

МОНАХ СИМЕОН АФОНСКИЙ

**РАБЫ УМА**

**И**

**ПОБЕДИТЕЛИ**

**СМЕРТИ**



## Оглавление

Введение .....	3
Глава 1. Рабы ума .....	3
Глава 2. Невежественный ум.....	6
Практические наставления .....	9
Глава 3. Необузданный ум.....	10
Практические наставления .....	12
Глава 4. Рассеянный ум .....	13
Практические наставления .....	16
Глава 5. Ослабленный ум .....	17
Практические наставления .....	20
Глава 6. Самодовольный ум .....	21
Практические наставления .....	25
Глава 7. Собранный ум .....	25
Практические наставления .....	29
Глава 8. Совершенный ум .....	29
Практические наставления .....	33
Глава 9. Победители смерти.....	33
Глава 10. Обожение и самообожествление.....	38
Глава 11. Спасительная воля и самоволие.....	42
Глава 12. Заметки для памяти .....	46
Эпилог.....	50

## Введение

В искреннем смирении и недостойности лобызая стопы возлюбленного Христа, совершенство всего благого, истинного Бога нашего, озаряющего нас совершенной полнотой нетварного света, и в глубоком благоговении молюсь неизмеримой Любви и бесконечной мудрости Троидного Бога собрать всех нас, Его детей, под благодатный покров Святости и Спасения, не оставив никого лишенным Его неисчислимых милостей и щедрот, даровав слезы утешения — скорбящим и плачущим, неисходную молитву — подвигающимся и молящимся и нескончаемую Любовь — всем воздыхающим и любящим Его.

Тем, кто не окутан темнотой недоверия, Тем, кто не лишен рассуждения, способного различать добро и зло,

Тем, кто не оставил попыток постичь смысл человеческой жизни,

Посвящены эти краткие главы об уме, составленные в уединении.

м. Симеон

## Глава 1. Рабы ума

*«Кто учит иному и не следует здоровым словам Господа нашего Иисуса Христа и учению о благочестии, тот горд, ничего не знает, но заражен страстью к состязаниям и словопрениям, от которых происходят зависть, распри, злоречия, лукавые подозрения, пустые споры между людьми поврежденного ума, чуждыми истине, которые думают, что благочестие служит для прибытка. Удаляйся от таких».*

*1 Тим. 6. 3-5.*

Человек — это существо умное, имеющее возможность стать существом духовным. «Мы... обоженные, становимся богами по дару Божию». (Прп. Каллист Ангеликуд). Полагая, что мы — ум, мы становимся рабами его деятельности. Постигая, что мы — Дух, мы обретаем Спасение во Христе. Христос есть Бог и заповеди Его есть откровения Духа, победителя греха и смерти, ибо Христос победил мир. Такими же победителями должны стать и мы, Его духовные дети.

Мирская жизнь подобна тополиному пуху, который уносит бурный ветер, так и мы блуждаем в мире, гонимые нашими грехами. Все, что нам приходится встречать в жизни, это последствия наших грехов и добрых поступков, которые мы считаем существующими независимо от Божественной воли. Такие последствия предстают пред нашим взором как различные обстоятельства: дурные или хорошие и враждебные или дружеские взаимоотношения с нашими близкими. В этих обстоятельствах душа учится Евангельскому общению с окружающими ее людьми. Благодаря приобретенному она опыту приготавливается ко встрече с Самим Богом. Отказываясь приобретать такой опыт, она отказывается и от Бога.

Если мы ошибаемся относительно Бога, то мы ошибаемся во всем. Если же наше сердце постигает Бога, то нам уже нет нужды постигать все остальное. Оно лишь

прилагается к Нему, не имея самостоятельного существования. Правильнее говорить, что мы существуем в Боге, а не Бог в нас, но нам легче постичь Его, когда мы углубляемся в сокровенные глубины нашего сердца. Бог пребывает в нем недвижимо, но когда ум омрачается страстями и помыслами, нам представляется, что Бог уходит от нас. Если ум отвлекается от созерцания Бога, может показаться, что ум также далеко уходит от Него, но на самом деле никто и никогда не может отдалиться от Бога.

Бог никуда не движется, но в Нем есть движение. Оно проявляется как энергии, которые нами воспринимаются в виде звука и цвета. Мы воспринимаем звуки, но они нам ни о чем не говорят. Мы различаем цвета, но они ничего не означают. Когда мы обращаем к звукам наш ум, он начинает различать их, выделяет в звуках слова, и в ответ на них в нас рождается радость или страдание. Когда мы устремляем к многообразным проявлениям цвета наш ум, он различает в них безчисленные образы и мы накапливаем знание об этих образах, соединенное с заблуждением. То же самое относится и ко всем ощущениям. Лишь тот, кто стяжал благодать Святого Духа, постигает в звуках Небесную гармонию, а обретший в благодати духовное зрение видит в бесконечном множестве образов совершенную красоту Божественного творения.

Бог пребывает недвижимым, но Он сообщает всему живому Мудрость, Любовь и Блаженство. Ибо Он и есть Мудрость, Любовь и Блаженство как Отец, Сын и Святой Дух. Так как нам представляется, что мы утратили связь с Богом, ум необходимо вернуть в сердце покаянием и молитвой, чтобы постичь истину того, что наша сокровенная связь с Богом никогда не прерывалась. Когда мы во всей полноте постигаем присутствие в нас Бога, видимый мир предстает перед нами в совершенной чистоте и одухотворенности Божественной благодати. Это можно назвать опытным обретением совершенной веры в Святую Троицу, являющейся Причиной тварного мира.

Именно таким является для нас разрешение всех трудностей и проблем, в результате чего обретается неразрушимое и непреходящее Спасение во Святом Духе. Знать Бога означает знать все. Суметь решить одну проблему в Духе, значит уметь решать все проблемы, какими бы сложными они не представлялись. Решить хотя бы одну проблему с помощью Святого духа значит постичь, что нет ничего, что было бы независимо от Бога. Ибо лишь в Нем решается всякая трудность, побеждается всякий грех и преодолевается все, даже смерть.

Когда мы пребываем в благодати, ум становится ясным, тело не совершает импульсивных греховных действий, душа наполняется совершенным миром, которому нет конца. Основная цель духовной практики — пребывание во Святом Духе, где уже не требуется что-то развивать и совершенствовать. В Нем все благие качества существуют изначально и через Него нам возвращается наше духовное сыноположение и богоподобие в вечности.

Мы стяжаем добродетели и чистоту сердца слезами, потом и кровью, но восполняет их и доводит до совершенства благодать Христова, потому что Христос есть Божественное совершенство и полнота всего благого. Молитвенная практика способствует возвращению ума внутрь и утверждению его в светоносной благодати, которая приносит с собой совершенный мир и Спасение от греха. Борьба с рас-

сеянностью ума и нежеланием его пребывать посреди нас, в сердце, где пребывает Христос, возвращает ум в сердце и приводит к обретению нашего уподобления Христу. В Нем нет борьбы ни с чем и нет необходимости что-то достигать и сохранять. Христос есть победитель ада и смерти, в Котором мы находим ответы на все наши вопросы. Вся суть наших духовных стяжаний — научиться жить в благодати Святого Духа, где отсутствуют всякие проблемы. Они решаются только в Любви и через Любовь.

Мы поглощены ложной борьбой в мире за наше существование, в котором ошибочно видим врагов и желаем защищать себя от их агрессии. Нам нужно всего лишь обратить взор вспять, в самих себя, и утвердиться во Святом Духе, в Котором нет никаких врагов. Ум диктует нам, как его рабам, свою злую волю и заставляет нас биться с людьми за этот тленный мир, но Любовь не борется ни с кем. Любовь желает всем Спасения и направляет всякого человека к вечной Жизни. Она не вступает в борьбу с людьми и против людей, ибо Любовь «долготерпит, милосердствует, любовь не завидует, любовь не превозносится, не гордится, не безчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла, не радуется неправде, но сорадуется истине...»

Мы увязли в мире своими бесчисленными грехами, которые нам представляются дурным стечением обстоятельств и происками врагов. Наши собственные внутренние проблемы стали неблагоприятными обстоятельствами, побуждающими нас опомниться и вернуться к стяжанию духовного мира и Любви в нас самих, с помощью Святого Духа. Поэтому вывод из всего многострадального опыта наших жизненных поисков может быть лишь один: плохих людей нет, есть лишь наши плохие обстоятельства.

Основа всех добрых дел — стремление к Спасению и память о смерти, а молитва — их корень. Когда мы овладеваем непростым умением пребывать в благодати снова и снова, она становится для нас более ощутимой и реальной, чем этот преходящий и ненадежный мир, который кажется нам существующим независимо от нас и несущим угрозу нашему благополучию. Когда мы утверждаемся в благодати, ум перестает увлекаться своей мысленной деятельностью, связанной с чувственным миром. Он возвращается сам в себя, преображаясь под воздействием нетварного света благодатим в новое существо во Христе. Когда мы перестаем отвлекаться на различные мысленные представления о мире, как отдельном от нас, и о самих себе, как отдельных эгоистических существах, это дает нам возможность опытно постичь действия Святого Духа и обрести обожение души, соединившейся со Христом и со всеми людьми.

По течению плывет только мертвая рыба, а с миром соглашается только мертвая душа. Когда мы действительно уразумеваем, что дружба с миром есть вражда с Богом и отвращаемся от поисков опоры в бурном море многообразных и опасных обстоятельств, нам становится легче понять и принять свои постоянные страдания и переживания. В духовной жизни подвизающийся направляет ум к Богу, в Котором решаются все проблемы, а не борется в мире за свое место в нем, где этим проблемам нет конца.

Только непомерно гордый ум, одержимый вредоносным духом чуждых учений, может оставить кроткого и смиренного Христа и искать свою пагубу в

демонических учениях, растлевая себя и других. Впавший в привязанность к омрачающим душу лжерелигиям, поклоняясь отвратительным божествам с обликами демонов, он не сможет увидеть светлый лик Истины, впав в полное самообольщение.

Стяжание благодати, а не развитие мыслительных способностей является переходом человеческого сознания на более высокий — духовный уровень, уровень Богоподобия и совершенного уподобления Христу. Здесь нет опоры на мышление, рабами которого мы являемся. Для чистого благодатного ума обращение к мышлению есть деградация. Ум приходит к одной единственной Истине — Христу, потому что нам не нужны две Истины, взаимно исключаящие друг друга.

Вступая в непрерывный конфликт с окружающими людьми и условиями из-за эгоистического видения жизненных обстоятельств, ум впадает в привязанности — пристрастия или неприязнь, и потому запутывается в этих противоречивых отношениях. Действия ума характеризуются различными состояниями, которые образуют семь видов ума, проявляющихся в его умственной деятельности. Они таковы:

1. Невежественный ум.
2. Необузданный ум.
3. Рассеянный ум.
4. Ослабленный ум.
5. Самодовольный ум.
6. Собранный ум.
7. Совершенный ум.

## Глава 2. Невежественный ум

*«Итак бодрствуйте, потому что не знаете, в  
который час Господь ваш придет».*  
Мф. 24. 42.

Невежественный ум — это ленивый ум. Он с трудом различает добро и зло, ничего не слышит и ни во что не верит, доверяя лишь своим чувствам. Пока такой ум готовится жить, жизнь проходит. Он постоянно попадает из одного несчастья в другое и ничто ему помочь не может, пока не обратится к Богу.

Состояние этого ума — вялая умственная деятельность с очень узким кругозором. Невежественный ум в молитве чувствует себя беспомощным, уставшим, как человек, несущий тяжелый груз. Он может засыпать в любом месте и положении. Сила воли у него очень слаба и такой ум идет на поводу у любого младенческого ощущения. Чревоугодие и сребролюбие — его страсти, которым он поклоняется.

Без устремления к Богу, такой ум теряется в мире вещей и обстоятельств. В своем невежестве греховный ум воспринимает мир не таким как он есть, а таким как он кажется ему.

Он оправдывает все свои дурные поступки, ибо невежественному уму все греховное

видится уместным. Неблагоприятная наследственность человека, обладающего таким умом и непонимающего работу своего ума, отягощается деятельностью демонов, омрачающих ум невежеством и полностью привязывающих его к мирской суете.

Когда этот ум обращается во внешний мир, он ошибочно начинает считать его отдельным от себя, привязывается к нему и запутывается в своих привязанностях. Свойства невежественного ума состоят в полной устремленности во вне. Незнание своей истинной природы становится его закоренелой привычной ошибкой. Корень этой ошибки — духовное невежество, избравшее своей опорой лишь чувственные удовольствия, получаемые от слепого пристрастия к развлечениям и наслаждениям.

Призвание человека — познавать Бога во всей полноте и совершенстве. Вследствие того, что невежественный ум не имеет соответствующих сил и способностей постичь Бога здесь и сейчас, он впадает в сильную мысленную зависимость, совершая греховные поступки, вызванные ложными понятиями и привязанностями. Он запутывается в мире и, как следствие своей запутанности, впадает в заблуждения относительно мира и самого себя. Невежественный ум становится рабом помыслов и своего закоренелого эгоизма. В таком уме образуется стойкая привычка к греховным действиям и поступкам.

Если невежественный ум слышит о Боге, как о единственном помощнике и Спасителе, желающем всякому человеку Спасения, то этот ум, насколько может, ухватывается за единственное доступное ему средство — молитву, постепенно очищается покаянием и обретает благодать. Трезвящийся бдительный ум легко проходит узким путем Спасения. Но ум, не оставивший свою леность, теряет эту возможность и с большим запозданием приходит к раскаянию лишь в момент смерти. Духовное лекарство для невежественного ума — молитвенный распорядок, с помощью которого он, мало по малу придет в нужное духовное устроение.

Суровые условия жизни, в которые попадает ум, омраченный невежеством, доставляют ему много скорбей и страданий, вызванных его собственными грехами. Этот ум пытается найти выход из сложившихся удручающих обстоятельств своими силами, но это похоже на бегство из одного дремучего леса в другой, ибо этот выход никогда не найти без Бога. Благодаря глубокому изменению, вызванному верой в Христа и в Его спасительные заповеди, невежественный ум пробуждается из омраченного состояния и достигает свободы от греха. Он освобождается не только от кошмара своего мысленного рабства, но и стяжает победу над своими страстями.

Если этот ум узнает хотя бы толику из спасительных Христовых заповедей, то его выручает одно благое качество — он крепко держится их, прочно усваивает и так незамедлительно обретает Спасение. Когда он предпринимает хотя бы небольшие, но постоянные усилия, чтобы очистить себя от невежества, то постепенно укрепляется в благодати. Именно это усвоение благодати называется Спасением, потому что оно есть ни что иное, как освобождение ума от всех заблуждений. Когда ум утвердится в благодати, то не потеряет себя никогда. Он теряет лишь свое невежество и ограниченность. Если такой ум берется за молитвенную практику, то она становится опорой всей его жизни.

Думать постоянно о Боге вовсе не означает пребывать в Нем. Сложность состоит в том, чтобы ум правильно понял это. Мысленное памятование о Боге не имеет

ничего общего с Богом, потому что ум снова имеет дело только с мыслями. Такая память о Боге не может служить уму опорой в духовной практике, целью которой является стяжание Святого Духа непрестанной молитвой.

