

# С Божией ПОМОЩЬЮ



---

КАК ОБРЕСТИ  
СМИРЕНИЕ и СПАСТИСЬ  
В ИСКУШЕНИЯХ, БОЛЕЗНЯХ И СКОРБЯХ



КОНОВИЦА

СТРЕЧЕ

ПОДЪЕЗД

КРАСНО-КАМЕННЫЙ ПАРКЕТ

ПЕТРОВ

СВЯТЫЙ

БЕДОВИЦА

СВЯТЫЙ

СВЯТЫЙ



# С Божией ПОМОЩЬЮ



КАК ОБРЕСТИ  
СМИРЕНИЕ и СПАСТИСЬ  
В ИСКУШЕНИЯХ, БОЛЕЗНЯХ и СКОРБЯХ



Москва  
«Ковчег»

ББК 86.372

С 11

*Рекомендовано к публикации  
Издательским Советом  
Русской Православной Церкви  
ИС Р 14-409-1004*

**С 11      С Божией помощью. Как обрести смирение и спастись в искушениях, болезнях и скорбях.** — М., «Ковчег». — 368 с.

ISBN 978-5-906652-23-3

Книга, предлагаемая читателям, представляет собой многолетний труд, посвященный проблемам духовного спасения человека в современном мире. Что есть зло и в чем его причина существования на земле. Как с помощью смирения и кротости победить зло. Как по-христиански переносить искушения, болезни и скорби, различные огорчения и неприятности, чтобы не навредить своей душе — на эти и многие другие актуальные вопросы найдут читатели святоотеческие ответы в предлагаемом издании.

*В оформлении обложки использован фрагмент  
картины А. А. Иванова «Явление Христа народу».*

© Составление Е. М. Сбоев, 2014

© Верстка, оформление, «Ковчег», 2014

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ .....</b>	<b>11</b>
<b>О ПРИРОДЕ И СУЩНОСТИ ЗЛА .....</b>	<b>15</b>
В чем причина существования зла на земле .....	19
Где источник всех наших неприятностей и зол .....	21
Есть ли реальная защита от зла .....	22
Возможна ли реальная борьба со злом .....	23
Когда в душе никакого зла (греха) нет .....	24
Как еще можно спастись от зла .....	24
<b>ПОЗНАЕМ ВЕЛИКУЮ СИЛУ СМИРЕНИЯ И КРОТОСТИ .....</b>	<b>27</b>
Что еще нам дает смирение .....	28
В чем состоит сила смирения .....	32
О силе и могуществе кротости .....	33
Пример проявления могущества смирения и кротости .....	37
<b>КАК ОБРЕСТИ СМирЕНИЕ И КРОТОСТЬ .....</b>	<b>41</b>
<b>Глубоко осознаем свою греховность .....</b>	<b>41</b>
<b>Покаемся чистосердечно в своих прегрешениях .....</b>	<b>44</b>
Могущество покаяния .....	46
Истинность и действенность покаяния ...	47

Как надо каяться .....	48
Плоды покаяния .....	50
Не будем откладывать покаяния на «потом» .....	51
Не будем утаивать свои грехи .....	52
Когда покаяние — хула на Духа Святого	52
<b>Полюбим слово «прости» .....</b>	<b>53</b>
<b>Сами великодушно простим всех, опечаливших нас .....</b>	<b>55</b>
Что дает нам всепрощение .....	57
Как узнать о том, прощены ли грехи наши	59
Как от души прощать ближнего своего ...	59
Если мы кого-то не прощаем .....	61
<b>Постараемся простить и полюбить даже врагов .....</b>	<b>62</b>
<b>Откажемся от воли своей .....</b>	<b>67</b>
<b>Покоримся во всем воле Божией .....</b>	<b>69</b>
<b>Будем терпеть и благодарить Бога за все .....</b>	<b>71</b>
<b>Приступим к постижению нищеты духовной .....</b>	<b>74</b>
<b>Познаем себя, немощи и бессилие свое во всем .....</b>	<b>76</b>
<b>Сокрушим дух, душу и сердце свое .....</b>	<b>80</b>
<b>Будем считать себя хуже всех, ниже всех .....</b>	<b>84</b>
<b>Будем во всем винить и осуждать себя, а не других .....</b>	<b>92</b>

<b>Всякие неудовольствия возлюбим более почестей и утешений .....</b>	<b>94</b>
<b>Познаем страх Божий .....</b>	<b>95</b>
<b>Постараемся жизнь строить по заповедям христовым .....</b>	<b>98</b>
<b>Умножим и усилим свои молитвы .....</b>	<b>101</b>
<b>Встанем на путь воспитания воздержания и поста .....</b>	<b>103</b>
<b>Примирился со всеми, о ком скорбит наше сердце .....</b>	<b>104</b>
<b>Поучимся смирению у Спасителя, Богородицы, апостолов и всех святых .....</b>	<b>116</b>
<b>Познаем, что такое «начальное» и что такое «естественное» смирение .....</b>	<b>117</b>
<b>НАУЧИМСЯ ПРИБЕГАТЬ К БОГУ ЗА ПОМОЩЬЮ</b>	
<b>Что такое искушения .....</b>	<b>123</b>
<b>В чем состоит причина всех наших искушений .....</b>	<b>126</b>
Чем враг искушает нас .....	126
Добродетельная, христианская жизнь и искушения .....	129
<b>Значение искушений в духовной жизни христианина .....</b>	<b>135</b>

Без искушений невозможно: .....	142
Страшные искушения — это верный признак нашего приближения к Богу .....	146
Но будет ли когда конец нашим искушениям .....	147
<b>О христианском отношении</b>	
<b>к искушениям</b> .....	148
Искушения трудны для всех .....	148
Как нужно благоразумно относиться к искушениям .....	149
<b>Предупреждение искушений</b> .....	155
<b>Преодоление искушений</b> .....	158
Как мудро, по-христиански, переносить искушения .....	159
Как молиться в искушениях .....	165
Какие молитвы читать в искушениях .....	166
Как принимать похвалу .....	168
<b>О СПАСЕНИИ В ПОМЫСЛАХ</b>	
<b>Природа возникновения помыслов</b> .....	171
Есть три начала наших помыслов .....	171
Есть восемь главных помыслов, производящих другие помыслы .....	173
Причины возникновения недобрых помыслов .....	174
<b>Значение помыслов в жизни</b>	
<b>христианина</b> .....	176
Мыслью душа назидается, мыслью и развращается .....	176



Греховные мысли — это не грех, а искушение .....	177
Почему надо охранять душу от помыслов .....	178
Плоды наших недобрых помыслов .....	181
Забвение страстных воспоминаний — это признак отпущения наших грехов ..	185
О чем призван мыслить христианин .....	185

## **О христианском отношении**

<b>к помыслам</b> .....	187
Не допустим утаивания своих помыслов на исповеди .....	191
Не будем открывать свои помыслы перед всеми .....	192

## **Духовные средства защиты**

<b>от помыслов</b> .....	192
Молитва .....	195
Откровение помыслов на исповеди .....	199
Освящение и воспитание ума .....	201
Размышление о хорошем .....	204
Воздержание в пище .....	204
Сокрушение сердца .....	204
Уединение .....	205
Приведение тела в доброе состояние .....	205
Страх Божий .....	205
Уничтожение души .....	205
Презрение помыслов блуда, хулы, сомнения .....	206
Безмолвие .....	207

<b>Хульные помыслы .....</b>	<b>208</b>
<b>Блудные помыслы .....</b>	<b>222</b>
<b>Лукавые помыслы .....</b>	<b>230</b>
<b>Помыслы тщеславия .....</b>	<b>233</b>
<b>Помыслы осуждения .....</b>	<b>233</b>
<b>Блуждание мыслей и пустомыслие ....</b>	<b>234</b>
<b>О СПАСЕНИИ В СКОРБЯХ</b>	
<b>Отчего мы скорбим .....</b>	<b>237</b>
<b>Значение скорбей в жизни христианина .....</b>	<b>246</b>
Плоды скорбей .....	250
Что означает жизнь явных грешников без скорбей .....	252
<b>О христианском отношении к скорбям</b>	<b>253</b>
<b>Предупреждение скорбей .....</b>	<b>256</b>
<b>Как по-христиански переносить скорби .....</b>	<b>258</b>
<b>Духовные средства преодоления скорбей .....</b>	<b>272</b>
Несомненная вера в Бога и Промысл Божий .....	272
Знамение Животворящего Креста .....	272
Отказ от воли своей и совершенное предание себя в волю Божию .....	273
Душеполезное чтение .....	273
Молитва .....	275

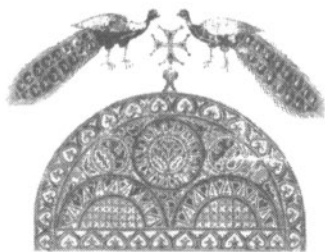
Как молиться о своих обидчиках .....	279
Когда сердцем овладевают всевозможные скорби .....	280
<b>Утешение в скорбях .....</b>	<b>285</b>
<b>О СПАСЕНИИ В БОЛЕЗНЯХ</b>	
<b>Почему мы болеем .....</b>	<b>291</b>
Как наши болезни связаны с нашими грехами .....	291
Что еще может быть причиной наших болезней .....	295
<b>Значение болезней в духовной жизни христианина .....</b>	<b>297</b>
Духовные плоды болезней .....	298
Когда болезнь важнее здоровья .....	302
Когда болезни и страдания нам не в пользу .....	302
<b>О христианском отношении</b>	
<b>к болезням .....</b>	<b>303</b>
Как надо по-христиански переносить болезни .....	303
Еще несколько наставлений болящим .....	311
<b>Христианские средства спасения в болезнях .....</b>	<b>316</b>
Молитва, покаяние, Животворящие Тайны Христовы, соборование .....	316
О врачебной медицинской помощи .....	323
Уход за больным .....	324

Посещение больных .....	325
Когда болезнь неизлечима .....	326
<b>Если мы хотим быть здоровыми и долголетними на земле .....</b>	<b>327</b>
Почему не все мы исцеляемся .....	333
<b>Утешение в болезни .....</b>	<b>333</b>
<b>РЕДКИЕ МОЛИТВЫ НА РАЗЛИЧНУЮ ПОТРЕБУ</b>	
<b>Канон молебный ко Пресвятой Богородице (чтомый во исцеление немощей и болезней) .....</b>	<b>337</b>
<b>Молитвы в искушениях и скорбях</b>	
Молитва во время искушений .....	347
Молитва прп. Симеона Нового Богослова ...	347
Молитвы ко Господу о прощении грехов, заступлении и помощи .....	347
Молитва за неверующих, гонителей и презрителей веры .....	348
Молитва о примирении враждующих .....	348
Молитвы о ненавидящих и обидящих нас ...	349
Молитва за клеветников и обидчиков .....	349
Молитвы о заключенных .....	350
Молитва в недоумении, как поступить .....	351
Покаяние о грехах юности .....	351
Молитва о прощении забытых грехов .....	351
Молитва, когда согрешишь или ошибешься	352
Молитва свт. Василия Великого .....	352

## **Молитвы на отгнание злых духов и о сохранении от диавола**

Три молитвы приносимые с началом дня ....	353
Молитвы для защиты от нечистой силы	
Мученику Трифону .....	355
Молитвы о защите от колдунов	
и чародеев .....	356
Молитва о доме, докучаемом злыми	
духами .....	360
О сугубой молитве св. Архангелу Михаилу ...	361
Молитва святому Архангелу Михаилу .....	362
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ .....	363

---





## **ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ**

Мы живем в мире, который полон зла и опасностей: экономические потрясения и кризисы, войны, революции и политические перевороты, техногенные катастрофы, дорожно-транспортные происшествия, эпидемии, неурожай, пожары, семейные ссоры и неурядицы, конфликты на производстве, незабываемые обиды на родственников, соседей, товарищей, искушения, скорби, болезни, старость и многие другие обстоятельства не оставляют нам никакой надежды на стабильную благополучную жизнь в этом мире.

И вот в этих условиях нам, православным христианам, с помощью Божией,

необходимо научиться жить так, чтобы и самим пройти земной путь непостыдно, не лишившись Царствия Божия, и помочь сделать это своим ближним, и вообще, по мере сил и возможностей, стараться во все жизненные обстоятельства вносить мир, согласие, взаимопонимание и другие нормы христианской жизни.

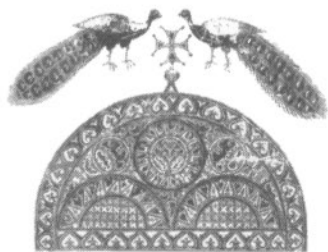
Данная книга целиком и полностью опирается на наследие святых отцов Церкви и должна послужить нам подспорьем в деле домостроительства семейного и спасения собственной души в жизнь вечную.







*Икона святого преподобного Максима Грека*





## О ПРИРОДЕ И СУЩНОСТИ ЗЛА

*Что такое зло*

Зло есть явление, противоположное добру, отрицание последнего.

*(12.914.9)\**

Зло не иное что есть, как неповиновение Богу.

*Свт. Иоанн Златоуст (3.131.3)*

Злом должно называть один только грех, который, разлучая нас с Благим Бо-

---

\* Первая цифра цифрового кода в конце высказывания означает номер первоисточника в списке литературы, вторая — номер страницы, третья — номер абзаца, высказывания и пр.

гом, заставляет войти в общение с злым диаволом.

*Авва Феодор (3.137.1)*

Под злом мы должны понимать не страдания, нужду и лишения, но грехи и нравственную вину. Зло или грех есть противоречие, возражение Божией воле.

*Закон Божий (26.596.1)*

Зло есть недуг души, лишившейся свойственного ей и по естеству ей принадлежащего здравия, которое есть добродетель.

*Прп. Авва Дорофей (3.140.3)*

*Грех — единственное наше несчастье (зло)*

При виде несчастий, бывающих с людьми, нужно помнить, что величайшее, единственно ужасное несчастье — есть грех, а все другие несчастья служат или к очищению греха, или к достойному наказанию за грех и к вразумлению людей, видящих несчастье или слышащих о нем.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (27.57.2)*

Бог не хочет зла. Всемогуший Бог не может одобрить зла. Бог наказывает зло.

*Закон Божий (26.596.1)*

### *Откуда произошло зло*

Начало зла положил высший Ангел, сотворенный Богом, дерзко вышедший из послушания всеблагой воли Бога и ставший диаволом.

*Закон Божий (26.596.1)*

### *Кто причина всех наших зол*

Диавол — причина зла, он и внушает и влияет на происхождение греха в человеке.

*Закон Божий (26.596.1)*

Всех... зол глава одна — злоба врага...

*Прп. Авва Исаия (3.113.6)*

Виновником... всякого зла бывает диавол, да и мы, без ума повинующиеся ему.

*Прп. Максим Грек (3.445.3)*

Не только бесы суть сосуды диавола, но и люди, творящие его дела.

*Свт. Иоанн Златоуст (55.432.1)*

Демоны имеют себе помощников в самих людях, которым они строят козни, так что, если бы последние не содействовали им, то большая часть их козней против нас не имела бы у них никакого успеха...

*Свт. Иоанн Златоуст (55.440.2)*

Зол всяк, кто принимает в душу свою семя злого диавола, плодоносящее в нем терния и волчцы греха, сии предвозжжения вечного огня адского.

Таковы зависть, ненависть, злопамятство, сердитость, самомнение, тщеславие, гордость, лукавство, подозрительность, клевета и всякая другая срамная и низкая страсть, оскверняющая душу, как говорит Христос Господь.

*Прп. Симеон Новый Богослов (3.144.4)*

Злых духов такое множество наполняет этот воздух, который разливается между небом и землею и в котором они летают в беспокойстве и непраздно, так что провидение Божие для пользы скрыло и удалило их от взоров человеческих...

*Прп. авва Серен (55.453.2)*

## В ЧЕМ ПРИЧИНА СУЩЕСТВОВАНИЯ ЗЛА НА ЗЕМЛЕ

Первая причина лежит в свободной воле человека. Наша свобода воли — это отпечаток Божественного подобия. Этот Божий дар поднимает человека выше всех существ мира.

Бог дает людям с доброй волей возможность заслужить себе Небо, а людям со злой волей — преисподнюю.

Вторая причина или смысл существования зла состоит в том, что Бог также и зло направляет к добру.

Зла Бог не хочет ни при каких обстоятельствах. Но так как зло проникло в мир по вине творения, то Бог в Своем мировом плане заставляет также и зло служить добру.

Вот пример: сыновья Якова продали своего брата Иосифа в рабство. Они сделали злое дело. Но Бог превратил зло в добро. Иосиф возвысился в Египте и получил возможность спасти от голода свою семью, из которой должен был произойти Мессия.

*Закон Божий (26.597.1)*

Божие домостроительство таково, что чем нам вредят, то самое служит к нашей пользе.

*Свт. Иоанн Златоуст (3.133.2)*

Не бойся ни горя, ни страданий, ни всяких испытаний: все это посещения Божии, тебе же на пользу.

Перед кончиной своей будешь благодарить Бога не за радости и счастье, а за горе и страдания, и чем больше их было в твоей жизни, тем легче будешь умирать, тем легче будет возноситься душа твоя к Богу.

*Прп. Анатолий Оптинский (Потапов) (11.23.1)*

...Установлен Богом закон, более твердый, чем небо и земля. Закон, что многими скорбями подобает нам внити в Царствие Божие. А мы в настоящее время пришли в такой период жизни человечества, когда спасаются исключительно только безропотным терпением скорбей, с верою в Бога и надеждою на Его милосердие.

*(38.182.3)*



## ГДЕ ИСТОЧНИК ВСЕХ НАШИХ НЕПРИЯТНОСТЕЙ И ЗОЛ

Источник всех неприятностей и зол надо искать не вовне, не вокруг себя, а в себе.

*Арх. Иоанн (Крестьянкин) (33.10.3)*

Чаще приводи себе на память, что в тебе зло, а не в людях. Таким убеждением, совершенно истинным, предоохранишь себя от многих грехов, и страстей. Беда наша часто в том, что мы свое зло приписываем другому.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.369.3)*

Так вот в чем причина бедствий, нашедших на нас. Мы стали слепы и глухи. Мы ожесточенным сердцем готовы обвинять любого и каждого, забывая, что только личный грех искажает нашу жизнь...

Грех сторожит нас на каждом шагу. И если мы дадим ему свободу, то он, разрастаясь в нас раковой опухолью, пожирает нашу жизнь.

*Арх. Иоанн (Крестьянкин) (33.17.2)*

## ЕСТЬ ЛИ РЕАЛЬНАЯ ЗАЩИТА ОТ ЗЛА

### *Христианское оружие против зла — смирение*

Господь воспретил мщение, которое было установлено Моисеевым законом и которым за зло воздавалось равным злом.

Оружие, данное Господом против зла, — смирение.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (13.233.12)*

Смирение охраняет глаза от развлечения и всего человека от всякого зла.

*Прп. Варсонофий (41.207.6)*

Господь сохраняет нас безопасными от нападений врага, если узрит нас кроткими и смиренными...

*Свмч. Киприан Карфагенский*

Духовным очам прп. Антония Великого были открыты все сети диавола, которые он распростер над миром для уловления и соблазна ко греху людей.

Ужаснулся преподобный этому множеству соблазнов и спросил Бога: «Кто

же избегает этих сетей?» — и услышал голос: «Смирение избегает их — они даже и не прикасаются к нему».

*Прп. Антоний Великий (15.473.6)*

Возлюби смиренномудрие и никогда не впадешь в диавольскую сеть, потому что, воспаряя на быстрых крыльях, всегда будешь гораздо выше вражиих сетей.

*Прп. Ефрем Сирин (41.196.3)*

Возлюби смирение во всех делах своих, чтобы избавиться от неприметных сетей, какие всегда находятся вне пути смиренномудрых.

*Прп. Исаак Сирин (41.205.2)*

## **ВОЗМОЖНА ЛИ РЕАЛЬНАЯ БОРЬБА СО ЗЛОМ**

...Лишь победив смирением зло в себе, можно отважиться на борьбу со злом в мире. Вынь прежде бревно из своего глаза.

*«Кронштадт православный»,  
№ 10—11 (октябрь — ноябрь 2001 года)*

## **КОГДА В ДУШЕ НИКАОГО ЗЛА (ГРЕХА) НЕТ**

Человек, благочестиво живущий, не попускает злу войти в душу. А когда нет в душе зла, тогда она бывает безопасна и невредима. Над таковыми ни злобный демон, ни случайности не имеют власти. Бог избавляет их от зол, и живут они невредимо хранимы, как богоподобные...

*Прп. Антоний Великий (3.112.2)*

## **КАК ЕЩЕ МОЖНО СПАСАТЬСЯ ОТ ЗЛА**

Условия, которыми окружил нас Господь, — это первая ступень в Царствие Небесное — это единственный для нас путь спасения.

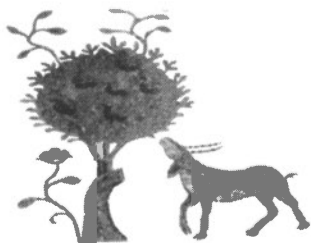
Эти условия переменятся тотчас же, как мы их используем, обративши горечь обид, оскорблений, болезней, трудов — в золото терпения, безгневия, кротости.

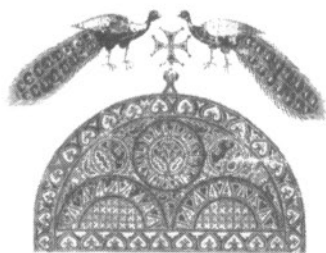
*Священник Александр Ельчанинов (30.126.2)*

*Как причиненное нам зло  
превратить в добро*

Ты потерпел какое-то зло? Но если хочешь, оно вовсе не будет злом. Возблагодари Бога, и зло обратится в добро.

*Свт. Иоанн Златоуст (3.135.3)*







## ПОЗНАЕМ ВЕЛИКУЮ СИЛУ СМИРЕНИЯ И КРОТОСТИ

*Не является ли смирение слабостью  
христианина\**

Но разве слабость в том, чтобы не раздражаться, когда раздражают, не гневаться, когда вынуждают ко гневу, и вообще не предаваться никакой страсти, когда есть к тому хоть малейший предлог.

*\* Примечание составителя:* приступая к рассмотрению этого раздела, наверное, просто необходимо обратить внимание на то, что даже в среде хорошо воцерковленных христиан о смирении и кротости бытует совершенно превратное мнение. Мне лично самому неоднократно приходилось слышать от весьма начитанных и уважаемых мною христиан, например, о том, что:

И не в том ли сила, чтобы не носиться подобно утлой лодчонке по воле волн бурного житейского моря, но твердой рукой вести корабль своей жизни сквозь все бури и штормы намеченным курсом к заданной цели.

*«Кронштадт православный»,  
№ 10—11 (октябрь — ноябрь 2001 года)*

## **ЧТО ЕЩЕ НАМ ДАЕТ СМирЕНИЕ**

### *Основание всей духовной жизни*

Основание монашеской жизни — смирение. Есть смирение — все есть, а нет смирения — ничего нет. Можно даже без всяких дел одним смирением спастись.

*Прп. Варсонофий Оптинский (5.369.4)*

— «слишком много смирения иметь тоже вредно»;

— «именно смирение и кротость очень нужны нашим врагам для того, чтобы творить с нами все, что им захочется» и так далее.

В этом разделе приведены избранные изречения святых отцов о силе и могуществе смирения и кротости с указанием их первоисточников. Более обстоятельно об этом и вообще о смирении кротости можно прочесть в книге «Как воспитать свою душу. Смирение и кротость в нашей повседневной жизни» (сп. лит. поз. 37).



## *Рассудительность*

Смирение есть источник рассудительности.

*Прп. Иоанн Лествичник (16.350.4)*

## *Дар духовного рассуждения*

Дар духовного рассуждения... ниспосылается от Бога исключительно... шествующим путем смирения и смиренномудрия.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (13.236.10)*

## *Познание тайн Божиих*

Смиренной душе Господь открывает тайны Свои.

*Прп. Симеон Новый Богослов (16.346.4)*

## *Успех во всех делах*

Смирайся, и все дела твои пойдут.

*Прп. Амвросий Оптинский (5.243.2)*

## *Душевный мир и покой*

...Одни только смиренные сердцем наслаждаются спокойствием душевным! Впрочем, и те не свободны иногда бывают от скорбей; но скорби свои перенос-

сят великодушно, не укоряя никого ни за что — кроме себя, говоря: «Благо мне, Господи, яко смирил мя еси, и несмь достоин по грехам никакого покоя».

*Прп. Антоний Оптинский (4.142.2)*

В смиренномудром никогда не бывает поспешности, торопливости, смущения, горячих и легких мыслей, но во всякое время пребывает он в покое.

*Прп. Исаак Сирин (41.205.6)*

### *Истинное святое мужество*

Истинное святое мужество всегда соединено с чувством глубокого смирения. Смиранный всегда готов все потерпеть, и внутреннее и внешнее, считая себя достойным не только посланных скорбей, но и еще больших.

Смиренного расстроить нельзя, он всегда готов ко всему.

*Прп. Никон Оптинский (4.439.4)*

### *Успех всякому делу*

...Смирение, сей источник всех благ, твердо храни в душе своей, ученик; оно

источает тебе все прекрасное: приближает тебя к Богу, вводит в содружество с Ангелами, открывает тебе сокровеннейшие тайны, исполняет тебя всякой премудрости, обнажает перед тобой глубины, показывает тебе неведомое. Оно преклоняет перед твоей славою и покоряет ей высокомерие гордых; посеваает мир внутри тебя, славу окрест тебя, чистые помыслы в сердце твоём, и делает светлым лицо твоё.

Смирение не даёт места раздражительности в сердце твоём и искореняет гнев в душе твоей, далеко гонит от тебя прочь ненависть, зависть и злобу, а, напротив того, исполняет тебя любви, мира, радости и веселия; не радости людей, думающих о земном, не веселия сильных земли, но радости духа, веселия мудрости. Оно приобретает тебе благорасположение всякого человека и делает тебя боголюбезным. Ангелы радуются, видя тебя, а бесы приходят в смущение. Даже завистливые, которые ненавидят тебя, внутренне изумляются тебе, потому что упоены они яростию, а твоё сердце спо-

койно и мирно. Никто в дольном мире не живет такою высокою жизнью, как смиренный, и только совершенные из людей достигают высоты смирения. Приятно и сладостно иго смирения; кто несет его на себе, тот проходит высокое и великое служение.

*Прп. Ефрем Сирий (41.199.4)*

## **В ЧЕМ СОСТОИТ СИЛА СМирЕНИЯ**

Человек, приобретший смирение, обладает особым внутренним состоянием, при котором все нападения дьявола отражаются. Человек уже не на себя надеется, а на Господа. А Господь всесилен и победил дьявола и побеждает его в нашей душе, когда мы боремся не своей силой, а призыванием Господа и преданием Себя в Его волю.

*Игумен Никон (Воробьев) (30.11.1)*

...Кто через смирение всего себя предал Богу, за того во всем действует Сам Бог.

*Свт. Феофан Затворник Вышенский (41.217.4)*

*Как диавол признался авве Макарию  
в своем бессилии против смирения*

Некогда авва Макарий, идя с горы в свою келью, нес ветви. На пути встретился ему диавол с серпом. Диавол хотел толкнуть авву Макария, но не мог. И говорит ему: «Велика в тебе сила, Макарий, потому что я не силен против тебя. Если ты что делаешь, то это делаю и я. Ты постишься, а я совсем не ем, ты бодрствуешь, а я совсем не сплю. Одно только есть, чем ты меня побеждаешь». Авва Макарий говорит ему: «Что же это такое?» Диавол ответил: «Смирение. И поэтому я не силен против тебя».

*(41.225.3)*

**О СИЛЕ И МОГУЩЕСТВЕ КРОТОСТИ**

*Нет ничего равного кротости*

Нет ничего равного кротости, которая приносит великую пользу и тем, кто имеет ее, и тем, на кого она действует.

*Прп. Иоанн Златоуст (36.548.1)*

*Кротость есть признак великой силы*

Кротость есть признак великой силы; чтобы быть кротким, для этого нужно иметь благородную, мужественную и весьма высокую душу. Неужели ты думаешь, что мало нужно силы (душевной), чтобы получать оскорбления и не возмущаться? Не погрешит тот, кто назовет такое расположение к ближним даже мужеством...

*Свт. Иоанн Златоуст (3.423.3)*

*Нет ничего сильнее и могущественнее  
кротости*

Подлинно нет ничего сильнее ее <кротости>, нет ничего могущественнее. Она вводит душу нашу в постоянный мир, заставляя ее стремиться к нему, как бы в пристань, и таким образом служит для нас источником всякого успокоения.

*Свт. Иоанн Златоуст (3.421.1)*

Нет ничего могущественнее кротости. Как вылитая вода погашает сильно горящее пламя, так и слово, сказанное с кротостью, утишает гнев, воспламененный сильнее огня в печи, вследствие чего про-

исходит двоякая для нас польза: этим и сами мы обнаруживаем в себе кротость и, успокоив раздражительный дух брата, спасаем от потрясения его рассудок.

*Свт. Иоанн Златоуст (3.421.3)*

### *Кротость — непобедимая сила*

Если мы обнаружили кротость, то сделаемся для всех непобедимыми, и ни один человек, ни малый, ни большой, не в состоянии будет причинить нам вреда. Если кто-нибудь станет говорить о тебе худо, он тебе не повредит нисколько, а себе самому нанесет величайший вред; если кто причинит тебе обиду, весь вред падет на обидчика.

*Свт. Иоанн Златоуст (3.423.5)*

### *Кротость — защита от несправедливости*

Если же за несправедливость мы заплатим кротостью, то, утоливши весь гнев (врага), мы через это при нем самом как бы воссели на судилище, решающее дело в нашу пользу...

*Свт. Иоанн Златоуст (3.424.2)*

*Кротость —  
средство умиротворения обидчиков*

Когда желающий обижать найдет, что обижаемый готов потерпеть более, нежели сколько ему хотелось, и, удовлетворив своей страсти, увидит, что оскорбленный с преизбытком выказывает свое великодушие, то отойдет прочь, побежденный и посрамленный превосходством терпения; и хотя бы он был зверь и даже свирепее его, сделается потом скромнее, ясно увидев из сравнения и свою злость, и его добродетель.

*Свт. Иоанн Златоуст (3.420.3)*

*Кротость — самая большая добродетель*

Много есть добродетелей, приличествующих христианским мужам, но больше всех — кротость, потому что только сияющих ею Христос называет ревнителями Божиими. Нам следует, когда оскорбит кто-либо, или ударит, или сделает другое что ужасное, переносить все благородно со спокойною душою, помышляя о том, что кротость делает подражателями Богу.





*Икона святителя Иоанна Златоуста*

И Сам Владыка и Спаситель наш, будучи оскорбляем, получая удары, подвергаясь пригвождению, распятию на Кресте, кротко перенес иудейское безумие, и не отомстил, имея столько силы для отмщения нечестивым...

*Свт. Иоанн Златоуст (36.425.4)*

*Кротость — самое великое благо*

Самое великое благо — кротость; приобретя ее, великий Моисей видел Бога, сколько человеку видеть можно.

*Прп. Нил Синайский (36.426.4)*

## **ПРИМЕР ПРОЯВЛЕНИЯ МОГУЩЕСТВА СМИРЕНИЯ И КРОТОСТИ**

Когда равноапостольный император Константин позволил христианам разрушать языческие храмы, епископ Арефусийский Марк уничтожил одно бесовское капище, за что язычники особенно ненавидели его. Поэтому, когда в Римской империи воцарился злочестивый Иулиан Отступник, жители Арефусии, в большинстве своем идолопоклонники,

восстали против епископа. Сперва он хотел укрыться от них, но, увидев, что язычники из-за него хватают и мучают христиан, пошел и добровольно предал себя в руки мучителей. Они, обезумев, напали на престарелого святителя целой толпой. И все они наперебой оскорбляли святого: били, резали, рвали его тело; потом, вымазав его жиром и медом, посадили в полдень на солнцепек, чтобы он страдал от жары и укусов насекомых. Но святитель молился Богу за терзающих его язычников, и произошло великое чудо: арефусияне пришли в себя и из неистовых сделались кроткими. Они отпустили святого Марка на свободу, а потом, выслушав его поучение, обратились к истинной вере и все сделались христианами.

Так мужественный воин Христов любовью победил ненависть, добром — зло и привел ко спасению множество людей, за что и получил от Бога славный венец в Царствии Небесном.

*Свт. Марк Арефусийский (9.118.2)*





# **КАК ОБРЕСТИ СМИРЕНИЕ И КРОТОСТЬ**

## **ГЛУБОКО ОСОЗНАЕМ СВОЮ ГРЕХОВНОСТЬ**

*Как можно стяжать смирение*

Некоторого старца спросили: каким образом душа может стяжать смирение? Он отвечал: если она будет смотреть только на свои грехи. Этот старец говорил: совершенство человека — смирение.

*Старец (38.538.5)*

Кто рассматривает грехи свои, тот приближается к смирению.

*Прп. авва Исаия (41.172.2)*

Всю жизнь свою признавай себя грешником, чтобы во всей жизни своей быть тебе оправданным.

*Прп. Исаак Сирий (41.165.6)*

### *Осознаем гордость и нетерпение свое*

Сознавай свою греховность в гордости и нетерпении и смирись под крепкую руку Божию, никого не обвиняя, кроме себя, тогда и увидишь помощь Божию: как Бог тебя успокоит и расположит к тебе сердца противящихся тебе.

*Прп. Макарий Оптинский (28.165.2)*

### *Как увидеть свои грехи*

Многие почитают себя праведниками по сравнению с явными злодеями, но пусть сравнят себя со святыми Божиими человеками и тогда непременно увидят, что они суть бедные грешники.

*Прп. Макарий Великий (14.212.6)*

### *Что чувствует человек, осознавший свою греховность*

У кого отверзается зрение для видения грехов, тот видит не отдельные грехи,

а полную искаженность своей души, которая постоянно источает всякие грехи, более того — даже добрые дела, и те пронизаны ядом греха...

*Игумен Никон (Воробьев) (32.77.2)*

Правильно идущий путем духовным начинает видеть в себе больше и больше грехов, пока, наконец, духовным зрением увидит себя всего во грехе, в проказе душевной, почувствует всем сердцем, что он — грязь и нечистота, что недостойн он призывать Имя Божие, и только, как мытарь, не смея возвести очи горé, с болью сердечной взывает: «Боже, милостив буди мне грешному».

*Игумен Никон (Воробьев) (32.13.2)*

*Будем брать пример с мытаря,  
блудного и блудницы*

Ищите и ожидайте милости Божией: не с дерзновением или равнодушием, но подобно мытарю, блудному сыну и блуднице. Они, будучи смиренно проникнуты чувством своей греховности, не смели даже и око возвести на небо или наре-

щися сыном, — конечно, со стыдением вели себя и среди людей; и в таком положении их Господь призрел на них и даровал им прощение грехов их.

*Прп. Макарий Оптинский (22.697.2)*

*Будем считать себя до смерти способным  
ко греху*

Смиренно считая себя всегда, до самой смерти, способным ко всякому греху, к малому и большому (по нашему пониманию), надо усердно молиться Господу о помощи, «да не внидем в напасть». Самомнение не заботится о хранении себя и бывает причиной великих падений; соблазны берут верх и низлагают человека.

*Прп. Никон Оптинский (28.167.6)*

## **ПОКАЕМСЯ ЧИСТОСЕРДЕЧНО В СВОИХ ПРЕГРЕШЕНИЯХ**

*Что такое покаяние*

Основа нашего спасения — покаяние.

*Прп. Никон Оптинский (28.102.4)*



Христианская жизнь вся не иное что есть, как всегдашнее до кончины жизни покаяние.

*Свт. Тихон Задонский (16.233.6)*

### *Значение покаяния в жизни христианина*

Всем... должно заботиться о благоугождении Господу. Но чем благоугождать Ему? Прежде всего покаянием и смирением.

*Прп. Амвросий Оптинский (28.108.3)*

Всеблагий Господь ничего от нас не требует, как только одного искреннего покаяния, и через оное вводит покаявшихся в Царствие Свое Небесное и вечное, по сказанному в Евангелии: *покайтесь, приблизитесь Царствие Небесное* (Мф. 3, 2).

*Прп. Амвросий Оптинский (28.107.2)*

...Кроме пути покаяния, нет другого пути, ведущего ко спасению.

*Феолипт, митр. Филадельфийский (19.532.1)*

Богу приятней грешник кающийся, чем человек не согрешивший, но превоз-

носящийся. Лучше, согрешивши, покаяться, нежели, не согрешая, гордиться этим. Фарисей удержался от греха, но за возношение и осуждение мытаря лишился перед Богом своей праведности, а мытарь, и много согрешивший, через смиренное сознание и понесение укоризны от фарисея получил не только прощение грехов, но и восхитил оправдание фарисея.

*Прп. Амвросий Оптинский (28.108.4)*

## МОГУЩЕСТВО ПОКАЯНИЯ

Нет такого греха, который не изглаждался бы покаянием. Для того Христос и избрал крайние степени нечестия (гонителя Савла и мытаря Матфея для обращения их), чтобы никто при конце не мог чем-нибудь оправдаться.

*Свт. Иоанн Златоуст (19.580.3)*

Никогда Он (Бог) не отвергает искреннего раскаяния; но хотя бы кто дошел до самой крайней порочности, а потом решился бы возвратиться опять оттуда на путь добродетели, и такого Он прини-

мает и приближает к Себе, и делает все, чтобы привести его в прежнее состояние.

*Свт. Иоанн Златоуст (19.578.4)*

Нет греха непростительного, кроме греха нераскаянного.

*Прп. Исаак Сирий (49.215.5)*

### **ИСТИННОСТЬ И ДЕЙСТВЕННОСТЬ ПОКАЯНИЯ**

Покаяние тогда истинно, когда после него всеусиленно будешь уже стараться жить как должно, а без этого оно мало действительно, если каешься, лишь бы проговорить о грехах, а жить по-старому.

*Прп. Иосиф Оптинский (28.103.2)*

Покаяние в смертном грехе тогда признается действительным, когда человек, раскаявшись в грехе и исповедав его, оставит грех свой.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (19.560.1)*

К смерти мы всегда должны готовиться покаянием, действенность которого измеряется не числом поклонов, а сердечным усердием.

Помни, что *жертва Богу дух сокрушен, сердце сокрушенно и смиренно Бог не уничижит* (Пс. 50, 19), и потому, когда не исполнишь правила, по слабости ли сил или по другой какой причине, заменяя сей недостаток самоукорением и смирением.

*Прп. Макарий Оптинский (28.103.3)*

Для истинного покаяния нужны не годы и не дни, а одно мгновение.

*Прп. Амвросий Оптинский (28.102.3)*

Покаяние без поста недействительно.

*Свт. Василий Великий (19.546.4)*

*Наглядный пример истинного покаяния*

...Отречение Петра — полезно: горько оплавав (свое отречение), он научил всех, как достигается прощение.

*Свт. Иоанн Златоуст (19.538.4)*

## **КАК НАДО КАЯТЬСЯ**

*Немедленно после согрешения*

Если когда согрешишь и тотчас обращаешься к Богу каяся — это очень хо-

рошо. Так и должно. И Господь простит. А духовнику или старцу после сказать — если важен грех.

*Прп. Амвросий Оптинский (28.106.5)*

Каждое нарушение заповеди, хотя бы и самое мелкое, заглаждай немедленным испрашиванием прощения у Господа, не дожидаясь вечерних молитв.

*Игумен Никон (Воробьев) (49.225.2)*

### *Ежедневно, перед сном*

Ежедневно перед сном надо вспомнить грехи, соделанные за день, и покаяться в них перед Господом.

*Прп. Никон Оптинский (28.107.1)*

Не оставляй неизглаженным греха даже и самого малого, чтобы впоследствии он не повлек тебя к большему злу.

*Прп. Марк Подвижник (19.553.3)*

## ПЛОДЫ ПОКАЯНИЯ

### *Очищение души от грехов*

Покаяние очищает душу от всех согрешений, восстанавливает разрушенное святилище Божие.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (19.590.5)*

### *Защита от всех козней диавола*

Чувство покаяния хранит молящегося человека от всех козней диавола: бежит диавол от подвижников, издающих из себя благоухание смирения, которое рождается в сердце кающихся.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (19.595.2)*

### *Праведность*

Разве Он (Бог) требует от нас чего-либо трудного и тягостного? Требуется сокрушения сердца, смирения ума, признания во грехе, усердного прошения о прощении и за это дарует не только исцеление от ран и очищение от грехов, но и делает праведным того, кто доселе обременен был бесчисленными тяжестями грехов.

