сила Моя в немощи совершается. Достаточно для тебя Моей благодати, ибо сила Моя в немощи совершается"***.

Мы с вами когда-либо говорим Богу так: "Господи, мы готовы всё переносить, и болезни и скорби"? Боюсь поверить, что мы это говорим. Нет, пожалуй, никогда не говорим, а всегда только слышим охи да вздохи: "Господи, да за что же Ты меня наказал?" Чуть-чуть какая болезнь, голова ли немного заболела, горло ли или иной какой член нашего тела заболел, мы уже заохали: "Ох, ох, Господи, тяжело".

Ну как избавиться от этого? Вот видите, не хватает у нас, оказывается, терпения. Конечно, и от болезни нужно избавляться даже естественными средствами, прибегая к врачебному искусству, но, однако, и здесь необходимо полагаться всецело на Промысл Божественный. Если Господу угодно исцелить нас даже через естественные лекарственные средства, то, конечно, восстановится наш телесный организм. Если же Господу угодно, чтобы мы несли подвиг терпения в болезни, то здесь необходимо проявить великодушие и полную покорность воле Божественной.

Вот о чем я и хотел вам сказать. Сказать вам о том, чтобы мы приобретали великую добродетель терпения и в терпении нашем спасали бы свои души. Посетит ли нас Господь той или иной скорбью, не будем опускать своих рук и ослаблять своих ног. Не будем расслаблять своего сердца и охать и ахать, а лишь только скажем: *"Господи, значит. Тебе так угодно, помоги нам перенести эту скорбь великодушно, чтобы не ослабнуть нам в терпении и не лишиться благ Твоих небесных"*.

## Как научиться беззлобию

Без всепрощения, без искоренения злопамятства невозможен душевный покой! Потому что злоба производит в уме бурю помыслов против ближнего - бурю страстей, которая переворачивает все внутри нас, вырывает с корнем все доброе, разрушает почти до основания все ростки добродетелей. Мы и сами бываем не рады этой злосчастной буре, происходящей от обиды на ближнего. А если возникает эта буря - можем ли мы тогда совершать какие-либо благочестивые подвиги? Хотя бы подвиг воздержания в пище, хотя бы молитвенный подвиг, хотя бы вспомоществование ближним своим, хотя бы великодушие и смирение? Нет. Невозможен тогда никакой подвиг, потому что буря злобы в нашем сердце будет отменять вон все наши благие намерения, и никакое добро не будет нам подвластно.

Таков закон *греха*, и особенно греха *злопамятства, раздражения*.

Вот почему великие подвижники Христовой Церкви старались уничтожать даже малейшее проявление греха злобы. Потому что если дать простор его движению, то он, повторюсь, разрушит до основания все наше доброе устройство. Кроме того, преподобные отцы памятовали и заповеди Божии: *"Блаженны миротворцы"*, *"Блаженны чистые сердцем, ибо они сынами Божиими нарекутся и Бога узрят"*. Чтили они и заповедь апостольскую: *"Да не зайдет солнце во гневе вашем"*. Вот почему они стремились искоренять грех злобы в самом его зародыше.

Мне хочется, чтобы эти благочестивые правила подвижников стали бы руководством и в нашей жизни. И если кто-либо из ближних причинит нам обиду - **не допустим мы в своем сердце господствовать злобе!** Помните, что в ином случае нашими слабостями сразу же воспользуется враг человеческого рода. Он будет, несомненно, внушать нам, что обида слишком велика и непростительна; станет раздувать, как говорится, малое в большое, представлять из мухи слона.

Злоба же, войдя в сердце, не даст нам покоя ни днем, ни ночью, ни на молитве, ни на работе. Она будет точить наше сердце, да так сильно, что мы, как говорится, выбьемся совершенно из колеи.

Смотрите же, не давайте места диаволу! И если заметим в своем сердце обиду на ближнего, то поспешим к примирению, если только это возможно.

Бывает, правда, и так, что человек просит прощения, а обиженный не прощает. В таком случае, оставляя все на совести ближнего, станем очищать самих себя пред Богом и пред людьми.