До тех пор, пока не обнаружишь своей основной ошибки, не понимая, что твой ум является главным источником твоих заблуждений и невежества, и не устранишь ее — останешься рабом невежественного ума, так и не узрев света Истины. Пока ты в силах, сделай что-нибудь благое для своего ума. Приведи его к Богу и не пожалеешь вовек. Если оставишь его без поддержки Божественной благодати, он рухнет, словно дом, построенный на песке.

Не будь с теми, кто тратит свою жизнь на пустые удовольствия и которые, как это ни прискорбно, могут смело причислить себя к разряду глупцов. Лучше смолоду научиться иметь голову на плечах, чем носить ее до старости подмышкой. Помни, что неприличные богохульные слова — это проказа на языке, а умственное невежество есть тьма, в которой люди сослепу разбивают голову о стену своего упрямства.

Невежественный ум заявляет, что когда он состарится, то, возможно, придет к Богу. Но ты не знаешь сам, доживешь ли до старости, что маловероятно, и будут ли у тебя тогда силы бороться с закоренелым невежеством ума и его дурными привычками? Если сейчас ничего не достигнешь, то с годами лишь крепче запутаешься в миру и выбраться из его мертвой хватки будет очень и очень трудно. Вереница потерянных мгновений складывается в месяцы и годы потерянной жизни, а твой невежественный ум даже не замечает этого.

Используй свой шанс на Спасение: найди духовного отца, получи от него наставления в молитвенной жизни, практикуй их в уединении, не обращая внимания на пересуды мира. Избавься от невежества и блуждания ума и стяжи Божественную благодать. Благо, которое обретешь, не сравнится ни с чем в целом мире. Сколько ни читай о молитве во множестве толстых книг, если не воплотишь это в практику, будешь подобен безграмотному пастуху. Но даже безграмотный пастух, когда овладеет услышанным духовным наставлением через усердную практику, станет мудрее книжных грамотеев.

Когда невежественный ум угнетают житейские невзгоды, а страхи и тревоги не дают даже поднять головы к небу, он находит великое облегчение и помощь в молитве, которая в благодати укрепит его и очистит и станет идти легко и свободно. При отсутствии цепляния ума за преходящие и ускользящие вещи мира сего, даже ленивый человек овладеет внимательной молитвой. Ум его преобразится настолько, что стяжет, мало по малу, Божественную благодать. В бодрости и радости он будет петь хвалу Господу, избавившему его от греховной тьмы. Ум сделается ясным и чистым, ибо только благодать может сотворить такое чудо.

Сам Христос пребывает в сердце, где ум навсегда оставляет свое невежество, леность и привязанность к миру, просвещаясь Божественной Любовью и мудростью. Твое сердце и есть то самое место, где обитает Божественная мудрость и где от невежества не остается даже тени. Если такой ум установится с помощью покаянной молитвы в сердце и пребудет в нем, он сможет соединиться с благодатью навсегда.

В благодатном сердце нет никаких сложностей и суть этого состояния простоты

и ясности может ухватить даже младенец. Все добродетели хранятся там, как Божественный дар уму, вернувшемуся из страны греха и забвения в родной дом к Отцу Небесному. Там устраняются все ошибки и все мысленные узы и оковы. Когда невежественный ум оставляет эгоистические цепляния за свое сластолюбие, он беспрепятственно восходит к тому, что никогда не видел и не ощущал ранее — полному преобразению и изменению в благодати Святого Духа.

Царь царей, Христос, сияет в храме сердца день и ночь. И когда мы входим в этот храм, омывшись и очистившись от всех помышлений, Он встречает нас с распростертыми объятиями и сажает нас рядом с Ним на трон духовного созерцания. Именно в священном созерцании происходит преобразование очищенного ума и соединение его со Христом.

## **Практические наставления**

1. Оплот дьявола в невежественном уме — чревоугодие. Поэтому никогда не ешь в сытость, помня, что переедание — это болезнь. Откажись от тяжелой пищи. Вставай из-за стола с легкостью, чтобы можно было молиться. Не увлекайся праздничными пиршествами.

2. Сон — это рабские цепи для твоего ума. Никогда не спи днем. Как только проснешься, сразу вставай. Не считай сон удовольствием, считай его воров, обкрадывающим тебя. Откажись от многоспания, дорожи драгоценным временем своей жизни, которая подарена тебе Богом для Спасения.

3. Бодрствуй умом, не давай ему погружаться в дремоту. Больше двигайся. Прогоняй разлечение поклонами. Держись молитвенного распорядка. Не проводи день за днем в забвении о Боге, увлекаясь повседневной суетой. Не упускай ни часа без трезвения ума.

4. Воспринимай молитву не как унылое бремя, а как лестницу в Небеса. Постигай ее, как руку помощи, протянутую тебе Богом. Сделай свои немощи основой для покаянной молитвы. Проси неотступно у Бога помощи в борьбе со своими грехами и Он помилует тебя.

5. Как только в молитве подступает сонливость, сразу пробуждайся. Как только в молитве замечаешь, что твой ум склоняется к дремоте, возвращайся к бодрствованию. Не впадай в молитвенное оцепенение, ибо это не молитва, а окрадывание ее бесами. Не считай вялую молитву угождением Богу. Молясь умом, произноси слова четко и ясно.

6. В течение дня не оставляй молитву. В течение ночи не оставляй бодрствования. Не спи, как убитый. Даже во сне старайся помнить о молитве. Если ложишься отдыхать, засыпай с молитвой. Когда пробуждаешься, пусть первой проснется молитва. Люби молиться и научись трезвиться.

7. Не ищи наслаждения, ищи от него отречения. Отказавшись от наслаждения едой и сном, быстро стяжешь благодать. Возлюби пост больше праздничных угощений. Возлюби молитву больше дремотного состояния. Возлюби благодать больше бессмысленного разлечения. Возлюби угождение Богу больше угождения своему телу и непременно спасешься.

## Глава 3. Необузданный ум

*«Но вы любите врагов ваших»  
Лк. 6. 35.*

Необузданный ум — это неуправляемый ум. Он одержим страстями и дурными желаниями. Гнев и похоть его слабое место. Он упрям, жесток и безрассуден. Необузданный ум — фанатичен, обидчив и поспешен в оценках. Из-за постоянного перевозбуждения он не имеет отдыха даже ночью, а если под утро засыпает, то видит одни кошмары.

У такого ума большим препятствием является сильное и импульсивное движение помыслов, повелевающее ему совершать те или иные дурные поступки. Необузданный ум не имеет никакой рассудительности, особенно когда впадает в гнев или похоть. Это используют бесы, увлекая его в разрушительные страсти и пагубные помышления. Внешний мир слишком много значит для неуправляемого ума, поэтому он приходит в себя лишь под воздействием сильных скорбей и ударов в своей греховной жизни.

Необузданный ум, истощаясь в дурных страстях, наиболее — в гневе и похоти, думает найти покой, удовлетворяя все свои дурные навязчивые желания. Это ум подобен пьяному человеку, размахивающему ножом — в слепой ярости он убивает и себя, и других. Он подобен острому шипу, носимому ветром блудных помыслов, и потому запутывается в дебрях человеческих взаимоотношений под воздействием своих неразумных действий и поступков. Мысли этого ума похожи на диких зверей, пожирающих его самого. Такой необузданный ум можно сравнить с изголодавшимся человеком, который ест все подряд, не разбирая вкуса, а потом корчится от сильных болей в желудке. Так и этот неуправляемый ум корчится от последствий своих неразумных действий, съедаемый угрызениями совести. Заносчивый и упрямый, обуреваемый плотскими страстями, имя которым легион, необузданный ум идет к своей цели по головам людей. Не обращая внимания на причиняемые людям страдания, он ищет наслаждение в разрушительных и насильственных действиях, чтобы вырвать у жизни силой свое лживое и никчемное «счастье».

Гневный и похотливый ум не имеет никакого знания о Боге и веры в Него. Такой ум остается лишенным всякой Божественной помощи и легко впадает в зависимость от своего дурного и неуправляемого мышления. Однако, даже если необузданный ум обретет некоторое знание о Боге, то этого еще недостаточно, чтобы одолеть стойкие греховные навыки. Ему необходимо стяжать силу благодати, которая поможет одержать победу над дурными помыслами и его буйными желаниями и страстями.

Необузданный ум в молитве чувствует себя словно дикий жеребец, стреноженный веревками, которому собираются поставить клеймо раскаленным железом. Когда такой ум поймет, что причиной неистовых заблуждений является его эгоистическая деятельность, плененная страстями, он решается с корнем вырвать этот дурной побег эгоизма. Но греховные привычки и страсти никогда не

хотят добровольно сдать свои позиции, и тогда ум со всей решимостью вступает в борьбу за свое Спасение.

Когда неуправляемый ум находит источник всех благ — всепрощающего Христа, он оставляет все свое неистовство и исполняется великой меры покаяния и слезного плача. А когда он с верой обращается к стяжанию молитвы и благодати, то становится победителем демонов и великим подвижником и аскетом. Только в смирившемся уме можно найти ровность, надежность и нравственную стойкость. Когда ум не увлекается страстями, он обретает благодатный мир и покой во Христе.

Необузданный ум имеет зловредную привычку видеть вокруг себя врагов. Он подозревает во всех людях враждебные действия, направленные против него, якобы угрожающие его эгоистическим интересам. Состояние этого ума — полный мысленный хаос и беспорядок, царящие в нем независимо от его воли. Но когда этот ум сумеет обуздать свои помыслы, то уже не будет так слепо и безусловно попадать в зависимость от своего мысленного беспорядка. Духовное лекарство для необузданного ума - покаянная молитва. В упорной борьбе за свою свободу, он постепенно стяжает Божественную благодать, с которой уже перестает рабски служить страстям, через которые над ним властвуют и глумятся демоны. С течением времени покаянная молитва помогает уму обрести стойкость и крепость в достижении духовной Свободы.

Гневный и похотливый ум, истощаясь в необузданных эмоциях, быстро впадает в ропот, неприязнь ко всему благому и, наконец, находит свою гибель в открытом богоборчестве. Его жизнь представляет клубок неразрешимых противоречий, который ему не под силу распутать никакими личными усилиями. Его эгоизм подобен тарану, проламывающему одну стену за другой, но все они — лишь миражи, созданные его больным воображением. Для упрямого и жестокого ума быстро наступают безпросветные будни. Чем более омрачен ум, тем более тяжелая и суровая действительность разворачивается перед его воспаленным мысленным взором. Это побуждает его вспомнить о Боге, Которого Он так безрассудно отвергал. Чем дальше необузданный ум уходит в неверном направлении, тем более губительным и невыносимым становится для него мир. Неверное направление всегда только одно — уход от Бога и впадение в одержимость.

Чем тверже и решительнее отречение ума от слепых желаний и дурных страстей, тем менее губительным становится для него связь с коварными западнями и ловушками мира, тем легче уму прийти в себя и обратиться ко Христу. Чем больше ум освящается смирением и благодатью, тем более благоприятные для Спасения обстоятельства создает для него Бог. Для смирившегося и кающегося ума Промысел Божий открывает узкий путь Спасения, по которому он идет твердо и решительно, сопровождаемый помощью Святого Духа.

Как мрачна та душа, в которой никогда не восходит утренняя звезда веры! Как темен тот ум, в котором никогда не сияет заря мудрости! Как скорбно то сердце, которое никогда не освящается солнцем Любви! Образумься, приди в себя и познай, наконец, что Бог истинный, Бог любящий, Бог спасающий, исполненный духовной красоты и мудрости — единственный и несравненный Христос! Обойди весь свет — и никогда не найдешь подобного Ему. Как можно не спастись тому сердцу, которое нашло и полюбило своего истинного Спасителя?

Строгие правила в жизни совершенно необходимы для необузданного и своевольного ума, которого обуревают сильные привязанности и страстные желания, не подчиняющиеся ему. Для такого ума монастыри хороши тем, что учат дисциплине, потому что настоящая духовная Свобода начинается с дисциплины. Ум, отсекий соблюдением строгих правил и обетов гнев и похоть, находит совершенное удовлетворение в блаженстве Святого Духа. Гнев и похоть, а также сребролюбие, для необузданного ума подобны одуряющему напитку, приводящему его в неистовство, где он гибнет безвозвратно. Когда ум отрекается от губительных страстей, он начинает видеть свет нетварного сияния из Небесных сфер. Стяжав благодать, он становится защитой от демонов и обретает духовную зоркость мгновенно распознавать демоническое нападение в момент его появления.

Безпокойный и гневливый ум! Ты все не можешь решить: остаться ли тебе немного, ради удовольствий, рабом этого мира и его страстей или немного, ради благодати, освободиться от него? И то, и другое есть рабство. Или Бог, или разврат — середины нет. Мир хочет полностью владеть тобой, а тебе необходимо совершенно освободиться от него во Христе Иисусе. Если всего лишь на миг впадешь в сомнение — пропадешь.

Если не смиришь себя в монастыре и не успокоишься в уединении, то знай, что у тебя есть шанс закончить свою жизнь в темнице ада. Самое лучшее правило для того, чтобы спастись от этого кошмара — всегда помнить о неминуемой смерти. Самый большой твой враг — глупая вера в то, что эта жизнь будет нескончаема. Если ты сможешь овладеть постоянным памятованием о смерти, все добродетели соберутся в твоём сердце сами собой. Но если ты закроешь уши и совесть от такого совета, бесы продолжают глумиться над тобой.

Когда ты утвердишься в этих здравых понятиях чтобы одолеть свои страсти, Христос дарует тебе Свою помощь, все Святые вознесут о тебе молитвы, а Ангелы окружают тебя неборимой стеной. Все это познаешь сам, когда память о смерти укоренится в тебе. Непобежденные страсти в твоём сердце подобны жгучему опаляющему пламени. Угаси его совершенно прохладной живой водой благодати, не оставляя ему никакой возможности вспыхнуть снова. Если ты постиг это, то такое постижение и будет истинным твоим Спасением во Христе Иисусе.

## **Практические наставления**

1. Похоть и гнев — бичи, которыми сатана гонит в ад необузданный ум. Поэтому овладение воздержанием крайне важно для необузданного ума. Если похоть — это разженная адская печь, то гнев — дрова для этой печи. Замени похоть воздержанием, а гнев — доброжелательностью.

2. Ослабь неистовство своего чрева постом, и погасишь неукротимый огонь в своём сердце. Распознай, что блуд и злоба — смертельные враги, убивающие твою душу. Разврат — это деградация ума, ярость — это одержимость сердца. Покаяние — это путь к выздоровлению.

3. Физический труд — это твои охлаждающие компрессы. Поклоны — это твои исцеляющие таблетки. Полное отречение от рабства похоти и гнева — это

хирургическая операция. Иисусова молитва — это твой целебный пластырь.

4. Учись видеть ровесников, как своих братьев и сестер, а старших — как своих отца и мать. Сделай целомудренными свои глаза, а затем — свой ум. Укrotи злобные помыслы молитвой, сделай сердце доброжелательным. В недолгое время ощутишь облегчение от мучающих тебя страстей, когда придешь в самого себя.

5. Как только подступают помыслы блуда или гнева, не сослагайся с ними. Отскакивай от них, как от огненной пропасти, где сгоришь, как пушинка. Похоть и гнев — это два демона, которые играют тобой, как мячом. Сруби им головы мечом безстрастия. Собери все свое мужество.