*Свт. Иоанн Златоуст (19.580.4)*

## **НЕ БУДЕМ ОТКЛАДЫВАТЬ ПОКАЯНИЯ НА «ПОТОМ»**

Не откладывай, друг, со дня на день обращения своего ко Господу, чтобы не вышел на тебя внезапно приговор Страшного Судии, призывающий тебя к Нему для возвращения того, что приобрел ты на Его таланты, и чтобы тебе вместо похвал, связанному по рукам и ногам, не быть осужденным во тьму кромешную.

Пока еще есть время, постарайся припасть к Судии, чтобы Он простил тебе все грехи.

*Прп. Ефрем Сирин (19.596.2)*

Смотри, чтобы покаяние не пришло к тебе на мысль уже тогда, когда только одному отчаянию будет время и место.

*Св. Исидор Пелусиот (16.250.7)*

Не откладывай (покаяния) до завтра: этому завтра никогда не будет конца.

*Свт. Иоанн Златоуст (16.256.6)*

## **НЕ БУДЕМ УТАИВАТЬ СВОИ ГРЕХИ**

Если какой человек сделает чего недозволенное и держит это в себе скрытно, то скрытностью своей более радуется внушившего сие беса, нежели самим делом.

*Прп. Ефрем Сирий (19.535.3)*

## **КОГДА ПОКАЯНИЕ — ХУЛА НА ДУХА СВЯТОГО**

По учению Святой Православной Церкви, если кто грешит в надежде на покаяние, тот повинен в хуле на Духа Святаго. Сознательно грешить с безрассудной надеждой на благодать Божию и думать: «Ничего, покаюсь» — это есть хула на Духа Святаго.

*Прп. Никон Оптинский (50.190.1)*

Покаяние выше всех добродетелей, но в надежде на милосердие Божие и на покаяние продолжать грешить не должно. Таковых внезапно похищает смерть.

*Прп. Иосиф Оптинский (8.242.1)*



## ПОЛЮБИМ СЛОВО «ПРОСТИ»

Прежде всего мы нуждаемся в смирennemудрии. Слово «прости» да будет у нас непрестанно готовым в ответ на всякое неприятное слово, на всякий неприятный поступок относительно нас. Смирennemудрием расторгаются все сети супостата нашего, дьявола.

*Прп. Исаия Отшельник (20.122.1)*

Приучись, чтобы язык твой говорил при всех встречающихся случаях, всегда, во всякое время, всем братьям и Самому Всевышнему Богу: прости меня. Если будешь всегда говорить «прости меня» — стяжешь смирение.

*Антоний Великий (13.409.6)*

Чаще говори: «Простите меня и помолитесь о мне».

*Прп. авва Дорофей (14.201.6)*

Ежели кто побранит, вы со своей стороны отвечайте: «Согрешил (согрешила), прости ради Бога», а если вы не выучите этой науки, то нигде покойны не будете.

*Прп. Амвросий Оптинский (14.200.6)*

*Почему слово «прости»  
так важно для смирения*

Преподобный авва Дорофей в начале своего поучения о смирении полагает, как бы краеугольный камень в основание здания, следующее изречение одного из святых старцев: «Прежде всего нужно нам смиренномудрие, и мы должны быть готовы против каждого слова, которое услышим, сказать прости: потому что смиренномудрием сокрушаются все стрелы врага и сопротивника». В отвержении оправдания, в обвинении себя и в прощении прощения при всех тех случаях, при которых в обыкновенной мирской жизни прибегают к оправданиям и умножают их, заключается великая таинственная купля святого смирения. Ее держались и ее завещают все святые Отцы. Это делание странно при поверхностном взгляде на него; но самый опыт не замедлит доказать, что оно исполнено душевной пользы, и истекает из Само-Истины, Христа.

Господь наш отверг оправдания, не употребив их пред человеками, хотя и

мог явить пред ними во всем величии Свою Божественную правду, а фарисеям сказал: *Вы выказываете себя праведниками перед людьми, но Бог знает сердца ваши, ибо что высоко у людей, то мерзость пред Богом* (Лк. 16, 15).

*Свт. Игнатий Брянчанинов (34.312.1)*

## **САМИ ВЕЛИКОДУШНО ПРОСТИМ ВСЕХ, ОПЕЧАЛИВШИХ НАС**

Мы не должны иметь ни к кому неприязненного отношения, а должны иметь отношение снисходительное, терпеливое, всепрощающее, полное любви, чтобы Бог простил и нам.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (20.513.5)*

Хочешь и любишь, чтобы Бог прощал тебе грехи, за обычное считай и прощать грехи людям, согрешающим против тебя, зная, что любовь долготерпит и милосердствует.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (20.516.2)*

Какое прекрасное, спокойное, безопасное дело прощать грехи согреша-

ющим против нас или обижающим нас! Простил — и спокоен. Тебя избидели? Что же? Так и следует причинять твоему плотскому, ветхому человеку, самолюбивому, гордому, раздражительному, завистливому, ленивому, скупому, причиняющему столько оскорблений Богу.

Хорошо, что ему возмеривается хотя несколько от людей тем же, чем он меряет Богу.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (20.517.3)*

Христианин не должен помнить зла, но обязан от сердца прощать тем, которые согрешили перед ним.

*Свт. Василий Великий (18.527.5)*

*Простим и тех,  
кто не просит у нас прощения*

Хотя обязанный просить у тебя извинения и не просит, и не беспокоится о том, почему и ты мог бы почесть для себя извинительным не прощать ему сделанных против тебя проступков: однако же ты, несмотря на то, дай ему оное, если можно, позвав его к себе, а если то невозможно, сам в себе, и не показывая

своими поступками, что желаешь отмстить.

*Прп. Исидор Пелусиот (18.535.2)*

## **ЧТО ДАЕТ НАМ ВСЕПРОЩЕНИЕ**

*Тысячу рублей — за копейку*

Ущерб от обиды при нашем себялюбии представляется нам слишком большим. А между тем в минуты обидчивости нам следовало бы живо воспроизводить в памяти, что дает нам всепрощение. Плоды его несравненно ценнее самых великих потерь, какие только может получить человек от обид.

В притче евангельской наши грехи против Бога оценены тмою талантов, а грехи других против нас — сотней динариев (см.: Мф. 23, 23—36). Это все равно, что грехи наши против Бога — тысячи, а грехи других против нас — копейки. И вот, прощая других, мы получаем прощение у Бога, или иначе на копейку мы приобретаем тысячу рублей.

*Свщч. Арсений (Жадановский) (49.494.2)*

## *Мир с враждующими на нас*

Одно слово «прости», с сердечным сознанием, посылает врагов и мир дарует.

*Прп. Макарий Оптинский (21.186.1)*

## *Уподобление нас Богу*

Ничто так не уподобляет нас Богу, как то, когда мы прощаем людей злых, которые обижают нас.

*Свт. Иоанн Златоуст (18.532.4)*

## *Вселение в нас Духа Божия*

Оставление нами согрешений ближним нашим есть признак, что Дух Божий вселился в нас, царствует в нас, управляет, руководит волею нашею.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (18.537.3)*

## *Прощение грехов наших*

Человек, простивший своему ближнему, не может не получить совершенного прощения (от Бога), потому что Бог несравненно человеколюбивее нас...

*Свт. Иоанн Златоуст (18.533.4)*

Бог для того только и требует от нас... снисхождения к ближним нашим, чтобы Самому иметь случай прощать нам великие согрешения наши.

*Свт. Иоанн Златоуст (18.532.1)*

### **КАК УЗНАТЬ О ТОМ, ПРОЩЕНЫ ЛИ ГРЕХИ НАШИ**

...Верный признак отпущения нам грехов состоит в том, когда мы ощути́м в сердце нашем, что мы точно прости́ли ближним все согрешения их против нас.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (18.537.1)*

### **КАК ОТ ДУШИ ПРОЩАТЬ БЛИЖНЕГО СВОЕГО**

Да ведаем, что возмездие за прощение обид больше возмездия за всякую другую добродетель...

Значение прощения обид:

1. Самое большое возмездие.
2. Разум истины.
3. Плоды духовные.

...Прощать нужно со многим смирением, возлагая на себя вину, — это необ-

ходимое условие при прощении обид. Одни внешние поклонения и слова не примиряют, как пустой звук.

*Прп. Никон Оптинский (21.186.4)*

Невозможно от сердца простить чьи-либо проступки без истинного ведения; ибо оно каждому показывает, что постигающее его есть его собственное.

*Прп. Марк Подвижник (49.493.2)*

Чтобы не помнить тебе злобы против тебя ближнего, а от души прощать его, вспомни, что ты сам не чужд злобы, равно как и всех других страстей.

Признавай немощи и страсти ближнего за свои собственные: *прощайте друг друга, как и Бог во Христе простил вас* (Еф. 4, 32). О, как я грешен, противен, по грехам моим, очам Божиим, людям и даже себе самому! Кто же для меня может быть более противен, кроме меня самого? Воистину никто: в сравнении со мною все праведники.

Буду же я немилосердно гневаться на себя, и прощение обид и погрешностей ближнего против меня, непотребного,



считать за особенное счастье, да и мне долготерпеливый, щедрый и милостивый Господь простит хотя некоторые согрешения. Я должен помнить, что этим только я и заслуживаю себе милость Владыки, иначе мне давно не надлежало бы жить.

(1.269.4)

### **ЕСЛИ МЫ КОГО-ТО НЕ ПРОЩАЕМ**

Если ты, человек, не прощаешь всякого согрешившего против тебя, то не утруждай себя постом и молитвою.

Если брату своему, на которого за что-нибудь прогневан, не оставляешь долга его, то совершенно напрасно постишься и молишься: Бог не примет тебя.

*Прп. Ефрем Сирин (18.529.4)*

...Господь не прощает того, кто не прощает брата своего.

*Прп. Ефрем Сирин (18.529.3)*

## **ПОСТАРАЕМСЯ ПРОСТИТЬ И ПОЛЮБИТЬ ДАЖЕ ВРАГОВ**

*Что такое есть — любовь к врагам*

Любовь к врагам есть любовь к Богу, даровавшему заповеди и законы, есть подражание Ему. Знай же, что, оказывая благодеяния врагам, ты благотворишь не им, а себе, не их любишь, а повинуюешься Богу.

*Свт. Иоанн Златоуст (36.611.1)*

...Любовь к врагам есть та высшая ступень в лестнице любви к ближнему, с которой мы вступаем в необъятный чертог любви к Богу.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (36.614.3)*

...Надо помнить, что в том и христианская вера состоит, чтобы любить врагов...

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.21.3)*

Христос заповедал не то, чтобы не иметь врагов, — это не в нашей власти, но не ненавидеть их; в этом мы властны, а в том — нет.

*Свт. Иоанн Златоуст (24.547.2)*

*Не будем иметь вражды ни к кому*

Не питай вражды ни к какому человеку, иначе молитва твоя будет неприятна Богу.

*Прп. авва Исаия (24.543.3)*

Не будем враждовать даже против тех, которые оскорбляют нас, хотя бы это были и благодетельствованные нами, в этом-то и состоит самое высокое любомудрие.

*Свт. Иоанн Златоуст (25. 465.2)*

*Как Сам Спаситель относился  
к обидчикам*

Ты скорбишь, что, по твоему замечанию, все тебя стараются унижить. Если стараются унижить, значит, хотят смирить тебя, а ты и сама просишь у Бога смирения. Зачем же после этого скорбеть на людей? Ты жалуешься на несправедливости людей, окружающих тебя, по отношению к тебе. Но если ты добиваешься того, чтобы царствовать со Христом Господом, то посмотри на Него, как Он поступал с окружающими Его врагами: Иудой, Анной, Каиафой, книжниками и фарисе-

ями, требовавшими Его смерти. Кажется, Он никому не жаловался, что враги Его несправедливо поступают с Ним, а во всех ужасных скорбях, наносимых Ему врагами Его, Он видел единственно волю Отца Своего Небесного, которой и решился следовать и следовал до последнего Своего издыхания, несмотря на то, что орудиями исполнения воли Отца Его были самые пребеззаконные люди. Он видел, что они действовали слепо, в неведении, и потому не ненавидел их, а молился: *Отче! прости им, ибо не знают, что делают* (Лк. 23, 34).

*Прп. Амвросий Оптинский (29.281.1)*

Когда ударят тебя в десную ланиту, подставь другую (см.: Мф. 5, 39). Ведь обыкновенным порядком, когда ударяют в лицо, ударяют правой рукой в левую щеку, а не в десную. Но Господь хотел представить десной ланитой оскорбление, унижение, обиду за правое дело, в котором ты не виновата. Подставить же левую значит в то время, когда без вины оскорбляют, помяни перед Господом свои грехи, которыми ты оскорбляешь Его, и через это со-

знание смиришь и прими несправедливое поношение как уже должное.

*Прп. Амвросий Оптинский (26.278.5)*

*Постараемся полюбить своих врагов*

...Заповедь (о любви ко врагам) очень трудна, но если подумаешь о награде, уготованной исполняющим ее, то она, хоть и весьма трудна, отнюдь не покажется такою.

*Свт. Иоанн Златоуст (36.609.3)*

...Научитесь прежде всего никогда не называть врага именами презрительными, а почетными. А если уста привыкнут называть оскорбившего именем почетным и приятным, то и душа, услышав это и будучи вразумляема и научаема языком, охотно примирится с ним. Самые слова будут наилучшим врачевством сердечной язвы.

*Свт. Иоанн Златоуст (36.609.3)*

...Врага любить должно так, чтобы не воздавать злом на зло, но благодеянием вознаграждать за обиду.

*Свт. Григорий Нисский (36.608.2)*

### *Будем молиться за своих врагов*

Бог оказывает благодеяния Своим врагам делом, а ты совершай их, по крайней мере, словом — молись за врага; таким образом ты уподобишься Отцу твоему, Который на Небесах.

*Свт. Иоанн Златоуст (36.611.2)*

### *Кто способен любить своих врагов*

...Невозможно любить оскорбляющего даже тому, кто отрекся от мира и всего, что в мире, если он истинно не познает цель Господню. Когда же даст ему Господь познать ее, и он возревнует ходить по указанию ее, тогда возможен он от сердца любить ненавидящего и оскорбляющего, как любили и апостолы, знавшие ее.

*Прп. Максим Исповедник (36.611.5)*

### *Что Господь уготовил любящим врагов своих*

...Когда возлюбишь врагов своих и будешь молить о них, чтобы им дарованы были все блага, временные и вечные, тогда только низойдет к тебе Бог на по-

мощь, и ты поперешь молитвою твоею всех супостатов твоих, вступишь умом в сердечный храм для поклонения Отцу Духом и истиною (см.: Ин. 4, 24).

*Свт. Игнатий Брянчанинов (36.613.6)*

## **ОТКАЖЕМСЯ ОТ ВОЛИ СВОЕЙ**

*Почему так необходимо отсечение  
воли нашей*

Лучший, или единственный верный, путь к смирению есть послушание и отречение от своей воли. Без сего можно развить в себе сатанинскую гордыню, смиренничая в слове и положении тела.

*Свт. Феофан Затворник (38.193.6)*

Возлюбленные братья! Во всяком действии вашем обращайтесь главное внимание на смирение, чтоб неопустительно исполнять требуемое им терпение бесчестий и отсечение воли падшего естества. Державшийся своей воли повреждает и погубляет этим все свои добродетели.

*Авва Исаия (38.541.6)*

*Почему так необходимо уступать  
ближнему своему*

...Тот велик перед Богом, кто смиренномудренно уступает ближнему, и не стыдясь принимает на себя обвинения, даже и несправедливые, чтобы через это даровать Церкви Божией великую выгоду — мир.

*Свт. Василий Великий (41.174.2)*

Это закон христианской победы: кто согласился иметь меньше, тот увенчивается...

*Свт. Василий Великий (41.174.1)*

Кто уступает, тот больше приобретает.

*Прп. Амвросий Оптинский (5.244.5)*

Надобно знать, что вообще тот мужественнее, кто свою волю подчиняет воле брата, нежели тот, кто бывает упорным в защищении и удержании своих мнений. Ибо тот, снося и терпя ближнего, получает название здорового и сильного, а этот — немощного и как бы больного, к которому иногда надобно и по-



лезно бывает так относиться и быть благосклонным, чтобы даже и в необходимых вещах делать какую-нибудь уступку для его спокойствия и мира. Касательно этого никто не должен думать, что он уменьшит на сколько-нибудь свое совершенство, если снисходя послабит на несколько принятую строгость, напротив, должен знать, что он гораздо более приобретет для великодушия и терпения.

*Прп. авва Иосиф (41.179.3)*

## **ПОКОРИМСЯ ВО ВСЕМ ВОЛЕ БОЖИЕЙ**

Ты знаешь, лукавый не ест, не пьет и не спит, — а все в бездне живет, потому что у него нет смирения. Покоряйся во всем воле Божией — вот тебе и подвиг; смиряйся перед всеми, укоряй себя во всем, неси с благодарением болезни и скорби — это выше всяких подвигов.

*Прп. Анатолий Оптинский (Зерцалов) (5.284.1)*

Вот ты смирись, да скажи себе: «Хотя я и песчинка земная, но и обо мне пе-

чется Господь, и да свершается надо мною воля Божия...».

Вот если ты скажешь это не умом только, но и сердцем, и действительно смело, как и подобает истинному христианину, положишься на Господа, с твердым намерением безропотно подчиниться воле Божией, какова бы она ни была, тогда рассеются перед тобою тучи и выглянет солнышко, и осветит тебя, и согреет, и познаешь ты истинную радость от Господа, и все покажется тебе ясным и прозрачным, и перестанешь ты мучиться, и легко станет на душе...

*Прп. Анатолий Оптинский (Потапов) (5.401.4.)*

*Положимся во всей жизни своей  
полностью на Бога*

Смирение говорит: «Все, что имеешь — это от Бога, и все, что делаешь хорошего — это от Бога; чем меньше будешь полагаться на свои силы (прося у Бога помощи), тем лучше». Христианский идеал — совершенный отказ от самого себя. Вручить себя, свою жизнь, всякое дело, каждую свою минуту Богу.

Не мы делаем, а Бог через нас делает — вот христианское осознание, выше какого нет.

*(15.480.5)*

Смиранный предает себя всецело воле Божией.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (13.234.13)*

## **БУДЕМ ТЕРПЕТЬ И БЛАГОДАРИТЬ БОГА ЗА ВСЕ**

Чтоб мы усвоили себе смирение, попускаются нам различные напасти, напасти от демонов, от человеков, от многообразных лишений, от извращенного и отравленного грехом нашего естества.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (13.237.8)*

### *Лучшее средство для обретения смирения*

Сказываю тебе самое лучшее средство обрести смирение. Это вот что: всякую боль, которая колет гордое сердце, потерпеть. И ждать день и ночь милости от Всемиловитового Спаса: кто так ждет, непременно получит... Эта-то боль, это-то самое горькое острое жало, укалывающее

чувствительность сердца, и есть настоящий источник милостей Божиих и смирения. В них-то сокровенна есть милость Божия.

*Прп. Анатолий Оптинский (Зерцалов) (5.283.3)*

### *Спасительные истины*

Бог не увеселяется никакой добродетелью столько, как когда кто впадет в какую-либо скорбь и терпеливо переносит ее до конца с благодарением.

*Изречения безымянных старцев (13.428.1)*

...Равным образом от больного Бог не истязует поста или подвига телесного, — требует от него только терпения, благодарения и умной молитвы, состоящей в том, чтобы иметь ум всегда направленным к Богу.

*Изречения безымянных старцев (13.428.1)*

### *Духовный рецепт от страданий наших*

Присылаю вам рецепт духовный и советую вам употреблять предлагаемое лекарство по несколько раз в день, особенно в минуты усиленных страданий, и

душевных, и телесных. Не замедлится при употреблении обнаружение силы и целительности, сокровенных во врачевстве, по наружности своей самом смиренном.

Уединясь, произносите неспешно, вслух самому себе, заключая ум в слова (так советует святой Иоанн Лествичник) следующие: «Слава Тебе, Боже мой, за посланную скорбь, достойное по делам моим приемлю, помяни мя во Царствии Твоем!»

Должно произносить молитву крайне неспешно. Сказав молитву однажды, несколько отдохните. Потом опять скажите и опять отдохните. Продолжайте так молиться минут пять или десять, доколе не ощутите вашу душу успокоенною и утешенною.

Причина этому ясна: благодать и сила Божия заключаются в славословии Бога, а не в красноречии и многословии. Славословие же и благодарение суть делания, преподанные нам Самим Богом, — отнюдь не вымысел человеческий. Апостол заповедует это делание от лица Божия:

*За все благодарите: ибо такова о вас воля Божия во Христе Иисусе (1 Фес. 5, 18).*

*Свт. Игнатий Брянчанинов (31.600.1)*

## **ПРИСТУПИМ К ПОСТИЖЕНИЮ НИЩЕТЫ ДУХОВНОЙ**

*Кто такие — нищие духом*

...Первая обитель — нищих духом, то есть смиряющихся перед Богом и перед людьми ради своей неспособности

*Прп. Амвросий Оптинский (29.281.3)*

Нагорная проповедь — это лестница, на которой не прыгнешь через ступеньку. Тут только шаг за шагом. И вот самая первая ступень духовного восхождения отчего-то всегда является преткновением для всех, абсолютно всех религий, пародирующих христианство. И для коммунистов в том числе. Все они, так или иначе, приемлют и чистое сердце, и миротворчество. А как обожают, особенно сектанты, «гонимость»! Все, кажется, проходят. Но на первой, на нищете духа, падают. Никак этого не могут принять.

А ведь так, кажется, просто выбрать между Христом и Вараввой, Царством Небесным и... этой вот демократией...

— Кто такие «нищие духом»? Ну, «нищий» — это, прежде всего, «не ищущий», но и не желающий иметь мирских благ — «искать» их.

И второе значение: «нищий» — это «ничей». Никому и ничему сам здесь не принадлежащий...

(34.158.2)

Нищие... духом не имеют... никакого пристрастия к благам мира сего и не помышляют о них с услаждением... и отвращаются от них.

*Прп. Симеон Новый Богослов (35.576.1)*

Нищими же Он (Господь) называет живущих в нужде и убожестве; но не просто всех людей такого рода. Он ублажает, но именно тех, которые нищи духом, то есть тех, которые по внутреннему и сердечному смирению и благому произволению таким образом распорядились всем внешним, что проводят жизнь в убожестве.

*Свт. Григорий Палама (35.577.2)*

Нищие духом — это те, которые скромно, без заносчивости и не ища наслаждений для души и разума, переносят нищету либо волею, либо в благородном расположении духа, хотя и поневоле терпят бедность.

*Свт. Григорий Палама (35.577.3)*

Четыре вида духовной нищеты показали мы... — в мудровании (самоуничтожение), в содержании тела (воздержание), в житейском состоянии (нестыжательность), в искушениях совне находящихся (терпение).

*Свт. Григорий Палама (35.577.4)*

## **ПОЗНАЕМ СЕБЯ, НЕМОЩИ И БЕССИЛИЕ СВОЕ ВО ВСЕМ**

При всяком случае, потрясающем тебя, познавай свою немощь...

*Прп. Макарий Оптинский (28.162.1)*

### *Познаем себя*

Кто познал себя во всяком чувстве души, тот как бы посеял на земле, а кто



так не посеял, в том невозможно процвести смиренномудрию.

*Прп. Иоанн Лествичник (41.186.4)*

Размыслим о нашей природе, подумаем о своих грехах, познаем, кто мы, и это будет нам достаточным поводом смирения во всем.

*Свт. Иоанн Златоуст (41.177.3)*

Познание самого себя дороже всех знаний мира. Потому что знание самого себя естественным образом приводит к смирению, делая его состоянием нашей души, отчего в нас постоянно пребывает благодать Божия.

*Старец Паисий Святогорец (10.194.1)*

*Как можно познать свою человеческую  
немошь*

...Что есть смиренномудрие? То, чтобы познать и сознавать свою человеческую немощь. Но чтобы познал и сознал кто человеческую немощь, сие бывает как от просвещения, свыше Христом Господом посылаемого тем, которые веруют в Него. И другим каким-либо способом познать

самого себя и сознать свою немощь нет никакой возможности.

*Прп. Симеон Новый Богослов (41.189.2)*

### *Почему без Бога мы — ничто*

Вот вы спрашиваете скорейший путь к смирению. Конечно, прежде всего следует сознать себя немощнейшим червяком, ничего не могущим сделать доброго без дара Духа Святого, от Господа нашего Иисуса Христа подаваемого по молитве нашей и ближних наших и по Своему милосердию.

*Прп. Анатолий Оптинский (Потапов) (5.402.2)*

Надо иметь сердечное убеждение, что без Божией помощи и помыслить доброе не можешь.

*Прп. Амвросий Оптинский (14.204.3)*

...Все для меня Господь; я сам ничего не могу сделать, превозмочь, победить — Он сила моя.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.247.2)*

*Почему надо благодарить Бога  
за немощи свои*

...Благодарить Бога должно за то, что немощами смиряет нас, чтобы смирившихся помянуть и спасти, по сказанному в псалмах: Я смирился, и спас меня Господь (см.: Пс. 114, 5).

*Прп. Амвросий Оптинский (29.280.1)*

Апостол говорит: *Незнатное мира избрал Бог, чтобы упразднить значащее* (1 Кор. 1, 28). То есть что не годится для мира, Господь избирает для Себя и не требует великих способностей, а говорит Своим неспособным: только терпите свою неспособность, и не малодушествуйте, уповая на милость и благодать Божию. *Терпением вашим спасайте души ваши* (Лк. 21, 19), — глаголет Он в Святом Евангелии; и означил целый ряд блаженных обителей для неспособных для мира. Первая обитель — нищих духом, то есть смиряющихся перед Богом и перед людьми ради своей неспособности. Вторая блаженная обитель — плачущих о грехах своих. Третья обитель — кротких, пода-

вляющих в себе самолюбивые претензии и удерживающих себя от гнева на других, оставляя всякие причины и поводы.

*Прп. Амвросий Оптинский (29.281.3)*

## **СОКРУШИМ ДУХ, ДУШУ И СЕРДЦЕ СВОЕ**

*«На кого я призрю»*

Сокрушим дух наш, смирим сердце. Ибо если мы приведем себя в такое расположение, то в состоянии будем и молитвы совершать с великой бодростью, и привлечь к себе свыше великую благодать исповеданием согрешений. А чтобы увериться, что такие души угодны Владыке, послушай, как Сам Он говорит: на кого Я призрю: *на смиренного и сокрушенного духом и на трепещущего пред словом Моим* (Ис. 66, 2).

*Свт. Иоанн Златоуст (25.466.2)*

*Когда дух наш приходит в сокрушение*

...Мы тогда особенно сокрушаемся духом, когда убеждаемся, что мы получили великие благодеяния не по заслугам.

*Свт. Иоанн Златоуст (25.464.1)*

## *Что такое сердце сокрушенное и смиренное*

Как и Давид сказал: *жертва Богу — дух сокрушенный, сердца сокрушенного и смиренного Бог не уничижит* (Пс. 50, 19). Не сказал только смиренного, но еще и сокрушенного; а сокрушенное переломлено и уже не может, хоть и захочет, подняться вверх.

*Свт. Иоанн Златоуст (25.461.1)*

Так и мы, не только смирим нашу душу, но и сокрушим; а она сокрушается, когда постоянно помнит о своих грехах. Когда так смирим ее, она, если и захочет, не будет в состоянии подняться до гордости, потому что совесть, подобно узде, будет удерживать ее от надмения, будет укрощать и умерять во всем.

*Свт. Иоанн Златоуст (25.461.1)*

## *Как сердце наше приводится в сокрушение*

Без сокрушенного сердца невозможно освободиться от порока, а сердце приводится в сокрушение трояким воздержан-

нием: разумею воздержание от сна, от пищи и от телесного покоя.

*Прп. Нил Синайский (21.355.2.)*

*Поучимся у апостола Павла сокрушению  
о своих грехах*

Послушай учителя вселенной, эту небошествоющую душу, как он по совершении таких добродетелей, после такого о нем свидетельства свыше: *он есть*, сказано, *Мой избранный сосуд* (Деян. 9, 15), — не забывает о своих согрешениях, но постоянно носит их в уме, как он не позволяет себе забывать даже и о том, в чем, как он совершенно был уверен, получил уже прощение в крещении, но вопиет и говорит: *я наименьший из апостолов, и недостойн называться апостолом* (1 Кор. 15, 9). Потом, чтобы мы познали всю глубину его смиренномудрия, присовокупил: *потому что гнал Церковь Божию*.

Что делаешь, Павел? Господь по Своему милосердию простил и загладил все грехи твои, а ты еще помнишь о них? Так, говорит, я знаю и уверен, что Господь разрешил меня (от грехов), но когда по-

думаю о делах своих и посмотрю на бездну человеколюбия Божия, тогда вполне удостоверяюсь, что благодатью и человеколюбием Его я то, что есмь.

Ибо, сказав: недостойн называться Апостолом, потому что гнал Церковь Божию, он присовокупил: *благодатию Божиею есмь то, что есмь* (1 Кор. 15, 10). То есть, хотя я со своей стороны выказал так много злости, но его неизреченная благодать и милосердие даровали мне прощение.

*Свт. Иоанн Златоуст (25.462.1)*

Видел ты душу, сокрушенную и постоянно памятную о своих грехах, содеянных еще до крещения? Этому-то станем и мы подражать и, ежедневно припоминая о грехах, сделанных нами после крещения, будем постоянно содержать их в уме и никогда не попустим себе забыть о них. Это будет довольно сильной уздой, чтобы смирить и укротить нас.

*Свт. Иоанн Златоуст (25.462.1)*

## **БУДЕМ СЧИТАТЬ СЕБЯ ХУЖЕ ВСЕХ, НИЖЕ ВСЕХ**

*Будем умялять и уничижать себя  
перед всеми*

Смирение всегда приемлет от Бога милость... Умаяй себя во всем перед всеми людьми, и будешь возвышен перед князьями века сего. Предваряй всякого своим приветствием и поклоном, и будешь почтен паче приносящих в дар офирское золото.

Унижай себя, и увидишь в себе славу Божию. Ибо где произрастает смирение, там источается Божия слава. Если будешь стараться пребывать в явном уничижении, то Бог соделает, что от всех людей будешь прославляем; если же в сердце своем будешь иметь смирение, то в сердце твоём покажет тебе Бог славу Свою.

*Прп. Исаак Сирин (41.184.2)*

...Если же назовешь себя негодным, то становишься полезным, хотя бы был и негодным.

*Свт. Иоанн Златоуст (41.204.2)*



### *Не будем считать себя чем-либо*

Прежде всего, не считай себя чем-либо, — и это породит в себе смирение; смирение же породит науку (опытность и здравомыслие); наука же родит веру; вера же родит упование; упование же родит любовь; любовь же родит повиновение, а повиновение родит неизменное постоянство (твердость в добре).

*Прп. Антоний Великий (41.171.4)*

### *Не вменим себе ничего*

Сын мой! Прежде всего не вменяй себе ничего: из невменяемости рождается смирение.

*Прп. Антоний Великий (13.408.8)*

*[Примечание святителя Игнатия:]* Невменяемость... состоит в том, чтобы не признавать себя имеющим какую-либо добродетель и какое-либо достоинство. Признание за собой добродетелей и достоинств есть пагубное самообольщение, называемое... мнением. Мнение отчуждает людей, зараженных им, от Искупителя.

*Будем считать себя худшими всех*

Считай себя худшим всех (это сделает тебя первым во Царствии)...

*Прп. Симеон Новый Богослов (41.188.3)*

Почаще старайся видеть и считать себя худшею всех, и не дерзать, кого зазреть, презреть и осудить, помнивши, что мы еще хуже их. Хотя бы кто и принес на среду некое о ком слово к осуждению, загради уста свои и рцы: «Мне ли судить их, когда сама в язвах лютых низлежу?» И тех воспользуешь, и сама не повредишься... Смирение успокаивает, а от гордости смущение и всякое неустройство происходит.

*Прп. Макарий Оптинский (22.707.1)*

*Что это такое —  
считать себя хуже всех*

Считайте себя хуже всех и свыкайтесь с мыслью, что вы приговорены к адским мучениям, что вы достойны их и что избавиться от них можете только по милости Божией. Хотя это нелегко, и только святые достигают того, что считают себя

достойными адских мучений и худшими всех считают самих себя.

*Прп. Никон Оптинский (28.164.2)*

Считай себя худшею и последнейшею всех, не устами токмо говоря, но в сердце мысль водружая; оно доставит тебе спокойствие. Однако не думай, чтобы дело сие скоро могло совершиться: оно требует многого времени, труда и отсечения своей воли и разума, о чем уже много раз говорено, читано и писано было; но без практики не будет успеха; много раз падешь, смиришься и восстанешь, и тогда только твердо будет, когда совершенно познаешь свою немощь и не будешь опираться на свои дела.

*Прп. Макарий Оптинский (22.684.2)*

Одна госпожа видела во сне Господа Иисуса Христа и перед Ним толпу народа. На Его зов первой подошла к Нему девушка крестьянка, а потом мужик в лаптях и еще все люди крестьянского сословия. Госпожа подумала, что и ее за доброту и вообще за все ее добродетели Он также возьмет. Каково же было ее

удивление, когда она увидела, что Господь перестал уже и звать! Она решилась было сама напомнить о себе Господу, но Он совсем отвратился от нее.

Тогда она упала на землю и начала смиренно сознаваться, что она действительно хуже всех и недостойна быть в Царствии Небесном... А вот такие-то и годятся, таких-то там и надо.

*Прп. Амвросий Оптинский (29.278.3)*

*Что значит — считать себя ниже всех*

Смирение — это нечто великое и Божественное, а путь к нему — считать себя ниже всех. Что это значит, считать себя ниже всех? Не замечать чужих грехов. Смотреть на свои грехи. Постоянно молиться.

*Прп. Никон Оптинский (28.166.2)*

Не знаю, сделал ли я когда что-либо доброе; но если Бог покрывал меня, то знаю, что покрывал потому, что я никогда не считал себя лучшим брата своего, но всегда ставил брата своего выше себя.

*Прп. авва Дорофей (41.166.3)*

Сколько имеешь силы, уничижай, то есть укоряй, обличай себя в согрешениях, понуждаясь увидеть себя ниже всякого человека. Это истинный путь, и, кроме него, нет другого.

*Прп. Варсонофий Великий (14.203.8)*

Ничто так не любезно Богу, как считать себя в числе последних.

*Свт. Иоанн Златоуст (12.348.00)*

*Будем считать себя последнейшими всех*

Считай себя последним всех, поприем всех, как и действительно ты таков, и не служи гордости или, что все равно, гордецу диаволу никоим образом, ни на мгновение, — да не прогневаешь Господа, противящегося гордым (ср.: Притч. 3, 34; Иак. 4, 6; 1 Пет. 5, 5). И да не уязвишь и не свяжешь души своей на долгое время одним мгновением гордого расположения сердца. Особенно смиренно держи себя пред отцом своим, пред старцами, пред начальниками, пред духовным отцом, пред священниками.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (42.09.12)*

...Бог ничего... так не любит и так не желает видеть в нас, как искреннее сознание своей ничтожности и полное убеждение и чувство, что всякое в нас добро, в нашем естестве и нашей жизни, происходит от Него Единого, как источника всякого блага, и что от нас не может произойти ничего истинно доброго, ни помысл добрый, ни доброе дело. Почему Сам же Он и печется промыслительно насадить этот Небесный росток в сердцах возлюбленных друзей Своих, возбуждая в них неценение себя и утверждая ненадеяние на себя, иногда через благодатное воздействие и внутреннее озарение, иногда внешними ударами и скорбями, иногда нечаянными и почти непреодолимыми искушениями, а иногда и другими способами, для нас не всегда понятными.

*Прп. Никодим Святогорец (41.191.1)*

*Что значит — вменять себя в ничто*

Вменять себя в ничто — значит ни с кем не сравнивать себя и не говорить о своем добром деле.

*Прп. Варсонофий Великий (14.203.6)*

Когда вступишь себя в ничто, то какое дело до того, что о тебе говорят и думают?

*Прп. Макарий Оптинский (28.162.1)*

*Почему так важно осознать  
свое ничтожество*

Смотрите, какая красота: солнце, небо, звезды, деревья, цветы... А ведь прежде ничего не было! Ничего! И Бог из ничего сотворил такую красоту.

Так и человек, когда он искренно придет в сознание, что он — ничто, тогда Бог начнет творить из него нечто великое.

*Прп. Нектарий Оптинский (19.301.2)*

Сколько спустишься вниз в чувстве о себе, столько подымешься вверх в действительности. Когда в ничто вменяешь себя перед лицом Господа, подобно псалмопевцу (см.: Пс. 38, 6), тогда бываешь сокровенно велик из малого; и когда признаешь себя ничего не имеющим и не знающим, тогда ты богат и деянием, и разумом, похвальными у Господа.

*Прп. Феогност (41.167.1)*

## **БУДЕМ ВО ВСЕМ ВИНИТЬ И ОСУЖДАТЬ СЕБЯ, А НЕ ДРУГИХ**

Ты при всяком случае, потрясающем тебя... укоряй себя, а не других.

*Прп. Макарий Оптинский (22.693.2)*

Не трудись над разбором, кто прав и кто виноват, ты или ближний твой: постарайся обвинить себя и сохранить мир с ближним при посредстве смирения.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (13.233.11)*

Осуждение себя да предшествует суду над ближним. Этим доставляется смирение.

*Авва Исаия (4.216.4)*

*Будем во всем обвинять и осуждать себя,  
а не других*

В отвержении оправдания, в обвинении себя и в прощении прощения при всех тех случаях, при которых в мирской жизни прибегают к оправданиям... заключается... великая таинственная купля святого смирения.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (41.132.4)*



Какое кто имеет расположение к человеку, крайне его оскорбившему и обидевшему, такое же, или еще худшее, должны мы иметь и к самим себе, если хотим исполнить величайшую и первейшую заповедь, то есть блаженное смирение,— Христово жительство, воплощенную жизнь Бога.

*Прп. Исихий Иерусалимский (41.178.3)*

Всегда обвиняй себя во всех столкновениях, хотя бы ты была и невиновна.

Говори себе так: «За прежние мои неправды я сейчас получаю то, что заслужила».

*Игумен Никон (Воробьев) (19.306.2)*

### *Как смиренный переносит свои скорби*

Если со смиренным случится что-нибудь скорбное, он тотчас обращается к себе, тотчас осуждает себя, что он достоин того и не станет укорять никого, не будет на другого возлагать вину; и таким образом переносит случившееся без смущения, без скорби, с совершенным спокойствием, а потому и не гневается, и никого не прогневляет. Итак, хорошо

сказал святой, что прежде всего нужно нам смиренномудрие.

*Прп. авва Дорофей (27.37.1)*

## **ВСЯКИЕ НЕУДОВОЛЬСТВИЯ ВОЗЛЮБИМ БОЛЕЕ ПОЧЕСТЕЙ И УТЕШЕНИЙ**

Сын мой! люби бесчестия более, нежели почести, люби телесные труды более, нежели успокоение тела; люби ущерб в стяжаниях мира более, нежели приобретение.

*Антоний Великий (13.409.3)*

### *Самый надежный путь к смирению*

Приучайте себя всячески к тому, чтобы больше радоваться, когда с вами презрительно относятся, укоряют или даже обижают, нежели когда ласкают и приветствуют. В этом самый надежный путь к смирению.

*(38.204.4)*

Для стяжания же смирения понудь себя и напрягись принять в любительские объятия свои всякие неудовольствия и прискорбности, как сестер родных,

и всячески убегать славы и почестей, желая больше быть от всякого уничижаемым и неизвестным и ни от кого не получать попечения и утешения, кроме Единого Бога.

*Прп. Никодим Святгорец (19.305.5)*

Если ты подлинно хочешь быть смиренным, то жаждай всяких обид и притеснений себя, как голодный алчет пищи; ибо по правде Божией ты этого достоин.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.415.4)*

Кто может с радостью перенести обиду, даже имея в руках средство отразить ее, тот принял утешение от Бога по вере в Него. И кто со смиренномудрием терпит возводимые на него обвинения, тот достиг совершенства, и ему удивляются святые Ангелы, ибо нет никакой иной добродетели столь высокой и трудной.

*Прп. Исаак Сирин (17.382.4)*

## **ПОЗНАЕМ СТРАХ БОЖИЙ**

Брат спросил авву Крония: каким деланием достигает человек смиренно-

мудрия? Старец отвечал: страхом Божиим.

*Авва Кроний (4.305.3)*

Где является страх Божий, там господствует и смирение.

*Прп. Ефрем Сирий (16.367.10)*

Всем талантливым, способным, сильным и богатым надо не столько гордиться, сколько страшиться ответа перед Богом за надлежащее использование данных им многих талантов; ведь *от всякого, кому дано много, много и потребуется* (Лк. 12, 48).