## **Как относиться к врагам и обидчикам**

Заповедь Божия о терпении гласит: "**Претерпевший до конца, спасется**" (Мф. 10, 22). А мы забываем ее совершенно. Нас мучит внутреннее сердечное терзание: да как же смели нас обидеть? Да как они сказали нам такое скорбное слово? Ну зачем же они это сделали? Да хорошие ли они люди? Вот и начинаем мы всех перебирать, а заповеди Божии забывать.

Как мы хотим, чтобы люди о нас думали и говорили только хорошее. Оно, конечно, хорошо, когда люди говорят о нас доброе, при условии, что мы воистину хорошие и прежде всего смиренные люди. А если у нас нет смирения? Нет настоящей добродетели, а только одна видимость добродетели, вы думаете, хорошо, что тогда о нас доброе люди рекут? Нет, Спаситель мира прямо сказал: "**Горе вам, когда все люди будут говорить о вас хорошо**".

Да, именно горе, потому что человек, приклоняющий свое ухо и сердце к славе или похвале человеческой, не утверждён в добре. И достаточно только сказать что-либо о таком человеке унижительное или прискорбное, как он сразу меняется и в лице, и в настроении своем. Поэтому-то преподобный Макарий Египетский и советует нам, если только мы хотим спастись, если только хотим достигнуть духовного устройства по-настоящему, то **мы должны создать в своем сердце такое настроение, чтобы быть подобно мертвым - не думать ни об обидах, ни о славе.** Одинаково относиться к тому и другому. Вот если такое



устройство у нас будет, то, конечно, тогда мы будем тверды на пути спасения.

## Об одухотворении мирской жизни

Для того, чтобы расположить сердце к святости, создать как бы обитель Божественного Духа, чтобы помышления устремлялись горе через видимый мир, великий подвижник русской земли святитель Феофан Вышенский советует нам одухотворять каждую вещь, то есть с каждой вещью сослагать какие-либо благие размышления, вложить духовный смысл в ту или иную обычную вещь.

Вот как это делается. Допустим, заметили вы на своем платье какое-либо пятно. Сразу же обратите свой взор горе и скажите сами себе: "Смотри, нехорошо в таком грязном платье показываться на люди, а как же ты предстанешь пред Богом с оскверненной душой? Разве не стыдно будет стоять пред непорочным Судиею и Творцом?" *И оплачь тогда свои грехопадения, и останови себя.*

Так необходимо поступать и во всех других житейских делах. Если что-то не получается в делах - говори так: "Вот видишь, в житейских делах трудно добиваться успеха, а как же ты хочешь достигнуть спасения вечного без труда, находясь в лени и нерадении?"

Преподобный Серафим Саровский каждое место обозначил для себя именами из Священного Писания.

Река, которая протекала вблизи, была названа им Иорданом. Возвышенности, которые находились неподалеку, он назвал одну Фавором, другую - Елеоном. Значит, с каждым географическим предметом он сочетал евангельские истории.

И всякий раз, когда приходил к реке, мысль его сразу перебрасывалась к тем событиям, о которых повествует Священное Евангелие - к Крещению Господню. Если он подымался на возвышенность - ему мысленно представлялся Фавор и Преображение Господа нашего Иисуса Христа. И так ум его всегда возвышался горе.

Если мы хотим угодить Богу, постараемся осуществить в своей жизни советы духоносных подвижников Христовой Церкви. *Одухотворим вещественные дела душеспасительными размышлениями, и тогда всякая вещь будет устремлять наш ум горе.*

Не отлагайте это делание на какое-то будущее время! Начните с сегодняшнего дня. Придите и определите, одухотворите буквально все: приготовление пищи, отдых, наши взаимоотношения друг с другом. Поверьте: как легко будет тогда

отдых, наши взаимоотношения друг с другом... поверьте, как легко будет тогда совершенствоваться духовно и переносить всякого рода неприятности, случающиеся в нашей жизни! Тогда, Бог даст, мы сможем воспитать себя в истинном благочестии и сподобиться вечной жизни во Христе Иисусе Господе нашем.

## **О добровольном принятии скорбей**

Перед нашими мысленными очами предстает страшная картина.

После того, как Пилат осудил Христа Спасителя на распятие, воины взяли Иисуса и, возложив на Него крест, повели на Голгофу....