6. Не бойся быть добрым, только добро побеждает всякую злобу. Не трусь быть смиренным, ибо смирение угашает огонь похоти. Не стыдись быть кротким, ибо рядом с кроткими Бог. Не пугайся быть безгневным, ибо безгневный одолевает всех.

7. Умоляй Бога о прощении своих грехов и снимешь камень с души. Молись неустанно и исцелишься. Плачь о своем падении и не будешь отчаиваться. Сострадай всем людям и исцелишься душой. Возлюби уединение и победишь самого себя. Возлюби целомудрие и обретешь непрестанную молитву. Возлюби Господа всем сердцем и спасешься.

## Глава 4. Рассеянный ум

*«Кто не со Мною, тот против Меня; и кто не собирает со Мною, тот расточает».*  
*Мф. 12. 30.*

Рассеянный ум — это увлекающийся ум. Он увлекается всем, чем угодно. Этот ум ничего не доводит до конца, и переполнен сомнениями. Из-за этого рассеянный ум впадает во всевозможные грехи и ошибки. Он постоянно занят цеплянием за бесчисленные вещи этого мира, увлечен планами и надеждами, страшится грядущих опасностей и событий. Он всегда взволнован помыслами о своем благополучии и здоровье, озабочен страхами перед болезнями, авариями и катастрофами. Этот ум подолгу находится в состоянии мечтательности, увлекаясь пустыми домыслами о прошлом и будущем и поэтому никогда не живет в настоящем.

Рассеянный ум с удовольствием предается своим эгоистическим измышлениям и увлекается воображением в мечтания и фантазии. Он подобен человеку, обремененному кучей детей. Его постоянно пленяют беспорядочные мысли, надолго увлекая вовне. Эта хаотичная мысленная активность создает для рассеянного ума большие проблемы из-за укоренившейся дурной привычки заниматься всем, чем угодно, только не самим собой. Помыслы никогда не оставляют его в покое воспоминаниями и мечтами. Он никак не может собраться, и это причиняет ему большие страдания.

Чтение художественной литературы без всякого разбора, фильмы и различные зрелища наносят ему большой вред, увлекая ум в мечтания и возбуждая соблазнительными помыслами. Необходимо научиться читать внимательно самую лучшую книгу — книгу своей души, но для этого нужно вначале прозреть и видеть

все духовным зрением. Духовное зрение — это ясное видение всех процессов в уме и всех обстоятельств в окружающем мире без помыслов и домыслов, так как есть. Ум должен очистить себя от всех заблуждений, потому что внешняя чистота всегда является продолжением и прямым следствием душевной чистоты.

Мечтания и воображение — существенный недостаток рассеянного ума. Если он всмотрится в суть происходящей в нем мысленной деятельности, то обнаружит, что она несколько не соответствует окружающей реальности. Тогда ум возвращается в себя и находит, что источник Истинной жизни есть лишь благодать Святого духа. Вся запутанность наших отношений с миром и все связанные с ними проблемы находятся внутри ума и решаются в нем лишь путем упорядочивания его хаотичной деятельности с помощью благодати. Если ум не цепляется за вещи и за мир, он весь устремляется к Богу. Тогда рассеянный ум на своем опыте постигает, что его истинная родина — Христос, его отечество — Отец Небесный, а его жизнь — Святой Дух. Учась пребывать неисходно в Боге, он осознает тщету своих эгоистических мечтаний и убеждается, что действительное блаженство Спасения пребывает вне всяких условий и определений.

Ни что иное как эгоизм заставляет ум блуждать по безпредельным миражам жизни, где бродит лишь ветер тоски и безысходности, и ни что иное как благодатное рассуждение выводит кающийся и стремящийся к Богу ум к живой воде Святого Духа. Если рассеянный ум добровольно не желает отказаться от своих эгоистических фантазий — тяжела его последующая участь, приводящая к ропоту на жизнь, а потом и на Бога. Ум, отвернувшийся от греховных путей, хвалит, благодарит и благословляет Господа за Его неизреченные милости.

Рассеянный ум в молитве чувствует себя циркачом, который балансирует на канате под куполом цирка. Сновидения его сумбурны и бессодержательны, представляя собой хаотичную мешанину из его собственных мечтаний. Этот ум одержим цепляниями за любую информацию о чем угодно. Для него важнее читать о Боге, чем постигать Его напрямую. Он придает деталям молитвенной практики большое значение, полагая в их тонкостях уловить основной секрет Спасения. Поэтому такой ум упускает из виду главный смысл молитвы — совершенное овладение вниманием и, в завершение, овладение всем процессом мысленной деятельности. Ему следует понять, что необходимо найти себя в благодати и приумножить ее, а как стоять, сидеть или дышать во время молитвы, все это не столь уж важно. Под духовным путем рассеянный ум понимает количество прочитанных книг и так теряет свой шанс на Спасение, а если прилагает усилия к качеству своих молитв, обретает Его незамедлительно.

Сугубое внимание — это духовное лекарство для рассеянного ума. Когда он безвольно позволяет отвлекаться в молитве на кружащиеся помыслы, это не приносит ему никакого облегчения ни в жизни, ни в молитве, хотя по неведению он считает мысленные фантазии своего рода некоторым «утешением». Когда ум молится внимательно, возвращая свое внимание к молитве снова и снова, то одним этим он исполняет все духовные практики. Кружение в помыслах есть невнимательность и она является демоном для рассеянного ума, а также рабским ему подчинением. Когда мечтательный и многопопечительный ум откроет в себе источник благодати, он делается внимательным и сосредоточенным. Такой ум

становится лучшим другом для подвижника и так приводит его к Спасению.

Не следует бояться того, что как только ты берешься за четки, количество отвлекающих мыслей резко возрастает в твоём уме. Они существовали в тебе всегда, но только молитвенная практика даёт возможность зримо и ясно увидеть их обманчивую деятельность и, в конце концов, полностью освободиться от рабства мышления в благодати Святого Духа. Если молитвенная жизнь не включает в себя любую ситуацию, а имеет ограничения, то она не является истинной. Евангелие не имеет ограничений, так и настоящая духовная практика не может быть связана никакими условиями.

Основное правило духовной жизни состоит в том, что нам необходимо научиться работать со своим умом и привести его к полному подчинению, а не быть рабом его навязчивых решений. В молитвенных усилиях мы должны держаться благодати, а в поведении — неукоснительного соблюдения Евангельских заповедей, переданных нам Церковью. До тех пор, пока мы чувствуем, что ещё не в состоянии жить велениями Святого духа, нам следует строго придерживаться определенных правил, будь то мирская или монашеская жизнь.

Прошлое кануло в вечность и его не удержать воспоминаниями. Будущее не явило ещё своего лица и его не постичь воображением. Если сможешь удержать свой ум в настоящем, то соединишь в себе прошлое и будущее и избавишься от рассеянности. И это настолько просто, что его не понимает никто из тех, чей ум потерялся в прошлом или блуждает в будущем, увлекаемый насильно своим испорченным воображением.

Дело даже не в том, что мечтательные мысли опасны для ума, так как запутывают его понимание Евангелия и Спасения, а в его сильной зависимости от этих помышлений, из-за которых Божественная благодать не поселяется в нашем сердце. Но даже если мы поймем все эти глубокие истины своим рассудком, тем не менее, снова окажемся в ловушке противоречивых помыслов, то оспаривающих один другого, то согласующихся между собой и ввергающих нас в рабство суеты мира сего. Каждая новая мысль укрепляет нашу зависимость. Если мы продолжаем жить помыслами, то с ними и умираем каждое мгновение. Умение отделиться от мышления и начать жить благодатью является основой нашей жизни во Христе.

Когда мы сами позволяем помыслам отвлекать наш ум от Бога и начинаем осмысливать окружающий мир, оставив охраняющую нас благодать Святого Духа, мы впадаем во множество грехов. В это время дорога обратно перекрывается мысленными ворами, похищающими у нас память о возвращении к Богу. Помыслы — это и есть твои воры, крадущие у тебя Спасение. Внимательно наблюдай за умом и вынудишь бежать этих воров, так как они боятся внимательной молитвы.

Не забывай: все, что тебя отвлекает от Спасения, есть диавол, поймавший тебя на крючок рассеянной жизни. Все, к чему ты привязался, забыв Бога, есть диавольский обман. Сколько бы ни было тебе лет, помни, что промедление невозможно.

С каждым шагом твоя жизнь завершается и с каждым шагом она начинается. Не проводи ее в рассеянности, ибо от тебя зависит, каким будет твой следующий шаг. Твоя склонность к грехам, уводящим тебя от Бога в страну дальнюю и чуждую, сомнения, колебания и все страхи перед тем, чтобы решительно взяться за достижение Спасения — это все борющиеся тебя демоны. Не пленяйся их ложными

измышлениями, обрети совершенную уверенность в истинности Евангельских заповедей, руководствуйся благодатью, держись одного Христа, ибо не знаешь сам, куда забредешь без Него.

Когда рассеянный ум овладеет внимательной молитвой, то находит в ней великое облегчение от своих беспокойств и тревог и оставляет все свои пустые переживания. Для того, чтобы преодолеть накопившиеся дурные привычки и обрести благодать, рассеянному уму требуется провести в молитвенной практике долгое время. Когда такой ум соберет свое внимание, он становится ревностным и искусным молитвенником, любит уединение и отшельничество, обретает молитвенную благодать и достигает Спасения.

Как только напрямую постигнешь, что твои невидимые мысли и есть твой видимый мир, увлекающий тебя, словно невнимательного путника пустынный мираж, сразу отречешься от него и устремись ко Христу. Ибо куда нам всем идти, если Он имеет глаголы Жизни вечной?

Чем всю жизнь читать о Боге, каков Он есть, лучше один раз узнать Его на самом деле. Если ты ищешь только приятного и убегаешь от неприятного, ты блуждаешь возле открытых для тебя дверей Святости и благодати, не замечая их своим воспаленным взором.

Мечущиеся мысли даже не упомянуть, стоит ли за них держаться? Все вещи, которые тебя окружают, подобны облакам в небе, стоит ли их удерживать умом? Сколько не ищи придуманного самим тобой счастья, все равно жизнь заставит прийти к Богу. Стоит ли зря тратить время на пустые мечты?

Нетварный свет — это твое истинное лицо. Святая благодать — это твое бессмертие. Безконечная мудрость — это твой настоящий ум. Неисчерпаемая Любовь — это твое богоподобное сердце. Удивительно, сколько времени ты ходил вокруг да около, пока не встретил самого себя, лишь когда остановился. Удивительно, сколько времени ты разглядывал в зеркале свое лицо, пока не узнал самого себя, лишь когда закрыл глаза. Удивительно, сколько времени ты искал молитву, а нашел Христа, лишь когда отдал Ему свое сердце. Удивительно, сколько времени ты разыскивал свое счастье за морями, а обрел его в своей душе, когда пришел в себя. Удивительно, сколько времени ты рыдал о своей бедности, а обнаружил, что сидишь, прося подаяние, на золотой горе.

Слава Тебе, Боже, что грех сопровождается столь сильнейшими угрызениями совести, чтобы пробудить отягченный безпробудным сном помыслов ум, — как это мудро! Слава Тебе, Боже, что Спасение настолько легко для уверовавших в Тебя и отдавших Тебе свой ум, что само по себе подобно чуду — как это утешительно!

До тех пор, пока не поймешь, что твой ум есть причина всех твоих неурядиц в мире и, в то же самое время, именно он является корнем твоего Спасения, будешь скитаться в миру, как потерявший самого себя. Бдительно замечать свою рассеянность — это начало победы над умом, а постоянное возвращение ума обратно в сердце — это начало Спасения и избавления от греха.

## **Практические наставления**

1. Мечты — это коварный демон, поработивший рассеянный ум. Рассеянность — это ловкий адский трюкач, отравляющий тебя помыслами. Соблазнительные мысли — это волки в овечьих шкурах. Мысленные представления — это убийцы, прикидывающиеся твоими друзьями. Прекрати навсегда дружбу с убийцами. Помни — Христос твой единственный Друг.

2. Оставь привязанность к своим мыслям. Никогда не мечтай. Учись жить настоящим мгновением. Распознавай уловки диавола, который помыслами выкрадывает твою жизнь. Останавливай молитвой всякое мечтание, как только оно появляется.

3. Внимание — это острие твоей борьбы за Спасение. Внимание — это ключ к разгадке бытия. Внимание — это несокрушимый щит против помыслов. Внимание — это меч для обольщающих тебя демонов. Внимание — это врата в Царство Небесное.

4. Не считай видимый мир постоянным. Если увидишь его подобным улетающему дыму, не будешь иметь привязанности. Не считай окружающих тебя людей и самого себя вечными. Если будешь помнить об этом, прекратишь мечтать. Не считай эту жизнь опорой. Если постигнешь, что единственная опора — это Христос, освободишься от мирских помышлений.

5. Выйдя из мысленного лабиринта, возмись за внимательную молитву. Сделай молитвенную практику непрерывной. Не разделяй время на день и ночь, и обретешь внимание в молитве. Трудись старательно, молись внимательно. Учись видеть каждый помысел и распознаешь его коварство.

6. Не бойся ни одной мысли, не дружи ни с одной мечтой. Избегай мысленного рабства, как опаляющего огня. Прилепись умом ко вниманию и в недолгое время ощутишь свободу от дурных помыслов. Держись молитвенного распорядка и не потеряешь себя в рассеянности.

7. Не молись в голове, молись в сердце. Не трудись без молитвы, не молись без внимания. Возлюби труд в молитве и молитву в труде. Стой вниманием в сердце, дай отдохнуть голове. Отгоняй помыслы, как стервятников. Спасайся здесь и сейчас, ибо Господь смотрит с Любовью на тебя в это самое мгновение, чтобы даровать тебе вечность.

## Глава 5. Ослабленный ум

*«Претерпевший же до конца спасется».*  
*Мф. 13.13.*

Ослабленный ум — это бессильный ум. Он отягощен болезнями, сомнениями, жалобами и отчаянием. Он с трудом постигает принципы духовной жизни. Когда ум не постигает сути Спасения, то даже молитвенная практика приводит лишь к умножению заблуждений. Ослабленный ум — это сомневающийся ум, убиваемый сомнениями, коренящимися в нереализованном эгоизме. Сомнения препятствуют этому уму решительно переступить через свой эгоизм и надолго удерживают ум в работе порочных помыслов и ложных «утешений». Жалобы на весь мир подрывают

саму основу его жизни, ибо в жалобах ум отказывается от своего богоподобия. Жалоба — это скрытый ропот на Бога.

Видимый мир обманул этот ум в юности и продолжает обманывать в старости. Ослабленный ум становится обреченной на гибель жертвой этого изощренного обмана. Ум, истощенный бессмысленной деятельностью беспорядочного мышления и прилепившийся к грязным наслаждениям, похож на дырявую бочку, которую никогда не наполнить чистой водой. Тем не менее, если такой ум отдал хотя бы малую толику своих зря растраченных сил Богу, то он давно бы достиг Спасения.