*(15.488.3)*

Соразмерно страху <Божиему> и вместе с ним возрастает и смирение, от смирения же исчезают все страсти, а с ними прогоняется и полчище демонов.

*Прп. Симеон Новый Богослов (41.188.1)*

*Смирение от страха Божия и смирение  
из любви к Богу*

Бывает смирение от страха Божия, и бывает смирение из любви к Богу: иной

смирятся по страху Божию, другой — по радости. И смиренного по страху Божию сопровождают во всякое время скромность во всех членах, благочиние чувств и сокрушенное сердце, а смиренного по радости сопровождают великая простота, сердце возрастающее и неудержимое.

*Прп. Исаак Сирин (8.340.2)*

*Вопрос:* «Как стяжать страх Божий?»

*Ответ:* «Должно всегда иметь Бога пред собой».

«Страх Божий приобретается еще исполнением заповедей Божиих, и чтобы делать все по совести».

*Прп. Амвросий Оптинский (23.355.2)*

*Всегда ли нуждается человек  
в смиреномудрии*

Авва Пимен сказал: человек нуждается в смиреномудрии и страхе Божиим всегда, как в дыхании, входящем и исходящем ноздрями его.

*Авва Пимен (4.335.54)*

## **ПОСТАРАЕМСЯ ЖИЗНЬ СТРОИТЬ ПО ЗАПОВЕДЯМ ХРИСТОВЫМ**

Смирение есть свойство Христово, есть мир Божий. Желаящий приобрести смирение должен изучить Евангелие и жить по заповедям Христовым.

*Прп. Игнатий Брянчанинов (16.361.5)*

Цель... православных при исполнении заповедей Божиих... — видеть свои недостатки, познавать свою немощь и через то достигать смирения, без которого все другие добродетели не помогут христианину. Смирение же и при неисправности человека очень ему помогает, как это показывает Сам Господь в Евангелии через притчу о фарисее и мытаре. И в другом месте, убеждая нас к смирению, Господь сказал: *Когда исполните все повеленное вам, говорите: мы рабы ничего не стоящие, потому что сделали, что должны были сделать* (Лк. 17, 10). Когда так должно смиряться исполняющим заповеди Божии, то кольми паче потребно и необходимо нарушающим заповеди Божии.

*Прп. Амвросий Оптинский (29.281.2)*

Преподобный авва Дорофей говорит, что «Смирение естественно образуется в душе от деятельности по Евангельским заповедям... Тут делается то же, что при обучении наукам и врачебному искусству. Когда кто хорошо выучится им, и будет упражняться в них, то мало-помалу, от упражнения, ученый или врач стяжают навык, и сказать и объяснить не могут, как они пришли в навык: потому что мало-помалу душа прияла его от упражнения. То же совершается и при приобретении смирения: от делания заповедей образуется некоторый навык смиренный, что не может быть объяснено словами»\*. Из этого учения преподобного аввы Дорофея явствует с очевидностью, что желающий приобрести смирение должен с тщательностью изучать Евангелие, и с такой же тщательностью исполнять все заповедания Господа нашего Иисуса Христа. Делатель Евангельских заповедей может прийти в познание своей собственной греховности и греховности всего человечества, наконец в сознание и

---

\* Поучение второе о смиренномудрии.

убеждение, что он грешный и худший всех человек...

Подвижник, только что начнет исполнять их (заповеди), как и увидит, что он исполняет их весьма недостаточно, нечисто, что он ежечасно увлекается страстями своими, то есть поврежденной волею к деятельности, воспрещаемой заповедями. Затем он с ясностью усмотрит, что падшее естество враждебно Евангелию. Усиленная деятельность, по Евангелию, яснее и яснее открывает ему недостаточество его добрых дел, множество его уклонений и побуждений, несчастное состояние падшего естества, отчуждившегося от Бога, стяжавшего в отношении к Богу враждебное настроение. Озираясь на протекшую жизнь свою, он видит, что она — непрерывная цепь согрешений, падений, действий, прогневающих Бога, и от искренности сердца признает себя величайшим грешником, достойным временных и вечных казней, вполне нуждающимся в Исккупителе, имеющим в Нем единственную надежду спасения. Образуется



у него незаметным образом такое мнение о себе от делания заповедей. С достоверностью можно утверждать, что руководствующийся в жителстве Евангелием не остановится принести полное удостоверение в том, что он не знает за собой ни одного доброго дела\*. Исполнение им заповедей он признает искажением и осквернением их, как говорит святой Петр Дамаскин\*\*. *Научи мя творити волю твою* (Пс. 142, 10), вопиет он с плачем к Богу, ту волю, которую Ты заповедал мне творить, которую я усиливаюсь творить, но не могу: потому что падшее естество мое не понимает ее, и не покоряется ей. Тщетными были и будут все мои усилия, если Ты не простишь мне руку помощи.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (34.307.2)*

## **УМНОЖИМ И УСИЛИМ СВОИ МОЛИТВЫ**

...В какой мере умножает <человек> молитвы, в такой смиряется сердце. Ибо

\* Первая из утренних молитв преподобного Макария Великого. Канонник.

\*\* Добротолюбие, ч. 3, кн. 1, ст. 1.

всякий молящийся и просящий не может не смириться.

*Прп. Исаак Сири́н (41.184.4)*

Молитва смиренномудрого как бы прямо из уст в уши <Господа>.

*Прп. Исаак Сири́н (41.207.3)*

*Обратимся за помощью к молитве  
Оптинских старцев*

Поскольку каждое слово молитвы Оптинских старцев пронизано смирением и кротостью, поэтому уже сам настрой души на слова молитвы способствует формированию смирения и кротости. А если мы будем произносить слова молитвы с сердечным чувством, то можно вполне надеяться, что сами старцы услышат нас и помогут нам.

Молитву можно читать не только утром, но и, по обстоятельствам, несколько раз в течение дня, особенно при потере душевного спокойствия и в других затруднительных случаях.

Для этого молитву лучше всего выучить наизусть, чтобы она всегда была

под рукою (текст полного варианта молитвы приведен в самом начале книги).

## **ВСТАНЕМ НА ПУТЬ ВОСПИТАНИЯ ВОЗДЕРЖАНИЯ И ПОСТА**

*Приводится ли душа к смирению  
посредством воздержания в пище*

Авва Пимен сказал: если не отъято будет насыщение хлебом, то душа никаким иным средством не может быть приведена к смирению.

*Авва Пимен (38. 542.3)*

Перестань излишне заботиться о теле и соблюдай посты не по качеству только, но и в количестве пищи...

*Игумен Никон (Воробьев) (49.306.2)*

Кто нерадит о посте, тот и в других подвигах расслаблен, нерадив, немощен, показывает тем начало и худой признак расслабления души своей и воюющему с ним дает случай к победе, так как нагим и безоружным исходит на подвиг, а потому явно, что выйдет из борьбы без по-

беды, потому что члены его не облеклись в теплоту алчбы в посте.

*Прп. Исаак Сирий (54.263.2)*

## **ПРИМИРИМСЯ СО ВСЕМИ, О КОМ СКОРБИТ НАШЕ СЕРДЦЕ**

*Почему так необходимо  
примирение со всеми*

В духовной жизни вещь весьма хорошая — благоразумно объясниться, вовремя попросить прощения, чтобы и свою душу умиротворить, и другим подать повод к тому же. Не вотще сказано в псалмах: *взыщи мира и пожени и* (Пс. 33, 15).

*Прп. Амвросий Оптинский (21.185.3)*

Бог и великие грехи прощает человеку против Него Самого; но согрешения против ближнего не прощает, если с ним не умиротворится и не удовлетворит его как следует.

*Прп. Амвросий Оптинский (51,119.1)*

Поспешим же и постараемся примириться с обидевшими нас, справедливо или несправедливо они гnevаются...

Если же, оставшись врагами, придем на то Страшное Судилище, то непременно подвергнемся крайнему осуждению, по определению Судии, и получим неизбежное наказание оба: и несправедливо гневающийся — за то, что несправедливо гневается, и справедливо гневающийся — за то, что злопамятствовал.

*Свт. Иоанн Златоуст (21.499.1)*

Если ты примиришься здесь, то избавишься от суда там...

*Свт. Иоанн Златоуст (18.398.1)*

*В чем состоит суть примирения с врагами*

В этом-то (примирении со своими врагами) и состоит врачевство душ наших, в этом — исцеление ран наших, в этом — самый лучший путь угождения Богу, в этом — самое верное отличие боголюбивой души, когда... мы все исполняем ради закона Господня и не поддаемся неблагородным мыслям, но становимся выше страстей, представляя себе благодеяния, ежедневно оказываемые нам Богом.

*Свт. Иоанн Златоуст (18.398.2)*

Чем более кто согрешил против нас, тем более мы должны спешить к примирению с ним, потому что он становится причиной прощения нам большего числа грехов.

*Свт. Иоанн Златоуст (18.531.1)*

Не столько повредит тебе враг, что бы он ни делал, сколько ты вредишь самому себе, не примиряясь с ним и попирая законы Божии.

*Свт. Иоанн Златоуст (18.397.2)*

Ничто так не успокаивает и не примиряет нас с поступками ближних, как молчание, молитва и любовь.

*Прп. Иосиф Оптинский (8.137.1)*

*Попросим прощения у всех,  
опечаленных нами*

Спрашиваешь меня, что если имеешь с кем неприятность и надо мириться, и хотя попросишь прощения, но все бываешь немирна к тому человеку, и желала бы в таких случаях свое злое сердце истребить и искренно смириться.

Этого-то только и требуется, чтобы истинно смириться, то и мир водворится. А ты хотя и просишь прощения, но только языком, а в сердце с самооправданием, вот и нет миру..

*Прп. Макарий Оптинский (21.184.2)*

Что совестно просить прощения, это от непривычки. А когда в этом делании обвыкнет человек, то ему в ноги поклониться публично — то же, что орех разгрызть.

*Прп. Анатолий Оптинский (21.185.2)*

*Примирился со всеми в сердце своем*

Если мы хотим, чтобы кто преодолел себя и изменил свое отношение к нам, то и сами должны раньше его совершенно изгнать из своего сердца неприязнь к нему. Тогда Господь известит его сердце.

*Игумен Никон (Воробьев) (49.497.4)*

Если вы свое собственное сердце умиротворите к гневающемуся на вас, то и его сердцу Господь возвестит примириться с вами.

*Прп. Илларион Оптинский (28.123.5)*

*Первыми приступим  
ко всякому примирению*

Трудно начать и сделать приступ к примирению; а когда он сделан каким бы то ни было образом, тогда все последующее будет легко и удобно.

*Свт. Иоанн Златоуст (18.397.5)*

Нелегко и не просто пойти к тому, кто враждует и злобствует против нас, стать и начать разговаривать с ним. Но если ты размыслишь о высоком достоинстве этой заповеди (примирения), о великости награды и о том, что польза от этого доброго дела обращается не на него, а на тебя, то все покажется тебе легким и удобным.

*Свт. Иоанн Златоуст (18.398.3)*

Справедливость требует, чтобы сам же ты первый пришел и примирился, как бывший причиною вражды. Или ты обижен и тот был причиною вражды? И в этом случае следует начать примирение тебе... Как не ты был причиною вражды, так не тебе быть и причиною ее продолжения.

*Свт. Иоанн Златоуст (49.499.2)*



И никто не говори мне: «Я раз и два просил его, но он не согласился примириться». Нет, если мы искренно хотим примириться, то не отступим от врага, пока не победим его своими усильными просьбами, пока не привлечем к себе и не заставим прекратить вражду против нас.

*Свт. Иоанн Златоуст (49.499.3)*

*Поучимся науке примирения  
у смиренномудрых*

Один старец рассказывал: «У меня был искренний друг, диакон лавры. Не знаю, с чего он возымел подозрение в одном поступке с моей стороны, причинившем ему скорбь, и стал мрачно смотреть на меня. Видя угрюмый взор его, я просил его объяснить мне причину. «Вот что ты сделал!» — сказал от мне. Вовсе не зная за собой такого поступка, я принялся уверять его, что не делал ничего подобного. «Прости меня, но я не удовлетворен твоими оправданиями», — сказал брат.

Удалившись к себе в келью, я начал испытывать свое сердце — не сделано ли в самом деле мною чего-либо подобно-

го — и не нашел ничего. Однажды видя, как он держал Чашу для преподавания Святых Даров, я с клятвою стал уверять его, что я не виновен в том, что он приписывает мне. Но он и тут не убедился моими словами.

Обращаясь к себе самому, я стал припоминать изречения святых отцев, и, доверившись им, обратился к своим мыслям. «Диакон искренно любит меня, — говорил я сам себе, — и, побуждаемый любовью, прямодушно говорит мне о том, что у него на сердце, чтобы я трезвился, бодрствовал над собою и не совершил бы чего-либо подобного. Положим, бедная душа моя, ты и не совершила этого. Но не совершено ли тобою множество других злых дел, и все ли они тебе известны? Что ты творила вчера, или третьего дня, или десять дней тому назад? Помнишь ли ты об этом? Так не совершила ли ты и того, что тебе приписывают, а потом позабыла, как и первое?» И, размышляя таким образом, я так расположил свое сердце, как бы и в самом

деле я сделал это, но позабыл, как и другие свои дела.

И стал я благодарить Бога и диакона, что через него Бог дал мне познать грех мой и я мог раскаяться в нем. После таких размышлений я встал и пошел к диакону просить у него прощения и благодарить за то, что он помог мне познать грех. Но лишь только я постучал к нему в дверь, он, отворив, бросился мне в ноги со словами: «Прости меня, что диавол, издеваясь надо мною, внушил мне подозрение на тебя! Воистину Сам Бог вразумил меня, что ты не виновен».

*(18.405.2)*

Некий брат был в обиде на другого брата, который, узнав об этом, пришел к нему для примирения. Первый не отворил ему дверей. Второй пошел к некоему старцу и рассказал ему о случившемся. Старец отвечал: «Посмотри, нет ли тому причины в твоём сердце? Не признаешь ли себя правым в своём сердце? Не имеешь ли намерения обвинить брата, а себя оправдать?

По этой причине Бог не коснулся его сердца и он не отворил тебе дверей. Но то, что скажу тебе, верно: хотя бы он был виноват перед тобой, положи в своем сердце, что ты виноват перед ним, и оправдай брата. Тогда Бог вложит в его сердце желание примириться с тобой». Брат, услышав это, поступил по слову старца, пошел к брату, постучался в дверь. Тот сразу же отворил дверь и, прежде чем пришедший попросил прощения, обнял его от души, и водворился между ними мир.

(18.407.2)

*Прибегнем к помощи церковной молитвы  
для примирения со всеми*

К одному петербургскому священнику Колоколову, отличавшемуся высотой духовной жизни, пришел однажды один из министров и жаловался:

— Батюшка, научи меня, что делать? У меня много врагов, которые без всякой причины ненавидят меня и клеветуют на меня государю. Я могу через их клевету потерять место, а если сам уйду, то государь может подумать, что враги мои

правы, и имя мое будет запятнанным. Как мне поступить?

— Молитесь за восстающих на вас, — отвечал батюшка, — не только дома молитесь, но, главное, в церкви поминайте их, пусть на литургии вынимают частицы за их здоровье.

— Какая же от этого польза? — удивился министр.

— А вот увидите... Каждая частичка, вынутая из просфоры, означает душу человека. Частицы опускаются в потир и наполняются Кровию Христовой. Послушайте меня, запишите на записочку имена всех врагов ваших, например Леонида, Иоанна, Владимира...

— Да, да, вот Владимир-то особенно на меня ополчается...

— Ну так за него подавайте каждый день.

Проходит неделя, месяц, и его высокопревосходительство опять приходит к отцу Колоколову. Поклонившись ему в ноги, он стал благодарить его:

— Батюшка, произошло просто чудо. Мои прежние враги не только больше не

восстают на меня, но относятся ко мне с уважением и любовью. Вместо прежней клеветы они даже чересчур меня превозносят.

Вот что свершил Господь.

*Прп. Варсонофий Оптинский (23.511.2)*

*Будем ежедневно молиться  
о ненавидящих нас*

Молю вас, испытайте. Кто вас оскорбляет, или безчестит, или отнимает что ваше, или гонит Церковь, то молитесь Господу, говоря: «Господи, все мы — создание Твое; пожалей рабов Твоих и обрати их на покаяние», и тогда ощутимо носить в душе своей благодать. Сначала принудь сердце свое любить врагов, и Господь, видя доброе желание твое, поможет тебе во всем и сам опыт покажет тебе. А кто помышляет злое о врагах, в том нет любви Божией и не познал он Бога.

*Прп. Силуан Афонский (7. 359.2)*

Заведи себе поминания, запиши туда всех живых и мертвых знакомых, всех не-

навидящих и обидящих тебя и ежедневно поминай их.

(14.204.6)

*Примирился искренне со всеми*

...Примиришься искренне, а не языком со всеми...

*Игумен Никон (Воробьев) (49.306.2)*

*Как хранить мир с ближними*

Мирно жить от тебя зависит. Потерпишь — и будет мир. А станешь воздавать злом за зло — то и мир отступит, и Бог оставит.

*Прп. Анатолий Оптинский (52.269.1)*

Если хотите быть всегда мирными, ни с кем не расставайтесь в неудовольствии, но всячески старайтесь от души простить всех и даже по возможности умиротворить, чтобы разойтись в мирном духе. Тогда и сами будете наслаждаться душевным спокойствием.

*Прп. Моисей Оптинский (53.120.1)*

Не вникай в чужие дела — мир потеряешь!

*Прп. Анатолий Оптинский (52.125.1)*

## **ПОУЧИМСЯ СМИРЕНИЮ У СПАСИТЕЛЯ, БОГОРОДИЦЫ, АПОСТОЛОВ И ВСЕХ СВЯТЫХ**

Внимательно читая «Новый Завет», «Жития святых», творения святых отцов и другие душеполезные книги, будем, по мере своих сил, стараться на примерах земной жизни Иисуса Христа, жизни Богородицы, Апостолов и святых отцов учиться их смирению и кротости.

Одним из средств к приобретению смирения является знакомство с великими святыми. Изучение их жизни и меры их подвига не может не смирить нас, показав нам наглядно нашу собственную духовную нищету. Поэтому духовное чтение есть одно из средств развития в нас смирения — основы добродетелей.

*(15.490.8)*



Святые и богоносные Отцы написали о великих дарованиях духовных не для того, чтобы всякий безрассудно стремился к получению их, но для того, чтобы не имеющие оных, слыша о таких высоких дарованиях и откровениях, получаемых достойными, сознавали свою глубокую немощь и великое недостаточество и невольно преклонялись к смирению, которое паче всех деланий и добродетелей нужно для ищущих спасения.

*Прп. Макарий Оптинский (22.707.2)*

## **ПОЗНАЕМ, ЧТО ТАКОЕ «НАЧАЛЬНОЕ» И ЧТО ТАКОЕ «ЕСТЕСТВЕННОЕ» СМИРЕНИЕ**

### *Что такое начальное смирение*

«Вот Игнатий Брянчанинов, да вознаградит его Господь, все время говорит об этом. Его вы теперь не понимаете. Все у него внутри насаждает мысль о смирении. Что же такое смирение? У меня к пониманию смирения был такой переход. Однажды мне пришла мысль, совершенно отчетливая и ясная: а что такое все наши дела, все наши молитвы, наше

все? Надо взывать, как мытарь: «Боже, милостив буди мне, грешнику!» Сердце вот тут-то у меня и поняло, что самое существенное — это милость Божия. Это было понятно не умом, а сердцем. И вот с этих пор я стал обращать в себе эту мысль, жить этой мыслью, молиться этой мыслью, чтобы Господь не отнял, а развил ее.

Это и есть начальное смирение — начальное, подчеркиваю, — что мы сами — ничто, а творение Божие, мы создание Божие только. Поэтому, чем нам гордиться, что нам противопоставлять Богу? Хотя Господь почтил нас величайшим достоинством — быть сынами Божиими, но это дар Божий. Потом, призывая, искупил нас для того, чтобы восстановить, усыновить Себе, но и это опять дар Божий. Грешим, грешим — Господь прощает, это — дар Божий. А у нас что? У нас своего — ничего. Вот это должно войти в сердце человеческое. Не умом нужно понять, а сердцем.

Человек должен в каждой молитве, как бы он ни вдохновился, какое бы вос-

хищение в молитве Господь ни дал человеку, он должен молиться в основе, как мытарь: «Боже, будь милостив мне, грешному». Все, и даже вот это вдохновение — все это есть дар Божий. Нет в нас ничего доброго, все — от Господа. Словом, как говорил Давид, я блоха во Израиле, я — червь, а не человек. Что думаете, для красоты, что ли, эти слова он говорил? Нет. Они исходили из этого состояния, о котором я говорю. К этому искренно надо прийти, и из этого состояния должна исходить всякая наша молитва. Это и есть начальное смирение, именно начальное.

К Сисою Великому пришел один брат и говорит: «Отче, я пал». — «Встань». — «Встал, опять пал». — «Еще встань». — «До каких же пор?» — «До смерти». Когда человек поймет, глубоко, сердцем, это свое падение, поймет, что сам человек ничто, весь в падении, начнет взывать к Господу: «Боже, милостив будь мне грешному, видишь, в каком я состоянии», — тогда он может прийти в состояние начального смирения и спастись. Вот по-

чему при искании Бога не нужно отчаиваться и страшиться падений...»

*Игумен Никон (Воробьев) (42.34.4)*

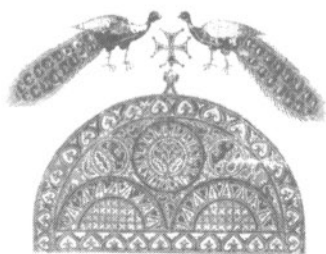
### *Что такое «естественное» смирение*

У кого отверзается зрение для видения грехов, тот видит не отдельные грехи, а полную искаженность своей души, которая постоянно источает всякие грехи, больше того — даже добрые дела, и те пронизаны ядом греха. Когда человек ясно это увидит, а также совершенно убедится на тысячах случаев, что исцелить проказу души своей сам не может, тогда он «естественно» (а не искусственными приемами) смирится, и «естественно» перестанет осуждать других и оскорбляться на обиды. Он только видит и в других такое же падение, как в себе, и уже жалеет их, как товарищей по несчастью. Тогда перестанет возвышать одних и унижать других, перестанет вовсе судить, ибо все находится в падении, с одной стороны, а с другой — «лживы мерила человеческие», как бы ни старались быть объективными. Как может тогда че-

ловек оправдывать себя в грехах своих? Как может обижаться, если кто обвинит его в том, в чем как будто он не виноват, когда мы имеем без числа самых отвратительных грехов, о которых никто не знает по милосердию Божию, покрывающему наши грехи.

*Игумен Никон (Воробьев) (32.77.2)*







## **О СПАСЕНИИ В ИСКУШЕНИЯХ**

### **ЧТО ТАКОЕ ИСКУШЕНИЯ**

...В лексиконе духовной литературы словом «искушение» обозначаются два понятия. Во-первых, «искушением» называют все тяжелые, неприятные для души переживания, приходящие к человеку извне, по Божиему попущительству — в наказание или исправление, для испытания в вере и так далее. Сюда будут относиться болезни, материальная нужда, обиды и неприятности от людей и тому подобное.

Во-вторых, называется состояние души, когда ей непосредственно темной

силой или через слова людей навязываются мысли, а сердцу чувства или пожелания, нарушающие духовный мир или влекущие к нарушению Божественных заповедей, требований совести и разума. Святые отцы говорят, что лишь путем преодоления искушений в христианине умножаются опытность и духовная сила...

(5.5.2)

Искушения же бывают через лишения и потери, скорби, болезни, бесчестие, и выдержавший искушение надежен для Царствия Божия, а не выдержавший ненадежен, потому что в нем остается большая примесь зла.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.62.2)*

### *В чем заключается крестный путь христианина*

За Господом крестоносцем нельзя идти без креста; и все, идущие за ним непременно идут с крестом. Что же это такое — крест? это всякого рода неудобства, тяготы и прискорбности, встречающиеся на пути добросовестного исполнения за-



поведей Господних в жизни христианина. Такой крест так сросен с христианином, что где христианин, там и крест, а где нет креста, нет и христианина. Что тяготит и беспокоит его дух и сердце в течение всей жизни на истинном пути ко Господу? Во-первых, немощи человеческой природы: недалекость ума, вялость чувств, полчища страстей, во-вторых, житейские невзгоды, болезни, несчастья, притеснения и, в-третьих, все, что обязывает наш долг нести ради служения обществу, ближним и родным...

(5.179.5)

### *Что значит взять крест свой*

Взять крест свой — значит с покорностью и смирением подчиниться тем временным скорбям и бедствиям, которые благоугодно Божественному Промыслу попустить нам в очищение наших согрешений. Тогда крест служит для человека лестницею от земли к небу.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (31.105.2)*

Практически искушениями можно, наверное, назвать все то неприятное, тя-

желое, огорчительное, что приходится нам встречать во всей своей повседневной жизни.

## **В ЧЕМ СОСТОИТ ПРИЧИНА ВСЕХ НАШИХ ИСКУШЕНИЙ**

### **ЧЕМ ВРАГ ИСКУШАЕТ НАС**

#### *Житейскою гордостью*

Но особенно множество людей увлекает враг искушением гордостью житейскою. Он искушает человека, ударяя на его могущество, таланты. Каждый — и богатый, и бедный, и ученый, и простец — никто не хочет считать себя глупым, но каждый считает себя разумным, талантливым, способным. И нашептывает враг людям, особенно образованным: «Не смущайтесь священников, не смущайтесь церкви, запрещающей вам и то, и другое, не верьте Библии, не веруйте в Бога, ни в загробную, ни в бессмертную душу, ничего этого нет, все это выдумки, — живите, как вам хочется, как ваш разум подскажет, верьте лишь в науку

и разум, и будете сами богами, знающими все». И какое множество людей увлекается искушителем на эту удочку.

(5.126.4)

### *Через домашних своих*

Враг силится вооружить против христианина домашних его. Надо к этому быть готовым и помнить, что это все по попущению Божию для очищения грехов наших.

(5.95.6)

Для большей части людей за грехи их домашние бывают врагами.

(5.205.6)

### *Похвалою*

Превознесшись похвалами, ожидай бесчестия.

*Прп. Марк Подвижник (3.19.12)*

### *Приятными яствами*

Диавол кроет смертельный яд свой в яствах наиболее приятных и лакомых.

*Преп. Анатолий Оптинский (5.26.1)*

## *Рассеянностью и отсутствием внимания к себе*

От чего у нас бывает ропот, осуждение, недовольство, расстройство и прочее, вредящее нашему здоровью и спасению? От неимения внимания к себе (трезвения в помыслах) и от неимения молитвы Иисусовой, которой изгоняется всякое вражеское искушение.

(5.27.4)

## *Лжеупованием на Господа*

Лжеупование есть безрассудная дерзкая надежда на Бога. Например, подвергают телесную или душевную жизнь свою большой опасности в надежде, что Бог чудодейственно спасет ее; с уверенностью ожидают чуда от Бога для доказательства чьей-либо невиновности, в нужде и бедности бездействуют в ожидании Божьей помощи, в болезни не хотят обратиться к врачу, представляя все дело Богу. Тогда человек искушает Бога.

Еще лжеупование выражается в слишком большой уверенности в собственном вечном спасении.

(5.80.10)

## ДОБРОДЕТЕЛЬНАЯ, ХРИСТИАНСКАЯ ЖИЗНЬ И ИСКУШЕНИЯ

*Но не всегда искушения попускаются  
только за грехи наши*

Знай, что не всегда за грехи отпускаются несчастья, скорби и огорчения, иногда человеколюбивый Бог, любя раба своего, нарочно погружает его в страдания, как золотую руду в огонь, чтобы испытать его, яко злато в горниле.

*(5.201.3)*

*Всякое доброе дело сопряжено с  
искушениями*

Не радуйся, когда окажешь ближнему благодеяние; возрадуйся тогда, когда непамятозлобно перенесешь оскорбление, последующее за твоим благотворением.

Как ночь за днем, так зло последует за добрыми делами.

*(3.30.9)*

Кто сделает доброе дело ради Бога, того непременно постигнет искушение: потому что всякому добру или предшествует или последует искушение. Даже не

может быть прочным делаемое ради Бога, если оно не искусится напастью.

(3.106.2)

У врага в обычае, когда увидит, что с горячею верою начал кто-либо доброе житие, встречать его разными страшными искушениями, чтобы, пришедши от сего в страх, охладел он в добром произволении.

(5.12.4)

### *Молитва и искушения*

После внимательной молитвы, — когда вам даруется обильное умиление, всегда случится какое-либо смущение или искушение

(5.72.4)

*Всякий христианин должен быть готов ко многим искушениям*

Преподобный Серафим Саровский учил, что каждый христианин, стремясь истинно служить Богу, неизбежно должен выдержать борьбу с искушениями различного рода, должен приготовиться к различным испытаниям, чтобы он лег-

ко мог переносить и побеждать их, возрастать и укрепляться в духовной жизни. Сам преподобный во время своей многострадальной, подвижнической жизни подвергался многим испытаниям.

(5.68.5)

*Одна только мысль о правом пути уже  
вызывает массу искушений*

Всякому, только помыслившему вступить на правый путь, приходится переносить массу всевозможных искушений. Блаженны и преблаженны вступившие на правый путь.

*Прп. Варсонофий Оптинский (19.52.4)*

*Где Дух Святой, там неизбежны гонения  
и борьба*

Где Дух Святой, там, как тень за солнцем, последуют гонения и борьба. Воззри на пророков, в которых действовал Дух Святой: каким они подвергались гонениям от соотечественников своих! *Воззри на Господа, Который — Путь и Истина* (Ин. 14, 6) и Который претерпел гонение не какого-либо чуждого народа, но от

своего собственного племени, от израильтян! Они преследовали Господа с неистовством и распяли на кресте. Подобной участи подверглись и апостолы.

*Прп. Макарий Великий (3.8.1)*

*Предупреждение начинающему  
подвижнику Христову*

Путь христианина в общих чертах таков. Сначала человек привлекается к Богу даром благодати, и когда он уже привлечен, тогда наступает длительный период испытания. Испытывается свобода человека и его доверие к Богу, и испытывается подчас «жестоко»

В начале обращения к Богу и малые и большие, едва высказанные просьбы обычно скоро и чудесно исполняются Богом; но когда наступает период испытания, тогда все изменяется и небо словно закрывается и становится глухим ко всем молениям. Ревностному христианину все в жизни становится трудным. Отношение к нему людей ухудшается; его перестают уважать; что прощается другим, ему не прощают; труд его почти всегда оплачи-



вается ниже нормы; тело становится легко подверженным болезням; природа, обстоятельства, люди — все обращается против него. При всех естественных дарованиях, не меньших, чем у других, он не находит применения им. Ко всему этому он терпит многие нападения демонических сил. И последнее, самое тяжелое и несносимое страдание — Бог оставляет его. Тогда страдание достигает своей полноты, ибо им поражен весь человек во всех планах своего бытия.

Бог оставляет человека?.. Разве это возможно?.. И однако в душе на смену испытанному чувству близости Бога приходит другое — что Он бесконечно, недосяжимо далек, дальше звездных миров и все призывания Его погибают беспомощно в пространствах. Душа внутренне усиливает свой крик к Нему, не видит ни помощи, ни даже внимания. Все тогда тяжело. Все делается несоразмерно многим трудом, сверхсильным. Жизнь становится страдальческою, и у человека появляется сознание, что над ним тяготеет клятва и гнев Божий.

Но когда пройдут эти испытания, тогда увидит человек, что непостижимо чудесный Промысел Божий внимательно хранил его на всех путях.

Опыт тысячелетий, передаваемый из рода в род и из поколения в поколение, говорит, что, когда Бог видит верность Ему души подвижника, как видел Он верность Иова, тогда поведет его по недоступным никому другому безднам и высотам. Чем полнее и крепче верность человека к Богу, тем большею будет и мера испытаний и полнота опыта, могущего достигнуть степеней, когда очевидным становится достижение тех пределов, которые вообще доступны человеку.

*Прп. Силуан Афонский (4.207.2)*

*По существу вся жизнь подвижника есть  
борьба с искушениями*

В существе дела вся жизнь подвижника есть постоянная борьба с искушениями: от своих страстей, от помыслов, от диавола и разного рода обстоятельств человека.

*(5.211.12)*

## **ЗНАЧЕНИЕ ИСКУШЕНИЙ В ДУХОВНОЙ ЖИЗНИ ХРИСТИАНИНА**

*В искушениях проверяются склонности  
нашего сердца к добру и злу*

Господь попускает нам искушения врага для испытания нашего, для укрепления наших духовных сил в борьбе с врагом, и чтобы нам самим видеть больше, на что склоняется наше сердце, — к терпению, вере, надежде и любви и вообще к добродетели, или к раздражительности, маловерию, ропоту, хуле, злобе и отчаянию...

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.257.1)*

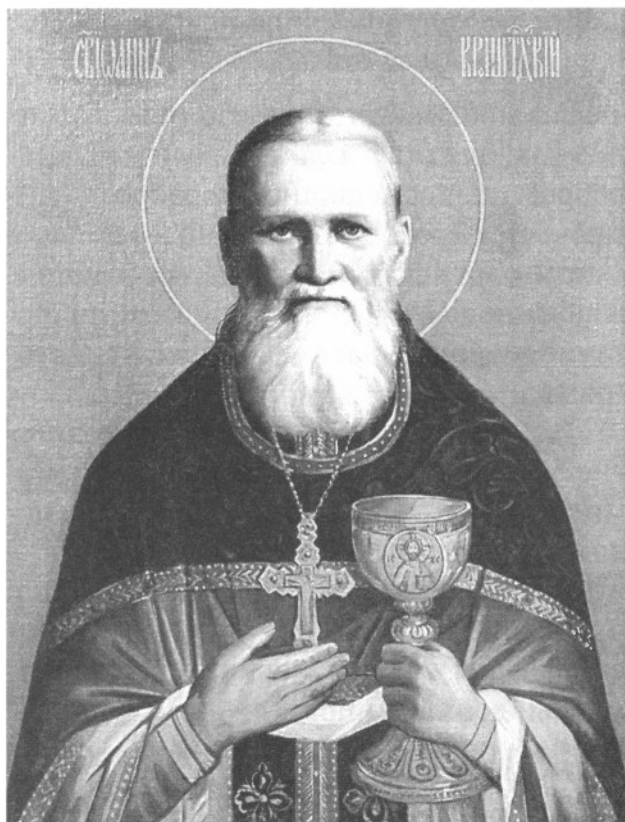
Иногда Бог посылает человеку искушение, но для того, чтобы испытать его веру, любовь и преданность Своему Отцу Небесному и тем доставить ему большую награду в райских обителях. Вот перед нами ветхозаветный патриарх Авраам. Сначала Господь испытывает его веру безчадием, а потом приказывает ему принести в жертву единственного, нежно любимого сына Исаака. И что же? Этот праотец твердо устоял в вере, любви, пре-

данности и уповании на своего Господа и в награду за это получил от Господа сугубый венец!

Иногда Господь посылает искушения для вразумления и исправления человека, для обуздания его страстей и пороков — гордости, тщеславия, плотоугодия в разных его видах и в этом случае Он поступает, как нежно любящий Отец, употребляя горькие меры для исправления своего заблудшего сына.

Разными способами Господь вразумляет грешника. Иного тяжелой, удручающей бедностью, иного лютой, жестокой болезнью, иного потерей кого-либо близкого, родного, иного семейными несчастьями. Он заставляет одуматься, пробудиться от греховного сна и в этом случае Он действует как мудрый, опытный искусный Врач: употребляет горькие, острые, сильные лекарства, чтобы даровать выздоровление нравственно больному человеку и избавить его от вечной смерти.

*(5.160.2)*



*Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

*В искушениях определяется истинная  
ценность наших добродетелей*

Без испытания и железо обыкновенное кажется сталью, и латунь и жечь серебром, или смешанное серебро — чистым серебром, и бронза золотом, или смесь золота с землей — чистым золотом, и обыкновенное стекло алмазом, испытание же показывает настоящее их достоинство.

Так и с людьми бывает. По виду многие кажутся кроткими и смиренными, милостивыми, добрыми, простыми, целомудренными, верующими и прочее, а искушение показывает нередко, что они и злы, и горды, и жестокосерды, и нечисты, скупы, жадны, завистливы, злопамятны, ленивы и прочее.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.62.2)*

Храбрость воина познается в сражении, твердость веры нашей в искушении.

*(5.19.5)*

Не будь искушений, — никто бы не спасся.

*Авва Евагрий (5.19.4)*

*Искушениями враг пытается сокрушить  
всякое наше доброе дело*

Иисус Христос, вступая на общественное служение, искушаем был от диавола. И всякий человек, чем выше его служение, тем сильнейшему он подвергается вначале нападению от диавола, потому что этот последний старается в самом начале уничтожить то благотворное веяние, какое может произвести со временем в обществе человек, принимающий на себя служение обществу.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (11.12.11)*

*Искушения помогают нам укрепляться  
в вере и добродетели*

...Потому не надо унывать, а благодушно и с терпением переносить находящий на душу нашу мрак сердца, расслабляющий и нудящий к нетерпению и злобе огонь, скорбь и тесноту, зная, что это необходимо в порядке нашей духовной жизни, что этим Господь испытывает нас, не похулим ли мы путь истинный, путь святой веры и добродетели, и не соизволим ли пути лукавому.

Мы свободны и сами должны всемерно, всеусильно укрепляться в вере и добродетели, до *положения души своей* (ср.: Ин.15, 13) за путь правды, а как это будет, если не будет с нами искушений?

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.257.1)*

Свобода существ разумных всегда испытывалась и доселе испытывается, пока утвердится в добре. Потому что без испытания добро твердо не бывает. Всякий христианин чем-либо да испытывается: один бедностью, другой болезнью, третий разными нехорошими помыслами, четвертый каким-либо бедствием или уничижением, а иной разными недоумениями. И этим испытывается твердость веры, и надежды, и любви Божией.

*Прп. Аверсий Оптинский (19.54.3)*

Скорби, искушения, беды, как бы в школе какой, обучают человека и делают сто способным к восприятию небесных благ.

*(5.150.2)*



*Огнем искушений Господь очищает  
от всякой скверны и смиряет нас*

Человек, по влечению растленного естества своего, славолюбив, горд, любит показность, крепко стоит за свои мысли и решения и желает всегда быть высоко ценим всеми, гораздо выше, нежели он есть на самом деле. Такое самоценение и самомнение крайне пагубно в деле духовного преспеяния, так что одной тени его достаточно, чтоб не дать человеку достигнуть истинного совершенства. Почему человеколюбивый Отец наш Небесный, премудро промысля о всех нас, особенно же о тех, кои искренно предали себя на служение Ему, искушениями, каким попускает найти на нас, поставляет нас в такое настроение, в коем легко можем избежать страшной опасности от этого самомнения и почти вынужденно дойти до истинного смиренного себя познания; так сделал Он со святым апостолом Петром, попустив ему трижды отвергнуться Его, чтоб он познал немощь свою и перестал надеяться на себя самого <...>

*Прп. Никодим Святогорец (16.255.1)*

При начале призвания к жизни духовной Господь посещает благодатью Своей и различными утешениями, но после отнимает оные и ввергает в огонь многообразных искушений и скорбей, чтобы самолюбивое и славлюбивое наше устроение совершенно испепелилось огнем искушения, и не имело бы надежды на себя и на свои дела, но на милость и человеколюбие Божие. Смирение велие благо!

*Прп. Макарий Оптинский (19.53.2)*

## **БЕЗ ИСКУШЕНИЙ НЕВОЗМОЖНО:**

### *Осознать свою немощь и смириться*

...Не только когда кто впадет в какой-либо грех, но и когда подпадает какому несчастью, бедствию и скорби, особенно телесной болезни, нелегкой и долговременной, должно ему разуместь, что сие страждет он, чтоб пришел в самопознание, именно в сознание своей немощности и смирился. На этот конец и для этой цели попускается Богом, чтоб находили на нас всякого рода искушения от диа-

вола, от людей и от поврежденного естества нашего.

*Прп. Никодим Святогорец (16.254.2)*

### *Искоренить грехи*

Искушения наводятся на одних для изглаживания грехов, прежде бывших; на других — для прекращения теперь делаемых; а на иных — для предотвращения имеющих быть содеянными, кроме тех, которые бывают для испытания человека, как то было с Иовом.

*Прп. Максим Исповедник (16.247.1)*

### *Познать истину*

Без попущения искушений невозможно познать нам истины.

*Прп. Исаак Сирин (16.241.2)*

### *Обрести духовную мудрость*

Не входя в искушения, никто не приобретет духовной мудрости.

*Прп. Исаак Сирин (16.244.1)*

Попускает Бог, чтобы святые Его искушаемы были всякою печалью... потому

что вследствие искушений приобретают мудрость.