Христос безропотно несет крест. Ему помогает в этом Симон Киринейский. И вот она, Голгофа. Здесь совершается великое и страшное событие. Христа пригвозждают ко кресту и вместе с Ним двух разбойников.

Одного - по правую сторону, а другого - по левую.

Но в отличие от разбойников Божественный Учитель терпит крестные муки не за свои грехи. Он принимает страдания добровольно, чтобы искупить от проклятия греха и смерти человечество. Господь пригвозждает и раздирает на кресте рукописание грехов всех людей и Своею живоносною кровию омывает эти грехи. Наступает примирение Бога и человека. Совершается искупление человеческого рода. А с двух сторон от Спасителя висят на крестах преступники, осквернившие себя разными злодеяниями. Как же относятся эти разбойники к своим мукам и к страданиям Христа?

Вначале оба разбойника износили из уст своих хуления. Но вскоре их мнения разделились. Один из разбойников, который висел по правую сторону от Христа Спасителя, проникся состраданием к Богочеловеку, а другой, который был пригвожден с левой стороны, остался с помраченным умом. Он продолжал хулить Богочеловека, обращаясь к Нему с такими словами: "Если ты Христос, то спаси Себя и нас". Тогда другой разбойник, сердцем восчувствовавший тайну страданий Христа Спасителя, воспрекословил ему: "Или ты не боишься Бога, когда и сам осужден на то же? И мы осуждены справедливо, потому что достойное по делам нашим приняли, а Он ничего худого не сделал". И после этого обратился ко Христу с молитвою: "Помяни мя, Господи, во Царствии Твоем". И поскольку его мольба была искренней, исходящей из глубины сокрушенного сердца, поскольку благоразумный разбойник признал себя достойным этой крестной казни, поскольку он по-настоящему, внутренне раскаялся в своих злодеяниях, то и ответил на его мольбу Христос такими

словами: "Ныне же будешь со Мною в раю".

Таким образом благоразумный разбойник, хотя и много человеческой крови пролил, хотя и много скорбей причинил людям, но, приняв страдания на кресте, получил возмездие за все свои злодеяния и, очистившись покаянием, получил оправдание от Господа.

Итак, мы стоим на Голгофе и видим, как совершается искупление человеческого рода. Мы постигаем здесь великую истину о том, что необходимо не только осознать свои прегрешения, но и добровольно воспринять на себя те или иные скорби и страдания во искупление своих грехов. Только тогда по-настоящему будет совершаться наше исправление. Конечно, если мы станем на путь второго, неблагоразумного разбойника, который до конца хулил Спасителя, если будем делать вызов Богу и говорить: "Господи, да за что же Ты меня наказываешь, вроде бы я и худого не делал в жизни своей?",- если будем роптать на Господа за посылаемые нам скорби, то, естественно, эти скорби не принесут нам никакой пользы в деле спасения и наше покаяние не будет принято Господом, но будет отвержено.

Нам необходимо по-настоящему приносить покаяние...

Необходимо всякий раз, когда мы допустим тот или иной грех, возлагать на себя посильные труды телесные и духовные, которые послужат к очищению наших душ.

Если мы будем отвергать всякие скорби, считая их незаслуженными, если станем оправдывать себя пред Богом, то покаяние наше будет тщетно.

Нас есть за что наказывать. Посмотрите внимательно на свои деяния. Ведь мы делаем много плохого. И как мало делаем доброго! Очень мало. Да и те добрые дела, которые мы совершаем, подчас оскверняются нашим же самомнением или гордынею. И, что еще печальнее, совершая грех, мы часто даже не чувствуем угрызений совести. Поступая так, мы коснеем во грехе и забываем об очищении души.

А ведь Господь призывает нас к покаянию! Он по любви Своей не хочет нашей гибели, поэтому и посылает нам те или иные скорби, чтобы пробудить вас от греховного сна. Чтобы очнувшись от забытья, мы укорили самих себя и познали свои немощи. И как только мы осознаем нашу греховную сущность и расположим себя безропотно переносить всякого рода испытания и скорби, тогда-то и будет дана нам благодать Божия, которая войдет в наши сердца, укрепит нас и утвердит на спасительном пути.