Ослабленный ум нуждается во многом сне, так как безчисленные помыслы и переживания не дают ему уснуть, и от этого он устает еще больше. Его сновидения тревожны, запутаны и беспорядочны, отражая внутреннее состояние сомнений и нерешительности. В молитве такой ум чувствует себя, как человек, носящий решето в воду. Он полностью зависит от внешних условий и даже не видит для себя из них выхода. Упреки и обвинения в адрес других людей — это его любимый конек. В его неудачах виноваты все во всем мире, кроме него самого. Он может детально анализировать поведение других людей, но путается в оценках самого себя и своих ошибок, как человек, заблудившийся в трех соснах. Неприязнь к ненавистным ему людям и осуждение их — причина его постоянной душевной и духовной слабости. Недостатки ближних ему представляются несоразмерно большими, а собственное понимание он считает осью, вокруг которой вращается вся земля.

К тому же этот ум сильно ослабляет себя помышлениями острой зависти и тем самым создает в себе стойкую дурную привычку считать себя обойденным удачей. Он сам себе установил рамки своего существования, ограничив себя собственными представлениями о подходящих ему людях, обстоятельствах и окружении, которые избирает по своему греховному произволению. Если окружающие его условия лишь немного изменяются, ослабленный ум не в состоянии правильно действовать — это его главный недостаток. Даже осознавая свое заблуждение, он считает, что у него нет сил поступить иначе.

Духовное лекарство для ослабленного ума — истинное послушание Старцу. Для такого ума решимость имеет первостепенное значение, чтобы преодолеть закрепившиеся дурные привычки и ложные представления о своей полной зависимости от внешних условий. Стяжание решимости должно стать для ослабленного ума главным действующим принципом, чтобы преодолеть неприязнь к определенным людям и обстоятельствам, не согласующихся с его пониманием. Спокойное принятие всех людей и событий, а также совершенное предание себя воле Божией, приводит такой ум к умению хранить себя в мирном устройении в присутствии различных людей и в быстроменяющихся обстоятельствах, не прячась от них и не испытывая к ним неприязни.

Ослабленный ум не способен к длительной и интенсивной молитвенной практике. Ему лучше разделить ее на небольшие периоды, выполняемые в течение суток. Постоянная вялость и слабость — особенность этого ума, поэтому он ищет наслаждений в различных мирских «утешениях» и тем самым порабощает себя еще больше. Малейшие изменения в ходе событий побуждают его отказываться от принятых решений и от людей, с которыми он был близок.

Ослабленный ум стремится достичь Спасения, но хочет получить его легко и

быстро. Он любит рассуждать о духовной жизни, не утруждая себя молитвенной практикой. Для того, чтобы спастись, необходимо отречение. Ему следует посвятить себя молитве днем и ночью и лишь тогда этот ум, без сомнений, обретет благодать. Спасение в этой жизни подразумевает пребывание без отвлечения ума в Божественной благодати. Это именно то, в чем необходимо приложить все свое усердие.

Безсильный ум не привык служить ближним. Он любит, чтобы служили ему. Не имея больших сил и способностей, тем не менее он желает первенствовать во всем, щедро расточая упреки и замечания. Осуждение всего и всех — его закоренелая привычка. В духовной практике этот ум делает шаг вперед, два шага назад и выйти из этого состояния ему очень трудно. Боримый сомнениями, он не может действовать свободно и независимо. На своем опыте ему приходится узнать, что сомнения — это и есть диавол, а цепляния за сомнения и есть действия диаволоа.

Когда этот ум утвердится в стойкости и решимости преодолеть самого себя с помощью благодати, он оставляет осуждения и неприязнь к ближним и обретает смирение и доброжелательность ко всем людям. Там, где есть эгоизм, есть и диавол. Если ослабленный ум найдет в себе силы преодолеть свой страх пред своим внутренним диктатором — эгоизмом, он обретет великую самоотверженность и решимость покончить навсегда со своими пороками. Послушание духовному отцу, молитва и решимость — его лучшие помощники, приводящие к соединению со Христом.

Все наши горестные метания в мире укоренены в гордости, которая не дает нам возможности напрямую узреть Бога. То, что мешает нашему Спасению — это диавол. Даже близкие и родственники могут иногда действовать как сатана. Ослабленный ум, страшась духовных браней, подолгу не решается начать что-нибудь делать ради своего Спасения. Он в нерешительности все время ожидает, чтобы когда-нибудь неизвестно кто сказал бы ему неизвестно что.

Закоренелая гордыня питает все сомнения колеблющегося ума и мешает ему увидеть Христа в своем духовном отце, потому так тщетны все попытки ослабленного ума встретиться со Христом. Нет никого ближе для нас в жизни, чем духовный отец. Именно он должен дать нам молитвенное правило, а нам требуется развить его до созерцания Божественной Истины. В освобождении от рабства ума опора делается на благодать, а не на мышление. Благодать есть Божественная Мудрость, а мышление — всего лишь мысленный процесс, основанный на догадках и приводящий к противоречиям и искажениям Божественного бытия.

Если ум нашел в себе решимость выйти из мысленного рабства и с помощью благодати ощутил в себе возможность сделать это, для него жизненно важно освободиться от плена мысленных сомнений. Только Старец может подсказать, что такое пребывание в истинной благодати, которая всегда остается неизменной, несмотря на натиск мысленных переживаний.

Обними всем сердцем святое Евангелие, вникни в его смысл всей душой — это свет твоему уму. Читать духовные книги и не практиковать изложенное в них — то же самое, что закапывать эти книги в землю. Если найдешь опытного духовного отца, прииникни к нему с твердой верой, ибо через него с тобой говорит Христос. Если начнешь служить людям всеми своими действиями и утешать их в бедах и

скорбях, скоро ощутишь в себе милость Сына Божьего. Овладев всем этим духовным достоянием, не заметишь сам, как достигнешь Спасения во Христе Иисусе.

Если не отсечешь все помыслы, то даже совершая добрые дела, это не принесет твоей душе никакой пользы. Если ты хочешь избавиться от препятствий в духовной жизни, необходимо во что бы то ни стало выйти из рабства своего мышления. Помни, что обрести обожение во Святом Духе слабому уму столь же трудно, как пьяному попасть ключом в замочную скважину. Но когда этот ум очистится от сомнений, и избавится от гордыни, он пробудится к вечной Жизни так же легко и радостно, как младенец просыпается утром в объятиях любимой матери.

Как нельзя достичь конца вселенной, так невозможно достичь святости сомневающемуся уму, который считает, что Христос и он далеки друг от друга. Ни врачи, ни родственники, ни друзья не помогут тебе в час кончины так, как помогут тебе молитва и собственное безстрашие, если они держатся за Христа. Если хочешь преодолеть свою слабость и стяжать благодать, заботься о счастье и благополучии других. Если хочешь обрести Любовь, полюби тех, кто не имеет к тебе Любви.

Перестань искажать Божественное бытие своим эгоизмом и пристрастиями. Когда твой эгоизм перестанет суетиться, а сомнения прекратят тебя сбивать с толку, твой ум увидит Бога и мир так, как есть, и уподобится Христу. Когда оставишь всякую ложную опору в изменчивой жизни, то сразу найдешь Бога, Который есть единственная опора всякого ума. До тех пор, пока ты не постигнешь Христа в своем сердце, неудержимый ум будет чинить тебе препятствия в Спасении.

Когда твой кружащийся в сомнениях ум обратится внутрь и познает самого себя, в тот самый миг он со всей уверенностью и полнотой обретет Христа. Когда он обретет Христа, в тот самый миг мир предстанет перед ним во всей его ясности и открытости. Тогда закончатся все вопросы, ибо спрашивать будет не о чем.

Благодать — это безошибочное средство распознавания святости. Поскольку это так, то, стараясь стяжать благодать, ты никогда не ошибешься. Тот, кто обрел истинную веру во Иисуса Христа, напрямую зрит незримое, живет невидимым и соединяется с невыразимым бытием Божиим — Отцом, Сыном и Святым Духом, обретая Жизнь вечную.

Спасение можно найти только в самом себе, войдя в себя и обнаружив внутри Христа, ожидающего нас с младенчества, чтобы даровать нам Спасение в Его Божественной Любви. Если ты обрел это постижение, то оно и будет твоим истинным Спасением.

## **Практические наставления**

1. Ослабленный ум — несчастная жертва поисков счастья без Бога. Пытаясь найти Ему замену в «удовольствиях» мира сего, ум растрчивает все свои силы. Уныние и отчаяние — неразлучные спутники ослабленного ума. Не имея сил выбраться из тупика, в который он загнал сам себя, этот ум постоянно ропщет. Поэтому для такого ума маловерие становится его личным демоном.

2. Когда этот ум поймет, что благодать — это основа Спасения, то найдет опору

во Христе. Когда он поймет, что корень его слабости — маловерие, то укрепится в молитве. Когда ему станет ясно, что маловерие побеждается мужеством, то найдет путь к духовной Свободе. Духовная Свобода — это есть мужество во Христе.

3. Гони слабость прочь. Привлекай благодать мужеством в борьбе со своим малодушием. Прекрати завидовать другим, преуспевшим в молитве. Желай всем спастись. Научись радоваться успехам близких. Не теряй присутствия духа в искушениях. Извлекай благодать из любых ситуаций, уступая другим. Никогда не унывай в падениях.

4. Имей ко всем людям равное отношение. Молитву поставь на первое место. Послушание

Старцу поставь впереди молитвы. Слабость есть ни что иное, как пленение помыслами слабости. Неудача — это помыслы «почему я не расту духовно?» Бесовский обман — это помышления «почему Старец ко мне равнодушен?» Восстань от сна, маловерный ум, и просветит тебя Христос.

5. Собраться с силами, значит собрать все свое внимание. Следи за каждым помыслом в течение всего дня. Храни молитву днем и ночью. В любых условиях храни мир души. Храни веру в Старца, ибо вера не в словах, а в силе. Благодать — это сила. Стяжешь благодать — одолеешь все демонские полчища.

6. Отбрось помыслы — «завтра я начну духовную практику». Начни ее в это мгновение. Отсеки мысли — «у меня ничего не получится». Все получится, если будешь верен духовному отцу. Учись слушать его не только ушами, учись слушать наставления сердцем.

7. Подражай жизни Старца не внешним копированием его действий. Подражай ему духом, чтобы стать с ним единым духовно. Постигнув дух духовника, постигнешь Дух Самого Христа. Старец приведет тебя ко Христу, а Христос — к Отцу Небесному. Держись за руку Старца, как Старец держится за руку Христа.

## Глава 6. Самодовольный ум

*«Ибо всякий, возвышающий сам себя, унижен будет,  
а унижающий себя возвысится».*  
Лк. 18.14.

Самодовольный ум — это самоуверенный ум. Он непрерывно критикует и осуждает всех и вся. Это богоборческий ум, пытающийся сам стать Богом и судьей мира. Он погрязает в своих умопостроениях, увлекаясь их ложью, искусно построенной и прикрытой подобием истины. Поэтому такой ум становится закрытым для света благодати из-за своего пристрастного увлечения пустыми играми своего мышления, танцующего перед ним, словно деревянная кукла, которую тянут за веревочки скрывающиеся за ним демоны.

Самодовольный ум — это мельничный жернов на шее человека, тянущий его в бездны ада. Он любит услаждаться мысленной эквилибристикой и замысловатыми сложностями, роясь в умственном хламе человечества. В молитве он чувствует себя, словно голодная собака, которая рыщет по помойкам и бродит, где ей вздумается.

Выпячивая свой интеллект, он подобен блуднице, совращающей прохожих своими истасканными прелестями. Этот ум любит везде и всюду выставлять свои мозги из-под шляпы. Сны его тщеславны и горделивы, где он услаждается славой и почестями, представляя собой разительный контраст с действительностью, в которую ему неприятно возвращаться.

Самодовольный ум — маньяк славы и власти, за которые ему приходится соперничать с подобными ему людьми. Глухая неприязнь и зависть иссушают и ослабляют его силы, развивая болезненное самолюбие. Внешне ему приходится много лицемерить, но внутри его скрываются нелюбовь и злоба ко всем людям, которые внезапно прорываются вспышками гнева и ярости. Из-за желаний познать Бога нечистым рассудком и воображением, его эгоизм усиливается, а грехи растут, как снежный ком.

Нет ничего крепче глупой самовлюбленности, которая держит в плену самодовольный ум. Когда он оставит привязанность к своему мышлению, он обнаружит причину своего заблуждения — скрытую гордыню, грызущую его, словно неусыпающий червь. Именно она обращает все способности этого ума в ничто, облакая их в глупость. Этот ум больше всего боится попасть в глупое положение, поэтому он всегда занят самооправданием и самопревозношением за счет унижения других людей. Лишь отрехшись от самого себя, он может проснуться от своего кошмара тщеславия и самодовольства. Когда этот ум устраняет все словесные и умственные конструкции, обременяющие его, подобно непосильной ноше, он обретает возможность благодатного преобразования в духовном покаянии.

Тщеславный ум испытывает удовольствие, лишь когда он доволен исключительно самим собой, в то время, как духовный ум вкушает блаженство, лишь когда блаженны и счастливы все люди. Самодовольный ум не терпит ни малейшего умаления своего ложного величия, а духовный ум только укрепляется в еще большей благодати даже в издевательствах и мучениях. Духовный ум подобен прозревшему человеку, который может свободно читать и понимать Евангелие, тогда как самодовольный ум никогда не проникнет вглубь Истины, подобно слепому «знатоку», который может только рассуждать о количестве страниц и качестве бумаги в этой книге.

Этот ум, обладающий большими интеллектуальными способностями, унаследованными от прошлых поколений, в практической жизни и в отношениях между людьми не справляется с малейшими трудностями. Он обременен многочисленными грехами и ни в чем не находит смысла, кроме как в деятельности интеллекта. И в этом самодовольный ум является полным рабом своего мышления, подобно мельнице, попусту машущей крыльями, когда она не мелет зерно. Из-за маловерия его опора на свои силы и способности сильнее, чем на Бога. Он стремится избежать страданий своими усилиями, но, не находя в себе достаточно сил, унывает и отчаивается, впадая в ропот и богоборчество.

Духовное лекарство для такого ума — отречение от привязанностей к самому себе, но оно дается ему большой ценой из-за сильного опьянения своими способностями. Самовлюбленность — болезнь самодовольного ума и именно она не дает такому уму постичь истинный смысл духовных наставлений. Он путается в

понятиях, понимая интеллектуальные домыслы о Боге за само постижение Бога, что вовсе не одно и то же. При всех своих высоких размышлениях, он остается целиком безблагодатным умом, а его философские догадки ни что иное, как демоническая философия самообожествления, которая уводит ум в бесплодные интеллектуальные хитросплетения мыслей.

Сокрушение в грехах и сугубое покаяние — средство исправления для самодовольного ума. Оно может быть или добровольным, совершенном по своей воле, или же принудительным, через суровые жизненные обстоятельства, попущенные ему Богом для отрезвления. Когда этот ум ощутит вкус покаяния и постигнет пользу истинного смирения, он может со временем стяжать спасительную благодать.

Привыкнув легко решать сложные интеллектуальные вопросы, ум создает в себе стойкую дурную привычку к самолюбованию, коренящуюся в эгоизме. Все, что бы он ни делал, становится новым поводом к самовосхвалению. Мышление такого ума представляет собой бесконечную цепь взаимозависимых мыслей, омрачающих его духовное видение. Анализ и копошение в делах мира сего — его стихия. Решительный отказ от своей навязчивой мысленной деятельности возвращает ум к самому себе, где он обретает благодать и находит Христа. Этот ум может пребывать в молитве долгое время, хотя периодически забывается, увлекаясь земными проблемами и новостями. Если он обратится к покаянной молитве, то сможет познать сладость смирения и принести много пользы и себе, и Церкви.