*Прп. Исаак Сирин (16.243.2)*

Пока не испытает кто искушений, не может понять и познать сокрытой в них сладости и силы для жизни по Богу. Когда же испытает их и познает сие, то не может не благодарить испытующего его Господа. И когда освободится от них, не за то одно благодарит Избавителя, что освободил, но и за то, что даровал испытать чрез них.

Не испытавший искушений бывает неискусен в жизни, и к богоугождению не так рачителен. А испытавший их и освободившийся от них горит духом к Богу и всеусердно благодарит Его... Посему крайне потребно и спасительно христианину подпадать искушениям, скорбям, теснотам и лишениям, да познает на себе многопомощную силу Божию и Бога да благодарит от всей души, от всего помышления и всею силою.

*Прп. Симеон Новый Богослов (16.250.5)*

## *Приблизиться к Богу и спастись*

...Вне их <искушений> не можешь приблизиться к Богу, потому что среди них уготован Божественный покой.

*Прп. Исаак Сирин (16.241.6)*

Без искушений приблизиться к Богу невозможно. Неискушенная добродетель... не добродетель.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (16.259.4)*

Желающему спастись невозможно настоящую жизнь проводить в покое или быть в мире сем без искушений и скорбей, потому что ни избежать наказания, ни достигнуть Царствия и насладиться вечными благами никто не может без искушений и скорбей.

*Прп. Ефрем Сирин (16.216.2)*

...Никто без искушений не может войти в Царствие Небесное; не будь искушений, никто бы и не спасся.

*Прп. Антоний Великий (16.212.2)*

## *Освободиться от страстей*

И искушения и скорби посылаются человеку к пользе его; они доставляют

душе опытность и крепость, — и если она, в надежде на Господа, понесет их терпеливо до конца: то быть не может, чтоб она не наследовала обетований Духа и не освободилась от возмущения порочными страстями.

*Прп. Макарий Великий (3.7.2)*

### **СТРАШНЫЕ ИСКУШЕНИЯ — ЭТО ВЕРНЫЙ ПРИЗНАК НАШЕГО ПРИБЛИЖЕНИЯ К БОГУ**

...Когда истинно возлюбишь небесные блага... тогда, именно тогда, увидишь страшные искушения, тогда испытаешь ужасные брани...

*Прп. Нил Синайский (16.238.2)*

...Проводить жизнь среди искушений есть удел особенно доблестных людей... Бог всегда так поступал с мужами дивными и великими.

*Свт. Иоанн Златоуст (16.227.2)*

Враг тогда встречает нас жестокими и страшными искушениями, когда почует, что душа вступила в высшие меры добро-

детели. Свидетельствуется же это словами молитвы и возвышением ее над вещественною двоицею плоти и чувств. И тогда человеконенавистник так злобно искушает, что нам приходится даже в жизни отчаиваться. Но не знает он, суетный, каких благ бывает для нас виновником, делая нас чрез терпение более опытными, и светлые нам сплетая венцы.

*Прп. Феогност (16.253.2)*

А потому, как скоро на пути своем ощутишь в душе своей наибольшие и сильнейшие искушения, знай, что в это время душа твоя действительно втайне вступила на новую, высшую степень...

*(5.44.3)*

## **НО БУДЕТ ЛИ КОГДА КОНЕЦ НАШИМ ИСКУШЕНИЯМ**

Когда... душа войдет в оный град Святых, тогда только возможен пребывать без скорбей и искушений...

*Прп. Макарий Египетский (16.217.2)*

## О ХРИСТИАНСКОМ ОТНОШЕНИИ К ИСКУШЕНИЯМ

### ИСКУШЕНИЯ ТРУДНЫ ДЛЯ ВСЕХ

Нет человека, который бы не скорбел во время обучения, и нет человека, которому бы не казалось горьким время, когда испивает он яд искушений.

*Прп. Исаак Сирин (16.243.4)*

*Духовно не окрепшая душа не может  
без печали переносить искушения*

Душа, не освободившаяся совершенно от мирских навыков и пристрастия к видимым вещам, в самых чувствах и расположениях сердца своего не может беспечно переносить приключающихся ей печалей и находящихся на нее напраслин и искушений от демонов и людей. Но, как узами связанная пристрастием к человеческим вещам, уязвляется ущербом в деньгах, тяжкою поражается скорбью от потери вещей и сильно болезнует о наносимых телу ее ранах.

*Прп. Симеон Новый Богослов (16.251.1)*



Искушение в уме и сердце страшнее всех внешних искушений. Никто так не опасен для нас, как мы сами.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (16.259.3)*

## **КАК НУЖНО БЛАГОРАЗУМНО ОТНОСИТЬСЯ К ИСКУШЕНИЯМ**

*Почему не надо унывать в искушениях*

...Не будем унывать во время искушений. Никто из любящих увеселения, беспечно почитающих и услаждающихся, никто из проводящих жизнь изнеженную и рассеянную не может быть общником Христу. Но кто проводит жизнь среди скорбей и искушений и ходит тесным путем, тот близок к Нему.

*Свт. Иоанн Златоуст (16.226.5)*

*Будем искушения благодушно терпеть*

Кто терпит благодушно находящие искушения, тот угоднее Богу, нежели тот, кто исправляет великие добродетели.

*(5.12.2)*

*Будем радоваться, когда нас обижают,  
а не огорчаться*

Приучайте себя всячески к тому, чтобы больше радоваться, когда с вами презрительно относятся, укоряют, или даже обижают, нежели когда ласкают и приветствуют. В этом самый надежный путь к смирению.

*(5.204.4)*

*Будем молиться о своих обидчиках*

Кто молится о человеках, обижающих его, тот низлагает бесов; низлагается бесами тот, кто дозволит себе противоборство обижающим его человекам.

*Прп. Марк Подвижник (3.16.7)*

*Не будем желать скорейшего избавления  
от своих искушений и скорбей*

Не желай, чтобы в скором времени перестали тебя озабочивать искушения и скорби, но терпи и жди, когда угодно сие будет промысляющему о тебе Христу, Который премудро устрояет дело твое.

*Прп. Нил Синайский (16.238.3)*

*Не будем бояться делать добрые дела  
из-за опасности подвергнуться искушению*

Если ты сделаешь что-либо хорошее ближнему ради Бога и потом последует искушение, неприятность, беда, то не думай, что не следовало тебе доброе дело делать. Напротив, знай, что все это случилось по зависти врага спасения за твое доброе дело. Поэтому вини не себя за хорошее, а врага за мщение тебе.

*(5.41.2)*

*Не будем бояться никаких искушений*

Кто боится смерти, скорби, ссылки, бедности, тот не может быть добрым человеком.

*Св. Епифаний Кипрский (5.207.3)*

*Не будем излишне заботиться о будущем*

Истинно преданный воле Божией не заботится излишне о будущем, как бы мрачен ни казался горизонт его жизни. «Все от Бога, — мыслит он в себе, — все мудро, все для пользы нашей. Что будет, то будет; а будет то, что Бог даст. Что хочет Бог мой, того и я хочу».

*(5.23.8)*

*Постараемся быть готовыми  
ко всякому искушению*

Всегда ожидай каких-либо великих и страшных искушений, скорбей, бедствий и смерти, чтобы они не постигли тебя неготовым.

*Прп. авва Исаия (16.212.5)*

*Но не будем сами кидаться в искушения*

Не должно самому кидаться в искушения (страдать за веру) прежде времени, до Божия на то попущения.

*Свт. Василий Великий (16.213.3)*

*Если будет возможность облегчить или  
устранить искушение — воспользуемся ею*

Тесноты от Бога... терпим и благодарим, но если под руками есть способы устранить их, — и это от Бога, и никакого нет греха воспользоваться ими и высвободиться от теснот.

*Св. Феофан Затворник (5.207.8)*

*Не будем разглашать своих искушений*

Своих искушений никому не поверяй, кроме духовного отца (старца).

*Прп. Амвросий Оптинский (5.80.1)*

*Во всех искушениях будем винить  
только самих себя*

Не унывайте, когда бывают какие потрясения: это необходимо в обучении духовной жизни; старайтесь находить в себе вину и не обвинять никого из ближних.

*Прп. Макарий Оптинский (19.03.4)*

*Как относятся к своим искушениям  
нищие духом*

Нищий же духом, по самому духу сей нищеты, не только не смущается находящими скорбями, но считает себя повинным еще большим, как нуждающийся в сильнейших врачевствах покаяния. Почему живет, денно и нощно ожидая всякой скорби, и принимает всякое искушение как подобающую ему принадлежность, и радуется, когда подпадает им, как вступивший в очистилище души своей, делая то предметом сокрушеннейшей и действеннейшей молитвы, как источник и охрану благонастроения душевного, вследствие чего не только не злопаметствует на ввергших его в искушение, но и благодарность им изъявляет, и мо-

лится о них как о благодетелях. За это и сам он не только прощение получает содеянных грехов, по обетованию Спасителя, но сподобляется и благословения Божеского и Царствия Небесного убажен будучи от Господа, ради долготерпения своего до конца в духе смирения.

*Свт. Григорий Палама (16.254.1)*

*Почему иногда явные грешники  
не терпят никаких искушений и скорбей*

...Надобно считать истинно несчастными и достойными сожаления тех, которые, оскверняя себя всеми пороками и преступлениями, не терпят явно не только никакого нападения дьявольского, но и никакому не подвергаются искушению, соответствующему их делам, и никакому бичу для исправления.

Ибо не заслуживают скорого и легкого врачевания в этом времени те, которых упорство и нераскаянность сердца, превосходя наказание настоящей жизни, собирает им гнев и негодование *в день гнева и откровения праведного суда Божия* (Рим. 2, 5), *когда червь их не умрет, и огонь их не угаснет* (Ис. 66, 24). Против таких

Пророк, как бы огорченный скорбью святых, видя, что они подвергаются разным горестям и искушениям, напротив, грешники не только без всякого наказания смиряющего проходят поприще этого мира, но еще пользуются обилием богатства и полным благополучием всех обстоятельств, воспламенившись несдержимой ревностью и горячностью своего духа, восклицает: *едва не пошатнулись ноги мои, едва не поскользнулись стопы мои, я позавидовал безумным, видя благоденствие нечестивых. Ибо им нет страданий до смерти их, и крепки силы их. На работе человеческой нет их, и с прочими людьми не подвергаются ударам* (Пс. 72, 2–5); именно в будущем веке должны быть наказаны с демонами те, которые в настоящем не заслужили быть наказанными вместе с прочими людьми, как свойственно сынам.

*Прп. авва Серен (16.231.2)*

## **ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ИСКУШЕНИЙ**

Желающий отклонить от себя всякое злключение должен при посредстве молитвы примирить дела свои с Богом, стя-

жать в духе своем упование на Бога и пренебрегать по силе попечениями о чувственном.

(3.33.6)

Пребывай в сердце умом, и не будешь утружден искушениями; уходя же оттуда, терпи, что найдет на тебя.

*Прп. Марк Подвижник (16.239.2)*

Не пренебрегай грешными за недостатки их, чтобы самому не быть искушенным в то же, в чем искусились они.

*Св. Исаак Сирин (5.111.4)*

Если услышишь о погрешности брата твоего, не передай такого сведения кому-нибудь другому: таким поступком нанесешь смертельную язву душе твоей.

*Прп. Исаия Отшельник (3.123.4)*

Не надо пристально смотреть на тех людей, от которых может прийти искушение.

*Прп. Дорофей (5.116.3)*

Глаза надо удерживать и не давать им воли пристально во что-нибудь всматриваться, особенно при неожиданной встре-



че с кем-либо, чтобы не навлечь на себя искушения.

(5.26.5)

Следует удаляться от предмета соблазна. Чего не видит глаз, то не приходит на мысль, а чего нет в мысли, то не трогает воображение и не возбуждает страсти.

(5.19.2)

Всегда делай добро, чтобы искушитель находил тебя всегда занятым.

(5.23.10)

Когда идут мысли, выставяющие твои хорошие качества, тогда немедленно говори покаянные слова мытаря, припоминая свои грехи, и — искушение уничтожится.

(5.67.1)

Если войдет помысел в сердце твое сделать что-нибудь особенно важное, не вдруг исполняй то, чтобы враг не посмеялся тебе, но все делай с советом духовного отца твоего.

(5.96.4)

Если боримый живет в обществе мирских людей, то легко может впасть в искушение и согрешить, посему непременно надобно от них отстать и вступить в общение с людьми, ищущими спасения душе своей, если желаешь иметь успех в борьбе с грехом своим.

*Прп. Дорофей (5.114.7)*

Не питай в сердце твоём злобы ни на кого. Иначе все труды твои о благочестии будут тщетны.

*Прп. Исаия Отшельник (3.124.7)*

## **ПРЕОДОЛЕНИЕ ИСКУШЕНИЙ**

*Какие средства имеет христианин  
для преодоления искушений*

У верующего, великое множество благодетельных средств к врачеванию его, к утешению, освящению. Исповедь, святое причащение, богоявленская вода, просфора, антидор, артос, мощи святых, чудотворные иконы, помазание святым елеем, крестное знамение, чтение Слова Божия, усердная молитва, посещение храма Божия, призывание на помощь

Святых и Ангела Хранителя, частое произношение имени Иисусова — все это для верующего великое пособие в горе, в унынии, в болезни, припадении искушений, врагов. А как немногие прибегают к этим средствам для своего духовного утешения!

(5.214.2)

### **КАК МУДРО, ПО-ХРИСТИАНСКИ, ПЕРЕНОСИТЬ ИСКУШЕНИЯ**

*С несомненным упованием на Господа*

Святой Антоний Великий был искушаем и мучим злыми духами и не зрел Иисуса Христа в своем мучении. Потому увидевши Его, воззвал с горячностью: «Где Ты был, Господи мой, где Ты был?» — «Я был здесь и смотрел на твое мужество и терпение», — был ответ Спасителя.

(5.23.3)

*В чем состоит истинное упование на Бога*

Тщательно внимай себе как находящийся непрестанно перед Богом. Не возлагай надежды ни на кого: устремив всю веру к Богу, уповай на Него единого.

Если нуждаешься в чем, моли Бога, чтобы Он доставил нужное тебе по святой воле Его.

За все, что имеешь, благодари Его непрестанно. Признавай все, что имеешь, полученным от Бога, не от кого другого.

Терпишь ли в чем недостаток, не печалься, не ропщи ни на кого, перенеси лишение усердно и без смущения, помышляя, что ты достоин многих скорбей за грехи твои.

Не прибеги к средствам человеческим, скажи сам себе: «Если Бог благоволит помирловать меня, то может сделать это. Бог посылает все нужное тому, кто руководствуется этим образом мыслей.

*Прп. Исаия Отшельник (3.141.3)*

*По-христиански, терпеливо, безропотно*

Держи в мысли, что когда пришла беда, то ее не сбросишь, как тесную одежду, надо перенести. По-христиански ли ты перенесешь ее или не по-христиански, — все же перетерпеть неизбежно; так лучше же перетерпеть по-христиански. Ропотливость не избавляет

от беды, а только ее отяжеляет, а смиренная покорность определениям Промысла Божия и благодушие отнимают тяготу у бед. Осознай себя стоящим еще и не такой беды — осознай, что если бы Господь хотел поступить с тобою по всей правде, то такую ли беду следовало бы послать тебе? Паче всего молись, — и милостивый Господь подаст тебе крепость духа, при которой, тогда как другие дивиться будут твоим бедам, тогда тебе будет казаться: и терпеть-то нечего.

*Св. Феофан Затворник (5.219.2)*

*Терпеливо, смиренно, без смущения*

...Если кто перенесет искушение с терпением и смирением, оно пройдет без вреда для него; если же он будет малодушествовать, смущаться, обвинять каждого, то он только будет отягощать самого себя, навлекая на себя искушения... лишь повредит себе; тогда как искушения приносят большую пользу тому, кто переносит их без смущения.

*Прп. авва Дорофей (16.245.3)*

Если тебя укорят в чем-либо: то ты не попусти себе разгорячиться на оскорбившего. Не входя в рассмотрение, правильно или неправильно сделанное обличение, поклонись укорившему, говоря: «Прости меня»...

*Прп. Исаия Отшельник (3.122.7)*

*Без гнева, обвиняя себя, а не других*

Кто помышляет, что искушение случилось с ним для <пользы>... тот не станет гневаться, будучи бием — особенно когда сознает при сем за собою грехи; не станет обвинять того, чрез кого искушение, ибо чрез него или чрез другого всячески он должен был пить чашу судов Божиих; но к Богу воззрит умом и возблагодарит Его, попустившего искушение, обвиняя себя одного и охотно принимая вразумление...

*Прп. Максим Исповедник (16.246.3)*

*Не жалуясь, не огорчаясь*

Переноси обиды без пересудов, без жалобы, не считай себя обиженным и не ожидай награды земной.

*(5.212.5)*

### *С молитвою и терпением*

Кто без молитвы и терпения хочет победить искушения, тот не отразит их, но более в них запутается.

*Прп Марк Подвижник (16.239.6)*

### *С благодарением за искушение и молитвою о даровании терпения*

Когда находит искушение, то надобно молиться, во-первых — о даровании терпения, чтобы Господь помог терпеть, а во-вторых — благодарить Его, что чрез искушения устрояет Он наше спасение; молиться при том, чтобы без вреда душевного пребывать во время искушения; потому кто отвергает искушение, тот отвергает спасение и, кроме того, остается неискусным. Кто терпит с благодарностью, тому легко, и он свободно минует искушение и делается искусным.

*(5.168.5)*

Во время искушения благодарение Бога обращает в бегство искушения.

*(5.33.4)*

...Благодарите Бога за все! Это слово наносит смертельную рану диаволу и во всякой беде (и искушении) доставляет говорящему сильнейшее средство к ободрению и утешению. Не преставайте же никогда произносить его и научайте тому других.

*Св. Иоанн Златоуст (5.84.1)*

За все следует благодарить Бога, даже при неуспехе. Ибо если бы не было помощи свыше, то дело могло выйти еще хуже.

*(5.203.1)*

*Призывая Иисуса Христа и обращаясь  
к духовному отцу*

Душа не может освободиться от искушения иначе как призывая Иисуса Христа и прибегая к духовному отцу.

*Св. Симеон Новый Богослов (5.12.3)*

Если хочешь сокрушить главу змия, старайся скорее открывать своему духовному отцу все находящие помыслы и искушения.

*(5.19.3)*



Именем Иисуса Христа мы преодолеваем опасности и искушения. «Имя Иисуса имеет столь великую силу против диавола, что оно нередко оказывает свое действие даже и в том случае, когда произносят его без надлежащего благоговения. Многие по собственному опыту узнают, что они именем Иисуса побеждают опасности.

(5.170.8)

## КАК МОЛИТЬСЯ В ИСКУШЕНИЯХ

### *Краткою, усиленною молитвою*

Во время... искушений употребляй краткую и усиленную молитву.

*Прп. Нил Синайский (16.236.5)*

### *Молитвою с участием в ней тела*

Когда страсти взволнуются, ум омрачится, и растеряется перед громадностью искушений, помыслы нападут с настойчивостью и неистовством, тогда не только против блудных помыслов, но и против помыслов гнева, печали, уныния, отчаяния, словом, против всех греховных по-

мыслов самое надежное оружие — молитва с участием в ней тела.

(5.197.3)

*Молитвою с земными поклонами*

Когда искушаешься на грех, то положи с молитвой несколько земных поклонов и искушение пройдет.

(5.88.2)

*Воображая над собою суд Божий,  
а под собою ад*

В час искушений читай молитвы, воображая над собою суд Божий, а под собою ад, — и оно пройдет.

*Прп. Дорофей (5.115.5)*

**КАКИЕ МОЛИТВЫ ЧИТАТЬ В ИСКУШЕНИЯХ**

*В гневных искушениях*

В гневных искушениях молись за того, на кого скорбишь: «Спаси, Господи, и помилуй (имя) и ее святыми молитвами помоги мне окаянной и грешной».

(5.13.2)

### *Когда грустно сердцу и тоскливо*

Когда грустно сердцу и тоскливо, читайте акафист Покрову Божией Матери, и получите в себе неизреченное утешение.

(5.209.7)

### *В трудных искушениях*

В трудных искушениях надо вопиять ко Господу: «Буди воля Твоя! Помилуй, облегчи!»

*Св. Феофан Затворник (5.69.3)*

### *Во время печали*

Молитвы во время печали:

1. Слава Богу за все!
2. Господи! Предаюсь Твоей Святой воле! Будь со мной воля Твоя!
3. Господи! Благодарю Тебя за все, что Тебе благоугодно послать на меня.
4. Достойное по делам моим приемлю; помяни мя, Господи, во Царствии Твоем.

(5.218.7)

## *Во всех искушениях*

Какое бы искушение не постигло человека, он должен говорить: «Это по милости Божией».

*Прп. Сисой (5.13.4)*

Победа в искушении состоит в молчании, смирении и в том, чтобы говорить: «Дай, Господи, мне терпение».

*(5.31.6)*

## **КАК ПРИНИМАТЬ ПОХВАЛУ**

Похвалы считать бесовским искушением и, слыша их, творить внутреннюю молитву.

*Старец Арсений Афонский (5.83.6)*

Похвалам о себе не внимай и бойся их, помни — кто-то из святых отцов говорил: если кто хвалит тебя, жди от него и укоризну.

*Прп. Иларион Оптинский (19.122.1)*

Похваляемый многими, по благоволению Божию, отнюдь не примеси никакого самохвальства к похвале, устрояемой по смотрению Господню, чтобы ты

не подвергся, вместо похвалы, бесчестию.

*Прп. Марк Подвижник (3.26.7)*

Кто нас корит, тот нам дарит, а кто хвалит, тот у нас крадет.

*Прп. Амвросий Оптинский (19.121.4)*

Если будут хвалить, должно молчать — ничего не говорить.

*Прп. Амвросий Оптинский (19.171.7)*

Сколько же вредна слава человеческая! Хоть бы и точно человек имел что-либо достойное похвалы, но когда услаждается шумом слов оных, то уже лишается будущей славы, по учению святых отцов.

*Прп. Макарий Оптинский (19.121.5)*

*Не порицай и не хвали никого.* (То и другое — суд, воспрещенный Богом) (Лк. 6, 37), и выражение превозношения над ближним.)

*Прп. Исаия Отшельник (3.127.2)*





## **О СПАСЕНИИ В ПОМЫСЛАХ**

### **ПРИРОДА ВОЗНИКНОВЕНИЯ ПОМЫСЛОВ**

#### **ЕСТЬ ТРИ НАЧАЛА НАШИХ ПОМЫСЛОВ**

Святые Отцы говорят, что есть помыслы от Бога, помыслы от себя, то есть своего естества, и помыслы от бесов. Для того, чтобы различать, откуда приходят помыслы, внушаются ли они Богом или враждебной силой, или происходят от естества, требуется великая мудрость.

*Старец Варсонофий Оптинский (5.243.2)*

...Мы должны знать, что три начала наших помыслов: от Бога, от диавола и от нас.

От Бога бывают, когда Он удостоивает нас посетить просвещением Святаго Духа, возбуждая нас к высшему преуспеянию, и вразумляет нас спасительным сокрушением о том, что мы мало преуспели или, пребывая в беспечности, были побеждены чем-либо; или когда открывает нам небесные тайны, волю и намерение наше обращает к лучшим действиям <...>

От диавола происходят помыслы, когда он старается низложить нас как услаждением пороков, так и тайными наветами, с тонкой хитростью ложно представляя зло под видом добра и преобразуясь перед нами в ангела света...

А от нас помыслы происходят, когда естественно воспоминаем то, что мы делаем, или сделали, или слышали...

(18.52.3)

*Помыслы необходимо постоянно  
наблюдать, разбирать, исследовать*

Эту тройкую причину мы постоянно должны наблюдать, и все помыслы, возникающие в нашем сердце, зорким суждением разбирать, сначала исследуя про-



исхождение их, причины и виновников, чтобы можно было знать, как мы должны относиться к ним.

*(18.52.3)*

### **ЕСТЬ ВОСЕМЬ ГЛАВНЫХ ПОМЫСЛОВ, ПРОИЗВОДЯЩИХ ДРУГИЕ ПОМЫСЛЫ**

Есть восемь главных помыслов, от которых происходят все другие помыслы. Первый помысл чревоугодия и после него — блуда; третий — сребролюбия; четвертый — печали; пятый — гнева; шестой — уныния; седьмой — тщеславия; восьмой — гордости.

Чтобы эти помыслы тревожили душу или не тревожили, это не зависит от нас; но чтобы они оставались в нас надолго или не оставались, чтобы приводили в движение страсти или не приводили — это зависит от нас.

*Авва Евагрий (18.52.1)*

## ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ НЕДОБРЫХ ПОМЫСЛОВ

### *Многословие и безчинные беседы*

От многословия и безчинных бесед рождается буря помыслов и исступление ума.

(5.254.3)

### *Душевные страсти*

...Помыслы приходят в движение от страстей: ибо если бы не было в душе страстей; то страстные помыслы не беспокоили бы ее.

*Свт. Феодор Едесский (18. 57.2)*

### *Сердечные пожелания удовольствий*

Когда сердце полно желания удовольствий, тогда возникают пагубные помыслы и слова.

*Прп. Марк Подвижник (18.55.2)*

### *Наши пороки*

Корни помыслов суть явные пороки, которые мы руками, и ногами, и устами защищаем всегда.

*Прп. Марк Подвижник (18.69.3)*

Иногда без согласия нашего какой-нибудь помысл, скверный и ненавидимый нами, как разбойник, неожиданно напав на нас, насильно содержит у себя ум наш. Однако же знай наверное, что и сей помысл произошел от нас самих; ибо или по крещении мы предавали себя такому худому помыслу, хотя не исполняли его делом; или по собственной воле держим в себе некоторые семена зла, почему и утверждается в нас лукавый; и он лукавыми семенами удержав нас, не отойдет, пока не отбросим их; скверный же помысл, пребывающий в нас через делаение зла, тогда изгонится, когда принесем Богу труды, достойные покаяния.

*Прп. Марк Подвижник (18.19.5)*

### *Наше стремление к духовной жизни*

У людей, старающихся проводить духовную жизнь, бывает самая тонкая и самая трудная война через помыслы, каждое мгновение жизни — война духовная.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (5.244.2)*

...Человек даже до смерти, пока он в жизни этой плоти, не может не иметь помыслов и брани.

*Прп. Исаак Сирий (18.92.4)*

## **ЗНАЧЕНИЕ ПОМЫСЛОВ В ЖИЗНИ ХРИСТИАНИНА**

**МЫСЛЮ ДУША НАЗИДАЕТСЯ,  
МЫСЛЮ И РАЗВРАЩАЕТСЯ**

Мыслью душа назидается, мыслью — и развращается.

*Затворник Георгий Задонский (5.246.3)*

*Богомыслие и молитва —  
от Духа Божия, а рассеянность —  
от духа мира сего*

Один из первых признаков того, что в человеке живет Дух Христов, Дух Святой — есть Богомыслие и молитва, и, наоборот, первый признак действия в человеке духа мира сего есть рассеянность.

Как Дух Божий сосредотачивает человека в себе, побуждает думать о себе, молиться; так дух мира сего рассеивает человека, побуждает его блуждать повсюду,

по всяким предметам, только не заходить в самого себя в свою душу.

(5.245.8)

Мысленное делание — есть размышление, внутренняя беседа с Господом.

Св. Агафон (5.247.4)

### **ГРЕХОВНЫЕ МЫСЛИ — ЭТО НЕ ГРЕХ, А ИСКУШЕНИЕ**

Греховные мысли не должно ставить в грех, но считать их за искушение; в противном случае диавол будет тем утешаться. Надо знать, что кто противится греховным мыслям, тот заслуживает у Бога великую благодать.

(5.246.5)

*Что такое — худой помысл*

Худой помысл — предложение греха.

(5.243.2)

*Когда помысел становится грехом*

Если, заметив страстный помысл, вы остановитесь на нем произвольно вниманием, вы виновны, зачем занялись

тем, о ком знаете, что он враг Божий и вам.

*Свт. Феофан, Затворник Вышенский (18.103.1)*

Всякий помысл, сопровождаемый со-  
услаждением и согласиём, подлежит суду,  
и Бог вменяет вожделение жены в блуд,  
гнев — в убийство, ненависть — в чело-  
векоубийство.

*(5.254.2)*

### **ПОЧЕМУ НАДО ОХРАНЯТЬ ДУШУ ОТ ПОМЫСЛОВ**

Охранять свою душу от помыслов —  
это трудное дело, значение которого даже  
непонятно людям мирским. Нередко го-  
ворят: «Для чего охранять душу от по-  
мыслов? Ну пришла мысль и ушла — что  
же бороться с нею?» — очень они ошиба-  
ются. Мысль не просто приходит и ухо-  
дит. Иная мысль может погубить душу  
человека. Иной помысл заставляет вовсе  
повергнуть на жизненном пути и пойти  
совсем в другом направлении.

*(5.243.2)*

*Отчего душа побеждается помыслами*

...Отчего же иногда душа побеждается помыслами? Оттого, что душа не противится помыслам, но позволяет входить им внутрь, и они, находя там себе пищу, понемногу расстраивают душу.

*Прп. Ефрем Сирин (18.60.4)*

*Мы будем судимы за помыслы также,  
как и за дела*

...Соизволение на оные <помыслы> признается за самое дело.

*Прп. Ефрем Сирин (18.61.3)*

Будем бегать недоброго помышления; потому что помышление судится наравне с поступком.

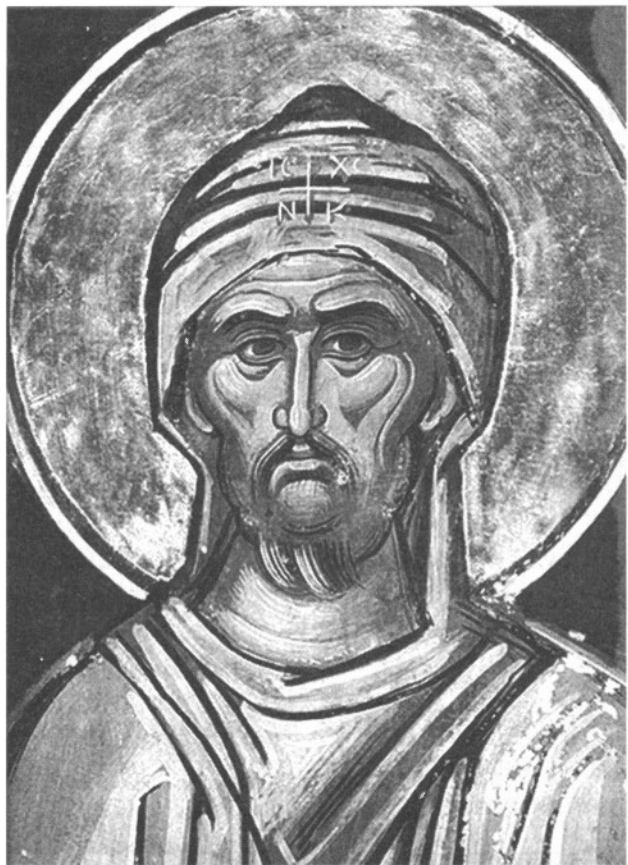
*Прп. Ефрем Сирин (18.62.5)*

Господь не только за дела, но и за мысли и намерения воздаст каждому или венцы или наказания.

*Прп. Иоанн Кассиан Римлянин (5.244.3)*

*Почему грехи мысли судятся строже,  
чем грехи воли*

Должно знать, что грехи мысли судятся строже, чем грехи воли: вот почему



*Преподобный Ефрем Сирин*



Церковь еретиков от себя отлучает, отсекает, как неисцельных больных, как зараженных духовно-смертоносной язвой, а простых грешников терпит, их покаяния ожидая. Зло ересей, сектантства и раскола вреднее и душепагубнее пьянства, распутства и других пороков воли, поработоченной греху!

(5.253.5)

### *Почему опасно хорошо думать о себе*

Помысл о себе высокого мнения есть тяжкий грех пред Богом, а люди, им одержимые, не только не каются в нем, но и за грех не считают. Берегись сего злого корения!

(19.121.6)

### **ПЛОДЫ НАШИХ НЕДОБРЫХ ПОМЫСЛОВ**

Помыслами, а не делами сначала борют душу демоны; но главное, конечно, у них в виду дела.

*Прп. Илия Екдик (18.97.1)*

### *Осквернение души*

Как тело растлевается блудом, так и душа оскверняется сатанинскими по-

мыслями, превратными правилами, нечистыми мыслями.

*Свт. Иоанн Златоуст (18.67.2)*

### *Снедание сердца*

Помыслы гневливого — ехиднины порождения, снедают породившее их сердце.

*Прп. Нил Синайский (18.68.4)*

### *Помрачение ума*

Как облака закрывают солнце, так и греховные помыслы помрачают и губят ум.

*Прп. Иоанн Лествичник (18.71.2)*

### *Отвращение от Бога*

...Если оно <сердце> преисполнено нечистых и лукавых мыслей, то такой человек становится достойным того, чтобы Бог от него отвратился.

*Свт. Григорий Палама (18.72.2)*

### *Умножение грехов и отдаление нас от Бога*

Горе нам, что грехи умножаются в нас от злых и нечистых помыслов, а мы не

внимаем, что это удаляет нас от Бога и подвергает нападению злобных духов.

*Прп. авва Исаия (18.59.2)*

*Отдаление от Бога на молитве —  
тяжкий грех*

Справедливо вменяется не в легкий, а в тяжкий грех нечестия, когда кто, изливая молитву Господу, вдруг увлекшись суетным, недобрым помыслом, удаляется от лица Его, как будто Бог не видит и не слышит.

*Прп. авва Феона (18.110.2)*

*Совершение плотских грехов*

Действие помышлений невещественно; но они напоминают и влекут к вещественному и бывают причиной плотских грехов.

*Прп. Григорий Синаит (18.72.1)*

*Порождение эгоизма*

Эгоизм образуется от внешних подвигов без внимания к помыслам.

*(5.244.5)*

## *Умертвление души*

Если нечистый помысл найдет себе вход в душу твою, он представляется ей сладостным и занимает ее собой, чтобы умертвить, и делается лукавый помысл как бы сетью в душе, если не будет прогнан молитвой, слезами, воздержанием и бдением.

*Прп. Ефрем Сирин (18.64.3)*

## *Потеря способности к добрым мыслям*

...Когда ум обращен к предметам гнусным, земным, то душе невозможно заниматься помыслами добрыми.

*Прп. авва Пинуфий (18.90.2)*

## *Потеря успеха в делах наших*

Если кто принимает в сердце неправедные мысли, то пути его не бывают успешны.

*Свт. Иоанн Златоуст (18.67.3)*

*Пристыжение (за помыслы о славе  
человеческой)*

Когда заметишь, что помысл обещает тебе человеческую славу, знай наверно, что он готовит тебе пристыжение.

*Прп. Марк Подвижник (18.70.3)*

**ЗАБВЕНИЕ СТРАСТНЫХ ВОСПОМИНАНИЙ —  
ЭТО ПРИЗНАК ОТПУЩЕНИЯ НАШИХ  
ГРЕХОВ**

...Когда страстные воспоминания совсем изгладятся из сердца, до того, что и не приближаются к нему, тогда это служит признаком отпущения прежних грехов. Ибо пока душа страстно к чему-либо греховному относится, дотоле надо признавать присутствием в ней владычество греха.

*Свт. Феодор Едесский (18.71.5)*

**О ЧЕМ ПРИЗВАН МЫСЛИТЬ ХРИСТИАНИН**

Памятование о Боге необходимее, чем дыхание.

*(5.245.2)*

Что мы делаем при помощи головы? Обдумываем, рассуждаем, мыслим. Греш-

ник обдумывает, как бы ему лучше устроить земную жизнь, как бы свои греховные желания удовлетворить. А вы думайте больше о Боге, о вечности, о милостях Божиих, об ответе на Страшном Суде Христовом, да как бы что сделать доброе на пользу душе своей.

(5.245.3)

В Богомыслии — всякое веселие и всякая радость, и блаженство. Та душа, которая думает только о божественных предметах, живет как бы в раю, окружена божественным невещественным светом, разливающим блаженство, и, входя в общение с Богом всеблаженным, блаженствует... Размышление о Боге — жизнь и свет души.

(5.246.2)

Главное — это наполнить свою душу небесными (а не мирскими) истинами и понятиями, они проникнут в сердце и привлекут желания, а там и все существо устремят к небу и всему небесному.

(5.245.7)

Спасение — не в наружной строгости, но в блюдении внутренних чувств и во внимании своего сердца о Иисусе Христе. Не за другими нужно смотреть, как живут, но себя осматривать и непрестанно поведывать, не оскорбляю ли я каким грехом, греховным помыслом милость Божию?  
(5.247.5)

## **О ХРИСТИАНСКОМ ОТНОШЕНИИ К ПОМЫСЛАМ**

*Виновниками злых помыслов будем  
считать только самих себя*

Когда мы подлежим действию злых помыслов, то должны обвинять самих себя, а не прародительский грех.

*Прп. Марк Подвижник (18.19.4)*

*Не будем оставлять мыслей своих  
без присмотра*

Должно духовной науке учиться и не оставлять мыслей своих, чтобы бродили без всякого ограждения, обзирая чужие дела и недостатки, и молиться: Господи, даждь мне мысль благу!

*(5.255.3)*

Должно нам непрестанно вычищать дом души и осматривать, не заседает ли в нем какое ядовитое животное — грешная мысль или злое расположение, обидчивость, уныние или что иное, и окуривать его молитвой, покаянием, Богомыслием или чтением Слова Божия.

Главное — это наполнить свою душу небесными (а не мирскими) истинами и понятиями, они проникнут в сердце и привлекут желания, а там и все существо устремят к небу и всему небесному.

(5.245.6)

*Не будем держать в уме и сердце худых  
помыслов*

Дело, свойственное уму, есть не терпеть в себе помысла, который тайно порицает ближнего.

(5.249.5)

Как не удерживаешь скорпиона за пазухой, так не держи худого помысла в сердце своем.

*Авва Евагрий (18.80.2)*



*От недобрых расположений постараемся  
избавляться незамедлительно*

Мы должны обращать внимание особенное на внутренность: побеждать худые мысли, недобрые чувства и расположения.

(5.245.5)

...Злые помыслы ужаливают, подобно змиям, вливая в душу яд, который со всем тщанием надлежит поскорее изъять, как только это случится, чтобы промедлением не сделать рану трудно излечимой.

*Прп. Феодор Студит (18.11.4)*

Помыслы надо гнать, не удерживать их произвольно. Сочувствие или сласть, как только покажется, — подавлять надо всеми силами... Тут главный пункт внутренней брани...

*Свт. Феофан, Затворник Вышенский (18.102.2)*

Если же когда и случится, что диавол увлечет ум, то не должно долго останавливаться на помыслах, чтобы согласие на дело не было вменено пред Богом в день

Суда, когда Бог будет судить сокровенное людей.

*Свт. Иоанн Златоуст (18.82.3)*

...Если сразу прогоните страстный помысл, то всей борьбе положите конец.

*Свт. Феофан, Затворник Вышенский (18.103.2)*

Если в нас рождается какой-нибудь скверный помысл, то надобно подавлять его внутри и не допускать ему переходить в слова.

*Свт. Иоанн Златоуст (18.81.5)*

...Если же зародится внутри (худая мысль), тотчас прогонять ее благочестивым размышлением.

*Свт. Иоанн Златоуст (18.81.1)*

...Каждый должен произвести борьбу в помыслах, чтобы в сердце его воссиял Христос.

*Прп. Макарий Египетский (18.80.2)*

*Воздержимся от многоведения  
и любопытства*

Надо соблюдать ум от многоведения и любопытства, ибо они рассеивают ум.

Расследование и разузнавание о земном — это узы и сети диавола, который покушается победить любопытством.

(5.249.1)

*Не будем увлекаться приятными  
помыслами и пожеланиями*

Кто увлекается своими пожеланиями и приятностью помыслов, тот легко делается пленником, а воздерживающийся спасется.

*Прп. Ефрем Сирин (18.61.1)*

### **НЕ ДОПУСТИМ УТАИВАНИЯ СВОИХ ПОМЫСЛОВ НА ИСПОВЕДИ**

...Ничто столько не вредит монахам <и христианам> и ничто столько не радует бесов, как утаивание своих помыслов от духовных отцов.

*Прп. авва Моисей (18.104.1)*

...Для демонов нет большей радости, как когда человек скрывает свои помыслы, лукавые ли они, или благие.

*Прп. авва Исаия (18.103.3)*

*Какие помыслы не подлежат  
немедленной исповеди*

Помыслы, хотя и греховные, но мимоходящие, не усиливающиеся усвояться в душе, не нуждаются в немедленной исповеди.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (18.105.2)*

*Когда помыслы нам не вменяются*

...Помыслы — не вменяются, когда не приемлются.

*Свт. Феофан, Затворник Вышенский (18.102.3)*

**НЕ БУДЕМ ОТКРЫВАТЬ СВОИ ПОМЫСЛЫ  
ПЕРЕД ВСЕМИ**

Не открывай своих помыслов перед всеми, дабы это не послужило ближнему претеканием.

*Прп. авва Исаия (18.103.4)*

**ДУХОВНЫЕ СРЕДСТВА ЗАЩИТЫ  
ОТ ПОМЫСЛОВ**

Помыслы всевает враг. Тут противодействующее значение имеет святыня, которой подвижник всегда должен себя

ограждать: это — крестное знамение, святая вода, святой елей, призывание имени Иисуса Христа, чтение Святого Евангелия и тому подобное — вот благодатные средства, данные от Бога для уврачевания и утешения, к которым нужно прибегать постоянно, потому было бы странно иметь в руках такое духовное богатство и не пользоваться им.

(5.251.2)

<Есть> восемь помыслов, которыми производится все худое: Они-то ведут брань со всяким человеком... чревоугодие, блуд, сребролюбие, гнев, безвременная печаль, уныние, тщеславие, гордость. Если хочешь препобедить чревоугодие, возлюби воздержание, имей страх Божий, и победишь. Если же хочешь препобедить блуд, возлюби бдение и жажду, помышляй всегда о смерти, и никогда не имей бесед с женщиной, и победишь. Если хочешь препобедить сребролюбие, возлюби нестяжательность и нерасточительность. Если хочешь препобедить гнев, приобрети кротость и великодушие и содержи в мысли, сколько зла делали иудеи Го-

споду нашему Иисусу Христу, и, однако же, Он, как человеколюбец Бог, не гневался на них, а напротив того, молился за них, говоря: *Отче, отпусти им грех сей: не ведают бо, что творят* (Лк. 23, 34). Если хочешь преодолеть безвременную печаль, никогда не печалься о чем-либо временном; но если тебя язвят словом, или беспокоят, или бесчестят, не печалься, а напротив того, радуйся. Тогда только печалься, когда согрешишь; но и в сем случае соблюдай меру, чтобы не впасть в отчаяние, и не погибнуть. Если хочешь препобедить уныние, займись хотя ненадолго каким-нибудь рукоделием, или читай, или часто молись. Если хочешь препобедить тщеславие, не люби похвал, ни почестей, ни хороших одежд, ни первоседания, ни предпочтения, а напротив того, люби, чтобы порицали и бесчестили, возводя на тебя ложь: и укоряй сам себя, что ты грешнее всякого грешника. Если хочешь препобедить гордость, что ни делаешь, не говори, что делается сие собственными твоими трудами или собственными твоими силами, но по-

стишься ли, проводишь ли время во бдении, спишь ли на голой земле, поешь ли псалмы, или прислуживаешь, или кладешь много земных поклонов, говори, что при Божией помощи и при Божиим покровительстве делается сие, а не моею силою и не моим старанием.

*Прп. Ефрем Сирин (18.78.1)*

## МОЛИТВА

Брат спрашивал авву Пимена о борьбе с восстающими помыслами. Старец отвечал ему: «Это дело подобно тому, как если бы у человека в левой руке был огонь, а в правой чаша с водой. Если запылает огонь, то он берет из чаши воду и гасит огонь. Огонь — это внушение врага, а вода — усердная молитва пред Богом».

*(18.112.2)*

Много подвига и труда требуется в молитвах, чтобы достигнуть невозмутимого состояния мысли...

*Прп. Иоанн Карнафский (18.92.3)*

Нечистые помыслы никак не могут приблизиться к душе, которая имеет всегдашнее умиление по Богу.

*Прп. Ефрем Сирин (18.109.3)*

### *Молитва, слезы, воздержание, бдение*

Лукавый помысл, если найдет себе доступ в душу, услаждает ее лукавыми мыслями, чтобы потом умертвить; и делается лукавый помысл как бы сетью в душе, и ничем не изгоняется из души, разве только молитвою, слезами, воздержанием и бдением.

*Прп. Ефрем Сирин (18.76.4)*

### *Душеполезное чтение и размышление*

Мысли человека имеют крайне сильное влияние на состояние и расположение его сердца и действий; потому, чтобы сердце было чисто, добро покойно, а расположение воли доброе и благочестивое, надо очищать свои мысли молитвою, чтением святого Писания и творений святых отцов, размышлением о тленности, скоропреходности и исчезновении земных удовольствий.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (5.244.4)*



## *Призывание Иисуса Христа*

Как без большого корабля нельзя переплыть морской пучины, так без призывания Иисуса Христа невозможно изгнать прилога помысла лукавого.

*Прп. Исихий Иерусалимский (18.86.2)*

Помыслы, прошив воли нашей втеснившиеся и стоящие в сердце, обыкновенно изглаждает молитва Иисусова с трезвением из глубин помышления сердечного.

*Прп. Исихий Иерусалимский (18.85.3)*

## *Крестное знамение*

Слава, Господи, никогда не изнемогающей силе креста Твоего! Когда враг теснит меня греховным помыслом и чувством, и я, не имея свободы в сердце, изображу несколько раз с верою крестное знамение, то вдруг и грех мой отпадает от меня, и теснота исчезает, и я выхожу на свободу. Слава Тебе, Господи!

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.231.5)*

## *Крестное знамение с умной молитвой*

Хочу дать тебе совет о помыслах: как только возникнет в душе нехороший помысел, тотчас нужно перекреститься с умной молитвою — и исчезнет.

*Митрополит Макарий Московский (5.250.5)*

## *Примеры молитв против помыслов*

Если кто из вас, братия, имеет у себя нечистые и срамные помыслы, то да не предается в нерадении отчаянию, но да обратит сердце свое к Богу и, воздыхая, со слезами скажет: *востани, Господи...* (Пс. 34, 23), *вскую оставил...* (Пс. 21, 2).

*Прп. Ефрем Сирин (18.71.2)*

Худые мысли надо отгонять молитвой: Господи, помилуй мя, яко немощен есть.  
(5 250 2)'

Когда беспокоят помыслы, или смущают, или тревожат, то не надо входить в разговор с ними, а просто говорить: «Да будет воля Божия!» Это очень успокаивает.

*Прп. Варсонофий (19.114.3)*

Почаще говорите себе: Господи Боже мой, Создателю мой, Благодетелю мой, не остави мене, Ты мне помоги творить волю Твою, Ты просвети мои мысленные очи сердечные, Ты просвети тьму мою, яко Тобою избавляюся от искушения.

*(5.255.1)*

### ОТКРОВЕНИЕ ПОМЫСЛОВ НА ИСПОВЕДИ

Если какая-либо дурная мысль неотступно приходит на ум и сердце к ней прилепляется, сочувствует ей, тогда надо приложить все силы, чтобы выбросить ее с помощью молитвы Иисусовой и исповеданием старцу.

*Прп. Никон (19.115.3)*

Против усиленного и учащенного нападения греховных помыслов и ощущений, называемого... бранью, нет лучшего оружия для новоначального, как исповедь.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (18.104.6)*

*Какие помыслы надо исповедовать  
обязательно*

Каждый помысл, производящий в тебе брань, открывай наставнику твоему. Помыслы исповедовать надобно те, в которых воля наша участвует и соизволяет на них, укусневая, и делается мысленною преступницею перед Богом, но те помыслы, которые только приражаются, а мы с ними не согласуемся, не соизволяем на них и отвергаем, не нужно исповедовать.

*Старец Макарий Оптинский (5.248.2)*

Через исповедание помыслов враг уходит от человека.

*(5.248.4)*

...Обременение ума помыслами врачуется доверчивым исповеданием их.

*Прп. Феодор Студит (18.104.4)*

...Как змей, извлеченный из темной норы на свет, старается убежать и скрыться, так и злые помыслы, будучи обнаружены откровенным признанием и исповедью, стараются бежать от человека.

*Прп. авва Моисей (18.103.6)*

## *Личная исповедь ко Господу (вечерняя и ежеминутная)*

Должно:

1. Всякий день, отходя ко сну, совершить «личную исповедь ко Господу», в коей воспоминается и исповедуется все грешное — в мыслях, желаниях, чувствах и движениях страстных.

2. Совершать ежеминутную исповедь, то есть всякую мысль, пожелание, чувство и движение страстное исповедать Богу с сокрушением духа и просить прощения и силы избежать впредь.

*Св. Феофан Затворник (5.250.9)*

...Открывай помыслы свои отцам твоим, чтобы благодать Божия покрыла тебя.

*Прп. авва Исаия (18.103.1).*

## **ОСВЯЩЕНИЕ И ВОСПИТАНИЕ УМА**

*Молитва, душеполезное чтение,  
богомыслие*

Освящение нашего ума, как дело величайшей важности, достигается нашею

сердечною молитвою, внимательным чтением Священного Писания и святоотеческих книг, писаний и богомыслием. К богомыслию надо приучать себя постепенно и всеусердно, и притом не иначе, как путем самопринуждения и внутреннего душевного подвига... привычка сосредотачивать возможно чаще все внимание ума на том или ином помысле о Божественном всего скорее и лучше отучает ум от привычной для него прежде рассеянности, поверхности мышления и суждения.

(5.251.3)

...Надлежит всегда памятовать, что невозможно, чтобы всегда были добры помыслы (от которых обыкновенно рождаются подобные им слова и дела), если в ум не вселится прежде Христос Господь, о чем и должно нам подвизаться, сколько сил есть, то есть чтобы в ум наш вселился Христос Господь.

*Прп. Симеон Новый Богослов (18.)*

Отгоняются худые мысли чтением Священных книг.

(5.250.9)

## *Трезвенный надзор над помыслами*

Прежде всего должны мы всеми мерами удерживать помысл, установив над ним трезвенный надзор ума, чтобы не дозволить душе предаваться необдуман-ным стремлениям по увлечениям тела.

*Свт. Василий Великий (18.73.2)*

Сатана действует на человека или внутренно, то есть в мыслях человека, или наружно, то есть через людей грешных, или через видимые соблазнительные предметы. Следовательно, человек должен бороться с врагами невидимыми и видимыми; и потому надо всегда всматриваться в действия, происходящие в сердце; когда мысли приходят противные Богу, то в ту же минуту противостоять им мыслями приятными Богу и тем побеждать себя и сатану.

*(5.75.2)*

Наука наук и искусство искусств есть умение управляться со злотворными помыслами. Самое лучшее против них средство и искусство — смотреть с помощью Господа за появлением прилога их, и

мысль свою всегда хранить чистою, как храним око телесное, им же самым остро-зорко усматривая могущее случайно повредить его и всячески стараясь не допустить до него даже порошинки.

*Прп. Исихий Иерусалимский (18.84.2)*

## **РАЗМЫШЛЕНИЕ О ХОРОШЕМ**

Некто из святых сказал: «Думай о хорошем, чтобы не думать о худом, потому что ум не терпит быть в праздности».

*Прп. Ефрем Сирин (18.76.2)*

## **ВОЗДЕРЖАНИЕ В ПИЩЕ**

Не питай пространно плоть твою, и скверные помыслы оскудеют в тебе.

*Авва Евагрий (18.80.4)*

## **СОКРУШЕНИЕ СЕРДЦА**

...Враг скверных и нечистых помыслов есть сокрушение сердца.

*Прп. Иоанн Лествичник (18.94.2)*



## УЕДИНЕНИЕ

Уединение способствует очищению сердца и помышлений.

(5.250.7)

## ПРИВЕДЕНИЕ ТЕЛА В ДОБРОЕ СОСТОЯНИЕ

Не верь, брат, что внутренние помыслы могут быть остановлены без приведения тела в доброе и чинное состояние.

*Прп. Исаак Сирин (18.93.1)*

## СТРАХ БОЖИЙ

Блажен, кто разжигаемый страхом Божиим всегда имеет в себе теплоту Святаго Духа, и попалил терния и волчцы лукавых помыслов.

*Прп. Ефрем Сирин (18.76.3)*

## УНИЧИЖЕНИЕ ДУШИ

Хочешь ли, чтоб не беспокоили тебя греховные помыслы? Возлюби уничижение души и содержи тело в скорбном состоянии — при посредстве возможных для тебя лишений. Так поступай не вре-

менно, но всегда, во всяком месте и обстоятельстве.

(3.37.4)

При помыслах осуждения других надо переходить на осуждение и укорение себя и воспоминание грехов.

(5.259.4)

### ПРЕЗРЕНИЕ ПОМЫСЛОВ БЛУДА, ХУЛЫ, СОМНЕНИЯ

Сомнения, все равно как блудные помыслы и хулы, надо презирать, не обращать внимания на них. Презирайте их, и враг — диавол — не выдержит, уйдет от вас, ибо он горд и не выносит презрения: тогда они вам нисколько не повредят, особенно, если будете открывать их старцу, но открывать блудные помыслы надо не подробно, иначе можешь повредить себе и старцу.

(5.249.2)

*Когда помысел блудный, скверный,  
лукавый уязвляет наше сердце*

Когда сердца твоего коснется помысел блудный, скверный, лукавый или

хульный, помысел злобы, зависти, скупости, любостяжания, чревоугодия и омрачит, уязвит и утеснит тебя, тогда скажи себе с твердым убеждением сердца, что это мечта диавола и вдруг помысл или помыслы исчезнут.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.388.2)*

Иногда одно презрение прогоняет невидимого врага, а сопротивление только размножает его и раздражает.

*(5.249.4)*

Худые помыслы не должно разбирать и обращать на них особое внимание.

*(5.249.6)*

## **БЕЗМОЛВИЕ**

В какой мере кто безмолвствует, в такой мере делаются чистыми его помыслы.

*Прп. Ефрем Сирин (18.109.4)*

## ХУЛЬНЫЕ ПОМЫСЛЫ

*Нечестивые хульные мысли не душа наша произносит, а богоненавистный бес*

Часто во время Божественной литургии и в самый страшный час совершения Таин сии мерзкие помыслы хулят Господа и совершаемую Святую Жертву. Отсюда явно открывается, что сии нечестивые, непостижимые и неизъяснимые слова внутри нас не душа наша произносит, но богоненавистник бес, который низвержен с небес за то, что и там хулить Бога покушался. И если мои сии бесчестные и нелепые изречения, то как же я, приняв оный небесный дар, поклоняюсь? Как могу благословлять и в то же время злословить?

*Прп. Иоанн Лествичник (18.106.1)*

*Почему не надо смущаться  
от богохульных мыслей*

Никто не должен думать, что он виновен в хульных помыслах, ибо Господь есть Сердцеведец и знает, что такие слова не наши, но врагов наших.

*Прп. Иоанн Лествичник (18.106.2)*

От мыслей богохульных не смущайся, а старайся презирать их. Бог за них не взыщет, они — от диавола.

*Прп. Анатолий Оптинский (19.118.3)*

*Когда враг запинаят душу нашу  
какими-либо хулами или мерзостями*

Если во время или вне молитвы враг запнет душу твою какими-либо хулами или мерзостями, не унывай от них, но скажи с твердостью в сердце твоём: «Для очищения от этих-то и подобных им грехов и пришел на землю Господь наш Иисус Христос, в этих-то и подобных им немощах духа и пришел Многомилостивый помочь нам».

И когда скажешь эти слова с верою, сердце твое тотчас успокоится: ибо Господь сердце твое очистит.

Вообще ни от какого греха, как от мечты вражией, не надо унывать, а уповать на Спастиеля.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.377.1)*

*Дорогу хульным помыслам открывает  
гордость наша и осуждение других*

Особенно не тревожься хульными помыслами, которые явно происходят от зависти вражией. Со стороны же человека поводом к оным бывает или горделивое самомнение, или осуждение других.

*Прп. Амвросий Оптинский (19.118.4)*

Перестанем судить и осуждать ближнего, и мы не будем бояться хульных помыслов; ибо причина и корень второго есть первое.

*Прп. Иоанн Лествичник (18.107.3)*

...От злого корня и злой матери происходит злейшее исчадие, то есть от скверной гордости рождается несказанная хула. Посему нужно и ее вывести на среду: ибо это немаловажное что-нибудь, но самый лютей из наших врагов и супостатов. И, что еще ужаснее, мы не можем без затруднения сказать, открыть, исповедать врачу духовному сии помыслы. Посему они часто многих повергали в отчаяние и безнадежность, истре-

бив всю надежду их, подобно червю в дереве.

*Прп. Иоанн Лествичник (18.105.4)*

*О великих страданиях арх. Кронида  
от хульных помыслов*

«Однажды вечером, за всенощной в храме Зосимы и Савватия, — рассказывал архимандрит Кронид, — вдруг неожиданно пронеслась в моей голове страшная, ужасная мысль неверия, сомнения и богохульства. Это совершилось так мгновенно и внезапно, что, подобно молнии, обожгло меня адским огнем. Затем помыслы этого рода полились сплошной рекой в моем сознании. Я онемел от страха и ужаса. В моей душе совершилось что-то неопишное и непостижимое, ужасное и страшное. По приходе из храма в келью помыслы не оставляли меня. Воистину эти страдания были неземные. Я лишился пищи и сна.

После этого проходят дни, недели, месяц, проходит год, два, три, четыре, а адские мысли произвольно текут и продолжают преследовать меня. Я не находил нигде себе места успокоение от то-

ски и печали и даже в отчаянии, грешный, просил у Господа смерти. Эта мысленная брань была неопишима тяжка. Представьте себе состояние боримого, когда два мира внутри его: один мир светлый — веры и надежды на Бога и пламенного желания спасения, а другой — мир темный, внушающий одни только пагубные и богохульные мысли и неверие. Нестерпимая брань особенно посещала меня во время совершения Божественной литургии. Когда я предстоял престолу Божию перед Святейшим Святым и низводя молитвой действие Святого Духа, Пресуществителя Святых Даров, в этот же самый момент меня продолжали мысленно насиловать скверные помыслы неверия и сомнения. Оттого моим покаянным слезам не было предела. Даже иеродиакон Ионафан, сослуживший мне, видя мой горький плач, приписал мне повреждение ума. Но он, конечно, так думал по неведению. Он не знал, что совершается в глубине моей души. Единственным моим утешением и радостью было в свободные минуты читать житие



Нифонта Кипрского Чудотворца, который сам страдал подобными мыслями в течение четырех лет... Пагубные мысли нападали на меня с особой силой под великие и двенадесятые праздники. От всего этого мои нервы были расстроены: мысли уныния и отчаяния преследовали меня всюду. Теряя самообладание, я принужден был прятать от самого себя ножи, вилки, бечевки и всякие другие вещи и орудия, содействующие самоубийству. Не хватает у меня слов описать все и слез оплакать ужасы и страдания, перенесенные мной. Были моменты, когда я ночью, бессильный владеть собой, выскакивал из кельи, шел к собору, бегал вокруг него, плакал навзрыд и не мог дожждаться минуты, пока откроют собор и я смогу у раки преподобного Сергия выплакать свою скорбь и невыносимые тяготы. Вспоминаю я теперь слова подвижников: «Ищи себе старца и руководителя не столько святого, сколько опытного в духовной жизни». И этот совет мне пришлось испытать на самом себе. Когда в своих великих страданиях я об-

ратился к одному духовному ученому лицу и поведал ему свою мысленную скорбь, он выслушал меня и сказал: «Что ты, Господь с тобой, разве можно допускать такие мысли?» Вышел я от него, непонятый им, ни жив ни мертв от безысходной печали. Всю ночь не спал. Утром я отправился в живописный класс, а по пути зашел к заведующему мастерской иеромонаху Михею. Он, увидев меня, с удивлением воскликнул: «Отец Кронид! Что случилось?.. Тебя узнать невозможно! Лицо какое-то особенно страдальческое, исполнено печали, что невольно выдает твои душевные муки. Говори, что с тобой?» Тогда я ему поведал о всех своих внутренних скорбях и мыслях. Он со слезами на глазах выслушал меня и с особым чувством сострадания и христианской любви, как бы сам переживая со мной мои муки, сказал мне: «Успокойся, отец Кронид. Это великая брань, наносимая врагом, бывает со многими людьми. И мы с тобой не первые. Многие, очень многие страдают ею. Я и сам страдал этой бранью семь лет и до-

шел до такого состояния, что однажды, придя в Успенский собор к вечерни, от мыслей неверия, богохульства даже не смог там оставаться. Выбежав из храма, я направился в келью своего духовного отца иеромонаха Авраамия, при этом весь дрожал и сказать ничего не мог. Старец несколько раз спрашивал меня: «Что с тобой, что с тобой, скажи мне?» После обильных слез я только смог вымолвить: «Батюшка, я погибаю!» Тоща старец говорит мне: «Ты ведь не услаждаешься этими мыслями и не соизволяешь на них? Что же ты так нестерпимо тревожишься? Успокойся! Господь видит твои душевные мучения, и Он тебе во всем поможет». Потом прочитал надо мной разрешительную молитву, благословил и отпустил меня с миром, и с того дня, при помощи Божией, помыслы эти совершенно исчезли. А иногда они изредка появляются, но я не придаю им значения, они исчезают, и я быстро успокаиваюсь».

Слова отца Михея, как драгоценный бальзам, пролились на мою душу, и я с

того времени получил значительное ослабление в мысленной брани».

(18.122.2)

«В день открытия мощей преподобного Серафима Саровского, — рассказывал о себе архимандрит Кронид, — я, придя от ранней Литургии, в скорби от обуреваемых помыслов забылся в полудремоте. Дальше даже не могу дать себе отчет, в полусне это было или наяву, только вижу, как от входной двери моей кельи подходит ко мне преподобный Серафим. Я упал перед ним на колени и в плаче и рыдании стал просить его: «Помоги мне, угодник Божий, избавиться от мучающих меня помыслов». И слышу в ответ его ласковый отеческий голос: «Веруй несомненно в Господа и Бога и Спасителя нашего Иисуса Христа, пришедшего в мир спасти страждущих. Читай святое Евангелие ежедневно, будь краток и смирен и обрящешь покой душе своей».

Придя в себя после этих слов утешения, я ощутил великую радость. После того явления не скажу, чтобы помыслы

исчезли, но я укрепился в борьбе с ними и уже не смущался от них, как прежде».

(18.121.1)

*Какими словами надо отвечать демону  
на хульные помыслы*

Брат, будучи возмущаем демонами хулы, пошел к авве Пимену с намерением открыть свой помысл. Однако, ничего не сказав старцу, возвратился. Видя опять, что этот злой дух сильно возмущает его, снова пошел к старцу, но, стыдясь открыться ему, воротился, ничего не сказав. И так поступал он несколько раз. Старец знал, что брат мучается помыслами, но стыдится исповедать их. И когда брат опять пришел к нему и ничего не сказал, авва Пимен обратился к нему: «Что с тобой, брат? Ты уходишь, ничего не сказав мне?» Брат отвечал: «Что я могу сказать тебе, отец?» Старец говорит: «Я чувствую, что тебя борют помыслы, но ты не хочешь открыться мне, опасаясь, чтобы я не пересказал их кому. Поверь мне, брат: как эта стена не может говорить, так и я никому не открываю чужого

помысла». Ободрившись, брат сказал старцу: «Отче, я нахожусь в опасности погибнуть от духа хулы; ибо он старается убедить меня, что нет Бога, чего не допускают и не думают даже язычники». «Не возмущайся этим помыслом, — отвечал старец, — ибо плотские брани хотя приключаются нам часто от нерадения нашего, но этот помысл находит на нас не от нашего нерадения, но есть наваждение самого змия. Потому, когда приходит к тебе сей помысл, встань и молись, и, оградив себя крестным знамением, говори в себе, как бы самому врагу: «Анафема тебе и наваждению твоему, твоя хула да будет на тебе, сатана, сам я верую, что есть Бог, промысляющий о всем, а этот помысл не от меня происходит, но от тебя, зложелателя. И я верую, — заключил старец, — что Бог избавит тебя от такой скорби». Выйдя от старца, брат удалился и поступил по его наставлению. Демон, увидя, что умысел его обнаружен, отступил от него, по благодати Божией.

*(18.121.3)*

*Из личного опыта  
святой Екатерины Синайской*

Святая Екатерина Синайская продолжительное время была смущаема хульными и скверными помыслами. Когда же явившийся ей Господь отогнал от нее Весов, она возопила к Нему: «Где был доселе, о сладкий мой Иисусе?» Отвечал Господь: «В сердце твоём был». Она же сказала: «И как могло это быть, когда мое сердце было исполнено мыслями скверными?» Отвечал же Господь: «А потому разумеи, что был в сердце твоём, что ты ни единого любления не имела к нечистым мыслям, но старалась их отвергать, и, не имея сил, болезновала, и этим сотворила Мне место в сердце твоём».

*(18.121.2)*

*Господь раздает венцы за победу даже  
над малыми помыслами*

В Фиваиде один старец безмолвствовал в вертепе. У него был ученик подвижник. Старец имел обычай по вечерам поучать ученика и делать ему душеполезные наставления; после наставления он мо-

лился и отпускал ученика спать. Случилось, что их посетили благочестивые миряне, которым было известно великое воздержание старца, получив от него утешение, они ушли. Вечером старец, как обычно, поучал и наставлял брата. Во время беседы напал на него сон, а брат стоял, ожидая, когда старец проснется и сотворит молитву над ним. Старец не просыпался. Ученик, сидя долго, хотел было потихоньку уйти и лечь спать; но он понудил себя, противопостав помышлению, и остался. После этого сон начал склонять его, но он не ушел. До семи раз смущал его помысл уйти, но он твердо противостоял ему. После полуночи проснулся старец и, увидев ученика сидящим близ себя, спросил: «Отчего ты до сих пор не ушел?» Ученик отвечал: «Оттого, отец, что ты не отпустил меня». — «Почему ты не разбудил меня?» — «Я не посмел нарушить твой сон». Они встали и начали служить утрению; по окончании утрени старец отпустил ученика. Оставшись один, старец пришел в исступление. И вот некто показывает ему место



прославленное, трон и над троном семь венцов. Старец спросил: «Кому все это принадлежит?» Ответ был: «Ученику твоему даровал Бог и место это, и трон за его житительство, семь же венцов он заслужил в эту ночь». Услышав это, старец удивился, с трепетом позвал ученика и спросил: «Скажи мне, что сделал ты этой ночью?» Он отвечал: «Прости меня, отец! Я ничего не сделал». Старец, думая, что он не говорит по смирению, сказал: «Поверь, я не успокоюсь, если не скажешь мне, что ты сделал или что помышлял ты ночью». Брат, не зная за собой никакого дела, не находил, что сказать, и потому отвечал старцу: «Прости меня, отец! Я ничего не сделал, разве только то, что до семи раз был склоняем помышлениями уйти и лечь спать, но не пошел, потому что не был отпущен тобою по обычаю». Старец, услышав это, тотчас понял, что ученик столько раз был увенчан Богом, сколько раз противился помышлениям. Он ничего из виденного не возвестил брату, чтобы не нанести ему вреда, но поведал это духовным отцам. Научимся, что

за победу и над малыми помышлениями Бог венчает нас. Благо человеку понуждать себя ради Бога во всяком деле: *Царствие Небесное нудится и нуждницы восхищают е* (Мф. 11, 12).

(18.118.2)

## **БЛУДНЫЕ ПОМЫСЛЫ**

Не думай, что только совокупление <блудное> составляет грех; осуждению подлежит сама мысль.

*Свт. Иоанн Златоуст (18.81.3)*

### *Меры преодоления блудных помыслов*

При напоре блудных помыслов клади поклончики по силе. А без брани ни одна душа не вошла в рай. Победители же венчаются.

*Прп. Анатолий (19.117.3)*

От блудных помыслов средства: смирение, самоукорение, воздержание, а паче всего — любовь к ближним — к слабым, немощным, больным, плененным страстями.

*Прп. Анатолий (19.116.5)*

Надо презирать сомнения, и хулы, и помыслы блудные, тогда они вам ни-сколько не повредят, особенно если будете их открывать старцу-наставнику. Но открывать их надо не подробно, иначе можно повредить и себе и старцу. Особенно блудные помыслы засыпать, закрыть надо навесом эту смердящую яму, а не копаться в ней.

*Прп. Варсонофий (19.118.2)*

Тот, кто угождает своему чреву и в то же время хочет побороть блудные мысли, уподобляется человеку, желающему маслом тушить огонь.

*Свт. Иоанн Златоуст (18.83.2)*

Подвергшись ночью искушению мечтанием плотского совокупления, соблюди сердце твое при наступлении дня от воспоминания явившихся тебе в мечтании изображений и от рассматривания их, чтобы не оскверниться услаждением при таком рассматривании и не навлечь на себя гнева Божия. Поверни себя перед Богом от всего сердца твоего и Он, мно-

гомилоотивый к немощам человеческим,  
поможет тебе.

(5.139.3)

*Исповедь аввы Евстафия о страданиях  
от блудных помыслов*

Поведал авва Евстафий: «Живя в мире, я никогда не вкушал пищи прежде захождения солнца. Когда я сидел в лавке, книга не выходила из рук моих; рабы мои продавали и принимали товар, а я непрестанно упражнялся в чтении. По средам и пятницам я раздавал милостыню нищим. Когда начинался звон, я спешил в церковь, и никто прежде меня не приходил в нее. Когда я выходил из церкви, то приглашал с собой бывших тут убогих в дом мой, и они разделяли со мной трапезу. Когда я стоял в церкви, на всеобщем бдении, никогда не вздремнулось мне, и признавал я себя великим подвижником. Все прославляли и почитали меня.

Но когда умер мой сын, вельможи города пришли ко мне, чтобы утешить меня, но я не мог утешиться. От великой

скорби я впал в болезнь и был близок к смерти. По прошествии семи месяцев едва поправился. Провел я в доме моем после этого еще четыре года, подвизался по силе моей и не прикасался к жене моей: я жил с ней, как с сестрой. Когда же случилось мне видеть монаха из Скита, я приглашал его в дом мой вкусить со мной хлеба. У этих монахов я расспрашивал о чудесах, совершаемых святыми отцами, и мало-помалу пришло ко мне желание монашества.

Жену мою я отвел в женский монастырь, а сам пишет в Скит к авве Иоанну, с которым был знаком. Он постриг меня в монашество. Кроме меня было у него еще двое учеников. Все, видя меня особенно усердным к церкви, уважали меня. Провел я в Ските около пяти месяцев, и начал очень беспокоить меня блудный бес, принося мне воспомина-ния не только жены моей, но и рабынь, которых я имел в доме моем. Не было мне отдыха от брани ни на час. На святого старца я смотрел, как на дьявола, и святые слова его казались мне уязвляю-

щими меня стрелами. Когда я стоял в церкви на бдении, то не мог открыть глаз от сна, овладевавшего мной, так что не однажды приходил я в отчаяние. Борол меня и бес чревоугодия, борол до того, что я часто крал остатки хлеба, ел и пил тайно. Что говорить много! Помышления мои настраивали меня выйти из Скита и бежать на восток, поселиться в городе, в котором никто не знает меня, там предаться любодеянию или жениться. Старец, видя изменение во мне, ежедневно увещевал меня, говоря: «Сын мой, лукавые помыслы нападают на тебя и смущают душу твою, и ты не исповедуешь мне их». Но я отвечал ему: «Отец! у меня нет никаких помыслов, но я размышляю о грехах моих и скорблю о них». Обуреваемый такими скверными и лукавыми помыслами, провел я пятнадцать месяцев. Однажды, накануне воскресного дня, увидел я во сне, что нахожусь в Александрии, прихожу поклониться святому апостолу и евангелисту Марку. Внезапно встретило меня множество эфиопов. Они схватили меня и, окру-

жив, разделились как бы на два лика. Они принесли мне черную змею, связали ею мои руки, а другую змею свернули в кольцо и накинули мне на шею, еще других змей положили на мои плечи, а они прицепились к ушам моим, также змеею препоясали меня, по чреслам моим. Потом привели женщин эфиоплянок, которых я имел некогда в доме моем, и начали они целовать меня и плевать мне в лицо. Нестерпим был для меня смрад их! Змеи начали есть ноги мои, лицо и глаза, а эфиопы, стоявшие вокруг меня, отворили уста мои и влагали в них огненной ложкой нечто, говоря: «Ешь и насыться». Также они принесли чашу, говоря: «Подайте вина и воды и напоите его». И напоили они меня горячей смолой, смешанной с серой. После этого они начали меня бить огненными жезлами, говоря: «Отведем его в город Едесса и надругаемся над ним и там». Находясь в таком бедствии, я увидел двух светоносных мужей необычайной красоты: они выходили из церкви святого Марка. Эфиопы, увидев

их, убежали, а я начал взывать к ним: «Помилуйте меня!» Они спросили: «Что случилось с тобой?» «Я шел в церковь поклониться святому Марку и попал на разбойников, — отвечал я. — Вот, вы видите, что они сделали со мной». Один из светоносных мужей сказал мне на это: «И хорошо, что сделали, с тобой следует поступить еще хуже. Но никто не может разрешить тебя от этих уз, кроме аввы Иоанна, у которого ты живешь и от которого отлучен твоим неверием». Затем светоносные мужи оставили меня и ушли, а я начал взывать к ним: «Заклинаю вас Единосущной Троицей! Помилуйте меня!» Когда я кричал таким образом, пришли два брата и разбудили меня. Я был облит слезами. Встав, я поспешил к авве Иоанну, припал к святым ногам его и раскаялся, рассказав ему по порядку все виденное мной. Старец сказал мне: «Эфиопы суть бесы, змеи — скверные помыслы, которых ты не исповедуешь мне; огненная змея — брань беса блудного; жены эфиоплянки суть помышления лукавые, обольщающие и



вместе губящие тебя; снедающая тебя змея есть злоречие; огненная лжица, от-  
верзшая твои уста, суть бесы осуждения;  
чаша, которой напоили тебя, есть душев-  
ное расположение твое, происходившее  
от принятых лукавых помыслов, и то от-  
вращение, которое ты ощущал ко мне и  
к братии; смолой и серой означается тот  
хлеб и та вода, которые ты ел и пил украд-  
кой, тайно. Знай, сын мой, что доброде-  
тели, которые ты совершал в мире, сме-  
шаны были с возношением и гордостью.  
Твои бдения, твое пощение, твое неопу-  
стительное хождение в церковь, мило-  
стыни, которые ты раздавал, — все это  
делалось под влиянием похвалы челове-  
ческой. По этой причине и диавол тогда  
не хотел нападать на тебя. Ныне же, уви-  
дев, что ты вооружился на него, и он вос-  
стал на тебя. На будущее время завещаю  
тебе, сын мой, когда в себе имеешь сму-  
щение, бурю от лукавых помыслов, скажи  
об этом мне, отцу твоему, или братьям,  
которые живут с тобой, и уповай на Бога,  
что помогу тебе, как помог многим». Сделав это наставление, старец отпустил

меня в мою келью. С этого времени я начал открывать мои помышления и уже пребывал во всяком покое».

*(18.115.2)*

...Видит ли кто в себе жестоко борющийся блудный помысл, да познает он, что он еще не распял себя. Как же ему распять? Пусть избегает любопытных взглядов на женщин и неподобающей близости с ними, а также и неуместных бесед; пусть убавит материал, питающий вожделение; пусть не допускает чрезмерного употребления вина, опьянения, обжорства, многоспания; и с этим удалением от зла пусть присоединит и смиренномудрие, в сокрушении сердца призывая Бога в помощь против страстей...

*Свт. Григорий Палама (18.98.2)*

## **ЛУКАВЫЕ ПОМЫСЛЫ**

*К чему приводят нас лукавые помыслы*

Лукавые помыслы, начавшись в душе, остановившись же в сердце, не ограничиваются им; но выходят из сердца и как

бы вырастают из него, пронзая плоть и являясь наружу.

*Свт. Василий Великий (18.60.1)*

...Не вращайте в уме лукавых помыслов, — ибо таковые попадают в плен...

*Прп. Феодор Студит (18.71.3)*

Если посеваются диаволом в нас лукавые помышления, то тотчас должно обращать их в добрые, и они не повредят нам.

*Прп. Дорофей (5.250.6)*

*Когда лукавый пытается совсем  
подвинуть нас с камня веры*

Когда сердце твое уклонится в помышления лукавства, и лукавый, как говорится, начнет подмывать твое сердце, чтобы оно совсем подвинулось с камня веры, тогда скажи себе внутренно: знаю я свою духовную нищету, свое ничтожество без веры; скажи: я так немощен, что именем Христовым только и живу, и упокоиваюсь, и веселюсь, распространяюсь сердцем, а без Него — мертв душевно, беспокоюсь, стесняюсь сердцем; без Кре-

ста Господня я давно был бы жертвою самой лютой скорби и отчаяния. Христос меня держит в жизни; крест — покой и утешение мое.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.6.4)*

*Что дает нам очищение  
от лукавых помыслов*

Блаженны очистившие себя от лукавых помыслов; потому что в них обитает Дух Святой.

*Прп. Ефрем Сирин (18.109.5)*

Помыслы злые суть сущее зло, и не очистившийся от них не научится истинному ведению.

*Авва Фалассий (18.107.4)*

*Молитва против лукавых помыслов*

...Когда придет тебе на мысль лукавый помысл, воззови ко Господу со слезами, говоря: Господи, будь милостив ко мне грешному (ср.: Лк. 18, 13) и прости меня, Человеколюбец! Отгони от нас лукавого, Господи!»

*Прп. Ефрем Сирин (18.77.3)*

## ПОМЫСЛЫ ТЩЕСЛАВИЯ

...Беспокоит ли тщеславный помысл? А ты наедине и перед судом своей совести приведи себе на память Господень совет о сем в Евангелии, говорящий: не ищи показывать себя превосходящим других; добродетели, насколько имеешь, совершай втайне, имея в виду только Бога и будучи видим только Им одним, и Отец Твой, видящий тайное, воздаст тебе явно (см.: Мф. 6, 1–6, 18). Если же и после того, как ты нанес решительный удар возбuditелям каждой из страстей, тебя снова беспокоит внутренний помысл — не бойся; пусть он будет для тебя поводом для получения венцов; ибо он уже не склоняет и не оказывает действия, но является лишь бессильным движением, как побежденный в твоей борьбе о Бозе.

*Свт. Григорий Палама (18.98.3)*

## ПОМЫСЛЫ ОСУЖДЕНИЯ

При помыслах осуждения других надо переходить на осуждение и укорение себя и воспоминания грехов.

*(5.250.4)*

...Не позволяй себе слушать того разговора, в котором пересуживаются чужие дела.

*Прп. Исаия Отшельник (3.142.1)*

## **БЛУЖДЕНИЕ МЫСЛЕЙ И ПУСТОМЫСЛИЕ**

Понаблюдайте за собою и увидите, что большая часть времени проходит у нас именно в... пустомыслии и блуждании мыслей.

*Свт. Феофан, Затворник Вышенский (18.108.5)*

*Отчего начинают блуждать мысли*

Мысли блуждать начинают от умаления страха и охлаждения сердца.

*Свт. Феофан, Затворник Вышенский (18.108.3)*

*Как избавиться от пустомыслия*

Чтобы мысли не блуждали, надо возыметь такое чувство, чтобы быть неисходно в сердце с Богом... и сторонним помыслам места не будет.

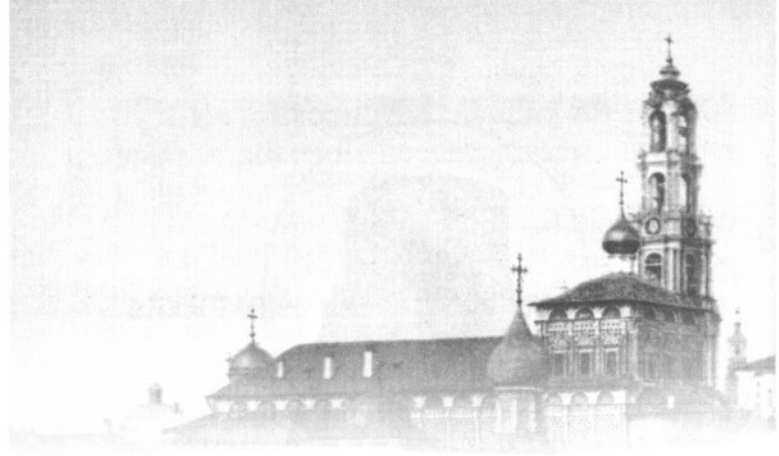
*Свт. Феофан, Затворник Вышенский (18.108.4)*

Ум блуждающий исправляют чтение, бдение и молитва.

*(5.254.8)*



*Святитель Феофан Затворник*







## О СПАСЕНИИ В СКОРБЯХ

### ОТЧЕГО МЫ СКОРБИМ

*Без скорбей в этом мире прожить  
невозможно*

Как живущему на земле невозможно избежать этого воздуха, так человеку, живущему в этом мире, невозможно не быть искушенным скорбями и болезнями.