Прямой путь Спасения для самодовольного ума — полностью отказаться от интеллектуальных игр, ведущих к одержимости, ропоту и богоборчеству, заканчивающихся преждевременной смертью. Стяжание Божественной благодати с помощью смирения — единственный выход из создавшегося жизненного тупика для этого тщеславного ума. Если самодовольный ум, подвизаясь в стяжании смирения и отречения, вновь и вновь порождает в себе интеллектуальное понимание духовной жизни, то лишается всякой благодати и возвращается к оставленным бесплодным умозаключениям, словно пес на свою блевотину, окончательно погрязая в своих заблуждениях. Если он собирается из них выйти, то должен навсегда покинуть сферу безостановочного мышления, убивающего его.

Разве можно быть таким самоуверенным, если все достоинства твоего ума дарованы тебе Богом и в один день могут быть взяты у тебя и переданы другому? Если все теории и системы могут рухнуть в один день, как можно за них держаться? Избери благодать, стяжи ее и она будет хранить тебя от губительного дыхания времени, ибо в ней хранит себя сама вечность. Разве можно быть таким самодовольным и надутым тщеславием, словно воздушный шарик, если смерть может унести твою жизнь, подобно свирепому ветру, схватив тебя за горло в постели или на работе, в дороге или на отдыхе? Разве можно кичиться своим богатством, которого можно лишиться в один миг, или своим горделивым умом, который может подвести тебя в самый неожиданный момент?

Ничто иное так необходимо всем нам, как смирение, и ничто иное так нежелательно, как самодовольство, препятствующее развитию духовных способностей человека. Смириться — значит успокоиться от страстей и помыслов, убивающих душу. Успокоиться — значит обратить свое внимание внутрь с

помощью молитвы. Ум, обращенный внутрь, неизбежно находит в своем смиренном сердце незаходящее духовное Солнце, Христа, и остается там навеки, отторгнув самодовольство и найдя в Боге источник Жизни вечной.

Твоя жизнь должна соответствовать твоему знанию о Боге, если нет, то такое знание остается пустой теорией самодовольного ума. Настоящая духовная практика означает решение всех проблем, создаваемых умом. Если этого не происходит, то такая практика — всего лишь жалкая имитация духовной жизни. Не говори, скрывая свою лень, что у тебя нет времени на молитву, в то время как ты без усталости тратишь свою жизнь на семью и детей, подвергая их риску остаться без Бога и наедине со своими проблемами. Не говори, что Спасение трудно, в то время как ты переносишь с великим терпением все неудачи в борьбе за добывание денег и пустой славы, принося в жертву свою малoverную душу и самодовольный ум.

Попытайся не умереть в долгих попытках накопить средства и возможности для будущего уединения, так и не начав молиться. Не будь грязью в золотой шкатулке, стань алмазом, скрывающимся в пыли. Тебя убивает твое равнодушие к Спасению, а ты даже не знаешь своего убийцу. Зависть, словно кислота, выжигает твои внутренности, а ты не замечаешь, что принимаешь яд вместо лекарства. Пойми различие между мудростью и глупостью, выбери лучшее, практикуй главное, обрети истинное.

Что бы ты ни предпринимал в этом мире теней, без Спасения ничто не имеет смысла. Рассуди сам: без твоего Спасения, все, что для тебя ценно в этом мире, становится страшным заблуждением. Твое любимое «я», ради которого ты жертвуешь своей жизнью, без Спасения — твой самый коварный предатель. Твои близкие, если ты не обрел Спасения, становятся преградой на пути к Богу. Друзья без Спасения — пустая опора, а враги и недоброжелатели — ночной кошмар.

Помни мудрые слова Священного Писания: «Все суета сует...» - ими оцени все свои дела в мире и, если увидишь их иначе, можешь оставаться беззаботным. Гибельно для души подгонять Святое Евангелие под свое понимание, но спасительно развивать свое понимание до полного постижения Евангельских истин. Обличающие и порицающие — это, обыкновенно, самые несчастные люди, а те, которые помогают и советуют, всегда наслаждаются плодами своего добра. Видящий Бога сам становится богом по дару Божественной благодати, а видящий тьму сам становится тьмой по действию своего эгоизма.

Когда наши дурные страсти препятствуют нам достичь чистоты сердца, то их сравнительно легко увидеть и освободиться от них молитвенной практикой. Но когда нам препятствуют наши эгоистические представления о мире и о нас самих и, тем более, о Боге, то они могут быть очень тонкими и глубоко скрытыми, вследствие чего становятся серьезной помехой на пути Спасения. Когда мы привязаны к своим идеям и представлениям, мы по-прежнему остаемся рабами и идолослужителями своего ума, а не преображенными благодатью существами во Христе Иисусе.

Не придумывай себе свое Евангелие, споря и сражаясь с ближними за выдуманную тобой самим веру, которая есть отступление от Правды Божией и Истины. Подражать Христу и подстраивать Христа под себя — это две совершенно разные религии. Если сам не будешь мешать Богу своими измышлениями, то смо-

жешь увидеть, как Он тебя спасает без всяких помех. Пути мира сего — это пути умственного рабства, и лишь путь Истины — это путь совершенного Спасения от греха.

## Практические наставления

1. Состояние самодовольного ума очень опасное, так как из него трудно прийти к покаянию. Самодовольный ум — великий теоретик самообольщения. Любя анализировать поведение окружающих, он не может увидеть, насколько он болен. Этот ум предоставлен самому себе. Это слепец, не имеющий поводыря.

2. Ему необходимо противопоставить самоуничужение — самовлюбленности, самоукорение — самовосхвалению и самоотречение — самодовольству. Только испытывая крайние скорби, он с большим трудом приходит к покаянию. Только подчинив себя Старцу, он с великим усилием постигает таинство исповеди.

3. Суровость духовного отца — единственное его лечение. Подчинение себя воли духовного отца — единственное средство попраiania его гордыни. Отречение от самого себя — единственный способ выздоровления. Считать себя последним из грешников — единственный метод обретения смирения.

4. Трудись ради блага других, как раб — освободишься от тщеславия. Служи ближним, как недостойный — освободишься от превозношения. Стань изделием в руках Старца — освободишься от себялюбия. Научись послушанию духовному отцу — очистишь сердце от эгоизма.

5. Возлюбишь покаянную молитву — избавишься от помыслов о самом себе. Возлюбишь уединение — исцелишься от осуждения ближних. Возлюбишь нищету духа — обретешь благодать. Возлюбишь совет со Старцем — получишь дар духовного рассуждения.

6. Останови молитвой мельницу пустого мышления. Распознай, что ты — враг самому себе. Перестань негодовать, что другие лучше тебя. Не оценивай людей по себе. Не ищи духовных откровений и явлений. Не считай себя достойным похвалы и почестей. Стань травой под ногами людей. До последнего дыхания прилепись ко Христу.

7. Смирись пред Евангелием — и тебе откроется его глубина. Смирись пред Церковью — и ты найдешь в ней опору. Смирись пред Таинствами — и примешь благодать. Смирись пред духовным отцом — и ты увидишь в нем Христа. Смирись пред Христом — и ты найдешь Спасение.

## Глава 7. Собранный ум

*«Сказываю вам, что всякому имеющему дано будет, а у  
неимеющего отнимется и то, что имеет».  
Лк. 19.26.*

Собранный ум — это сосредоточенный ум. Он обладает способностью не

отвлекаться. Это фанатик работы, который отдает ей все силы. Для него важен сам процесс деятельности, в котором он находит удовлетворение, а не результат. Он не имеет времени на теории и раздумывания. Когда собранный ум определяет свои цели, то с головой погружается в текущие дела, упуская главное. Слабость собранного ума в том, что он постоянно перенапрягается и устает, а его недостаток состоит в том, что в своем увлечении кипучей деятельностью он остается глух ко всему, что не имеет отношения к его работе. Его жизнь в постоянных трудах проходит быстрее, чем он успевает это заметить.

Но мир безжалостно открывает этому уму свою обратную сторону. Всякая достигнутая им цель приносит лишь временное удовлетворение, после чего ему приходится искать новый объект для приложения своих усилий. Видя тщетность своих попыток найти смысл в земных интересах, собранный ум обращается к поискам Бога. Только в Боге он находит свою истинную опору и цель, превосходящую все земные ориентиры.

Собранный ум обладает высокой способностью не отвлекаться на помыслы и хорошим умением сосредоточиваться на принятом решении, а в духовной жизни — на достижении Божественного присутствия. В молитвенной практике он может быстро ухватить смысл духовных наставлений, не рассеиваясь на ложные цели. Заблуждение — это и есть отвлечение внимания от Бога и начало греха. Если собранный ум стойко утвердился в Божественном присутствии, с заблуждением для него будет покончено раз и навсегда.

Когда этот ум сосредоточивается исключительно на мирских делах, то запутывается в них и погибает, не успев понять, что же произошло. Если он поставит для себя главной целью Христа и Спасение, то все остальные проблемы решаются сами собой. Поэтому духовное лекарство для собранного ума — полное отречение от мира и его суетной деятельности. В молитве он ощущает себя охотником, который, затаив дыхание, целится в выбранную им цель. Различные догадки и интеллектуальное понимание Истины никогда не могут быть самой Истиной, ибо такое знание не приносит избавления от греха и не дает стяжания благодати. Подобное понимание Истины никогда не удовлетворяет собранный ум, так как его жажда познания слишком велика.

Из-за постоянного перенапряжения ему приходится делать перерывы в молитвенной практике, что создает определенные препятствия в овладении молитвой и вызывает задержки в духовном росте. Опасность для собранного ума состоит в том, что он может удовлетвориться обретением начальной благодати, достигнув некоторой победы над помыслами и страстями, потеряв из виду само Спасение. Для него должна быть поставлена одна единственная цель — найти себя в Боге и постичь Его так, как Он есть. Все остальные рассуждения, разговоры и умственные построения для сосредоточенного ума совершенно излишни, ибо они становятся препятствием для духовной практики и совершенного освобождения от мысленного рабства. Он может легко оставить все помыслы и мирские цели. Его сновидения не остаются у него в памяти. Он мгновенно проваливается в сон от перенапряжения и усталости. Когда сосредоточенный ум услышит слово Божие, он сразу же отрекается от мира и обращается к молитвенной практике. Все его поиски и сомнения прекращаются, и он твердо устанавливается в непоколебимой

безпредельности и тишине Святого Духа.

Несмотря на то, что собранный ум может иметь различные переживания и утешения, связанные с молитвенной практикой, все они превращаются в препятствия, когда он обращает на них внимание и привязывается к ним. Будет большой ошибкой принять эти состояния за Спасение. Такая остановка в духовном возрастании случается в том случае, когда подобные переживания превращаются в привязанность на пути Спасения.

Обрести стойкое неотвлекаемое удержание внимания в благодати — это своего рода особое искусство, для овладения которым даже собранному уму нужны многие годы интенсивной молитвенной практики. Всему можно научиться, хотя удержание внимания в Боге — не такое простое занятие. Когда собранный ум овладеет этим умением в совершенстве, он уже никогда не захочет с ним расстаться. Для такого ума главным становится не умственная бесплодная деятельность, а Божественная благодать, в которой он находит отдохновение и покой от всех своих искушений и духовных браней с отвлекающими помыслами. Благодать есть Божественное присутствие Святого Духа, полнота которой зависит от чистоты и собранности ума.

Для него благодать становится подобной заботливой матери, которая ведет его, словно родное дитя, в Небесные обители. Зависть и ревность к другим подвижникам — это ловушки и препятствия для собранного ума. Но когда он оставляет свои страсти и дурные навыки, то быстро приходит к успеху в духовной жизни. Как только он отпустит свою мертвую хватку за мирские дела, то зависть, ревность и скрытые обиды навсегда оставляют собранный ум и он напрямую созерцает Божественный свет.

Подобно тому, как нападающие на одинокого путника ночные грабители, если встречают безстрашного и решительного человека, то разбегаются по темным углам, так и угрожающие и соблазняющие обстоятельства, когда сталкиваются с безстрашием и мужеством собранного ума, то рассеиваются в мгновение ока. Такой ум выходит из искушений еще более крепким и сильным, чем до встречи с ними. Соединившись с сердцем, он больше не привязывается ни к одной вещи. Ум, доверившийся благодати, пребывает вне досягаемости для помыслов, день ото дня увеличивая свою молитвенную практику.

Собранный ум, по своей природе, легко воссоединяется с самим собой, независимо от того, в каких условиях он находится. Этот ум быстро овладевает непростым умением собирать самого себя из рассеяния и стяжает дар подолгу пребывать в молитве, даже в течение всего дня. Когда собранный ум обращается к Богу, его собранность становится чистотой ума, позволяя ему в значительной степени на опыте постигать Божественную волю.

Сосредоточенный ум спасает не ненависть к миру, а ясное и спокойное постижение природы мира, не имеющей в себе ни опоры, ни постоянства. Тогда ум всецело отстраняется от него не только телом, но и во всех помыслах и желаниях, в совершенной собранности устремляясь к Богу. В духовной жизни этот ум идет царским путем. Он не впадает в восторг от своих успехов и избегает уныния при временных неудачах. Практика созерцания не дает гарантий срока времени, за которое можно гарантированно обрести Спасение. Созерцание не достигается в ожидании и мечтании, оно приходит к тому, кто держится молитвенной практики

без устали. Для собранного ума достижение созерцания и Спасения не имеет больших препятствий и трудностей. Как останавливаются крылья ветряной мельницы, когда нет ветра, так в собранном уме прекращается всякое мыслетворчество, когда он не обращает на помыслы никакого внимания и навсегда отрекается от их деятельности.

Все мирские заботы проходят без следа, но Любовь, ставшая служением ближним — это основа всей жизни и собранный ум без труда находит в Ней опору. Как ветер не может сдвинуть с места небо, так помыслы никоим образом не могут причинить вред собранному уму и оторвать его от Бога. Когда ум не хочет выходить из сердца, упокаясь в блаженстве благодати, подобно сыну в объятиях отца после долгой разлуки — это есть состояние созерцания. Когда внимание ума перестает рассеиваться на внешние звуки и помехи и он сможет соединить свое созерцание со всеми обязанностями повседневной жизни — это есть начало Спасения. Если ум сможет стяжать это пребывание в благодати независимо от обстоятельств, тогда любые обстоятельства становятся средством для постижения Бога прямо здесь и сейчас. Один вопрос всегда остается открытым — кто решится на это и кто сможет это сделать?

Не теряй драгоценного времени, усвой сполна Православие, завещанное нам Святыми Отцами. Если этого не сделать, будет очень трудно пройти мытарства с умом, прилепившимся к земным вещам, и не попасть в адские бездны. Сделай ум свободным, словно воздух, от мирских целей, не омрачай его тучами земных домыслов и ориентиров. Пусть в нем свободно сияет свет Божественной Любви и благодати. Если для тебя каждая минута будет последней, непременно спасешься.