*Прп. Ефрем Сирий (17.412.3)*

*Почему Господь подвергает и душу и тело  
наше тяжким скорбям и болезням*

При покое, просторе, услаждении плоти, она оживает со всеми своими стра-

стями и наклонностями, а при, тесноте, озлоблении, томлении — умерщвляется со всеми своими страстями; вот почему премудрость и благодать Отца Небесного подвергает и душу и тело наше тяжким скорбям и болезням.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.108.4)*

*Всякая скорбь — от маловерия  
или какой-либо страсти*

Всякая скорбь и теснота происходят от маловерия или от какой-либо страсти, кроющейся внутри, или от другой какой-нибудь нечистоты, зримой Всевидящим, и, значит, от того, что в сердце диавол, а Христа нет в сердце.

Христос — покой, свобода души и свет неизреченный.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.313.1)*

*Мучения — плоды грехов наших*

Бог наш есть Бог милости и щедрот и человеколюбия (Пс. 102, 8 и др.), а не Бог мучения и наказания. Мучения — плоды грехов наших и бесплотных отступников от Бога.

Потому, если ты скорбишь сердечно, вини в том единственно грех и диавола, а лучше себя, потому что и диавол не причинит тебе никакого зла, если не найдет в тебе ничего, к чему бы можно было бы пристать.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.39.3)*

Поистине, все скорби, которые мы претерпеваем, претерпеваем за грехи наши.

*Прп. авва Дорофей (3.116.1)*

Скорби наводятся за прежде содеянные грехи, принося каждому согрешению сродное ему возмездие.

*Прп. Марк Подвижник (3.31.8)*

Хотя Господь и прощает грехи кающихся, но всякий грех требует очистительного наказания. Например, благоразумному разбойнику Сам Господь сказал: «Днесь со Мною будеши в раю», а, между тем, после этих слов перебили ему голени, а каково было ему на одних руках, с перебитыми голеньями, повисеть на кресте часа три? Значит, ему нужно было страдание очистительное.

*(5.216.8)*

Из случающегося с нами печального ничто не постигает нас несправедливо, но все бывает по праведному суду Божию. Иные терпят за свои злые дела, а иные за ближнего.

*Прп. Марк Подвижник (17.418.6)*

*Пока ветхий человек в нас будет жить,  
нам придется много скорбеть*

Иногда только лишь насладишься Господом, а враг вскоре же после того или сам, или чрез людей нанесет тебе крайнюю скорбь. Таков удел работающих в этой жизни Господу. Например, ты упокоился и возвеселился у Чаши Господней, и иногда тотчас после службы встречает тебя огненное искушение, с ним и скорбь; даже у самой Чаши враг делает тебе козни и смущает тебя различными помыслами, и не хочешь, да борись, и хотел бы долго, долго опочить с Господом, да враги не дают. Пока в нас страсти будут действовать, пока ветхий человек в нас будет жить и не умрет, до тех пор нам придется много скорбеть от различных искушений в жизни, от борьбы ветхого человека с новым.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (6.433.1)*

*Когда скорби посылаются грешнику  
по милости Божией*

Если Бог хочет помиловать душу, а она упорствует и не повинуется, но поступает по своей поврежденной воле, то Бог попускает ей скорби, которые она не желала бы иметь, чтобы таким образом эта душа взыскала Бога.

*Прп. авва Исаия (13.406.6)*

Ошибка и заблуждение человечества происходят оттого, что мы не понимаем, как следует, намерение Божие и волю Божию о нас. Господь, по благодати Своей и милосердию Своему, хочет даровать нам вечное блаженство на небе, в Царствии Небесном, а мы, по слепоте своей, более желаем, ищем счастья и благополучия временного на земле. Вот Господь, по благодати Своей и по любви к роду человеческому, и вразумляет нас разным скорбями, и болезнями, и другими бедствиями.

*Прп. Амвросий Оптинский (19.134.3)*

*Отчего иногда душа наша скорбит  
и крушится «без причины»*

Вы выстроили себе дом или обновили себе квартиру — в видах удобнее и просторнее, чище, светлее и веселее пожить; вы сделались богаты или хоть только зажиточны, вся обстановка вашего быта прекрасна, радует вашу душу. Только бы, кажется, вам в мире жить да поживать; но нет: лишь только вы стали наслаждаться плодами земных попечений своих — в вашей душе открывается невиданный дотоле источник скорби, которая могущественно поражает вас, лишая вас вдруг сердечного покоя и утешения, столь для вас вожделенных, вас перестает все занимать, все делается как бы несуществующим; вы чувствуете себя под бременем тяжелой скорби и тоски убийственной. Что это значит? Какие злобные, завистливые силы устремляются на нас тогда, когда мы только заживем в удовольствие себе? Отчего душа наша скорбит и крушится тогда именно, когда, по нашему мнению, ей надо было бы веселиться?

Послушайте меня, ученика Христова: вы думали жить на земле в покое и удовольствии, тогда как земной путь должен быть прискорбным и тесным; вы думали найти свое удовольствие в тленных вещах, а не во Христе, Который един для наших душ есть покой и блаженство вечное — и вот Господь, не хотящий, чтобы мы жили здесь в покое и прохладе и чрез то не забыли единого на потребу — спасения души своей и своего небесного отечества, но желающий, чтобы в нем одном искали покоя и блаженства, — попускает вашему и Божию врагу, диаволу, искушать вас, поражать вашу душу скорбью и тоской, тогда как вся внешняя ваша обстановка призывает вас к наслаждению, утешению и покою. Вы познаете опытом, что всякое земное услаждение — суета и крушение духа и что без Бога, при всех удобствах к внешней счастливой жизни, мы — бедные и жалкие люди; что Христос в сердце — вот наше богатство, наше прекрасное, светлое жилище, наше убранство, вот наш покой и наше утешение.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.394.4)*

*Скорби — естественная потребность  
нашей поврежденной природы*

...Поврежденная природа наша постоянно нуждается, как в противоядии, в скорбях: ими погашается в ней сочувствие к греховному яду страстей, в особенности к гордости... ими выводится слугитель Божий из напыщенного, неправильного мнения о себе, в смиренно-мудрие и духовный разум.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (13.224.9)*

*Скорби находят на нас не только  
по грехам нашим*

Не думай, что всякая скорбь находит на людей по грехам. Ибо бывает, что иные благоугождают Богу, однако ж терпят искушение. И написано не только, что *нечестивии и беззаконницы изженутся* (ср.: Пс. 36, 28), но равным образом и то, что *хотящий благочестно жити о Христе гоними будут* (2 Тим. 3, 12).

*Прп. Марк Подвижник (16.239.4)*

Плоть и мир на спасающихся всегда держит брань. Плоть покоряется постом, а мир до конца гнать будет.

*(5.209.7)*



## *Добрые дела и скорби*

Сделавший что-либо доброе кому жди  
о сем скорбного искушения.

*(5.198.5)*

Чем больше кто совершает добрых  
дел, тем большее число людей оскорб-  
ляют его, потому что восстают на него  
многие злые духи и неправедные люди.

*(5.207.6)*

*Все, что делается ради Бога,  
сопряжено со скорбями*

Все дела, которые делаются ради Бога,  
сопряжены со скорбями.

*(5.218.1)*

Не все подвержены напрасным скор-  
бям, а только Святые, праведные и чи-  
стые сердцем.

*(5.216.7)*

*Почему страдания неизбежны  
в жизни христианина*

Христианин — временный гость,  
странник и пришелец на земле, которого  
неизбежно сопровождает злоба и нена-  
висть со стороны большинства окружаю-

щих его. Страдания так же неизбежны в его жизни, как и в жизни Спасителя.

(5.209.3)

Теперь кровавого мученичества нет, а есть бескровное мученичество: оскорбляют, обижают, клеветуют, осуждают. Все нужно терпеть безропотно.

(5.214.6)

## **ЗНАЧЕНИЕ СКОРБЕЙ В ЖИЗНИ ХРИСТИАНИНА**

*Скорби Господом освящены и возвышены  
превыше всех земных благ*

Богочеловек провел земную жизнь Свою в лишениях и скорбях. Этим Он освятил лишения и скорби истинно верующих в Него, возвысил земные лишения и скорби превыше земного благоденствия.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (13.225.7)*

...Скорби, посылаемые человеку Промыслом Божиим, суть верный признак избрания человека Богом.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (17.414.5)*

*Непрестанные скорби —  
признак особого Божия промысления  
о человеке*

Непрестанные скорби, посылаемые Богом человеку, суть признак особого Божия промысления о человеке. Смысл скорбей многообразен: они посылаются или для пресечения зла, или для вразумления, или для большей славы. Например, заболел человек и скорбит об этом, а между тем этою болезнью он избавляется от большего зла, которое он намеревался сделать.

*Прп. Варсонофий Оптинский (19.150.4)*

*Без скорбей спасение невозможно*

Богом, спасающим нас, устроено так, что никто не обойдется без скорбей, потому что Господу всех хочется спасти, а без скорбей спастись невозможно.

*Прп. Анатолий Оптинский (Зерцалов) (12.277.3)*

*Безропотное терпение скорбей —  
это единственный для нас путь спасения*

Не должны мы поддаваться унынию, ропоту за болезни свои и за скорби, ибо

установлен Богом закон, более твердый, чем небо и земля. Закон, что многими скорбями подобает нам внити в Царствие Божие. А мы в настоящее время пришли в такой период жизни человечества, когда спасаются исключительно только безропотным терпением скорбей, с верою в Бога и надеждою на Его милосердие. Другими путями теперь не умеет спастись никто. Остался для нашего времени только один единственный путь: терпение скорбей. Преподобный Исаак Сирий пишет: «Паче всякой молитвы и жертвы драгоценны перед Богом скорби за Него и ради Его». А всякая скорбь, которую мы принимаем без ропота с мыслью, что она дана нам для нашего спасения и очищения, всякая скорбь при таком отношении к ней вменяется в скорбь ради Господа, крест наш личный преобразуется в Крест Христов, и мы через него спасаемся. Аще со Христом постраждем, то с Ним и прославимся, — говорит апостол Павел.

*(5.182.3)*

Бог не увеселяется никакою добродетелью столько, как когда кто впадает в какую-либо скорбь и терпеливо переносит ее до конца с благодарением.

(5.202.1)

*Лютые огневые скорби  
и великие тесноты —  
средства к очищению наших сердец*

Неохотно, с малодушием, ропотом и хулою на Господа мы терпим лютые скорби своего сердца, не видя пользы, которая должна происходить от благодушного, благопокорного перенесения их.

Мы не хотим видеть, что сердце наше одебелело и заразилось разными страстями, что оно и гордо, и прелюбодейно, и злобно, и лукаво, и пристрастно к земному, и что его не иначе можно очистить, и смирить, и сделать благим и благопокорным Богу, как посредством лютых, огневых скорбей, как посредством великой тесноты.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.391.3)*

## ПЛОДЫ СКОРБЕЙ

### *Смирение и духовный разум*

Невозможно быть сему, чтобы жизнь всю провести без искушений и скорбей, а быть в отраде и без попечения. Тут-то и познавай, что Бог о тебе промышляет, когда посылает скорби и печали, и хочет оными обучить и упрямудрить в духовном разуме. Без скорби ни смириться, ни в духовный разум приити не можем.

*Прп. Макарий Оптинский (19.146,5)*

### *Истребление греха*

Всматривайся в окончательное последствие всякой скорби, и найдешь, что оно заключается в истреблении греха.

*(3.17.3)*

### *Познание истины*

Не отказывайся от скорбей, потому что ими входишь в познание истины...

*Прп. Исаак Сирин (17.433.3)*

### *Укрепление в добродетели*

Не подумай, что можно стяжать добродетель без скорби: жительствующий

в отраде пребывает чуждым духовной опытности.

### *Приближение к Богу*

Невозможно приблизиться к Богу без скорби; без нее и праведность человеческая не сохраняется неизменною.

*Прп. Исаак Сирин (17.414.2)*

### *Достижение совершенства духовного*

Душа приводится в совершенство духовное искушениями и скорбями.

*(5.1821)*

Если будут окружать тебя скорби, то знай, что они отверзнут тебе райскую дверь.

*Прп. Ефрем Сирин (17.462.5)*

### *Какая еще духовная польза заключена в скорбях*

Когда есть прискорбность, тогда есть и польза.

*(5.209.9)*

Переносить что-нибудь горестное так же полезно, как и делать добрые дела.

*Свт. Иоанн Златоуст (5.213.7)*

Молитва, совершаемая в скорби, скорее может быть услышана Богом.

*(5.200.5)*

Благодарить в бедах — заслуга большая, чем давать милостыню.

*(5.199.9)*

### **ЧТО ОЗНАЧАЕТ ЖИЗНЬ ЯВНЫХ ГРЕШНИКОВ БЕЗ СКОРБЕЙ**

Грешников намеренных и произвольных, в которых нет залога к исправлению и покаянию, Господь не признает достойными скорбей, как не принявших учения Христова

*Свт. Игнатий Брянчанинов (17.420.5)*

Кто согрешая не наказывается здесь, тот самый несчастный человек.

*Св. Иоанн Златоуст (5.198.8)*

Если кто, явно согрешая и не каясь, не подвергался никаким скорбям до самого исхода, то знай, что суд над ним будет без милости.

*Прп. Марк Подвижник (17.466.8)*



## О ХРИСТИАНСКОМ ОТНОШЕНИИ К СКОРБЯМ

*Почему истинный христианин должен желать злостраданий внешних, плотских*

Если плотскому человеку легко, то духовному тяжело: если внешний человек цветет, то внутренний тлеет. Вот так противоположны в нас ветхий человек, греховный, плотский и человек новый благодатию Христовою; потому-то апостол и сказал: *Но если внешний наш человек и тлеет, то внутренний со дня на день обновляется* (2 Кор. 4, 16). И это мы часто сами испытываем.

Потому истинный христианин должен желать злостраданий внешних, плотских, мирских; они укрепляют дух его. О ропоте он и думать не должен. Как роптать на то, что приносит пользу его бессмертной душе, хотя и средствами очень противными для его плотского человека!

Болезни, пожары, похищения, бедность, несчастья, войны, голод — часто благодетели душе.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.215.3)*

*Будем надеяться, что выше наших сил  
Господь скорбей не пошлет*

Итак, перенесите вашу скорбь в терпении и выучите сердцем тверже тот урок, который преподает вам Господь чрез вашу скорбь. Не малодушествуйте и не отчаивайтесь в милости Божией: *вмале скорбь и потом опять возсияет радость*. Ибо Господь многомилостив и помнит, что мы перст; что, как трава, дни человека, что он, как цвет полевой — так отцветает (ср.: Пс. 102, 14—15), и не попустит Господь нам быть искушенными больше, чем сколько можем, но в искушении оставит для нас избыток сил, чтобы мы могли перенести (ср.: 1 Кор. 10, 13).

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.394.4)*

*Почему не надо пытаться убежать  
от скорбей*

Если случится тебе скорбь на том месте, где ты живешь, то не оставляй места во время скорби. Если же поступишь иначе, то куда ни пойдешь, везде найдешь то, от чего бежишь. Претерпи, доколе не пройдет скорбь, тогда поди, куда

хочешь, чтобы отшествие твое не причинило соблазна другим и не произвело смущения в жительствоующих в том месте, откуда ты выходишь.

*Изречения безымянных старцев (13.406. 8)*

*Почему скорби надо переносить втайне*

Скорби следует переносить втайне, как всякий подвиг. Тогда мы не лишимся наград на небе. Только с духовным отцом можем говорить о скорбях, прося его совета и молитв — терпеливо понести всякое искушение.

*(5.203 2)*

Милосерд тот, кто не скорбит об отнятом у него и не рассказывает об ущербе.

*(5.211.2)*

*Почему опасно долго оставаться  
без скорбей*

Страшно — долго оставаться без скорбей. Стоячая вода обращается в болото, а бури и ветры освежают ее и возбуждают ее производительность.

*(5.198.6)*

*Постараемся всегда оказать  
полное повиновение воле Божией*

Тщательно внимай себе и содержи себя в непрестанной готовности оказать полное повиновение воле Божией, хотя бы с этим сопряжена была малая или великая скорбь, даже если бы подвергалась опасности жизнь, если бы последовала насильственная смерть. Всегда ожидай великих и страшных искушений, скорбей, напастей, смерти лютой, чтоб они не застали тебя неготовым.

*Прп. Исаия Отшельник (3.139.3)*

## **ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ СКОРБЕЙ**

Кто всем сердцем обращается к Богу и часто Ему молится, тот избегает многих скорбей.

*Прп. Анатолий Оптинский (Зерцалов) (12.277.1)*

*Постараемся не причинять скорби  
другим*

Острое скорби, которое ты вонзишь невинно в чужое сердце, войдет и в твое сердце, по строгому закону возмездия:

*в нюже — меру мерите, возмерится вам*  
(Мф. 7, 2). Не хочешь скорби, не делай ее  
и другому.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.28.2)*

*С духовным отцом будем всегда  
откровенны*

Враг ничего не может посеять там, где  
все открывается духовному отцу.

*Прп. Анатолий Оптинский (Зерцалов) (12.278.4)*

*Будем внимательны в разговорах  
с окружающими*

Если кто порицает и уничижает брата  
своего в присутствии твоём: то не дозволяй  
себе внимать словам злоречия. Иначе по-  
стигнет и тебя неприятность.

*(3.124.6)*

*Постараемся хранить свое сердце  
от привязанности ко всему мирскому*

Хочешь избавиться от печали, не при-  
вязывайся сердцем ни к чему и ни к кому.  
Печаль происходит от привязанности к  
видимым вещам.

*(5.206.1)*

Внимай прилежно, чтоб, приступая к причащению Святым Тайнам, не иметь злобы на брата твоего: иначе нанесешь вред сам себе.

*Прп. Исаия Отшельник (3.1214.4)*

## **КАК ПО-ХРИСТИАНСКИ ПЕРЕНОСИТЬ СКОРБИ**

*Без страха и ропота*

Терпите безропотно все посылаемые Богом скорби. Но не страшитесь страдания и скорби. Ибо они приведут вас к вечным радостям на небесах, подобно тому, как и Господь после страданий и крестной смерти Своей и воскресения Своего вошел в вечную радость Царствия Небесного и по человечеству своему. Кто из святых, начиная с Самой Преподобной Матери Господа нашего Иисуса Христа до последнего праведника, не скорбел в этой жизни и скорбью не вошел в Царствие Небесное? Никто. Все многими скорбями вошли в Царство славы.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (7.43.2)*

## *Терпеливо, покорно, смиренно*

Терпи с благопокорностью воле Божией всякую скорбь, всякую болезнь и немощь, всякий труд, всякую обиду и неприятность, говоря: *да будет воля Твоя* (Мф. 6, 10; Лк. 11, 2), и зная, что благодать Божия ведет все к лучшему для тебя и что всякую неприятность Господь удобно может претворить в счастье и радость.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.388.1)*

Если кто перенесет напасть с терпением и смирением, то она пройдет безвредно для него. Если же предастся печали, смущению, будет обвинять каждого: то обременит себя невыносимой тягостью, усугубляя действие на себя напасти, не получит от напасти никакой пользы, получит вред. Напасти тогда принесут великую пользу, когда переносятся терпеливо, без смущения.

*Прп. Авва Дорофей (3.99.1)*

Ударяемые скорбями христиане должны восходить в преуспеяние посредством

терпения. Таков путь христианского жительства.

*Прп. Макарий Великий (3.8.1)*

Скорби попускаются, чтоб обнаружилось, кто любит Бога действительно. Без терпения скорбей даже благодарная душа не способна к Царствию Божию. Твердое терпение скорбей равночестно мученичеству. Скорби ничего не значат в сравнении с духовными благами.

*Прп. Никон Оптинский (19.153.4)*

Если человек терпит скорби с покорностью воле Божией, исповедуясь во грехах своих, то чрез это избавляется от тяготы вечных мучений. Поэтому лучше потерпим здесь неприятности, как бы они тяжки ни были, возверзая печаль свою на Господа и молясь Ему со смирением, да избавит нас от малодушия и отчаяния, которые хуже всяких грехов.

*Прп. Амвросий Оптинский (19.153.4)*

Господь заповедал нам в терпении нашем стяжать души наши; претерпевый до конца, сказал Он, той спасется. Это значит: спасется не тот, кто какую-либо



одну скорбь перенесет терпеливо, а при других скорбях будет предаваться печали и ропоту; спасется тот, который все скорби, все напасти, какие бы ни попустились ему во время земной жизни, будет благодушно переносить до самой кончины, до дня и часа смерти.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (20.371.1)*

### *С молитвою*

Во время печали надобно отвлекать мысль от предмета печали и занимать ум и сердце молитвой. Не должно смущаться тем, что при сих обстоятельствах молитва несовершенна.

*(5.216.2)*

Во время скорби с благодарения начинайте свою молитву.

*(5.198.1)*

### *С благодарением Господа за все*

За всякую неприятность благодари Бога, помни, что она послана ради пользы твоей.

*(5.215.6)*



*Святитель Игнатий Брянчанинов*

Благодарение Богу за все! Это слово наносит смертельную рану диаволу и во всякой беде доставляет говорящему сильнейшее средство к ободрению и утешению. Не переставайте же никогда его произносить (особенно в скорбях) и научайте тому других.

*Св. Иоанн Златоуст (5.206.10)*

Если он смирится пред Богом и понесет с благодарением иго скорби и искушения: то помощь Божия изъемлет его из затруднительного положения.

*Прп. авва Дорофей (3.101.2)*

...Потеря имущества, или телесная болезнь, или неуспех в делах, или оскорбление, или клевета, или какое-нибудь другое бедствие... не только не повредит нам, но может принести нам величайшую пользу, если мы будем переносить это с благодарностью, и доставит нам большие награды.

*Свт. Иоанн Златоуст (9.457.2)*

В скорбях благодари, и облегчится греховное иго.

*Прп. Нил Синайский (17.458.4)*

...С благодарностью терпи скорби, чтобы ими загладились все твои грехопадения.

*Прп. Нил Синайский (17.459.1)*

Принимай скорби с благодарением и себя укорением, и Господь поможет тебе и простит тебе вся согрешения твоя.

*Прп. Лев Оптинский (19.147.2)*

Великая мудрость — благодарить Бога за все земные скорби как ниспосланные нам Промыслом Божиим во спасение душ наших.

*(5.179.3)*

*Без всякого уныния, отчаяния и паники*

Мы очень оскорбляем волю Господню, когда от горестей, постигающих нас, впадаем в уныние, ропот, отчаяние, печаль, окаменелое бесчувствие. Эти страсти — преддверие геенны огненной. Ни в каком случае и ни при каких обстоятельствах не унывайте. Уныние — это палач, который убивает энергию, необходимую для получения в сердце Духа. Унылый теряет молитву и умирает для подвига.

*(5.203.6)*

Не унывай, борясь с врагом бесплотным, но прославляй в самой скорби и тесноте Господа, удостоившего тебя за Него терпеть борьбу с коварным змием и за Него уязвляться на всякий час; ибо, если бы ты не стал благочестиво жить и усиливаться соединяться с Богом, то враг и не нападал бы на тебя и не мучил бы тебя...

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.83.3)*

Не надо унывать. Пусть унывают те, которые не веруют в Бога, для них, конечно, скорбь тяжела, так как, кроме земных удовольствий, они ничего не имеют, но людям верующим не должно унывать, так как скорбями они получают право на сыновство, без которого нельзя войти в Царствие Небесное.

*Прп. Варсонофий Оптинский (19.150.2)*

Помни: все недостатки в жизни и все скорбное нам полезно и спасительно, а довольство и удачи, и утешения не от Господа — нам вредны. Поэтому никогда не следует унывать, а все случающееся с нами принимать с благодарением, как от руки Божией.

*(5.212.6)*

Не унывай от скорби жизни сей, это — наш удел, это — суд Божий.

*Прп. Никон Оптинский (19.146.4)*

*Почему надо не только не унывать  
в скорбях, но и радоваться*

При покое, просторе, услаждении плоти, она оживает со всеми своими страстями и склонностями, а при тесноте, озлоблении, томлении — умерщвляется со всеми своими страстями; вот почему премудрость и благодать Отца Небесного подвергает и душу и тело наше тяжким скорбям и болезням и вот почему нам должно не только благодушно терпеть скорби и болезни, но и радоваться в них больше, чем в состоянии душевного спокойствия, простора и телесного здоровья, ибо несомненно худо душевное состояние того человека, который не подвергается душевным скорбям или телесным болезням, особенно при обилии благ земных; сердце его неприметным образом плодит из себя все виды грехов и страстей и подвергает его духовной смерти.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.108.4)*

Жизнь дана не на печаль, а на радость, и потому каждый должен стараться всегда быть веселым: это освежает все силы человека: воображение, память, ум.

(5.203.3)

С радостью принимайте всякую неприятность, как врачевство, подносимое Самим Господом, на окружающих вас смотрите как на орудие Божие во благо вам и за ними всегда зрите руку Божию, вам благодетельствующую. И за все говорите: «Слава Тебе, Господи!» Но старайтесь, чтобы это было не на языке только и в мысли, но и в чувстве.

(5.180.5)

Понесем крест свой не со скорбью, а с радостью.

(5.213.3)

*Как настроить себя на радость  
в скорбных обстоятельствах*

В минуты скорби уныния полезно помнить совет преподобного Исаака Сирина: «Содержи всегда в памяти тягчайшие скорби скорбящих и озлобленных (например, в тюрьмах, ссылках и проч.),

чтобы самому тебе воздать должное благодарение за малые и ничего не значащие скорби, какие у себя находишь, и быть в состоянии переносить их с радостью». В скорбях, переносимых с радостью, благодарностью ко Господу, спасающему нас через страдания, скрыта радость духовная, радость восхождения духовного от силы в силу.

(5.182.3)

Если обымут тя скорби — радуйся; ибо ты тогда идешь истинным путем. А кто не отбегает от скорбей и несет оные по силе, тот и получит Царство Вечное.

Будем при обидах радоваться, а не скорбеть, радоваться на том основании, что обретаем благоприятный случай к получению прощения во всех наших согрешениях, прощая ближнему. В этом заключается разум истины.

(5.197.2)

*Когда страдания переносятся легко*

Все святые страдали потому, что они шли путем Спасителя. Который страдал —



был гоним, поруган, оклеветан и распят. И все, идущие за Ним, неизбежно страдают

Чтобы легко переносит страдания, надо иметь веру крепкую, горячую любовь ко Господу, не привязываться ни к чему земному, всецело предаться воле Божией.

(5.196.3)

*Когда страдания не приносят никакой  
духовной пользы скорбящему*

Наказание само по себе не излечивает человека от его греховности; человек может очень сильно страдать, но если эти страдания посланные ему на испытание будут возбуждать в нем злость и ожесточение, если он не будет смиряться и переносить их терпеливо, с покорностью, благодаря Бога за посланное единственно верное средство, могущее довести его до блаженных обителей, а будет возбуждать в себе гнев, раздражение, ненависть ко всякому окружающему, произнося слова отчаяния а может быть даже и проклятия на причины, вызвавшие эти страдания, — то только будет усиливать свою грехов-

ность, прибавляя к старым, не искупленным этими страданиями грехам, еще один из самых ужасных грехов — противление Его Святой воле.

(5.187 3)

*Из воспоминаний преподобного  
Амвросия Оптинского*

В 1840 г. скончалась одна девица и ее не хоронили до прибытия ее духовника. Наконец, только на восьмой день после ее кончины, приехал ее духовник и, приготовившись к служению, хотел похоронить ее на другой день, по кончине ее уже девятый. Во время отпевания лежавшая в гробе очнулась, и когда ее стали спрашивать, что с ней было, она отвечала, что она действительно умирала и видела исполненные неизреченной красоты и радости райские селения. Потом видела страшные места мучения, и здесь в числе мучимых видела свою мать и сестру. Потом слышала голос:

«Я посылал им скорби в земной жизни их для спасения их; если бы они все перенесли с терпением, смирением и благодарением, то за претерпение кратко-

временной тесноты и нужды сподобились бы вечной отрады в виденных тобой блаженных селениях. Но ропотом своим они все испортили».

*Прп. Амвросий Оптинский (5.192.2)*

### *О терпении воровства*

Ты пишешь, что неизвестно, как пропали деньги. Чтобы избежать греха, вернее и лучше ни на кого не думать, а полагать, что это испытание и покушение послано тебе за какой-нибудь грех. Подобные искушения посылаются за непристойные мысли о ближних. В утешение свое помышляй, что пропавшая сумма вменится тебе выше милостыни и благотворения. Когда человек делает какое-либо благотворение или милость, то невольно, незаметно окрадается тщеславием, при пропаже же какой-либо суммы тщеславию места нисколько нет, отстраняется оно скорбным неприятным чувством. Предавайся воле Божией и успокойся.

*(5.191.5)*

# **ДУХОВНЫЕ СРЕДСТВА ПРЕОДОЛЕНИЯ СКОРБЕЙ**

## **НЕСОМНЕННАЯ ВЕРА В БОГА И ПРОМЫСЛ БОЖИЙ**

Чтобы легче переносить страдания, надо иметь веру крепкую, горячую любовь ко Господу, не привязываться ни к чему земному, всецело предаться воле Божией.

*Прп. Никон Оптинский (19.151.6)*

Веруй, что все, относящееся до нас, до самомалейшего, состоит под Промыслом Божиим, — и будешь претерпевать встречающиеся тебе скорби без смущения.

*(3.108.7)*

## **ЗНАМЕНИЕ ЖИВОТВОРЯЩЕГО КРЕСТА**

Когда свет веры или истины Божией живет в твоём сердце, тогда оно покойно, твердо, сильно, живо, а когда он пресеется, тогда оно беспокойно, слабо, как трость, ветром колеблемая, безжизненно. Не обращай внимания на этот сатанинский мрак. Прогоняй его от сердца знамением животворящего креста.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.21.1)*

## **ОТКАЗ ОТ ВОЛИ СВОЕЙ И СОВЕРШЕННОЕ ПРЕДАНИЕ СЕБЯ В ВОЛЮ БОЖИЮ**

Чтобы скорбь не давила мучительно, надо отказаться от своей воли и смириться пред Богом во всех отношениях. Бог желает нашего спасения и строит его непостижимо для нас. Предайся воле Божией, и обретешь мир скорбной душе своей и сердцу.

*Прп. Никон Оптинский (19.152.2)*

## **ДУШЕПОЛЕЗНОЕ ЧТЕНИЕ**

В скорбных случаях читайте книги Св. Отцов; не вините никого (через кого получаете скорбь), ибо они суть орудие Божие.

*(5.206.6)*

### *Для утolenия скорби*

Для утolenия скорби читайте или слушайте чаще акафист Страстям Христовым, Святое Евангелие, более те места, где изображены страсти Христовы. Псалтирь в пятой кафизме («Суди, Господи,

обидающих мя...») и в шестой («Им же образом желает...»), Божией Матери акафист («Всех скорбящих радости»).

(5.203.4)

Во время скорби пусть лежит на столе развернутое Евангелие, в которое почаще поглядывают.

(5.205.7)

### *В гонении от врагов*

Когда ты в гонении от врагов, читай псалмы 3, 53, 58. 142. Выбери из этих псалмов приличные тебе слова, и почаще прочитывай их, а когда берет тебя уныние — прочитывай 101 псалом.

(5.215.2)

### *В напастях*

Когда кто находится в напастях каких бы то ни было, пусть читает молебный канон Божией Матери («Многим содержанием напастями»), и пройдут для него все напасти бесследно к стыду нападающих на него.

(5.204.6)

## МОЛИТВА

### *Молитвенно-сердечное обращение к Богу, Троице Единосущной*

Где бы я ни был, но лишь возведу сердечное око в скорби моей к Богу, Человеколюбец отвечает тотчас же на мою веру и молитву, и скорбь сейчас проходит. Он на всякое время и на всякий час близ меня. Только не видишь, а живо чувствуешь Его сердцем.

Скорбь — смерть сердца; и она есть падение от Бога; широта, спокойствие сердца при живой вере в Него яснее дня доказывает, что Господь постоянно при мне и Он внутри меня живет. Какой ходатай или Ангел избавит нас от грехов или скорбей? Никто, кроме единого Бога. То — опыт.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.14.3)*

Бог близок к скорбящему сердцу того, кто к Нему вопиет в скорби.

*Прп. Исаак Сирин (17.434.1)*

Когда диавол защежит бок неудовольствием, ненавистью на ближнего из-за

чего-либо житейского, плотского, и тяжело мне станет, мучительно, я встану да возведу сердечные очи к Троице и говорю: Отче, Сыне, Душе Всесвятый, помилуй мя... — смотришь: тотчас и легко сделается и убежит враг от вседержавного, приснопоклоняемого имени, как дым исчезнет.

Слава Тебе, Святой, Единосущной, Животворящей и Нераздельной Троице!

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.128.2)*

*Учащенная молитва к Господу,  
Богородице, святителю Николаю...*

Когда окружают скорби, нужно учащать молитвы, чтобы привлечь к себе особенную благодать Божию. Только при помощи особенной благодати можем попираť все временные бедствия.

*Свт. Игнатий Брянчанинов (13.224.3)*

Когда будут скорби и вы будете не в силах перенести их, тогда от всего сердца обратитесь к Господу, Матери Божией, святителю Николаю, святому, имя которого носите, и скорбь облегчится.

*Прп. Нектарий Оптинский (19.154.2)*



Когда скорби обуревают души наши и колеблется сердце наше, смущаются мысли наши, единое прибежище — Господь.

*Прп. Никон Оптинский (19.152.3)*

Святитель Николай и святитель Спирidon — скорые помощники и молитвенники, им дана благодать помогать находящимся в бедах, даже в безвыходных положениях.

*(5.205.12)*

Через терпение мы духовно укрепляемся, вырабатываем силу духа, мужество. А трудно тебе — обратиться с молитвой к мученикам, которые являются образцами терпения, и они тебе помогут нести твой крест до конца.

*(5.199.2)*

*Молитвенное взывание в сердце своем*

Господь — все для меня!

Когда молишься, говори в сердце своем против разных вражиих помыслов и разжжений Господь — все для меня.

Так и во всей жизни при нападении страстей и при всяких налогах вражиих,

в болезнях, в скорбях, в бедах и напастьях, говори: все для меня Господь; я сам не могу ничего сделать, ничего стерпеть, превозмочь, победить, — Он сила моя.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.247.2)*

### *Сокрушенная молитва в храме Божиим*

Посещайте чаще храм Божий, особенно в скорби: хорошо встать в каком-нибудь темном уголке, помолиться и поплакать от души. И утешит Господь, непременно утешит. И скажешь: «Господи, а я-то думал, что и выхода нет из моего тяжелого положения, но Ты, Господи, помог мне!»

*Прп. Варсонофий Оптинский (12.369.1)*

### *Сердечное с верою воззрение на иконы, особенно на иконы Спаса и Богородицы*

Если бы вас кто спросил, зачем вы молитесь иконам бездушным, какая вам от них польза? — скажите, что от икон наших несравненно более получаем пользы, чем от самого доброго и благотворительного человека; скажите, что от икон приходит всегда благодатная сила

и помощь душам вашим, избавляющая вас от грехов, скорбей и болезней, особенно же от икон Спаса и Богоматери; что одно сердечное с верою воззрение на них, как на живых и близ нас находящихся, спасает от лютых скорбей, страстей и мраков душевных, что если прикосновение к ризам Спасителя и платкам апостолов делало больных здоровыми, то тем более лики Спасителя и Богоматери сильны исцелить верующих от всякой скорби, по вере в Господа и Богоматерь.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.326.3)*

### **КАК МОЛИТЬСЯ О СВОИХ ОБИДЧИКАХ**

Заведи себе поминание, запиши туда всех ненавидящих и обидающих тебя (живых и мертвых) и ежедневно поминай их.

*(5.197.4)*

Преподобный Серафим Саровский за оскорбляющих велел ставить свечу за престолу здравии и спасении.

*(5.209.1)*

## *О чем в первую очередь надо просить Бога во время скорбей*

...Приемля удары от Бога, Который с благостию и премудростию устроит жизнь нашу, будем просить у Него сперва познания тех причин, по которым поражает Он нас, а потом избавления от скорбей...

*Свт. Василий Великий (17.438.2)*

Проси Бога не столько о том, чтобы Он избавил тебя от настоящих бедствий, но более о том, чтобы Он дал тебе силы перенести их.

*Св. Иннокентий Московский (5.181.4)*

## **КОГДА СЕРДЦЕМ ОВЛАДЕВАЮТ ВСЕВОЗМОЖНЫЕ СКОРБИ**

### *Теснота*

Если призываешь какого-либо святого с сомнением в близости его к тебе и в слышании им тебя и сердце твое поражится теснотою, переломи себя или, лучше сказать, тотчас же преодолей с помощью Господа Иисуса Христа гнездящегося

в сердце клеветника (дьявола), призви святого с сердечною уверенностью, что он близ тебя в Духе Святом и слышит твою молитву, и тебе сейчас станет легко.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.115.4)*

### *Уныние и тоскливость*

Когда во время молитвы овладевает твоим сердцем уныние и тоскливость, знай, что это приходит от дьявола, всячески старающегося запнуть тебя в молитве.

Крепись, мужайся и памятью о Боге прогоняй убийственные ощущения.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.94.2)*

### *Смушение и какое-то бессилие сердца*

Когда смушение и какое-то бессилие сердца препятствует тебе произносить во время богослужения слова молитв, тогда сочти это смушение и бессилие за мечту вражью (демонскую), отбрось уныние, малодушие и робость и о имени Господни говори не торопясь, спокойно и намеренно громче, и ты одолеешь сму-

щение и бессилие и получишь бодрость и силу.

Верующему и уповающему все возможно. Надо бороться и побеждать.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.386.2)*

### *Лживость и неверие сердца*

Когда на молитве, особенно перед принятием святых Таин, сердце твое будет лживо, исполнено неверия, сделай только усилие произнести от всего сердца слова: «Иисусе Сладчайший, спаси мя», — и вера живая наполнит твое сердце.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (39.3.3)*

### *Убийственный мрак и стеснение сердца*

Во время молитвы бывают иногда минуты убийственного мрака и стеснения сердечного, происходящего от неверия сердца (неверие — мрак).

Не малодушествуй в эти минуты, но вспомни, что если пресекся свет Божественный в тебе, то он сияет всегда во всем блеске и величии в Боге, в Церкви Божией, небесной и земной, и в мире вещественном.

Не думай, что изнемогла истина: она никогда не изнеможет, потому что истина — Сам Бог... Изнемогает в истине только твое слабое, темное, грешное сердце, которое не всегда может переносить напряжение света ее и не всегда способно вместить чистоту ее, — только тогда, когда очищается или очищено от греха, как первой причины духовного мрака. Доказательство тому всего ближе взять от тебя самого.

Когда свет веры или истины Божией живет в твоём сердце, тогда оно покойно, твердо, сильно, живо; а когда он пресекается, тогда оно беспокойно, слабо, как трость, ветром колеблемая, безжизненно.

Не обращай внимания на сатанинский мрак. Прогоняй его от сердца своего знаменiem животворящего креста.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.20.4)*

### *Крайняя тяжесть молитвы и отвращение от нее*

Вот ты молишься, молитва твоя совершается успешно... но вот под конец молитвы из-за самого малого расслабле-

ния твоего сердца и помышлений в твое сердце ввергается какое-то тяжелое бремя, расслабляющий сердце огонь, и ты чувствуешь крайнюю тяжесть молитвы и отвращение от нее вместо прежней легкости и расположения к ней.

Не отчаивайся, друг, — это козни врага, который любит посмеяться над нами, особенно в конце наших благочестивых занятий, чтобы мы впали в уныние и сочли потерянными предыдущие труды свои в святом деле.

Научись из этого вперед не угашать духа своего ни на минуту в продолжение молитвы, — молиться духом и истиною неослабно и не льстить Господу на молитве ни одним словом, то есть ни одного слова не произносить притворно, лицемерно, пусть вся твоя молитва будет одним выражением истины, трубою Святого Духа и ни одним словом не служит лжи вражией...

Не торопись, мирно все говори и делай. Успеешь. Враг торопит и смущает, ибо в смутной торопливости нет толку.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.169.3)*



## УТЕШЕНИЕ В СКОРБЯХ

*Обратимся за утешением и помощью  
в скорби своей ко Господу*

Если вы хотите найти утешение в скорбях, обращайтесь немедленно сердце ваше ко Господу, Единому Утешителю, испытывайте себя, по слову Божию, то есть кайтесь, исправляйте себя, веруйте и сердцем и душою во Иисуса Христа и прибегайте к Нему, как к Единому Спасителю вашему. Чем более вы будете молиться Богу в скорбях, тем скорее ощутите чувство сладкого утешения.

*Прп. Антоний Оптинский (19.147.4)*

В скорбях и искушениях Господь помогает нам. Он не освобождает нас от них, а подает силу легко переносить, даже не замечать их.

*Прп. Никон Оптинский (10.151.7)*

*Несомненно поверим, что сильные скорби —  
это признак особой Божией благодати*

Сильные скорби всегда признак особой благодати Божией, только надо терпеть.  
*(5.205.1)*

...Золотых дел мастер не вынимает золота из горна, пока не увидит, что оно хорошо не очистилось. Так и Бог не отведет этой тучи <скорбей>, пока совершенно не исправит нас.

*Свт. Иоанн Златоуст (17.413.2)*

Не бойся ни горя, ни страданий, ни всяких испытаний: все это посещения Божии, тебе же на пользу. Пред кончиной своей будешь благодарить Бога не за радости и счастье, а в горе и страдания, и чем больше их было в твоей жизни, тем легче будешь умирать, тем легче будет возноситься душа твоя к Богу.

*Прп. Анатолий Оптинский (Потапов) (10.23.1)*

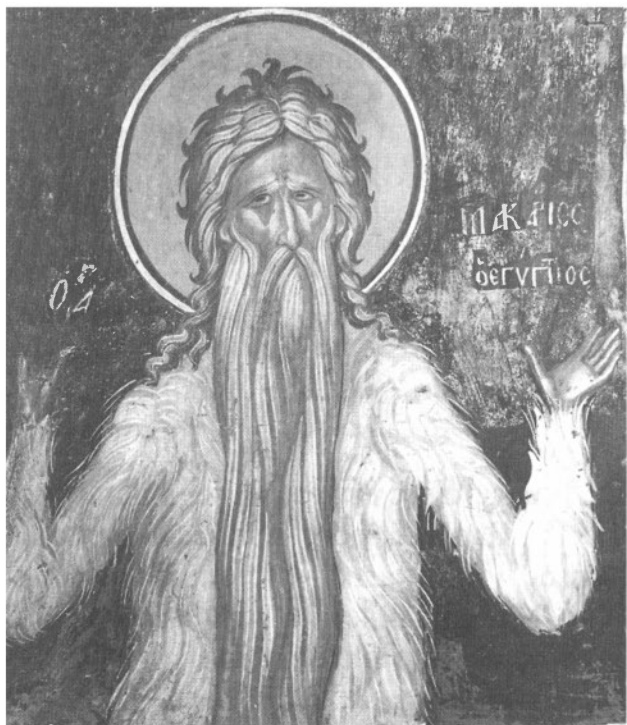
*Постараемся не забывать о том, что:*

Не следует христианам приходить в недоумение при напастях: подвергаться преследованию — неотъемлемая принадлежность истины.

*Прп. Макарий Великий (3.8.1)*

Домостроительство Господа таково, что чем нам вредят, то служит к нашей пользе.

*(5.211.4)*



*Преподобный Макарий Великий*

Великое дело — терпеть оскорбления  
от своих родственников.

(5.205.3)

Душа, не испытанная скорбями, ни-  
куда негожа.

*Свт. Феофан Затворник (17.437.4)*

Если хочешь быть истинным христиа-  
нином. имей и терпи во всем нужду, ибо  
не имеющий нужды — не христианин.

(5.196.7)

За восемьдесят, за сто лет жизни обе-  
щается Царство бесконечное, блаженство  
вечное. Итак, чада, не предавайтесь уны-  
нию. Мы не найдем во всем мире ничего  
такого, что бы могло сравниться с обите-  
лями небесными.

*Св. Антоний Великий (5.193.2)*

*В чем заключается истинный венец  
милости Бога к человеку*

Не в физическом здоровье и не в тлен-  
ном богатстве быстротекущей жизни  
смысл бытия человеческого на земле —  
венец милости к человеку в вечности.

Венец в том, что Господь усыновляет человека и причисляет его к Своему крестному пути правды в ветхом мире, и страдая за рабов своих, страдает в сынах, распространяет пределы Своего Страждущего Богочеловеческого Тела на тела всех сынов своих и страдания Богочеловеческой Души Своей на их души. Так рождается новый мир.

Это великая тайна строительства Церкви, Нового Мира на крови Агнца и агнцев.

(21.279.3)

*Выше страдания правды и безвинного  
страдания нет в мире ничего*

То, к чему мы идем, слишком велико. То, что мы здесь оставляем, слишком ничтожно. В этом мире ничтожны все наши добродетели, ничтожно все наше понимание истины.

И поэтому нет на земле высшей красоты, чем страдание правды, нет большего сияния, чем сияние безвинного страдания.

(21.280.1)





## **О СПАСЕНИИ В БОЛЕЗНЯХ**

### **ПОЧЕМУ МЫ БОЛЕЕМ**

#### **КАК НАШИ БОЛЕЗНИ СВЯЗАНЫ С НАШИМИ ГРЕХАМИ**

*Болезни часто бывают наказанием  
Божьим за наши грехи*

Братия! Мы все бываем больны или несчастны чем-нибудь и все желаем, по естественному закону самосохранения, быть здоровыми и благополучными.

Будем помнить, что болезни наши, будучи часто плодом наших беззаконий, собственной нашей неосторожности или

невоздержной жизни по своему началу, весьма часто бывают наказанием Божиим по своей силе и продолжительности за наши грехи.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (8.85.2)*

Подлинно, между болезнями и грехами существует такая связь: грех губительный для души, вместе с тем разрушитель и для тела...

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (8.85.2)*

Причина болезни — грех, собственная своя воля, а не какая-либо необходимость.

*Прп. Ефрем Сирин (15.214.2)*

...Бог часто наказывает тело за грехи души, чтобы от наказания низшей части и высшая получила какое-нибудь врачевание.

*Свт. Иоанн Златоуст (15.217.1)*

...Испорченность души есть причина болезней телесных.

*Свт. Иоанн Златоуст (15.216.4)*



## *Как наши болезни связаны с грехами наших предков*

Мы рождаемся в определенной семье по Воле Божией. Родителей мы не выбираем, род свой мы не выбираем. Хотим мы или не хотим, нравится нам или не нравится, рождаемся мы в определенной семье, и проблемы этого рода отражаются на нас.

Существуют грехи трех видов: первородный (снимается при крещении, в таинстве крещения), собственные (снимаются в таинстве исповеди и таинстве причастия) и родовые.

В книге «Исход», когда Господь явился Моисею, Он сказал, что прощает любое преступление, если человек в нем раскался, но не оставляет без наказания некающихся в грехах и наказывает детей за особо тяжкие грехи отцов и детей детей до 4-го рода, а у священников даже до 7-го рода.

Хотя дети не виноваты в грехах своих предков, но последствия их несут. То есть мы несем грехи своих предков. Если мы не будем учитывать этот фактор, то ни-

когда до конца не исцелимся и не сможем родить и вырастить нормальное потомство. Если человек следит только за физиологией, то он до конца не излечивается, у него просто снимаются симптомы. Дети до 7 лет почти не болеют, а если болеют, то этим может проявляться то, что они несут проблемы своих родителей. Поэтому, очень важно молиться об упокоении наших предков.

Если удастся их вымолить, когда эти грехи прощаются им, то много проблем снимается и с нас, и, в первую очередь, физических, физиологических, проблем, связанных с болезнями.

Причем эти болезни часто проходят не постепенно, а получается, что человек утром просыпается вдруг абсолютно здоровым. Вот насколько важно отмаливать свой род, насколько это тесно связано с нашим физическим здоровьем.

(22.32.2)

*Почему невозможно избавиться от болезней, не очистившись от грехов*

Расслабленный был принесен к Иисусу Христу, очевидно, для исцеления от

обдержавшей его болезни расслабления. А Иисус Христос лечит сперва душу его от грехов и потом уже тело от болезни. *Чадодо! Прощаются тебе грехи твои* (Мк. 2, 5), а после отпущения грехов сказал ему: *Встань, возьми постель твою и иди в дом твой* (Мк. 2, 11).

Что значит такой способ врачевания? Значит то, что постигающие нас болезни суть следствия грехов наших и что невозможно совершенно избавиться от болезней, не очистившись прежде от грехов, как нельзя уничтожить следствия, не уничтоживши причины.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (8.84.2)*

## **ЧТО ЕЩЕ МОЖЕТ БЫТЬ ПРИЧИНОЮ НАШИХ БОЛЕЗНЕЙ**

*Беспечность, чревоугодие, пьянство,  
бездействие*

...Неужели все болезни от грехов? Не все, но большая часть. Некоторые бывают и от беспечности. Чревоугодие, пьянство и бездействие также производят болезни

*Свт. Иоанн Златоуст (15.217.2)*

## *Расслабление тела пресыщением*

...Болезни происходят от расслабления тела пресыщением.

*Свт. Иоанн Златоуст (15.217.5)*

## *Недостаток наших добрых дел*

Господь недостаток наших добрых дел восполняет или болезнями, или скорбями.

*(5.200.10)*

## *Промысл Божий о нашей предстоящей земной и небесной жизни*

Болезни телесные посылаются человеку от Бога не всегда за грех в наказание, но иногда и по благоволению для освобождения или для предохранения нас от недугов душевных, которые не в пример опаснее телесных.

*Прп. Амвросий Оптинский (19.8.5)*

Бывает, что Бог болезнью укрывает иных от беды, которой не миновать бы им, если бы они были здоровы.

*Свт. Феофан, Затворник Вышенский (15.222.5)*

Болезни попускаются нам иногда за грехи, а иногда — по Благодати Божией, дабы через них стяжать нам вечное блаженство на небе.

(5.221.9)

*Сама наша добродетельная жизнь*

Невозможно, чтобы когда идем путем правды, не встретились бы с нами печаль, тело не изнемогло бы в болезнях и трудах, и пребывало неизменным, если только возлюбим жить в добродетели.

(5.221.5)

## **ЗНАЧЕНИЕ БОЛЕЗНЕЙ В ДУХОВНОЙ ЖИЗНИ ХРИСТИАНИНА**

«Здоровье есть дар Божий, — говорил преподобный Серафим Саровский, — но не всегда бывает полезен этот дар; как и всякое страдание, болезнь имеет силу очищать нас от душевной скверны, заглаживать грехи, смирять и смягчать нашу душу, заставляя одуматься, сознавать свою немощь и вспоминать о Боге. Поэтому болезни нужны и нам, и нашим детям».

(5.220.5)

## ДУХОВНЫЕ ПЛОДЫ БОЛЕЗНЕЙ

*Вразумление и обращение нас, грешников,  
к вере и добродетели*

Люди крайне прельщаются временною сладостию греха и погибают, но Бог по благодати Своей не хочет вечной нашей гибели, а хочет сделать всех участниками блаженства.

Но как это сделать, когда человек не хочет и внимания обращать на будущее блаженство или вечные мучения, и когда он всем существом своим предан развлечениям и удовольствиям земным? Он чувствует в себе полноту сил и думает, что надобно жить здесь как хочется, пока живется. Как заставить его подумать о Боге, о жизни вечной, для которой он создан, как заставить его прибегнуть к вере и добродетели так, чтобы они обратились в жизнь его сердца?

Болезни и страдания в этом случае — самое лучшее средство. Стоит только посмотреть на больного или подверженного какому-нибудь другому несчастью, чтобы убедиться, как благотворны иногда здесь для нас болезни и несчастья. Человек

одумывается при этом посещении Божиим, входит в самого себя, видит, что он ничтожен и скоропреходящ как трава, как цветок полевой (см.: Ис. 40, 6), что все земное — прах и суета, что только Бог и добродетель вечны, что человеку необходимо в этой жизни служить Богу духом и истиною и запасаться добрыми делами для жизни вечной.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (8.85.2)*

Господь послал тебе болезнь не зря, и не столько в наказание за прежние грехи, сколько от любви к тебе, чтобы оторвать тебя от греховной жизни и поставить на путь спасения. Благодарю за это Бога, заботящегося о тебе

*Игумен Никон (Воробьев) (5.228.6)*

### *Примирение с Богом*

Сердце совершенно здорового человека расслабевает для веры и любви к Богу и ближнему и легко вдается в похоти плотские: в леность, нерадение, холодность, чревоугодие, скупость, блуд, гордость; а сердце человека нездорового, или сердце уязвляемое, укрепляется

в вере, надежде и любви и далеко отстоит от страстей плотских.

Вот почему Отец Небесный, пекущийся о нашем спасении, наказывает нас различными болезнями. Тесноты и скорби болезней опять обращают нас к Богу.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.141.4)*

Болезни примиряют нас с Богом и вводят снова в любовь Его.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (5.225.6)*

Нас сближает с Богом скорбь, болезнь, труды. Не ропщи на них и не бойся их.  
(5.222.7)

Воистину телесными болезнями душа приближается к Богу

*Свт. Григорий Богослов (5.224.6)*

### *Здравие души*

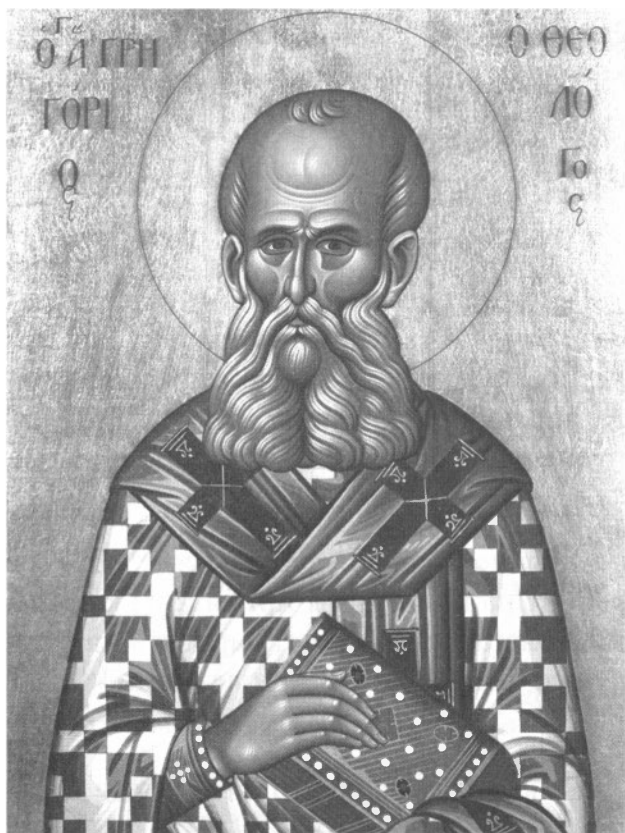
Недуги посылает Бог для здравия души.

*Прп. Исаак Сирин (15.219.5)*

Как лекарство приносит пользу телу, так и болезнь — душе.

*(5.221.6)*





*Святитель Григорий Богослов*

## *Смирение*

Болезнь — вот школа смирения, вот, где видишь, что нищ, и наг, и слеп.

(5.222.1)

### **КОГДА БОЛЕЗНЬ ВАЖНЕЕ ЗДОРОВЬЯ**

Многие болезни Господь исцеляет через врачей и другие средства. Но есть болезни, на излечение которых Господь налагает запрет, когда видит, что болезнь нужнее для спасения, чем здоровье.

(5.223.8)

Мы не знаем судеб Божиих, Он все творит на пользу; мы привязаны к здешним благам, а Он хочет даровать нам будущее благо краткими болезнями.

*Прп. Макарий Оптинский (19.8.1)*

### **КОГДА БОЛЕЗНИ И СТРАДАНИЯ НАМ НЕ В ПОЛЬЗУ**

Страдания, если они озлобляют болящего, не преображая его, не давая благотворной реакции (исправления и благодарения), — только сугубое зло.

(5.233.3)

## **О ХРИСТИАНСКОМ ОТНОШЕНИИ К БОЛЕЗНЯМ**

*Телесные болезни — самый тяжелый вид  
человеческих страданий*

Все самые тяжкие скорби и несчастья переносятся людьми легче, чем тяжкие недуги телесные. Несомненный знаток в деле терзания, мучения людей — сатана — пред лицом Самого Бога засвидетельствовал, что телесные болезни невыносимее всех других несчастий, и что человек, мужественно и безропотно переносящий другие бедствия, может ослабеть в своем терпении и поколебаться в преданности Богу, подвергшись тяжелой болезни.

(5.222.7)

### **КАК НАДО ПО-ХРИСТИАНСКИ ПЕРЕНОСИТЬ БОЛЕЗНИ**

*Терпеливо*

Терпи с благопокорностью воле Божией всякую скорбь, всякую болезнь и немощь, всякий труд, всякую обиду и неприятность, говоря: *да будет воля Твоя*

(Мф. 6, 10; Лк. 11, 2), и зная, что благодать Божия ведет все к лучшему для тебя и что всякую неприятность Господь удобно может претворить в счастье и радость.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.388.1)*

Терпение болезни Господь принимает вместо поста и молитвы.

*(5.225.9)*

*Не только терпеливо,  
но и с благодарением*

Терпение болезни с благодарением выше других исправлений пред Богом; болезнями грехи очищаются, и от страстей избавляемся.

*(5.233.2)*

Великий подвиг — терпеливо переносить болезни и среди них воссылать благодарственные песни Богу.

*(5.222.5)*

*Терпение болезни с благодарением  
равноценно пустынножительству*

Чин болящего и благодарящего велик пред Богом и равен проходящему пу-

стынную жизнь. Благодарим болящий Господа, даровавшего тебе ближайшее средство ко спасению.

(5.221.3)

*Терпеливо, с молитвою благоразумного  
разбойника*

Если тебе приходится переносить сильные напасти, скорби и болезни, то не малодушествуй, не унывай и не ропщи, не желай себе смерти, не говори дерзких речей пред всевидящим Богом, например, таких: о, какая лютая скорбь, о, какая не по силам моим напасть — лучше бы уж умереть мне, или: лучше убил бы я себя! Избави тебя Бог от такого малодушия, ропота и дерзости!

Но все это терпи великодушно, как посланное тебе от Бога за грехи твои, и с разбойником благоразумным повторяй: *Достойная по делам моим приемлю* (ср.: Лк. 23, 41), да взирай мысленными очами на страждущего на кресте Спасителя.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.230.1)*

*Почему болезнь надо принимать  
с благодарностью*

Поражая болезнью телесной наш состав, Господь сокрушает ветхого, греховного, плотского человека, чтобы дать силу новому человеку, которого мы обессилили плотскими делами: чревоугодием, праздностью развлечением, пристрастиями многоразличными. *Когда я немог, тогда силен* (2 Кор. 12, 10).

Надо с благодарностью принимать болезнь.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.371.3)*

*Даже при сильных болезнях  
постараемся не унывать*

Не унывай при сильных искушениях, скорбях или болезнях или преткновениях от смущения вражьего: все это есть обличение и наказание праведное испытующего сердца и утробы Господа к очищению, пробуждению и исправлению твоему, к выжиганию терния плотских страстей, и потому не посетуй, если иногда бывает тебе очень больно. Взирай не

на боль, а на благие последствия этого наказания и на здоровье души.

Чего не делаешь для здоровья тела? Тем более для здоровья и спасения души, имеющей бессмертную жизнь, надо все терпеть.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.198.2)*

Нет иного пути в Царствие Божие, как путь узкий, крестный, поэтому и вы должны не унывать при болезни и слабости, а паче радоваться духом, утешаясь мысленно, что Господь стал к вам ближе теперь, а в будущем и совсем сделает Своими детьми, если до конца останетесь Ему верными, без ропота понесете все скорбное, что Он найдет нужным послать Вам.

Надо чаще призывать имя Божие, становиться пред лице Божие и просить терпения, когда станет слишком тяжело. Как змеи ядовитой нужно остерегаться ропота. Неблагоразумный разбойник ропотом и бранью не только усилил свои муки, но и погиб навеки, а благоразумный сознанием, что достойное по делам

приемлет, и страдания облегчил, и Царствие Божие наследовал.

(5.176.1)

*Постараемся не только не унывать, но и радоваться своей болезни*

Ты болен и болезнь твоя очень мучительна: ты упал духом, уныл; мысли одна другой мрачнее обуревают тебя; твое сердце и твои уста готовы к ропоту, хуле на Бога.

Брат мой! Прими искренний от меня совет: терпи великодушно свою болезнь и не только не унывай, напротив, если можешь, радуйся своей болезни. Чему же радоваться, спросишь, когда ломает вдоль и поперек? Радуйся тому, что Господь взыскал тебя временным наказанием, да очистит душу твою от грехов, *Господь кого любит, того наказывает* (Евр. 12, 6); радуйся о том, что ты теперь не удовлетворяешь тем страстям, которым удовлетворял бы, будучи здоровым; радуйся, что несешь крест болезни и, значит, идешь узким и скорбным путем, ведущим к Царствию.



Болезни, на наши глаза, представляют из себя только одно болезненное, неприятное, ужасное: редко кому из нас во время болезни представляется польза, которую приносит душе нашей болезнь; но у премудрого и всеблагого Промыслителя-Бога ни одна болезнь не остается без пользы для души нашей. Болезни в руках промысла то же, что горькие лекарства для души нашей, исцеляющие страсти ее, худые привычки и наклонности. Не возвратится тоща ни одна болезнь, посланная на нас.

Поэтому надо иметь в виду пользу болезней, чтобы легче и спокойнее можно было страдать. *Страдающий плотию перестает грешить* (1 Пет. 4, 1), сказано в Писании.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.119.2)*

*Постараемся превратить болезнь свою  
в жертву Богу великую*

Ты просишь у Господа, чтобы тебе любить Его любовью, как смерть, крепкой, или до смерти. Внемли, вот Господь посылает тебе лютую внутреннюю болезнь,

приближающую тебя к самой смерти. Не ропщи же на Господа, но терпи ее мужественно, с благодарением Господу за это отеческое Его посещение; и это будет значить то, что ты называешь любовью к Богу, как смерть, крепкой. И при сильных ударах или корчах болезни уповай, что Бог не только от болезни, но и от самой смерти силен избавить тебя, если Ему угодно.

Не пощади, не возлюби для Него тела своего тленного, но отдай его добровольно и всецело Господу, как Авраам сына своего Исаака во всесожжение, в волю наказующего тебя Господа, не теряя веру в благость Божию, не падая духом, не давая и устами безумия Богу, якобы несправедно тебя так сильно наказующему, — и ты принесешь великую жертву Богу, как Авраам или как мученик.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.306.2)*

*За сильной болезнью будем надеяться  
на получение отрады от Господа*

Когда Господь поразит тебя сильной скорбью или болезнью или бедой, тогда

будь благонадежен, что Он верно пошлет тебе и отраду и соответственно твоим страданиям подаст тебе потом благодать мира, силы и радости...

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.197.2)*

## **ЕЩЕ НЕСКОЛЬКО НАСТАВЛЕНИЙ БОЛЯЩИМ**

### *Молитва святого праведного Иоанна Кронштадтского для болящих*

Когда болезнь тяготит тебя, говори с благопокорностью Господу Богу: «Буди со мною во всем воля Твоя: по грехам моим я достоин самых тяжких болезней».

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (11.5.9)*

### *Болезнь и пост*

Больной должен в посты поститься в среду и пятницу, а в остальные дни ему разрешается кушать скоромное, но не мясное.

*(5.230.6)*

### *Болезнь и молитва*

Под предлогом болезни и усталости не оставляй своего молитвенного домаш-

него правила, даже на один день, пока есть в тебе дыхание.

(5.229.1)

Не скорбите, если по болезни иногда не можете выполнить молитвенного правила, и благодарите Бога за болезнь, ибо она то же, что молитва, если без ропота, и с благодарением терпим.

*Старец Арсений Афонский (5.229.6)*

### *Болезнь и богослужения*

Будучи больной, не понуждай себя через силу в церковь, а лежи под одеялом, да твори Иисусову молитву.

*Прп. Анатолий Оптинский (5.225.9)*

Однако же в те часы, в кои идет в церкви служба, лучше не лежать, а усесться на постели, прислонясь, если немощь одолевает, к стене, и так молиться умно и сердечно с полным желанием и бодренностью духа.

*Свт. Феофан Затворник (5.228.7)*

### *Чему надо научиться больному и бедному*

Больной и бедный — не жалуйся и не ропщи на свою судьбу, на Бога и людей,

не завидуй чужому счастью, берегись уныния и особенно отчаяния, покорись всецело промыслу Божию.

(5.225.5)

В болезни учитесь смирению, терпению, благодушию и Бога благодарению.

*Свт. Феофан Затворник (15.225.3)*

### *Как благодарить Бога за выздоровление*

Выздоровливающий после болезни, в особенности серьезной и опасной, должен чувствовать и говорить: «Свыше дарована мне отсрочка, да покаюсь и жизнь свою исправлю по заповедям Христовым».

(5.233.6)

Самая лучшая благодарность Богу за выздоровление от болезней состоит в том, чтобы служить Ему в остальное время в исполнении заповедей Его.

(5.223.3)

### *Благодарственная молитва Спасителю за выздоровление*

Слава Тебе, Господи Иисусе Христе  
Сыне Единородный Безначального Отца,  
едине *изцеляя всяк недуг и всяку язю в лю-*

дех (Мф. 4, 23), яко помиловал мя еси грешнаго и избавил еси мя от болезни моя, не попустив ей развиться и умертвить меня по грехам моим. Даруй мне отныне, Владыко, силу твердо творить волю Твою во спасение души моей окаянной и в славу Твою со Безначальным Твоим Отцем и Единосущным Твоим Духом, ныне и присно и во веки веков. Аминь.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (3.9.5)*

*Если мы будем роптать на болезни  
и скорби*

Если же человек будет роптать на болезни и скорби, будет искать виновника этим скорбям среди людей (околдовали, сделали), бесов, обстоятельств, станет всеми средствами пытаться избежать их, то враг поможет ему в этом, покажет ему мнимых виновников (начальство, порядки, соседи и прочее, и прочее), возбуждает в нем вражду и ненависть к ним, желание мстить, оскорблять и пр., а через это приведет душу такого человека в мрак, отчаяние, безнадежие, желание уйти в другое место, хоть под землю, лишь бы не видеть, не слышать мнимых

врагов, а на самом деле слушая и услаждая действительного смертельного врага своего — диавола, внушающего ему все это и желающего погубить его.

(5.230.5)

*Как по-христиански относиться  
к чародейным средствам оздоровления*

Когда ты подвергаешься тяжелой болезни, и многие будут понуждать тебя облегчить страдания — одни заклинаниями, другие амулетами, третьи какими-либо другими чародейными средствами, а ты ради страха Божия мужественно и твердо переносишь тяготу болезни и предпочитаешь лучше все потерпеть, нежели решиться сбелать что-либо подобное, — это доставит тебе венец мученичества. И не сомневайся, как мученик мужественно переносит муки истязаний, чтобы не поклониться идолу, так и ты переносишь муки болезни, чтобы не нуждаться ни в чем, исходящим от него (идола) и не сделать того, что он повелевает.

*Свт. Иоанн Златоуст (15.218.2)*

## **ХРИСТИАНСКИЕ СРЕДСТВА СПАСЕНИЯ В БОЛЕЗНЯХ**

### **МОЛИТВА, ПОКАЯНИЕ, ЖИВОТВОРЯЩИЕ ТАЙНЫ ХРИСТОВЫ, СОБОРОВАНИЕ**

*Усердная молитва к Отцу Небесному,  
Сыну Божию, Троице Живоначальной...*

Усердная, слезная молитва не только грехи очищает, но и телесные немощи и болезни исцеляет и все существо человека обновляет, и, так сказать, перерождает (говорю с опыта).

О, какой дар неоцененный — молитва! Слава Тебе, Отче щедрот и Боже всяких утех! Слава Тебе, Сыне Божий, едиnorodный, исходатайствовавший нам бесконечное прощение грехов наших! Слава Тебе, Троица Святая, Безначальная, Живоначальная, во веки благословляемая от всех созданий умных!

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.221.3)*

В болезнях прежде врачей и лекарств пользуйся молитвой.

*Прп. Нил Синайский (15.219.2)*



Старец заболевшему своему другу внушал: «Молиться надо чаще: Господи! Дадь ми здесь терпение, а там отпущение».

Всеблагий Господь попускает человеку в этой жизни разные оскорбления и стеснения, болезни и прочее, все это ради того, дабы душу очистить от грехов и вселить в жизнь вечную.

(5.224.3)

*Покаяние с приобщением Животворящих  
Тайн Христовых, соборование*

Братия мои, когда заболеваете, или когда у вас заболевает жена или дети, или кто-либо из родных или знакомых, или слуг, обращайтесь прежде всего с молитвой о помощи к Иисусу Христу, Врачу душ и телес наших, скорому в заступлении всех, с верой к Нему прибегающих; приглашайте в дом духовного отца с Божественными Тайнами Тела и Крови Господней и верьте, что, как Иаир, не будете посрамлены в вашем уповании. Сколько примеров было и при моем духовном требоисправлении, что больные, обра-

щавшиеся прежде всего за помощью к Богу, прибегавшие к покаянию и причащению, быстро поправлялись по приобретении святым Тайнам! Я могу назвать вам многих, сподобившихся такой милости великой Божией.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (9.158.4)*

Некто, бывши смертельно болен воспалением желудка девять дней и не получивший ни малейшего облегчения от медицинских пособий, — лишь только причастился в девятый день поутру Животворящих Тайн, к вечеру стал здоров и встал с одра болезненного. Причастился он с твердой верой.

Я молился о нем, между прочим, так: Господи! Животе наш! Как мне помыслить легко об исцелении, так Тебе исцелить легко всякую болезнь; как мне помыслить легко о воскресении из мертвых, так Тебе легко воскресить всякого мертвеца. Исцели убо раба Твоего Василия от лютой его болезни и не допусти ему умереть, да не предадутся рыданию жена и дети его, — и благопослушливый Вла-

дыка помиловал, а то был на волосок от смерти.

Слава всемогуществу, благодати и благопослушеству Твоему, Господи!

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.299.2)*

Господи! Как я Тебя восхваляю, как я Тебя прославляю за силы Твои, за чудеса исцелений от святых Тайн Твоих, явленные на мне и на многих людях Твоих, которым я, недостойный, преподал после таинства покаяния сии святые, небесные, Животворящие Твои Тайны. Вот они исповедуют предо мною силу Твою, благодать Твою, во всеуслышание говорят, что Ты простер на них чудодействующую руку Твою и подъял их с одра болезни, с одра смертного, когда никто не чаял, что они будут живы, — и вот после причащения Тела и Крови Твоей, Жизнодавче, они вскоре ожили, исцелели, в тот же час и день почувствовали на себе жизнедающую десницу Твою.

А я, Господи, — очевидец дел Твоих — не прославил Тебя доселе во всеуслышание, к утверждению веры людей Твоих, и

не знаю, как и когда прославить Тебя, ибо каждый день занят я какими-либо делами. Ты Сам сотвори Себе имя, Господи, яко же и сотворил еси; Сам прослави имя Твое, Тайны Твоя.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.223.3)*

В болезнях прежде врачей и лекарств, пользуйся молитвами и таинствами, исповедью, причащением и соборованием.

*(5.227.3)*

В болезни, прежде всякого другого дела, должно поспешать очиститься от грехов в таинстве покаяния и в совести своей примириться с Богом.

*Свт. Феофан Затворник (5.222.4)*

В опасных болезнях заботься сперва об очищении своей совести и о спокойствии своей души.

*(5.225.3)*

В болезни должно вопрошать Отцев прежде врачей.

*Св. Варсанофий Великий (5.230.7)*

*Сердечное с верою воззрение на иконы  
Спаса, Богородицы...*

Если бы вас кто спросил, зачем вы молитесь иконам бездушным, какая вам от них польза? — скажите, что от икон наших несравненно более получаем пользы, чем от самого доброго и благотворительного человека; скажите, что от икон приходит всегда благодатная сила и помощь душам вашим, избавляющая вас от грехов, скорбей и болезней, особенно же от икон Спаса и Богоматери; что одно сердечное с верою воззрение на них, как на живых и близ нас находящихся, спасает от лютых скорбей, страстей и мраков душевных, что если прикосновение к ризам Спасителя и платкам апостолов делало больных здоровыми, то тем более лики Спасителя и Богоматери сильны исцелить верующих от всякой скорби, по вере в Господа и Богоматерь.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.326.3.)*

*Духовный рецепт святителя Игнатия  
(Брянчанинова)*

Присылаю вам рецепт духовный и советую вам употреблять предлагаемое лекарство по несколько раз в день, особенно в минуты усиленных страданий, и душевных и телесных.

Уединяясь, произнесите неспешно, вслух самому себе, заключая ум в слова (как советует святой Иоанн Лествичник) следующее: «Слава Тебе, Боже мой, за посланную скорбь, достойное по делам моим приемлю, помяни мя во Царствии Твоем».

Должно произносить молитву крайне неспешно. Сказав молитву однажды, несколько отдохните. Потом опять скажите и опять отдохните. Продолжайте так молиться минут пять или десять, докеле не ощутите вашу душу успокоенною и утешенною.

Причина этому ясна: благодать и сила Божия заключается в славословии Бога, а не в красноречии и многословии. Славословие же и благодарение суть дела, преподанные нам Самим Богом, —

отнюдь не вымысел человеческий. Апостол заповедует делать это от лица Божия: *За все благодарите: ибо такова о вас воля Божия во Христе Иисусе* (1 Фес. 5, 18).

*(20.600.1)*

## О ВРАЧЕБНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

В болезнях обращайся к искусному врачу, которого способности засвидетельствованы всенародно. Но прежде всего молись Богу, чтобы Он просветил взор врача на твою болезнь, и дал успех его врачеванию. Не пренебрегай естественными средствами к своему выздоровлению, иначе ты будешь искушать Бога, когда станешь молиться о продолжении своей жизни. Но не надейся в болезни более на врачей, чем на Бога.

*(5.93.4)*

Врачей и лекарства создал Господь. Нельзя отвергать лечение.

*Прп. Никон Оптинский (19.66.3)*

Монаху не следует серьезно лечиться, а только подлечиваться.

*Прп. Амвросий Оптинский (19.66.4)*

Кто лечится с надеждой на помощь Божию, не на лекарство и лекаря, тот не погрешает.

(5.225.7)

### УХОД ЗА БОЛЬНЫМ

Ухаживай за больным со всяким терпением и усердием, с сердечным участием, утешая страдальца добрым, ласковым, увещательным словом или краткой молитвой. Лови благоприятные минуты, чтобы прочесть для больного что-либо божественное.

(5.235.1)

...Должно вам иметь духовного собеседника, развлекающего Вас от скорби и уныния.

(5.228.4)

Помогайте ближним Вашим болящим, но не думайте, что добро делаете, а из любви и сострадания.

(5.234.4)

Что вы удостоиваетесь послужить болящей, то за сие благодарите Бога; но да не вознесется сердце Ваше о сем; быть



у больной — весьма доброе дело, и заповедь Божия, и долг любви сего требует, но только не выше сил и не с потерей своего здоровья.

(5.236.4)

Перенесение от больной неприятностей много душе принесет пользы.

(5.234.4)

Старайся утешать болящую не столько услугами, сколько веселым лицом.

(5.236.2)

Утешающих тебя в болезни и служащих тебе в ней благодари и моли за них Бога, ходя и лежа. Терпение в болезни Господь принимает вместо поста и молитвы.

(5.233.5)

### **ПОСЕЩЕНИЕ БОЛЬНЫХ**

Будь готов посетить всякого человека, когда он находится в страданиях, трудах и скорбях.

(5.234.7)

*В посещении болящих должна быть  
рассудительность.*

Есть тяжкие больные (после операции, сильно изнуренные болезнью, с переутомленной нервной системой и т. п.), которые тяготятся посещением и страдают, когда к ним обращаются с вопросами, расспросами, вообще с разговорами. Поэтому, прежде чем посетить больного, нужно предварительно узнать от близких к нему — будет ли приятно их посещение болящему.

*(5.235.7)*

### **КОГДА БОЛЕЗНЬ НЕИЗЛЕЧИМА**

Неизлечимые болезни должно лечить с верою, прибегать к Богу и угодникам Его, а когда не получит кто исцеления, то, видно, надобно нести сей крест, посланный на спасение души его.

*Прп. Макарий Оптинский (19.60.5)*

Когда человек будет снискивать дух бодрый, тогда, при всех немощах и недугованиях плоти, может быть спокоен и доволен своим положением.

*Прп. Анатолий Оптинский (19.8.3)*

## **ЕСЛИ МЫ ХОТИМ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ И ДОЛГОЛЕТНИМИ НА ЗЕМЛЕ**

*Будем жить духом*

Если хотите жить долго, живите духом: в духе заключается жизнь: *если духом умерщвляете дела плотские, то живы будете* (Рим. 8, 13), и здесь, и там, на небесах.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.404.2)*

*Сохраним в себе спокойствие духа при всех обидах, неисправностях и неправдах*

Храни в себе спокойствие духа и не возмущайся, не раздражайся никакими противностями, обидами, неисправностями, неправдами, — и вот ты будешь наслаждаться всегда здоровьем душевным и телесным.

Волнения, возмущения, огонь страстей различных порождают в нас множество болезней душевных и телесных.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (8.87.1)*

*Не будем торопиться жить  
плотским образом*

Если хотите быть долголетними на земле, не торопитесь жить плотским образом, пресыщаться, упиваться, курить, блудодействовать, роскошествовать, нежиться: в плотском образе жизни заключается смерть, потому плоть наша и называется в Священном Писании мертвенным, или *ветхим человеком, тлеющим в обольстительных похотях* (Еф. 4, 22).

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.404.2)*

*Научимся соблюдать умеренность  
и здравый смысл во всей своей жизни*

Наблюдайте умеренность и простоту в пище и питии, храните целомудрие, не растрачивайте безумно бальзам своей жизни, не гонитесь за богатством, за роскошью, старайтесь быть довольными и немногим; храните мир со всеми и никому не завидуйте, всех почитайте и любите, особенно же — старайтесь всегда носить Христа в сердце, — и вы в мире и благополучии проживете многие лета.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.404.2)*

Не ешь досыта, не спи досыта, трудись с усердием, молись всем сердцем, будь от души послушен родителям и начальникам, доброжелательствуй всякому, будь доволен всеми, и ты будешь доволен собою, здоров и счастлив.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (2.371.4)*

### *Возлюбим врагов наших*

«Люби врагов своих» искренно, не обращая внимания на их вражду, но — на образ Божий, по коему они сотворены, видя в них себя самого.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.268.2)*

### *Научимся благословлять проклинающих нас*

Имей христианское благоискусство от сердца благословлять проклинающих тебя, да угодишь тем Христу твоему, рекшему: «благословите клянуция вы»

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.268.2)*

### *Научимся отвечать добром на ненависть к нам*

«Делай добро ненавидящим тебя», как сын Отца Небесного, который «благ есть

на безблагодатныя и злыя», веруя, что благим победишь злое; потому что добро всегда сильнее зла.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.268.2)*

*Будем усердно молиться за творящих  
нам напасти*

*Молись за творящих тебе напасть, да молитвою и их избавишь, если Бог благоволит, от лукавства, злобы и козней, и себя избавишь от напасти.*

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.268.2)*

*Не откажем всякому, просящему у нас*

*Всякому, просящему у тебя, давай, и от взявших твое, не требуй назад (Лк. 6, 27, 35, 28, 30), ибо все Божие, и Господь, если восхощет, может все отнять от тебя. Помни, что ты наг сам исшел из чрева матери своей, наг и отыдешь (Иов. 1, 21), и ничего с собою не возьмешь.*

*Если так будешь жить, стяжаешь себе бесценное сокровище мира и любви и долголетен будешь на земле: ибо кроткие наследуют землю и наслаются множеством мира (Пс. 36, 11; Мф. 5, 5).*

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (1.268.2)*

*Научимся выплакивать и выстрадывать  
свои ежедневно совершаемые грехи*

Хочешь быть постоянно здоров и по-  
коен? Выплакивай или выстрадывай  
грехи свои, ежедневно совершаемые, и  
поверь — будешь всегда здоров и по-  
коен.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (11.12.12)*

*Победим многоглавую гидру греха и будем  
здоровы*

*Вот ты выздоровел, не греши больше*  
(Ин. 5, 14), опыт свидетельствует, что грехи  
и страсти разрушают здоровье души и  
тела, а победа над страстями доставляет  
небесное спокойствие душе и здоровье  
телу. Победи многоглавую гидру греха —  
и будешь здоров.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (8.87.1)*

Если мы хотим быть свободны от бо-  
лезней, нам надобно прежде уничтожить  
внутреннюю причину их — грехи: тогда  
внешнее несчастье пройдет само собой.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (8.87.1)*

## ПОЧЕМУ НЕ ВСЕ МЫ ИСЦЕЛЯЕМСЯ

Но не вина времени или места, или веры православной, что не многие ныне исцеляются. Вина в самих людях, в их маловерии, ибо трудно теперь найти искреннюю веру, подобную вере римских военных сотников, упоминаемых в Евангелии и в Деяниях святых апостолов, или вере кровоточивой, или вере хананеянки.