Не приходи к кончине с руками, держащими земные награды и дипломы. Встречай ее с приготовленным и укрощенным умом, который имеет шанс встретить Христа даже в момент расставания с телом. Вечная Жизнь обретается по дару благодати, которая приходит в ответ на наши усилия привести ум к Богу. Цени благодать, умей хранить ее, старайся возрастать в ней, пока живешь. Если бы ни у кого из нас не было ни капли благодати, то мы все были бы просто трупами.

Ни в коем случае не следует перенапрягаться в созерцании. Духовная практика должна стать жизнью, чтобы эта жизнь завершилась духовным преображением. Дьявол потому создает нам препятствия в молитвенной жизни, что ему мы отдаем свой ум, а миру — свое внимание. Без Христа все добродетели — абсолютная фикция. Главное, кто находится внутри человека — Христос или бес? Для слепого весь мир — словно пропасть, а для зрячего подобен мосту в небо. Рассеянный ум, водимый бесами, неудачен ни в этом мире, ни в ином, а собранный ум делает эту землю Небом, ибо соединяется со Христом.

Все, что ты постиг в духовной жизни, должно войти глубоко в сердце и помогать твоему Спасению, а не лежать бесполезным грузом в голове. Проведи свою жизнь так, чтобы не было стыдно пред Богом и своей совестью. Никогда не отступай от этой возвышенной цели — соединения со Христом, и непременно спасешься, ибо обетования Христовы вечны и абсолютны не все времена.

Собранный ум, стяжав вселение благодати, уже никогда не захочет с нею расстаться, даже под угрозой смерти. Тот, кто имеет собранный ум и избрал духовную жизнь, телом живет в горах, речью живет в молчании, помыслами живет в

безмолвии, а сердцем живет в Боге. Лучшее место для уединения — твое сердце, а лучшее место для созерцания — твой собранный ум. В поведении держись Евангельских заповедей, в молитве держись постоянства, в постижении держись благодати, в отношениях с людьми — Любви и смирения. Это и есть Спасение.

## Практические наставления

1. Собранный ум разрывает мысленные сети дьявола. Чтобы выздороветь, всякий ум должен стать внимательным. Для того, чтобы спастись, всякий ум должен стать собранным. Собранность ума открывает врата вечной Жизни. Быть собранным — значит не рассеиваться на помыслы. Быть собранным — значит познать свой ум.

2. Не направляй ум на суету — собери его в молитве. Не уклоняйся умом в пустые рассуждения — ищи чистую молитву. Прекрати искать молитвенные приемы — научись следить за помыслами. Прекрати рабски следовать за умом — обучайся жить в благодати. Не доверяй ни одному помыслу — доверяй только Христу и Его заповедям.

3. Что бы ты ни обрел в молитве — не останавливайся. Что бы ты ни увидел в помыслах — не обращай внимания. Что бы ты ни ощутил в душе — не медли на этом. Что бы ты ни заметил в уме — не соблазняйся. Что бы ты ни узрел в сердце — не оставляй молитву.

4. Не привязывайся ни к болезням, ни к здоровью. Не привязывайся ни к огорчениям, ни к утешениям. Не привязывайся ни к клевете, ни к похвале. Не привязывайся ни к врагам, ни к друзьям. Не привязывайся ни к земле, ни к небу. Никогда не закосневай в духовной практике.

5. Добродетели без Христа — фикция. Ум без Христа — дьявол. Знания без Христа — ложь. Целомудрие без Христа — болезнь. Аскетика без Христа — самоубийство. Любовь без Христа — блуд.

6. Умей быть бдительным, но без перенапряжения. Умей быть стойким, но без упрямства. Умей быть собранным, но без эгоизма. Умей жить сердцем, но без страстей. Умей жить не мысля, но без тупости. Умей постигать не размышляя, но без промедления. Умей пребывать в благодати, но без превозношения.

7. Не соединяйся ни с одним помыслом, соединяйся с сердцем. Соединившись с сердцем, не выходи оттуда. Не выходя из сердца, стяжи благодать. Стяжав благодать, отдай сердце Христу. Отдав сердце Христу, научись пребывать в Любви.

## Глава 8. Совершенный ум

*«Истинно говорю вам: кто не примет Царствия Божия, как дитя, тот не войдет в него».*  
Мк. 10.15.

Совершенный ум — это цельный ум. Это ум, умеющий максимально использовать все свои силы в достижении избранной цели — Спасения. Умение

всецело сосредоточиваться на главном — основное достоинство этого ума. Когда он исполняется благодати, то становится полностью свободным от всякой умственной деятельности, пребывая в полноте духовного совершенства. В молитве ощущает себя подобно умелому портному, мгновенно вдевающему нитку в игольное ушко. Установившись в созерцании, он, словно молотом, сокрушает главу адского змея — скрытой гордости.

Этот ум еще в юности отрекается от мира. Он возгорается Любовью к Богу и преисполняется самоотречения. Благодаря целомудрию этот ум быстро стяжает благодать и становится светильником Церкви. Вследствие своей цельности, он свободен от умственных искажений, производимых страстями, и без плодных измышлений, вызываемых привязанностью к миру. Рассуждение его безошибочно. Он устремляется к Спасению, не отвлекаясь на окружающие условия и обстоятельства. Слабость этого ума — в увлеченности, когда он незаметно окрадывается эгоизмом, что может вызвать чувство превосходства над другими людьми.

Молитва — это естественное состояние совершенного ума, которая продолжается даже во сне. Такой ум всегда остается цельным и единым, несмотря ни на какие условия, и не теряет молитву даже в момент разлучения с телом. Ум не может думать о мире и о Боге одновременно, ибо «не может служить Богу и мамоне». Даже когда ум думает о Боге, в действительности, в этот момент его отвлекают различные мысли, связанные с миром и его проблемами. Какими бы глубокими эти понятия не были, если ум остается на уровне мысленных представлений, то не может прийти ни к какому духовному опыту и сам становится препятствием для Богопознания. Также, если ум привязан к молитвенной практике больше, чем к Богу, он теряет из виду цель своего Спасения.

Цельный ум всегда собран и активен в молитве, быстро стяжает благодать и, вместе с ней, созерцание. Даже когда он засыпает, его внимание не рассеивается и он продолжает со хранить бдительность. Этот ум не теряется ни в каких обстоятельствах и, объединившись с благодатью, покидает тело в момент кончины собранно и осознанно. Не проходя посмертных мытарств, он удостоивается Царства Божия, нетленного во веки веков. Совершенный ум способен сохранять непрерывное пребывание в Божественном присутствии и днем, и ночью, что является вершиной духовной практики.

Как только появляются мысли, появляется ум. Без мыслей нет и ума. Поэтому ни то, ни другое не является опорой и смыслом человеческого существования. Безпредельная сокровенная глубина сердца, к которой ничто нечистое не может приблизиться — вот истинная опора, неистощимый источник живой благодати, неоскудевающая сила Святого Духа и нетварное сияние Христа. Именно там совершенный ум вступает в священное безмолвное созерцание. Он схватывает саму суть Божественного созерцания, лишённого всех внешних покровов — мысленного заблуждения и пустых умозаключений, и в благоговении постигает грандиозное величие Бога, пребывающего в нем самом. Безстрашно покоряя демонов благодатной молитвой, преодолевая пропасти страстей и ложного понимания, цельный ум быстро восходит к Божественному присутствию силой Святого Духа.

Совершенный ум никогда не питает надежд на результаты своих усилий, он

уповает всегда только на помощь Божию. Если этот ум избирает эгоистические цели, они могут увести его далеко от Спасения. Тогда все его силы и способности растрачиваются зря. Духовное лекарство для такого ума — безстрастие и в нем он преуспевает в совершенстве, когда обращается к Богу. Этому уму не требуется много сна, так как молитва для него служит источником новых сил. Когда он засыпает, то не видит никаких снов.

Если спит обычный человек, он впадает в безсознательное состояние сновидений, но тот, кто объединил сердце и ум с благодатью, сохраняет состояние бодрствования даже тогда, когда его ум и тело засыпают. Совершенный ум приходит к созерцанию путем отречения от своей деятельности, от нескончаемого безостановочного мышления, найдя недвижимую опору и Спасение в деятельности и мудрости Святого Духа. Есть для ума особые духовные ценности, которые ничем заменить — это Бог и Любовь, и здоровый цельный ум избирает их безошибочно.

Чем больше устойчивость ума в созерцании, тем дальше он от ошибок в духовной практике. Для цельного ума — вся жизнь целиком есть молитва и созерцание. Всецелое отречение и неутомимое усердие — это суть молитвенных усилий, ибо без них обожение невозможно стяжать даже за сотни лет. Когда ум оставляет всякую мысленную активность, он непоколебимо зрит чистое Божество, как Оно есть, созерцая его прямо и непосредственно. Незапятнанная чистота, совершенство и безграничная Любовь Божественного бытия, хотя и переживается умом прямо и непосредственно, тем не менее, это созерцание превосходит все возможности обоженного ума охватить это Божественное светоносное пространство утверждениями или отрицаниями. Поэтому созерцающий ум благоговейно умолкает при виде непостижимой славы Божества, приходя в совершенное смирение и забвение самого себя.

Цельный и целомудренный ум приходит к концу жизни налегке, свободный от бремени вещей и многочисленных привязанностей. Как птица стремительно возносится в синеву небес, так он свободно входит в Царство Небесное. Чтобы открывать горизонт за горизонтом, нужно уметь не оглядываться назад, и это свойственно совершенному уму в большой степени. Во Святом Духе ум не имеет ничего, к чему бы он мог привязаться, предпочитая полностью пребывать во Святой Троице. Поэтому тот, кто стремится уподобиться Христу, должен полностью отсечь всякую деятельность ума, как недостойную находиться в присутствии Божиим. Состояние благодатного безмолвия, или немышления — это наивысшая форма деятельности Святого Духа.

Благодаря усвоению Евангельских заповедей, исполнению наставлений духовного отца и собственной искренней решимости, ум входит в самую сокровенную суть молитвы и созерцания, приносящих совершенное избавление от всех греховных уз и рабства помыслов. Если подвигающийся крепок и силен, он практикует созерцание со всем усердием, а если слаб и не имеет крепкого здоровья, то соразмеряет усилия со своими возможностями.

В Божественном созерцании нет необходимости ни в каких позах и не требуется никакого особого устремления взгляда. Оно не соединяется ни с положением тела, ни с направлением взгляда в какую-нибудь точку. Созерцание должно быть соединено со Святым Духом и затем — со всей нашей жизнью. Именно так свя-

ценное созерцание становится непрерывным и три Лица Святой Троицы проявляются сами собой, преображая ум и восхищая его в Царство Божие. Для Спасения необходимо иметь совершенную преданность Божественному промыслу и твердую уверенность в том, что если мы обретем благодать Святого Духа, то даже тысячи демонов не смогут отвлечь ум от созерцания Бога. Чем хорош совершенный ум? Тем, что в нем есть подобная уверенность.

В состоянии святости ничего не исчезает, просто все проявляется по-другому, так как есть. Отец Небесный принимает освященный ум в Свои объятия, которые открывают преображенному уму блаженный мир во Святом духе, преисполненном духовного богатства и запредельной мудрости. Ум обретает способность видеть Бога непосредственно, так как есть, и закрепление этого видения есть созерцание. Созерцающий ум — это ум, который неисходно пребывает в Боге, вне всяких ограничений, как телесных, так и мысленных. Никакие мысли не могут возникнуть в уме, который всецело утвердился в созерцании. Когда люди встречаются с тем, кто практикует созерцание, то даже без единого слова его благодатное состояние касается их душ. Он мгновенно устраняет мысли окружающих его людей. Таково благословение того, кто имеет однонаправленный ум в священном созерцании.

Цельный ум никогда не морочит себя чуждыми учениями и нескончаемым собиранием сведений о различных видах молитвы. Он сразу идет к цели — отрекается от мира и посвящает все свои усилия Богу для обретения Богопознания. Спасение всегда означает только одно — что в любой момент ум соединен со Христом. Именно к этому и стремится цельный и чистый ум. Чистота такого ума, преображенного благодатью, становится Любовью, свет ума, просвещенного Святым Духом, становится мудростью, покой ума, соединившегося со Христом, становится блаженством Божественного созерцания.

Отвергни раз и навсегда все заботы и тревоги. Уподобься умом птицам небесным, которые не сеют и не жнут, и не собирают в житницы. Полагаясь во всем на Христа, ты научишься пребывать в самой истине, ибо из Нее некуда идти, так как лишь Она имеет в Себе глаголы Жизни вечной.

Когда овладеешь Истиной, говори другим только о том, что познал на своем опыте. Если будешь говорить о том, что стяжание молитвы важнее чтения духовных книг, то где найдешь простецов? Если станешь говорить о том, что Истина содержится в книгах, то кто будет пытаться овладеть молитвой? Если говорить, что Истину познает лишь искусный интеллект, то это увеличит самодовольство и гордыню ученых. Если говорить, что смерти нет, то это собьет с толку и без того слабых людей. Если говорить, что Бог за пределами всем помышлениям, то это увеличит привязанность людей к земному благополучию. Итак, если хочешь избежать неразрешимых противоречий и споров, учи ближних своим примером.

Как только узнаешь, что Бог есть, пребывай в этой уверенности, не оставляя ее ни на миг — это и есть вера. Как только узнаешь о молитве, пребывай в ней, не отвлекаясь на помыслы ни на миг — это есть молитвенная практика. Как только утвердишь ум во Христе, или как только Господь отворит тебе Небесные сердечные врата, пребывай в Нем без всякой привязанности к миру, свободный от мысленного рабства, и никогда не теряй заработанную собственной кровью духовную Свободу ни на миг — это есть Спасение.

## Практические наставления

1. Совершенный ум — цель всех молитвенных усилий и венец духовной практики. Тот, кто стремится к Спасению, обретает в завершение такое цельное состояние ума. Это благодатный ум, полностью соединившийся с сердцем и неисходно утвердившийся во Христе.

2. Опасность для такого ума — однонаправленность, когда он лишен рассуждения. Ловушка для него — эгоизм, когда он не имеет самоотречения. Его препятствие — гордость, когда ум не обладает безстрастием. Его недостаток — жесткость, если он не пришел к Любви.

3. Избавившись от недостатков, цельный ум обретает мудрость во Христе. Совершенно отвергнув эгоизм, он обретает безстрастие. Полностью отвергнув гордыню, он преисполняется неопишуемого смирения. Безраздельно отрехшись от самого себя, этот ум становится вместилищем Божественной Любви.

4. Покорив демонов рассеянности — придешь к созерцанию. Покорив демонов самолюбования — обретешь плачь о всем мире. Покорив демонов корысти, исполнишься сострадания ко всему живому. Покорив демонов привязанности — возлюбишь Христа до самозабвения. Покорив демонов разделения на “я” и “другие” — обретешь восхищение ума в Небесные сферы.

5. Отказавшись от всех представлений, проникнешь в суть созерцаний. Отрехшись от всякой мысленной деятельности, постигнешь дух молитвы о всем мире. Отвергнув земное мудрование, установишься в Божественной мудрости. Оставив память о своем теле, утвердишься в неисходной памяти о Боге.

6. Забудь о дне и ночи — придешь к вечности. Забудь о еде и сне — станешь жить во Святом Духе. Забудь о счастье и несчастье — познаешь вкус Небесного блаженства. Забудь о здоровье и болезни — обретешь бессмертную благодать. Забудь о друзьях и врагах — соединишься со Христом.

7. Оставив жизнь и смерть — обретешь бессмертие. Оставив покой и попечение — войдешь в Царство Небесное. Оставив мысли и безмыслие — узришь нетварный свет. Оставив страх и радость — избавишься от мытарств. Оставив ад и рай — соединишься с Господом Иисусом отныне и навеки.

## Глава 9. Победители смерти

*«И всякий живущий и верующий в Меня не умрет вовек. Вершишь ли сему?»  
Иоан. 11.26.*

Незнание собственного Спасения есть действие диавола. Постигание своего рабства диаволу становится освобождением от этого рабства. Прямое и непосредственное стяжание благодати есть способ достижения Спасения. Стяжав благодать, ум уже никогда не захочет расстаться с нею. Благодаря совершенному

непрерывному пребыванию в благодати, достигается Спасение от всякого греха. Искать это Спасение вне себя самого значит никогда его не найти.

Лукавый — это наш собственный эгоизм, обманывающий нас тем, что крадет у нас память о смерти. До тех пор, пока мы полностью не отречемся от эгоизма, сатана поднимает в нас голову снова и снова. Наше тело тоже может стать для нас сатаной, когда увлекает нас в блуд или гнев. Наш ум, омраченный страстями и привязанностями, превращается для нас в демона. Вещи, которыми мы окружаем себя и считаем, что без них нам не обойтись, тоже становятся демонами. Родственники и близкие, о которых мы думаем больше всего на свете и полагаем, что без них не сможем жить, в этом случае такие же демоны, как и те, что влекут в ад.

Как только мы поддаемся своим мыслям и увлекаемся мыслительным процессом, мы становимся рабами своего ума. Так мы превращаемся в безвольных невольников наших помыслов. Все греховное в нас проявляется только потому, что сердце испытывает крайний недостаток в чистоте от помыслов. В чистом сердце не может быть греховных намерений и желаний, так как в нем живет благодать. Очень важно, чтобы молитвенная практика, а также и созерцание стали живым достоянием и знанием в нашей жизни, основанной на тщательном соблюдении Евангельских заповедей. Внутренняя свобода духа и безукоризненное следование Христовым заповедям Любви и смирения — это два крыла, которые поднимают душу к Небесным обителям, не имеющим никакой мирской пыли.

Основной критерий нашего устойчивого пребывания в благодати после молитвы состоит в том, продолжают ли нас подчинять помыслы или все же мы понемногу начинаем обретать некоторую свободу от их безжалостной тирании над нашим умом. Первые же успехи в этом направлении придают душе новые силы для избавления от рабства помыслов. При обретении первых опытов свободы от навязчивого мышления, мы начинаем периодически испытывать благодатное присутствие, выражающее себя в мире души, в безгневи и кротости. Так обучаясь ценить и хранить эти благодатные переживания, мы переходим из области непрерывной деятельности ума к пребыванию в Божественной благодати, которая постепенно заполняет все наше сердце. В этом состоянии нам нет нужды ни в каких помыслах, ибо сама благодать начинает учить нас и просвещать светом Истины, приводя к Спасению души и единению со Христом.

Грехи обретают над нами такую власть только потому, что мы оставляем Бога. Когда мы в покаянии возвращаемся ко Христу, решительно отрекшись от греховного мышления, сама благодать очищает наше сердце и соединяет его со Христом. Когда мы на опыте постигнем, что мышление греховно по своей сути, благодать немедленно вселяется в нас, преображая все наше существо. Когда нас не связывает то, что хаотически возникает в нашем уме, наступает Свобода от мира через вселение в душу Святого Духа. Пребывание в Духе Святом означает, что молитвенная практика больше не ограничивает причастника благодати определенными периодами молитвы и созерцания. Он может, если необходимо, действовать, рассуждать и говорить, не нуждаясь в уединении или затворе, потому, что всегда пребывает в созерцании Святого духа. Тем не менее, он всегда предпочитает уединение.

Если мы сумеем пребывать даже в малой благодати и внимании, но постоянно, это гораздо лучше, чем стремиться проводить в молитвенном правиле какое-то ограниченное время, полагаясь на свое упорство и свои силы. На первых порах духовный распорядок имеет первостепенное значение, так как он закладывает основы нашей духовной жизни. Но в созерцании, которое естественно зарождается из молитвенных усилий, важно глубокое постижение сути Спасения и познание Бога, с последующим пребыванием в Нем с помощью благодати. Без этого постижения молитвенное правило может стать самоцелью или просто искусственной системой, которую жизнь сметает в одно мгновение. Для того, чтобы не впасть в ошибку, необходимо крепко утвердиться в неотвлечении ума от молитвы. Тот, кто связан безостановочной работой мышления и неуправляемыми страстями, должен, не отвлекаясь, пребывать в непрерывной молитве. Когда рассеивающийся ум уходит в сторону, мы сразу возвращаем его обратно. Тот, кто стяжал начальную благодать и самодвижную молитву, посвящает священному созерцанию все свое время, не разделяя день и ночь, объединяя созерцание с повседневной жизнью. Со временем ум настолько подчиняется велениям Святого духа, что созерцание становится для созерцающего таким же естественным, как дыхание. Когда мы научимся пребывать в благоговейной тишине Святого духа, тогда переживания по поводу — есть ли мысли, или их нет, не будут сбивать нас и мы придем к совершенной Свободе в Истине, ибо Истина освобождает нас.

Самое трудное в Спасении — услышать смысл сказанного, а не только слова, и затем — исполнить со всем тщанием услышанное. В исполнении услышанного никогда не следует гнаться за переживаниями, правильнее стремиться стяжать благодать, которая не подведет вас никогда. Когда вы овладеете благодатью, то овладеете и истинным смыслом духовной молитвы и Божественного созерцания, которое представляет собой непрерывное нахождение ума во Святом Духе, без сомнения и недопонимания.

Если мы в молитве не идем дальше переживаний и утешений, то останемся в самом ее начале. Когда мы приходим в восторг от утешений, то это остановка молитвы. Если мы отвлекаемся на дурные помыслы, то это потеря молитвы. А если мы увлечены приятным ощущением, то это не молитва, а переживание удовольствия. Все подобные переживания становятся для молитвенной практики большим препятствием, хотя люди, увлекающиеся своими переживаниями, считают, что они молятся. Когда подвизающийся обнаружит ровное благодатное состояние молитвы, не изменяющейся от эмоциональных переживаний, то это единственное смиренное и покаянное состояние ума и будет молитвой.

Во всех этих переживаниях присутствует Бог, но это не является Богом, а всего лишь состоянием ума, поэтому следует различать Божественное присутствие от состояния эмоциональной душевной радости и удовольствия, для чего необходимо руководство опытного Старца. В истинном созерцании нечего достигать, ибо природа этого состояния находится за пределами мысленной деятельности и является откровением Божественного бытия.

Существует два вида познания — относительное и абсолютное познание. Первое связано с рассудочным мышлением, обобщающим впечатления органов чувств. Оно

является мирским видением, основанным на эгоизме. Второе есть прямое опытное постижение Бога с помощью Святого духа и является Божественным видением изначальной Причины бытия и всего тварного мира.

Соответственно существуют два пути Богопознания. Первый предназначен для очищения ума с помощью исполнения Евангельских заповедей и накопления добродетелей. Благие качества уменьшают духовные препятствия и создают подходящие условия для занятия молитвенной практикой и обретения начальной благодати, которая, как в тусклом зеркале, приоткрывает уму присутствие Божие. Этим путем следует большинство людей, и его главная цель — научиться использовать любые обстоятельства для получения благодати и укрепления в достижении Спасения.

Второй путь открывается тем, кто очистил сердце и ум длительной борьбой со страстями и помыслами и обрел дар священного созерцания Божественных свойств во Святом Духе. Этот путь требует великой решимости и самоотверженности, он мгновенно возводит такой подготовленный ум к Божественным созерцаниям и Богоподобию. Нам необходимо постичь Бога опытом в чистом созерцании, не только пребывающим за пределами тварного мира, но и непосредственно в нашей жизни. Именно это меняет ее полностью, преображая ее проявления во всех мелочах повседневности. В этом случае любое обстоятельство становится средством для овладения созерцанием.

Обоженый ум не имеет никаких скреп и не зависит ни от чего, живя и руководствуясь только Христом, Который для него становится жизнью и дыханием — вот признаки освященного и обоженого ума. Совершенное отсутствие гордыни и тщеславия, отсутствие всякого осуждения, преизбыток неиссякаемой Любви — вот признаки ума, в котором огонь благодати сжег все греховное, подобно молнии, упавшей в сухой лес. Ум, свободный от оков страстей и помыслов, воедино сливается с сердцем, становясь богоподобным по дару Божественной благодати.

Для такого богоподобного ума закончен путь самоотречения и отвержения эгоизма, единственный путь, который принес ему освящение. И только этот путь он может восхвалять и превозносить, как узкий путь, вводящий в бесконечную Жизнь, в осуществление заповедей Спасителя и Победителя тления. Над тем, кто полностью стяжал обожение ума, смерть теряет свою власть: «Смерть, где твое жало? Ад, где твоя победа?».

В Православии все является открытием, и самое главное его открытие — свобода от рабства ума и пребывание в Божественной благодати. Постичь различие между душевным переживанием и благодатью очень непросто, но вполне возможно, когда в нас открывается Христос. Состояние мысленного покоя — это еще не благодатный покой, а только переживание покоя. Истинный покой во Святом Духе не зависит от того, есть ли в уме мысли или их нет. Нужно научиться следовать Святому Духу прямым его постижением, которое естественно согласуется с заповедями Христа, а не размышлением или составлением множества различных правил.

В духовной жизни, проходящей через многообразные искушения, преданность Старцу является единственной опорой и помощью, ибо через него Христос укрепляет нашу молитвенную практику, устраняет все препятствия в созерцании и защищает от всех искушений. Духовный отец не может быть для нас всего лишь

старшим другом, он становится для нас единственным истинным путем в уподоблении Христу, ибо через него нам передается традиция Православия и Христова благодать.

Прибегни к такому отцу духовному, который спасительно учит о Спасении, обретя Его на опыте, ибо не все слова людей о Спасении на самом деле спасительны, если вместо достижения Царства Небесного предлагают укреплять царство мира сего.

Благоговейное отношение к Старцу, вопросы к нему и внимательное выслушивание его ответов хороши как средство просвещения ума. Но спасает ум то, как он может ухватить дух Старца и суть того, как Старец живет в Боге. Одно мгновение истинного взаимопонимания со своим духовным отцом важнее кропотливого анализа бесчисленных тонкостей и деталей духовной практики. Сокровенная передача благодатной традиции — когда ум послушника мгновенно оказывается в состоянии откровения Святого духа, в Котором живет сам Старец.

Суровая проверка нашей духовной Свободы состоит в нашей возможности освободиться от дурных страстей и эмоций, приковывающих нас ко греху, или закоснеть в нем. Если кто-либо самодовольно представляет, что смирился и стяжал благодать, но в действительности не одолел страсти, все это лишь самообольщение. Духовная Свобода — это совершенное отсутствие всех страстей и привязанностей и выход в нетленный свет Спасения, который не могут затмить никакие тучи помыслов.

В истинной духовной жизни полностью исчезают мечты о личном благе и счастье. Ум, увлекаемый благодатью Святого духа начинает жить и действовать только на благо и Спасение других. Это и составляет духовный опыт всех Отцов и подвижников, которые служили Церкви в прошлом, служат ныне и будут служить в будущем.

На пути к Спасению ум периодически впадает в первые пять омрачающих состояний, препятствующих его духовному росту. Ни одна из основных определяющих функций ума не является закрепленной и непреодолимой. Возрастая в самоотречении от дурных греховных склонностей, ум переходит из стадии в стадию. Падения в греховные состояния отбрасывают его назад. Самоотречение от греховных состояний приводит ум к собранности и стяжанию благодати. Совершенный ум — это благодатный ум, который единственно получает дар Божественного созерцания. Молитва подразумевает деятельность собранного ума. Этим она отличается от созерцания совершенного ума, которое выходит за пределы его деятельности. Собраным ум становится личными усилиями, очищаясь от страстей и помыслов. А совершенным его делает благодать, приводя к обожению и совершенному Спасению во Христе. «Ум, при действии в нем самом Божественного Духа, восторгается в безвидное устроение, входя внутрь сердца и становясь выше мышления». (Прп. Каллист Ангеликуд)

Отсеки помыслы, и вот Он — родной Христос. Оставь страсти, и вот она — святая благодать. Забудь себя, и вот оно — нескончаемое Спасение. Возложи на Христа свои заботы, и вот оно — Небесное счастье. Узнай Господа, пребывающего посреди тебя, и вот — все твои скорби закончены. Очисти от грязи золотой самородок сердца, и вот он — Рай, прямо там, где ты стоишь.

## Глава 10. Обожение и самообожествление

*«Пребудьте во Мне, и Я в вас».*  
*Иоан. 15.4.*

Обожение — это совершенное уподобление смиренного ума Христу и соединение через Него с Отцом всего сущего в Духе Святом. Тем самым ум становится богоподобным, выявляя в себе полноту дара Духа Святого и приобретенное сыновство Богу-Отцу. Самообожествление — это горделивая попытка заблудшего ума стать Богом и Судьей всего мира, отвергая Христа. Тем самым ум избирает в своем крайнем заблуждении другого отца, который есть отец лжи. Лишь благодати дано владеть всеми вещами мира, ибо она беспрепятственно, как проявление Божественной мудрости, созидает, охраняет и изменяет видимый облик бытия с невообразимой для человека мудростью и обоживает его ум, делая его богоподобным.

Обоженный ум, после очищения от страстей и помыслов, преобразуется в смирение и Любовь, возводящие его к созерцанию Божественных тайн. Самообожествленный ум преисполняется ядом ненависти и осуждения, которые всегда идут рядом, как злые близнецы. Осуждение является для ума тяжким грехом, потому что когда он осуждает кого-то, это означает, что он удалился от Бога и сделал объектом своего внимания другого человека, став сам для себя мерзким идолом. Ум, занятый осуждением ближнего, начинает ненавидеть его и полностью забывает о Боге, тем самым лишаясь Его благодатного покрова и помощи.

Каждый человек — это сын Божий и образ Христа, забывший о своем подобии. Грех искажает в человеке образ и подобие Божие, разрывая его связь с Богом-Отцом вследствие утраты святости и благодати Святого Духа. Бог дарует Свою неизреченную милость Святого Духа вне зависимости от места, где живет человек, подвизающийся ради Него и стремящийся к Спасению. Нет никакой гарантии, что милость Христову можно обрести лишь в уединении или в монастыре, но это не означает, что ее легко стяжать в городах. Уединение способствует очищению ума от грехов, а милость Божия не имеет никаких ограничений.

Только преодолев преграды страстей и интеллекта, ум находит в себе источник безграничной всеобъемлющей Любви, источающейся на весь мир, и мудрости, до сей поры скрытой под нагромождениями мысленных представлений и мечтаний. Эта Любовь и эта мудрость приходят к нам как неизреченный дар Самого Христа, обитающего в сокровенных глубинах нашего ума. Ни Любовь, ни мудрость невозможно создать никакими умственными усилиями. Все эти Божественные дары приходят к нам лишь после отсечения наших привязанностей к миру и наших эгоистических наклонностей. Тому, кто отрекся от привязанностей и обожествления самого себя, открывается прямой путь к обожению, ибо диаволу не за что ухватиться и повредить ему своими происками.