*Св. прав. Иоанн Кронштадтский (9.159.3)*

## УТЕШЕНИЕ В БОЛЕЗНИ

Утешение в болезнях и скорбях должно искать в Иисусе Христе: иначе напрасно будем искать утешение.

*(5.221.2)*

Больному надобно утешать себя чтением Божественного Писания и страданиями Спасителя.

*(5.225.7)*

Когда же будут тебя беспокоить неудобства или болезненные страдания, или что-либо подобное, тогда старайся



не упускать из памяти слова Св. Писания: «Многими скорбями подобает нам внити в Царствие Небесное»

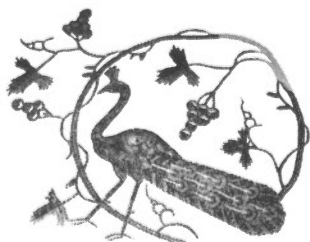
*Прп. Амвросий Оптинский (5.222.2)*

Кто не имеет отрады здесь, и переносит это терпеливо, тот вполне может надеяться, что там, в будущей жизни, получит отраду великую и несказанную.

*Прп. Амвросий Оптинский (5.223.2)*

Чем более в этой жизни мы страдаем от болезней, от преследований, силы врагов или бедности, тем больше наследуем награды в жизни будущей.

*Блж. Иероним (5.228.2)*







## РЕДКИЕ МОЛИТВЫ НА РАЗЛИЧНУЮ ПОТРЕБУ

### КАНОН МОЛЕБНЫЙ КО ПРЕСВЯТОЙ БОГОРОДИЦЕ

*(чтомый во исцеление немощей и болезней)*

Глас 8

Песнь 1

*Ирмос:* Колесницегонителя фараона погрузи,  
чудотворяй иногда Моисейский жезл, крестооб-  
разно поразив и разделив море, Израиля же бег-  
леца пешеходца спасе, песнь Бóгови воспевающа.

*Припев:* Пресвятая Богородица, спаси нас.

Немощи моя и болéзни исцели, Бого-  
родительнице, яко Бóга Слóва плóтию  
рóждшая, Иже страстьми Своими наша

язвы и недуги всех понéсша и неможé-  
ния уврачевáвша.

**Пресвятая Богородица, спаси нас.**

Без болéзней порóждши, Влады́чице,  
болéзни моя́ и тяжкия́ труды́ и утесня́-  
ющия́ мя и соугнетáющия́ отвсю́ду люте́-  
йшия́ скóрби облегчи́, осла́би и посещé-  
нием Тво́им уврачу́й.

Слава: Обрати́ ми плач болéзни моея́ в  
здравия́ ра́дость, тёмное врéтище злорас-  
творéния моего́, Дéво, раздрáвши, свé-  
тлым благорастворéния препоя́ши весе́-  
лием мя, и ра́дования испóлни.

И ныне: Возгнеща́емая срастéй пещь  
йскрами горящими тлетво́рных недуѓ и  
пламенонóсным у́глием разжизáет и опа-  
ля́ет менé огнём темнёишим, но áще оро-  
си́ши мя, Влады́чице, исцелéние росá  
Твоя́ б́удет ми.

### Песнь 3

*Ирмос:* Небеснаго крúга Верхотво́рче, Го́споди,  
и Цérкве Зиждíteлю, Ты менé утверди́ в любви́  
Твое́й, желáний кра́ю, ве́рных утверждéние, еди́-  
не Человеколю́бче.

**Пресвятая Богородица, спаси нас.**

Дівнаго во святых Бóга, Отроковице, родила еси, темже на мне милости Твоя удиві, Пресвятая Чистая, и нестерпимыми болезнями уже умерщвлена оживі мя, молюся.

**Пресвятая Богородица, спаси нас.**

На одре болезни горце лежа, Ты призываю, Дéво: приклоні ухó Твоё мне, потщися спасти мя, скоро еже изытиса огня негасима ныне сёрдцу моему.

Слава: Младоумное отроча юно, сына безчынна жезлом уцеломудривает, наказуя, отец любезный, вем, Человеколюбче; но вельми опальшася мя Рóждшия Тя ради помилуй.

И ныне: Крепкое Ты ограждение и анкиру священную и нерушимое упование стяжах, Владычице; темже мя волнами недуг обуреваема к здравия направи пристанищу тихому.

## Песнь 4

*Ирмос:* Ты моя крепость, Господи, Ты моя и сила, Ты мой Бог, Ты моё радование, не оставль недра Отца и нашу нищету посетив. Тем с пророком Аввакумом зову Ти: силе Твоей слава, Человеколюбче.

**Пресвятая Богородица, спаси нас.**

Ты струю исцелений источила еси, бездну недуг иссушившую и подающую ту не крепость болящим и злострадающим здравие. Темже умучена лютыми болезнями и горькими неможении мя исцели.

**Пресвятая Богородица, спаси нас.**

Да Твоя возведу чудеса, Богородице, и величия Твоя, да исповем в сынех человеческих, Всепетая, Твоя милости, призри благоутробно на мя болезнующа и здравие совершенное ми даруй.

Слава: Изменение немощствующих, здравие удобное и цельба, предложение и отрада сущим в печалех, напастех и скорбех, недуги горчайшими и непрестаемыми труды иживаема мя ущедри, Владычице.

И ныне: Немощное существа человека, Христэ, понесый ради благи, немощи моя многия и болезни милостивно исцели, Благоутробне; на сие молящуюся чисто Ты рождающую стажам Нескверную Богоматерь.

## Песнь 5

*Ирмос:* Вскую мя отринул еси от лица Твоего, Свѣте Незаходимый, и покрыла мя есть чуждая тьма, окайннаго? Но обрати мя и к свѣту заповедей Твоих пути моя направи, молюся.

**Пресвятая Богородица, спаси нас.**

Кроплёными щедрот Твоих неможения моего тину измываючи, чистаго здравия насладитися подаждь ми, Владычице, ибо живот мой помале иждивается и спасения надежды несть мне.

**Пресвятая Богородица, спаси нас.**

В болѣзни лета и в воздыханіих жизнь мою оскудих, и изнеможе крепость телесе моего, Дѣво, зане смятѡшася потоплѣнием многоднѣвным кости моя; темже мя помилуй.

Слава: Тя тёплое предстательство и помощь готовую в скорбех, Отроковице, стяжав, к Твоему прибегаю заступлѣнию: горькия болѣзни, печали несносныя и тяжкую скорбь мою облегчи.

И ныне: Грехми умножаю иныя грехи на всяк день, окайнный, и собираю геенны огонь нестерпимъ всеокайней моей души,

от негоже избáви мя прѣжде искушѣния  
о́наго, Всенепорóчная\*.

## Песнь 6

*Ирмос:* Бѣдна грехóв и прегрешѣний бѹря мя  
смущáет, и во глубинѹ нѹжнаго рѣет мя отчая-  
ния: но Твою́ крѣпкую рѹку мне прострѣй, я́ко  
Петрóви, о Упрáвителю, и спасѣй.

**Пресвятая Богородица, спаси нас.**

Гóрькия пѣщи Вавилóнскія вѣщшее  
огнесожжѣние, и пла́мень знóйнейш по-  
жигáяй, истаявáяй и огонь паля́щ внутрь  
сѣрдца извергáяй, мо́их грехóв веществó  
возгнетѣ мне.

**Пресвятая Богородица, спаси нас.**

Одождѣ ми, свѣтлый и благодáть врѣяй  
óблаче, исцелѣний струй, и истáявшаго  
мя знóем огнеvíцы паля́щія оросѣй, мо-  
лю́ся, и к пѣрвому пáки востещѣ здра-  
вию подáждь ми.

Слава: Воды́ живóтныя истóчнице, гóрь-  
кую и непостоя́нную во́ду болѣзней, тру-  
дóв и страстѣй плотскѣх люте́ обурева́-

---

\* В греческом издании 1848 г. этот тропарь отсутствует.



ющую мя, укротѣ, успѣ, устави, прохла-  
дѣ, и сѣрдце утѣши.

И ныне: Успѣ неусыпною Твоею моль-  
бою болѣзней непрестаема и излиха  
свирэпеющая обхождѣния огневѣчная, и  
зѣльнейшую от них стѣжу утолѣ, занѣ ко-  
сти сокрушает моя.

## Песнь 7

*Ирмос:* Отроцы еврейстии в пещѣ попраша пла-  
мень дерзновенно и на росу огонь преложиша, во-  
пиюще: «Благословѣн еси, Господи Бже, во вѣки».

**Пресвятая Богородица, спаси нас.**

Все на Тебѣ чаяние и надѣжду спасѣния  
всю возверзаю, тѣмже все лѣже болѣзни  
моея, Владычице, на здравие обратѣ.

**Пресвятая Богородица, спаси нас.**

Струю исцелѣний ми излѣй и клоко-  
чую пещь лютыя огневѣцы угасѣ в ко-  
нѣц, Ты бо истѣчник, животѣ вреяй Бо-  
жѣственного сладость.

Слава: Собра безмѣрный ми пламень  
телесѣ многое злорастворѣние, ѣже и ес-  
тѣственную испепелѣ влагу, подобием  
главнѣ\* изсушѣв окаянное моѣ сѣрдце.

---

\* Головни.

И ныне: Еди́на скорбя́щих ра́досте, я́ко скорблю́, ско́ро услы́ши мя; вонми́ душі́ моёй и ми́лости Твоея́ не отврати́ лице́ от мене́, Богороди́тельнице.

## Песнь 8

*Ирмос:* Седмерицею пещь халдѣйский мучитель богочестивым неистовно разжжѣ, сілою же лучшею спасены сѣя видев, Творцу и Избавителю вопіяше: «Отроцы благословите, священницы воспойте, людіе превозносите во вся вѣки».

**Пресвятая Богородица, спаси нас.**

Нов сый разслабленный, мертвец дышущ повержен едва живый, на одре положен есмь, и мне бо одр мой бысть гроб, Владычице, рукама ослаблену, колѣнома и ногѣма. Но обаче аще хощеши, словом мя спасеши еди́нем, я́ко еди́ная Бо́га Ма́ти и Несквѣрная Дѣва.

**Пресвятая Богородица, спаси нас.**

Нестерпимыми недуги и тяжкими немощіи, непрестающими же и неисцельными страстьми люте обуреваемъ, к тихому Твоея ми́лости пристанищу прибе́гох, Дѣво: утиши болѣзней моихъ смятѣние и утоли́ вѣлны скорбей.

Слава: Рáдуйся, благосты́ни исто́чнице, блага́сти пучи́но, человеколю́бия же и мило́сти бѣ́дно, сия́ же и на мне удиви́, и одержа́щаго мя и томя́ща неможе́ния кра́йняго ка́плею благоутро́бия Твоего́ измени́ вско́ре.

И ныне: Рекó благодáти, ба́не исцелѣ́ний, ра́дости и весѣ́лия ча́ше неисчерпа́емая, Богоро́дице Влады́чице, исцели́ и мене́, на одре́ болѣ́зни го́рце повер́жена я́ко бремя́ безду́шно, и пити́е ми раство́ри здра́вия пода́тельное.

## Песнь 9

*Ирмос:* Ужасе́ся о сем не́бо, и земли́ удиви́шася концы́, я́ко Бог яви́ся челове́ком плотски, и чре́во Твое́ бысть пространнейшее небѣс. Тем Тя Богоро́дицу а́нгелов и челове́к чинонача́лия велича́ют.

**Пресвятая Богородица, спаси нас.**

Исцели́ недугую́ща мя лю́те, Богоро́дице, я́ко Бо́га заче́ншая без се́мене, недугую́щих те́лом и душе́ю ма́нием исцеля́ющаго, я́ко да в здра́вии пребыва́я, воспева́ю Тя ра́достно, почествую́ вѣсело и велича́ю свѣ́тло.

**Пресвятая Богородица, спаси нас.**

Яко Мати всех Содетеля, в персть страстей сокрушена мя всего обнові, и ввержена в зѣмлю мя, яко Благая, исправи; вся бо сильна еси творити, Владычице, яко Сильнаго в крепости рождающая, и елика хощеши, Дѣво, вся можеша.

Слава: Исправление падших и немощствующих крепосте, здравие же и исцеление болящих, многогрешна воистину мя и падша душою и телом исправи, Дѣво, здравия сподоби и спасение ми устрой.

И ныне: Болящих скорейшее изменение, немощных готовое утешение, отрадои же в напастех злострадающим, на немощение мое и злострастие многое призри благоутробно, и вонми человеколюбно тихим Твоим, Отроковице, оком.



## **МОЛИТВЫ В ИСКУШЕНИЯХ И СКОРБЯХ**

### **Молитва во время искушений**

Господи, избáви мя от всякаго искушё-  
ния.

### **Молитва об избавлении от искушений прп. Симеона Нового Богослова**

Не попусти мне, Владыко Господи, ис-  
кушение, или скорбь, или болезнь свыше  
силы моей, но избавь от них или дáруй мне  
крепость перенести их с благодарением.

### **Молитвы ко Господу о прощении грехов, заступлении и помощи**

#### *Молитва первая*

Господи Боже мой, Ты знаешь, что для  
меня спасительно, помоги мне; и не попус-  
ти мне грешить пред Тобою и погибнуть во  
грехах моих, ибо я грешен и нéмощен; не  
предай меня врагам моим, яко к Тебе при-  
бегóх, избави мя, Господи, ибо Ты моя кре-  
пость и упование мое и Тебе слава и благо-  
дарение во веки. Аминь.

## *Молитва вторая*

Господи Боже мой, Создáтелю мой, Благодетелю мой, не оstäви мене, Ты мне помоги творíти волю Твою, Ты просвети мои мысленныя очи сердечныя, Ты просвети тьму мою, яко Тобою избавляюся от искушения.

### **Молитва за неверующих, гонителей и презрителей веры**

Господи, обрати к Тебе и сердца врагов наших, если же невозможно ожесточённым обратíтися, то положи преграду злых и защити от них избранных Твоих.

### **Молитва о примирении враждующих**

Владыко Человеколюбче, Царю веков и Подáтеля благих, разрушивший вражды средостёния и мир подавший роду человеческому, дáруй и ныне мир рабом Твоим, вкоренí в них страх Твой и друг ко другу любовь утверди: угасí всяку распрю, отымí вся разгласия соблазны. Яко Ты еси мир наш, и Тебе славу возсылаем, Отцу и Сыну и Святому Духу, ныне и присно и во веки веков. Аминь.

## **Молитвы**

### **о ненавидящих и обидающих нас**

*Тропарь, глас 4-й*

О распённых Тя моли́выйся, любоду́ш-  
не Господи, и рабом Твоим о в́разах моли́-  
тися повелевый, ненавидящих и обидающих  
нас прости, и от всякаго зла и лука́вства  
к братолюбному и добродетельному наста́-  
ви жи́тельству, смиренно мольбу Тебе при-  
носим; да в согласном единомы́слии сла-  
вим Тя, Единого Человеколюбца.

*Кондак, глас 5-й*

Якоже первомученик Твой Стефа́н о  
убивающих его моля́ше Тя, Господи, и мы  
припа́дающе молим: ненавидящих всех и  
обидающих нас прости, во е́же ни единому  
от них нас ра́ди погибнути, но всем спас-  
тися благодатию Твоею, Боже Всещедрый.

## **Молитва**

### **за клеветников и обидчиков**

Господи, помилуй их, не ве́дают бо, что  
творят.

## Молитва о заключенных

*Тропарь, глас 2-й*

Манассію от уз и горькаго заточѣнія  
молитв ради свободѣвый, Всещедрый Бо-  
же, и раба Твоего, нами ныне молящаго-  
ся, от уз и заточения свободѣ, и от всякаго  
злаго обстоянія избави, яко Един Челове-  
колюбец.

*Кондак, глас 5-й*

Яко милосердія Источник и благасти  
Пучина, Христе Боже, не презри в скор-  
бѣх и бѣдахъ Тебе верою призывающихъ, но  
яко щедр, помилуй и от уз скоро свободи,  
да поѣмъ Ти: Аллилуиа.

*Молитва*

Господи Иисусе Христѣ, Божѣ нашъ,  
святаго апостола Твоего Петра от уз и  
темницы без всякаго вреда свободѣвый,  
приими, смиреннѣ молимся, моление  
сіе милостивно во оставление греховъ  
раба Твоего (*имярек*), в темницу всажѣн-  
наго, и молитвами того, яко Человеко-  
любецъ, всесильною Твоею Десницею от



всякаго злаго обстоянія избáви и на  
свобóду изведи́.

### **Молитва в недоумении, как поступать**

Господи, я человек грешный и не разу-  
мёю, как дóлжно, но Ты, Мíлостивый, вра-  
зуми́ мя, как нужно поступить.

### **Покаяние о грехах юности**

Помяни́ щедрóты Твоя́, Господи, и ми-  
лости Твоя, я́ко от века суть. Грех юности  
моея́ и неведения моего не помяни́, ра́ди  
блáгости Твоея́, Господи.

### **Молитва о прощении забытых грехов (прп. Варсонофия Великого)**

Владыко Господи, поскольку и забыть  
свои прегрешения есть грех, то я во всем  
согрешил Тебе, Единому Сердцеведцу; Ты  
и прости мне все по Твоему человеколю́-  
бию; тем-то и проявляется великолéпие  
славы Твоей, когда Ты не воздаёшь греш-  
никам по делам их, ибо Ты препрослáвлен  
во веки. Аминь.

**Молитва,  
когда согрешишь или ошибешься**

Оскорбѣл Тебя, Спасителя моего, прости меня.

**Молитва  
свт. Василия Великого**

Иже на всякое время и на всякий час, на небесѣхъ и на земли покланяемый и славимый, Христе Боже, Долготерпеливе, Многомилостиве, Многоблагоутробне, Иже праведныя любяй, и грешныя милуяй, Иже вся зовый ко спасению обещания ради будущихъ благъ, Сам, Господи, приими и наша в час сей молитвы, и исправи живот нашъ къ заповѣдемъ Твоимъ, души наша освяти, тела очисти, помышления исправи, мысли очисти, и избави насъ отъ всякия скорби, золъ и болезней, огради насъ святыми Твоими Ангелы, да ополченіемъ ихъ соблюдаемыми и наставляемыми, достигнемъ въ соединеніе веры, и въ разумъ неприступныя Твоея славы, яко благословенъ еси во веки вековъ, аминь.

## **МОЛИТВЫ НА ОТГНАНИЕ ЗЛЫХ ДУХОВ И О СОХРАНЕНИИ ОТ ДИАВОЛА**

**Три молитвы, приносимые с началом дня**

### *Молитва первая*

Тебе, Богу и Творцу моему в Троице Святей сла́вимому, Отцу и Сыну и Святому Духу поклоняюся и вручаю душу и тело мое, и молюся: Ты мя благослови, Ты мя помилуй, и от всякаго мирска́го, диавольскаго и телеснаго зла избáви. И даждь в мире без греха преи́тї день сей во славу Твою и во спасение души моея́. Аминь.

### *Молитва вторая*

В ру́це Твоего превеликаго милосердия, о Боже мой, вручаю душу и тело мое, чувства и глаго́лы моя́, советы и помышления моя, дела моя и вся тела и души моея́ движения. Вход и исход мой, веру и жительство мое, течение и кончину живота́ моего, день и час издыха́ния моего, преставле́ние мое, упоко́ение души и тела моего. Ты же, о Премилосе́рде Боже, всего мира

грехами непреодолеваемая Благосте и Незлобие, Господи, мене, паче всех человеков грешнейшаго, приими в рúце защищения Твоего и избáви от всякаго зла, очисти многое множество беззаконий моих, подаждь исправление злому и окаянному моему житию и от грядúщих грехопадéний лю́тых всегда восхищай мя, да ни в чем же когда прогнéваю Твое человеколюбие, íмже покрывай нéмощь мою от бесов, страстей и злых человеков. Врагом видимым и невидимым запрети́, руковóдствуя мя спасенным путём, доведи к Тебе, пристáнищу моему и желаний моих краю. Дáруй ми кончíну христианску, непосты́дну, мíрну, от воздушных дúхов злóбы соблюди́ на Страшном Твоем Суде мýлостив рабу Твоему бóди и причти́ мя одеснóю благословенным Твоим овцам, да с ними Тебе, Творца моего, славлю во веки. Аминь.

### *Молитва третья*

Слава Тебе, Царю, Боже Вседержителю, Íже Божественным Твоим и человеколю́бным прóмыслом сподóбил мя еси́, грешнаго и недостóйнаго, от сна встáти и получи́ти

вход святаго дому Твоего: прими, Господи, и глас моления моего, якоже святых и умных Твоих сил, и благоволи сердцем чистым и духом смиренным приноситься Тебе хвалу от скверных устен моих, яко да и аз общник буду мудрым девам, со светлою свещею души моея, и славлю Тя во Отце и Дусе славиимаго Бога Слова. Аминь.

### Молитвы для защиты от нечистой силы

#### *Мученику Трифону*

О святы́й му́чениче Христо́в Три́фоне, ско́рый помо́щниче и всем к тебѣ прибега́ющим и моля́щимся пред святы́м твои́м о́бразом скоропослу́шный предста́телю! Услы́ши ны́не и на всякий час моле́ние нас, недосто́йных рабо́в твои́х, почита́ющих святу́ю па́мять твою́ во всечестне́м хра́ме сем, и предста́тельствуй о нас пред Го́сподем на всяком ме́сте. Ты бо, уго́дниче Христо́в, в вели́ких чудесе́х возсия́вый, источа́яй цельбы́ притека́ющим к тебѣ с ве́рою и су́щия в ско́рбех челове́ки заступа́яй, сам обеща́лся еси́ прѣжде исхо́да твоего́ от жити́я сего́ тлѣннаго мо-

лѣтисѣ за ны ко Гѡсподу и испросѣ есѣ у Него́ дар сей: а́ще кто в како́й-ли́бо ну́жде, печа́ли и боле́зни душе́вной и́ли теле́сней призы́вати на́чнет свято́е ѡ́мя твоѡ́, той да изба́влен бу́дет от вся́каго прило́га зла́го. И ꙗ́коже ты иногдѣ дщерь царѣву, в Рѣ́ме гра́де от ди́авола му́чиму, исцели́л есѣ, си́це и нас от лю́тых его́ ко́зней сохрани́ во вся дни живота́ на́шего, наипа́че же в день послѣ́дняго на́шего издыха́ния предста́тельствуй о нас. Бу́ди нам тогда помо́щник и ско́рый прогонѣ́тель лука́вых духо́в, и к Ца́рствию Небе́сному предводи́тель. И иде́же ты ны́не предсто́иши с ли́ки святы́х у Престо́ла Бо́жия, моли́ Гѡспода, да сподо́бит и нас прича́стники бы́ти присносу́щнаго весѣ́лия и ра́дости, да с тобо́ю кúпно прославля́ем Отца́ и Сы́на и Свята́го Уте́шителя Ду́ха во ве́ки. Ами́нь.

### **Молитвы о защите от колдунов и чародеев**

#### *Псалом 26*

Господь просвѣщѣние мое и Спаситель мой, кого убою́ся? Господь защитѣ́тель жи-

вота моего, от кого устрасуся? Внегда приближати на мя злобующим, еже снести плоти моя, оскорбляющим мя и враг мои, ти изнемогаша и падоша. Аще ополчится на мя полк, не убойтся сердце мое; аще востанет на мя брань, на Него аз уповаю. Еди́но просих от Господа, то взыщу: еже жити ми в дому Господни вся дни живота моего, зрети ми красоту Господню и посещати храм святой Его. Яко скры мя в селении Своем в день зол моих, покры мя в тайне селения Своего, на камень вознесё мя. И ныне се, вознесё главу мою на враги моя: обыдох и пожрох в селении Его жертву хваления и воскликновения; пою и воспою Господеви. Услыши, Господи, глас мой, имже воззвах, помилуй мя и услыши мя. Тебе рече сердце мое: Господа взыщу, взыска́ Тебе лице мое, лица Твоего, Господи, взыщу. Не отврати́ лица Твоего от мене́ и не уклонися гневом от раба Твоего: помощник мой буди, не отри́ни мене, и не остави мене. Боже, Спасителю мой. Яко отец мой и матери́ моя остависта мя, Господь же восприят мя. Законоположи́ ми, Господи, в пути Твоем, и настави́ мя на стезю́ правую враг моих ради. Не предаждь

мене в ду́ши стужа́ющих ми, я́ко воста́ша на мя свиде́теле непра́веднии, и солга́ неправда себе. Ве́рую ви́дети благода́ Господня на землі живых. Потерпи Господа, мужайся, и да кре́пится сердце твое, и потерпи́ Господа.

### *Псалом 90*

Живы́й в по́мощи Вы́шняго, в кро́ве Бо́га Небе́снаго водворі́тся. Рече́т Го́сподеви: засту́пник мой еси́ и прибе́жище моё, Бог мой, и упова́ю на Него́. Яко Той изба́вит тя от се́ти лóвчи, и от словесе́ мяте́жна, плещма́ Сво́йма осені́т тя, и под криле́ Его́ наде́ешися; ору́жием обы́дет тя і́стина Его́. Не убой́шися от стра́ха но́щнаго, от стрелы́ летя́щая во дни, от ве́щи во тьме прехо́дящая, от сря́ща и бе́са полу́деннаго. Падёт от страны́ твоея́ ты́сяща, и тьма одесну́ю тебе́, к тебе́ же не прибли́жится, оба́че очі́ма тво́йма смóтриши, и воздая́ние грѣшников ўзри́ши. Яко Ты, Го́споди, упова́ние моё; Вы́шняго положи́л еси́ прибе́жище твоё. Не при́идет к тебе́ зло, и ра́на не прибли́жится телеси́ тво́ему, я́ко Ангелом Сво́им заповѣсть о тебе́, сохра́нити тя во всех путѣх тво́их. На рукахъ во́змут тя, да не



когда преткнёши о камень ногу твою; на аспида и васили́ска настúпиши, и попере́ши льва и змíя. Яко на Мя упова́, и изба́влю ѳ; покрýю ѳ, ꙗко позна́ ѳмя Моё. Воззовёт ко Мне, и услы́шу его́, с ним есмь в ско́рби, изму́ его́, и просла́влю его́, долготóю дний испо́лню его́, и явлю́ ему́ спасёние Моё.

### *Молитва Честному Кресту*

Да воскрётся Бог, и расточáтся врази́ Его, и да бежа́т от лица Его ненави́дящии Его. Яко исчезает дым, да исчезнут; ꙗко тает воск от лица огня, тако да погибнут бе́си от лица любящих Бога и знаменúющихся крестным знамёнием, и в веселии глаго́лющих: радуйся, Пречестный и Живо́творящий Крестё Господень, прогоня́яй бе́сы силою на тебе проп́ятаго Господа нашего Иисуса Христа, во ад сше́дшаго и попра́вшаго силу диáволу, дарова́вшаго нам тебе Крест Свой Честный на прогна́ние всякаго супоста́та. О, Пречестный и Живо́творящий Кресте Господень! Помогай ми со Святою Госпожею Девою Богородицею и со всеми святыми во веки. Аминь.

**Молитва о доме,  
докучаемом злыми духами**

Господи Бóже спасения нашего, Сыне Бóга живаго, на херувимех носимый, превыше сый всякаго начáла и вла́сти, и сýлы, и господства: Ты еси́ велий и стра́шный над все́ми сýщими окрест Тебе́: Ты еси́ сотвори́вый зéмлю в крѣпости Твое́й, и испра́вивый вселѣнную в премúдрости Твое́й: трясы́й поднебе́сную от основáний, столпы́ же ея́ неподви́жны: глаго́ляй со́лнцу, и не возсия́ет, звѣзды же запечатле́яй: запреща́яй мо́рю, и изсуша́яй е: егóже я́рость та́ет начáла и вла́сти, и ка́менение сотро́шася от Тебе́. Врата́ ме́д-ная стерл еси́, и вере́й желе́зные сломи́л еси́: крѣпкаго связа́л еси́, и сосúды егó раздра́л еси́: мучи́теля кресто́м Твои́м низложи́л еси́, и зми́я úдицею вочелове́чения Твоегó привле́кл еси́, и úзами мра́ка в та́рtare посади́в связа́л еси́.

Сам úбо Господи, отжени́ и в бѣгство претвори́ всякое диáвольское дѣйство, и всякое сатани́нское нахожде́ние, всякий навет сопро́тивныя и належа́щия сýлы от кро́ва сегó, и от одержи́мых от негó, и от обходя́щих под ним; вся сýщия во домо́у

сем сохранѣй, избавляя их от страха нош-  
наго, и стрелы летящія во дни, от вѣщи во  
тмѣ преходящія, от сряща и дѣмона пол-  
уденнаго. Яко Ты еси Бѣже утверждѣние  
моѣ, крѣпкій обладатель, князь міра, Отец  
будущаго вѣка, и царство Твое царство вѣч-  
ное: и Тебѣ единому есть царство, и сила,  
и слава, со Отцем и Святым Духом, ныне  
и присно, и во вѣки вѣков. Аминь.

### О сугубой молитве св. Архангелу Михаилу

*Пристрастие к винопитию, наркотикам,  
табаку есть греховный навык, во многом опре-  
деляемый воздействием демонов.*

*По святоотеческому учению, первоисточ-  
ник страстей есть темная, бесовская сила.  
«Страсти суть демоны», — говорит преподоб-  
ный Иоанн (сомолитвенник преподобного  
Варсонофия Великого).*

*Но в таком случае, логично было бы прибе-  
гать в брани против духов злобы поднебесной  
(Еф. 6, 12) к тому, кого русская церковная тра-  
диция называет «демонов прогонителю», кто  
низверг с Небес главного демона, самого диа-  
вола, — к святому Архистратигу Божию Миха-  
илу, охранителю от «смущения диавольского»,  
«сети ловящих и всякого зла...»*

*Именно по этой причине в данное издание помещена молитва святому Архангелу Михаилу Грозному Воеводе Небесных Сил, заступничеством которого, как духовным щитом, ограждали себя наши благочестивые предки.*

**Молитва  
святому Архангелу Михаилу**

О святы́й Арха́нгеле Михаи́ле, помилуй нас, грѣшных рабъ Божиих (*имя*), требующих твоего заступления, и сохрани нас от всех видимых и невидимых враг, отженіи от нас стра́сти диавольскіе, на погѣбель души сущіе, па́че же подкрепи от ужаса смертнаго и от смущения диавольскаго и сподоби нас непосты́дно предста́ти Создателю нашему в час Стра́шнаго и пра́веднаго Суда Его. О всесвяты́й вели́кий Архистрати́же Михаиле, Ангеле Хранитель Земли Русской, испра́ви души наши на путь вѣчен, не презри нас, грешных, молящихся тебе о по́мощи и заступле́нии твоёмъ в ве́це сем и в бу́дущем, но сподоби нас та́мо кúпно с тобою сла́вити Отца и Сына и Святаго Духа во веки веков. Аминь.

# Список использованной литературы

## І. стр. 17–123

1. Иоанн Кронштадтский, праведный. Моя жизнь во Христе. СПб., 1893. Т. 1.
2. Иоанн Кронштадтский, праведный. Моя жизнь во Христе. СПб., 1893. Т. 2.
3. Сокровищница духовной мудрости. Издание МДА и Введенской Оптиной Пустыни, 2004. Т. 5. (Кротость).
4. Оптинский цветник. Изречения преподобных старцев Оптинских. М.: Православный Свято-Тихоновский Гуманитарный Университет, 2007.
5. Преподобные старцы Оптинские. Жития и наставления. Свято-Введенская Оптина Пустынь, 2001.
6. Ответы отца Иоанна Кронштадтского на вопросы о духовной жизни. Составил митрополит Вениамин (Федченков). М.: Православный приход храма иконы Казанской Божией Матери в Ясенево, 2000.
7. Преподобный Силуан Афонский. Свято-Троицкая Сергиева лавра, 1999.
8. Житие иеромонаха Иосифа. М.: Изд. Введенской Оптиной Пустыни. 1995.
9. Год семьи. Православный календарь на 2009 год. СПб.: Сатисъ. Держава, 2008.
10. Паисий Святогорец. Письма. Свято-Троицкая Сергиева лавра, 2001.
11. Буклет «Оптина Пустынь». Издание Свято-Введенской Оптиной Пустыни, 1997.
12. Полный православный энциклопедический словарь. СПб.: Издательство П.П.Сойкина. Т. 1, 1992.
13. Симфония по творениям святителя Игнатия, епископа Кавказского и Черноморского. М.: Сретенский монастырь, 2001.
14. Духовная брань: Сборник. — М.: Традиция, 1993.
15. Н. Е. Пестов. Современная практика православного благочестия. СПб.: Сатисъ. 2001.

16. Великие мысли, кратко реченные. Сборник. СПб.: «Общество святителя Василия Великого», 2001.
17. Непознанный мир веры. М.: Издательство Сре-тенского монастыря, 2012 г., 448 с.: ил.
18. Сокровищница духовной мудрости. Издание МДА и Введенской Оптиной Пустыни, 2007. Т. 8. (Про-шение).
19. Сокровищница духовной мудрости. Издание МДА и Введенской Оптиной Пустыни, 2005. Т. 7. (По-каяние).
20. О терпении скорбей по учению святых отцов. Собранное святителем Игнатием Брянчаниновым. М.: Сретенский монастырь, 2000.
21. Душеполезные поучения преподобных Оптин-ских старцев. Свято-Введенская Оптина Пустынь, 2003. Т. 2.
22. Душеполезные поучения преподобного Макария Оптинского. Свято-Введенская Оптина Пустынь, 2006.
23. Беседы великих русских старцев. Трифонов Пе-ченгский монастырь. М.: «Ковчег», 2003.
24. Сокровищница духовной мудрости. Издание МДА и Введенской Оптиной Пустыни, 2005. Т. 2.
25. Симфония по творениям святителя Иоанна Златоустого. М.: «Дар», 2006.
26. Закон Божий. Спасо-Преображенский Валаам-ский ставропигиальный монастырь, 1991.
27. Великий пастырь. Краткие поучения. Пророче-ства о России. — М.: «Ковчег». 2008. 192 с.
28. Нужно жить нелицемерно. Духовные поучения преподобных старцев Оптинских. Свято-Введенский монастырь. Оптина Пустынь, 1997.
29. Симфония по творениям Амвросия, старца Оптинского. М.: «Дар», 2006.
30. Михаил Шполянский, священник, состави-тель. Письма о спасении. М.: «Образ», 2005.
31. Во исцеление души и тела. М.: Трифонов-Печенгский монастырь, Новая книга, Ковчег, 2000.

32. Никон (Воробьев), игумен. Письма духовным детям. Издательство «Сардоникс», 2003.

33. Главное — быть с Богом! По творениям архимандрита Иоанна (Крестьянкина). М.: «Благосвет», 2009.

34. Василий Дворцов. Манефа. — М.: «Ковчег», 2011. — 320 с.

35. Сокровищница духовной мудрости. Издание МДА и Введенской Оптиной Пустыни, 2005. Т. 6.

36. Сокровищница духовной мудрости. Составитель прот. Михаил Нейгум. М.: «Русь», 2002.

37. Как воспитать свою душу. Смирение и кротость в нашей повседневной жизни. — М.: «Ковчег», 2013.

38. Об искушениях, скорбях, болезнях и утешение в них. М.: «Паломник», 2000.

39. Год со святым праведным Иоанном Кронштадтским. Сост. Т. А. Соколова. М.: Изд-во Сретенского монастыря, 2006.

40. Святой праведный Иоанн Кронштадтский. Мысли христианина. М.: Правило веры, 1998.

41. Сокровищница духовной мудрости. Издание МДА и Введенской Оптиной Пустыни, 2008. Т. 10. (Смирение).

42. Полное собрание сочинений протоиерея Иоанна Ильича Сергиева. Т. 2. Издательство Л. С. Яковлевой. Общество ревнителей прославления святых царственных мучеников. СПб., 1994.

43. Сергей Филимонов, священник. Церковь, больница, больной. СПб.: 1999.

44. Святой праведный Иоанн Кронштадтский в воспоминаниях самовидцев. Сборник. М.: Отчий дом, 1997.

45. Душеполезные поучения преподобного Амвросия Оптинского. Свято-Введенская Оптина Пустынь, 2002.

46. Иоанн Сан-Францисский, архиепископ. Апокалипсис мелкого греха. М.: «Лепта-Пресс», 2005.

47. Новый Завет с толкованием блж. Феофилакта Болгарского. Том 1. Святое Евангелие от Матфея. М.: «Ковчег», 2007. 554 стр.

48. Александр Круглов, священник. Последняя война. М.: «Просветитель», 2004.

49. Душевный лекарь. М.: Издательство им. свт. Игнатия Ставропольского, 2003.

50. Дневник последнего старца Оптиной Пустыни иеромонаха Никона (Беляева). СПб.: Сатись, 1994.

51. Собрание писем Оптинского старца иеросхимонаха Амвросия к монашествующим и мирянам. М.: Паломник, 1995.

52. Житие и поучения иеросхимонаха Анатолия (Зерцалова). М.: Изд. Введенской Оптиной Пустыни, 1994.

53. Житие схиархимандрита Моисея. М.: Изд. Введенской Оптиной Пустыни, 1992.

54. Преподобный Исаак Сирин. Азбука духовная. Изд. Элелн, 1998.

55. Сокровищница духовной мудрости. Издание МДА и Введенской Оптиной Пустыни, 2004. Т. 3.

## **II. стр. 125–335**

1. Иоанн Кронштадтский, праведный. Моя жизнь во Христе. СПб., 1893. Т. 1.

2. Иоанн Кронштадтский, праведный. Моя жизнь во Христе. СПб., 1893. Т. 2.

3. О терпении скорбей по учению святых отцов. Собранное святителем Игнатием Брянчаниновым. М.: Сретенский монастырь, 2000.

4. Преподобный. Силуан Афонский. Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 1999.

5. Об искушениях, скорбях, болезнях и утешение в них. М.: «Паломник», 2000.

6. Святой праведный Иоанн Кронштадтский. Мысли христианина. М.: Правило веры, 1998.

7. Ответы отца Иоанна Кронштадтского на вопросы о духовной жизни. Составил митрополит Вениамин (Федченков). М.: Православный приход храма иконы Казанской Божией Матери в Ясенево, 2000.

8. Полное собрание сочинений протоиерея Иоанна Ильича Сергиева, т. 2. Издательство Л. С. Яковлевой.



Общество ревнителей прославления святых царственных мучеников. СПб., 1994.

9. Сергей Филимонов, священник. Церковь, больница, больной. СПб.: 1999.

10. Буклет «Оптина Пустынь». Издание Свято-Введенской Оптиной Пустыни, 1997.

11. Год со святым праведным Иоанном Кронштадтским. Сост. Т. А. Соколова. М.: Изд-во Сретенского монастыря, 2006.

12. Преподобные старцы Оптиные. Жития и наставления. Свято-Введенская Оптина Пустынь, 2001.

13. Симфония по творениям святителя Игнатия, епископа Кавказского и Черноморского. М.: Сретенский монастырь, 2001.

14. Великие мысли, кратко реченные. Сборник. СПб.: «Общество святителя Василия Великого», 2001.

15. Сокровищница духовной мудрости. Издание МДА и Введенской Оптиной Пустыни, 2005. Т. 2.

16. Сокровищница духовной мудрости. Издание МДА и Введенской Оптиной Пустыни, 2004. Т. 5.

17. Сокровищница духовной мудрости. Издание МДА и Введенской Оптиной Пустыни, 2008. Т. 9.

18. Сокровищница духовной мудрости. Издание МДА и Введенской Оптиной Пустыни, 2007. Т. 8.

19. Нужно жить нелицемерно. Духовные поучения преподобных старцев Оптиных. Свято-Введенский монастырь. Оптина Пустынь, 1997.

20. Во исцеление души и тела. — М.: Трифоно-Печенгский монастырь; Новая книга; Ковчег, 2000.

21. Иоанн Сан-Францисский, архиепископ. Апокалипсис мелкого греха. М.: «Лепта-Пресс», 2005.

22. Здоровье по Чичагову. М.: Издательство «Благословение», Техинвест-3, 2013.





**Русь Святая!**  
**Храни веру Православную,**  
**в нейже тебе утверждение.**

Формат 70×90<sup>1</sup>/<sub>32</sub>.

Печать офсетная. Бумага газетная.

Гарнитура «NewtonС». Объем 11,5 л.

Тираж 3000 экз.

Издательство «Ковчег».

Москва, Савеловский проезд, д. 8

**Оптовая и розничная книжная торговля**

Сергиев Посад +7 (496) 551-08-47

**Книжный интернет-магазин издательства «Ковчег»:**  
**[prav-knigi.ru](http://prav-knigi.ru)**



Господи,  
спаси нас от всякия  
скорби, гнева и нужды!



С Божией помощью