Православие — это прямое постижение во Святом Духе внутреннего состояния Божественности каждого человека, а не то, что находится лишь в Храмах и в Священном Писании. Храмы и Священные тексты только указывают истинное

направление, а Божественная благодать дает непосредственный опыт этого постижения на основе Евангельских истин и традиции Церкви. Чтобы стяжать благодать необходимо уметь вести духовную жизнь в любых обстоятельствах. Тогда любое обстоятельство становится источником стяжания благодати. Духовная жизнь — это предельная чистота ума, в котором обитает Бог.

Духовная жизнь, будь то в миру, в монастыре или в уединении, должна соответствовать способностям и нуждам ищущей Спасения души, а не становится для нее ограничивающим ее развитие искусственным шаблоном. Для духовной жизни необходимы подлинные Старцы, а не администраторы, а также подлинные послушники, а не своевольники. Духовное обучение не означает долгие беседы или лекции. Это есть решительное отсечение всех помыслов, следуя наставлениям своего Старца.

Передача благодатного опыта от Старца к ученику происходит в традиции Православной Церкви тремя способами:

1. Символически, в притчах и примерах;
2. Непосредственно, краткими устными наставлениями;
3. Тайнообразующе, благодаря сокровенному единению во Святом Духе сердца Старца с сердцем верного и внимательного послушника.

Состояние истинного пребывания в Божественной благодати может быть передано преданному ученику словно духовный отпечаток, только тем Старцем, который сам живет во Христе. Это состояние непосредственного личного опыта Богопознания, а не словесных рассуждений или умственных размышлений.

Тот, кто овладел этим опытом духовного постижения, напрямую соединяется со Святым Духом и в Нем он говорит и действует, полностью сознавая и воспринимая мир и самого себя в новом преображенном благодатью видении, исполненном невыразимого блаженства. При этом он вовсе не находится в полубезсознательном и отрешенном состоянии, едва сознавая свое окружение. Такой обоженный человек видит все с иной, благодатной точки зрения — духовными очами сердца, а не глазами мирского человека, чье сердце находится в крайнем смятении и неустройстве. Подвизающийся в уединении и созерцающий Божественные тайны не является эгоистом, стремящимся к личному покою, как считает мир. Все, чего достигает обоженный человек, будет отдано благу всех людей, потому что только Боговидцы прокладывают им путь к Богу, путь к святости. Иначе мир продолжал бы считать в своем невежестве, что есть только один путь — от рождения к могиле, а разврат — его единственным «утешением».

Покаяние и смирение приводят ум к настоящему, правильному образу жизни — благоговейному и внимательному поведению согласно Евангельским заповедям. Для того, чтобы жить по заповедям Христа, нужно уметь внимательно наблюдать за собой, чтобы отстать от грехов и дурных склонностей с помощью молитвы, исповеди и Причастия. Наблюдать за состоянием своего ума днем и ночью значит открыть свое собственное Спасение. Нет никакого смысла в том, чтобы резко порывать с тем положением, в котором мы находимся, ибо запутаемся еще больше. Следует искать Бога прямо там, где мы есть, где Бог пребывает рядом с нами и, более того — в нас самих. Если Ему угодно, Он подскажет нам выход из этой ситуации, чтобы даровать нам уединение или монашеский образ жизни для

духовного роста.

Для того, кто стремится достичь Божественного единения, требуется пройти нелегкий путь духовного обучения под руководством опытного Старца, желательно в монастыре, чтобы отсечь все эгоистические идеи о себе и о других и научиться держаться умом за одного Христа. Затем, удалившись в уединение, нужно настойчиво и упорно приучить свой ум неисходно пребывать во Христе, чтобы отсечь все его уклонения и рассеянность. Если ум уклоняется в сторону, то бесполезны даже многолетние молитвы, посты и поклоны, выполняемые с рассеянным умом. На всех этих этапах нет возврата к прошлому, дабы не обратиться в соляной столп прежнего невежества. Нужно сделать своей постоянной привычкой устремление вперед, к Богу, чтобы дойти до завершения духовного восхождения, уподобиться Христу и освободиться от всякой власти греха и смерти. Тогда преобразенный ум становится подобным Духу Святому или богоподобным и совершенно выходит из рабства мира и диавола.

Тот, кто в совершенстве постиг состояние неисходного пребывания в полноте благодати — освободился от всех эгоистических мыслей о себе и о мире. Он полностью преодолевает всякие плотские ограничения и привязанности и устойчиво хранит свой ум в Небесной Свободе. Тот, кто обрел это состояние духовной Свободы, обликом похож на обычного человека, но духом уподобился Христу и стал земным Ангелом. Он настолько подчинил свой ум, что помыслы теряют над ним всякую власть.

Наше отношение к тому, что возникает в уме, определяет, останемся ли мы во власти заблуждения и греха, или спасемся в благодати Святого Духа. Какие бы видения ни являлись тому, кто не стяжал благодати, даже если это будет образ Христа, Святых или райские картины — все это остается обманчивым видением, порабощающим ум легковверного человека. Только тот, кто неисходно пребывает во Святом Духе, может иметь Божественные откровения и воспринимать советы Святых. Никогда не давай в себе опоры диаволу, ибо он опирается в тебе на твое самомнение.

Устойчивое пребывание в благодати Святого Духа — это есть то, какими мы все должны быть на самом деле. Но такое возвышенное состояние возможно лишь тогда, когда ум и сердце становятся едины. Силой воли здесь ничего не сделать. Для этого нужна неотступная решимость смиренно стучать молитвой в двери Божественного милосердия. Молитва подчиняет ум и направляет его внутрь. Она выводит его из греховных состояний и дает ему облегчение и помощь, тогда как греховные навязчивые состояния теряют свою силу. Пребывая в благодати, мы не только свободны, но мы спасены навсегда, потому что мы сами становимся этой Свободой в Истине, Которая освобождает нас.

В духовной жизни наиболее важны внутренние перемены и рост духа, освобождающегося от грехов, а не различные переживания и утешения. Переживания и утешения не могут стать нашей опорой в стяжании благодати, они лишь дают нам возможность следить за ходом восхождения ума к Богу. Не менее важно понимать, остаемся ли мы еще в заблуждении, снова и снова обманываясь греховными помыслами и страстями, или выходим из их рабства в свет Христов, просвещающий всех. Постигание умом прямого опыта Богопознания не оставляет в

уме никаких сомнений в действительности этого процесса, ибо Святой Дух Сам свидетельствует об истинности и действенности этого обретения — стяжания полной и совершенной Свободы в Божественной благодати.

Только в духовной жизни мы возвращаемся к нашей целостности и Божественной полноте в Отце, Сыне и Святом Духе, как возвращаются в родительский дом заблудшие дети. Мы оставляем навсегда мирские заблуждения и несвободу, дабы вернуть свое истинное право и наследие — Свободу в бесконечной Жизни и неисчерпаемую Любовь во Христе. Тогда Христова Любовь становится естественным проявлением Божественной благодати, а не наших слабых усилий создать эту непостижимую для ума Любовь, не имеющую в Себе никаких эгоистических желаний. Божественная благодать учит нас серьезной ответственности за все наши действия и поступки. Если мы неосторожно допускаем отклонение от ее велений, она может немедленно нас оставить и стяжать ее вновь потребует значительных усилий и времени.

Именно непосредственное живое присутствие Христа в нашем сердце и есть та единственная суть наших духовных поисков, которым мы должны посвятить все наши силы и способности. Хотя наш опыт Богопознания бесконечен в своем постоянном развитии, его основное проявление состоит в обретении смирения и Любви, в которых полностью отсутствует безблагодатная мысленная деятельность. Ибо даже малая благодать учит нас и укрепляет больше, чем десятилетия бесплодных размышлений над Евангельскими заповедями.

Божественная благодать бесконечно превышает всякого мышления и никогда не может быть умственной деятельностью. Поэтому так далеко расходятся пути логического анализа и пути пребывания в творческой энергии Бога. Только с благодатной помощью мы можем навсегда избавиться от рабства мыслей, цель которых во веки одна и та же — ввергать нас в новые и новые страдания, которым не видно конца. В духовной жизни все решает правильный выбор цели. Если мы не стяжем благодать, нам не удастся выйти за пределы мышления, которое, даже пусть очень благочестивое, является всего лишь деятельностью нашего ума. Поэтому именно обретение Святого Духа есть истинная цель Спасения. Даже молитва представляет собой лишь подручное средство для стяжания благодати.

Для правильного постижения выбранной возвышенной цели — нашего Спасения, необходима глубокая вера в истинность Евангельского благовестия. Вера, принятая на основе доказательств не может быть истинной верой, ибо легко теряется под натиском неблагоприятных обстоятельств. Но вера, обретенная на основе собственного духовного опыта, не оставляет никаких вопросов о достоверности полученного постижения, ибо полностью согласуется со Священным Писанием и трудами Отцов Церкви. Более того, это постижение находит несокрушимую опору в самоочевидной Божественной благодати, мало по малу возрастающей в нашем уме.

Даже если весь мир станет насмехаться над нашим опытом, а «знатоки» своей эрудицией будут подвергать сомнению нашу веру, это не может поколебать нашу уверенность в полученном духовном опыте. Он прямо открывает нам, что такое Божественная благодать, которая становится в нас неиссякаемым источником Жизни вечной. Эта Божественная светоносная сила есть реальное вселение Святого Духа в наше сердце и выводит нас из рабства помыслов и страстей. Обретя

благодать, мы более не нуждаемся в поисках каких-либо иных средств Спасения вне нас самих. Благодать

Святого Духа научает нас всему, что необходимо для закрепления ума в новом для него состоянии благодатного бытия — совершенного бытия в совершенном Боге, исполненном Любви и смирения.

Созерцание Божественного света и есть истинное созерцание или безсловесная молитва очищенного ума, поэтому нет необходимости искать что-либо подобное вне своего ума. Этот нетварный свет не создается умом и его помыслами, а есть дар Святого Духа. В этом сверхчувственном переживании сердце обретает пребывающего в нем Христа, а ум созерцает славу Отца Небесного в той мере, насколько может вместить. «Никто иной не любит имя Божье, кроме тех, кто как-либо созерцает Бога...» (Прп. Каллист Ангеликуд. Слово 16.9). В этот миг Истина становится очевидной и все высказывания Евангелия и Святых предстают во всей полноте и ясности постижения. Истина открывается нам как Божественная Любовь, Которая есть основа и источник Спасения всякой души. Богооткровенная Любовь пребывает в Своей сути, превосходя всякую деятельность ума и проявляясь как всепроникающий Божественный свет. Главный смысл этого постижения состоит в том, что Божественная Любовь и есть Сама Истина, являемая нам во Христе, поскольку Она свободна от всех умозрительных спекуляций и исполнена Божественного ведения и мудрости.

Совершенство Трех Лиц Святой Троицы — безконечная Жизнь, безконечная Любовь и безконечное Безсмертие. От созерцающего в глубоком благоговении это совершенство отступает даже смерть. Как можно умереть тому, кто нашел свое истинное нетленное Отечество? Тот ум, который ищет не блаженства, а Самого Бога, входит в невечерний и неистощимый свет неслиянной и нераздельной Троицы, находя в ней свою бессмертную обитель, получая в вечный дар все Евангельские блаженства. Такой ум становится победителем смерти и имеет Жизнь вечную.

## Глава 11. Спасительная воля и самоволие

*«Не Моя воля, но Твоя да будет».*  
*Лк. 22. 42.*

«Воля есть природная энергия Бога». (Свт. Григорий Палама). Человеческая воля есть энергия ума. Направленная во вне, она запутывает ум и становится эгоистический или греховной волей. Направленная внутрь к Богу, она становится благодатной или спасительной. Ум борется за свою свободу при помощи воли. Воля, отданная Богу, спасает ум, а отданная диаволу и служителям его — порабощает и убивает ум.

Воля — это сила ума. Поэтому безвольный ум — это бессильный ум. Ум, сделавший для себя свою волю идиолом, есть своевольный ум. Соединивший себя с благодатью — это обо- женый ум. Своевольный ум, избирая для себя свободу без Бога, добровольно отдает себя в рабство злу. Свобода без Бога не может быть доброй. Все, что не имеет Бога, есть зло. Ум, избравший свободу своеволия,

становится злом. Повелитель зла — это диавол. Поэтому он становится повелителем своевольного ума.

Сатана — это жестокий тиран для плененного им своевольного ума.

Своевольный ум не может определить, где началось его пленение злом. Став носителем зла, он теряет способность духовного рассуждения, избрав поневоле греховное размышление. Для всякого ума совесть — это глас Божий, говорящий без слов о непреложности установленных Им нравственных законов бытия. Они утверждены на добре или всеобщем благе. Зло может лишь изображать личины добра, не имея его в себе. Своеволие есть личина Божественной Свободы. Своевольный ум, потерявший рассуждение, может перестать слышать голос совести и так уходит в вечную тьму.

Ум, сумевший распознать и услышать этот голос и откликнуться на его призыв, начинает постигать свое страшное заблуждение — заблуждение своеволия. Тогда он вспоминает о Боге, не имеющем никакого зла и желающего всем Спасения. Он является возлюбившему Его уму как Любовь. Будучи Любовью, Бог призывает к себе все умы, но никого не влечет насильно.

Постигнув на опыте убийственную силу зла, основанного на существовании без Бога, которое становится смертью, ум приходит к раскаянию. Раскаяние — это признание в допущении зла. Раскаяние есть начало покаяния. Покаяние — это возвращение блудного ума к Богу. «Будучи частицей Бога, мы истекли из Бога». (Прп. Максим Исповедник). Бог предлагает покаявшемуся уму Свою собственную Свободу — Свободу Божественного бытия, а сатана соблазняет ум свободой без Бога и полным отделением от Бога, ввергая ум во зло.

Покаяние есть ответ ума на призыв Любви. Покаяние — это свободное проявление воли, склонившейся в своем выборе к благу. Раскаяние — это сожаление о потере Бога, совершенной по собственному своеволию. Раскаяние есть печаль о происшедшей серьезной ошибке в выборе правильной цели. Раскаяние в собственном грехе приводит к покаянию. Покаяние, само по себе — это совершенное отречение от зла и всецелое преображение ума благодатью Святого Духа. Покаяние представляет собой глубоко осознанное устремление человеческой воли к вечному Благу, то есть, к Богу. «Ум достигает Единого, ибо Единое есть Бог». (Прп. Максим Исповедник).

Если раскаяние в совершенном грехе доступно каждому уму, услышавшему Божественный голос совести, то покаяние, или изменение ума на благое, удастся лишь тому уму, который мужественно решился отстоять свой добровольный выбор — выбор вечного Блага. Многие часто путают раскаяние с покаянием, ошибочно принимая раскаяние за, собственно, покаяние.

Когда ум приступает к покаянию, он впервые открывает, что его воля не свободна. Та воля, которую он сделал для себя своим богом, предстает перед ним как жалкая пленница дурных страстей и помышлений. За дурными страстями и мыслями ум обнаруживает демонические личины зла. Он понимает, что зло не желает отпускать его волю, давнюю пленницу греховной тьмы. Несмотря на все свои усилия освободиться от зла, ум постигает, что оно изошренно борется за то, чтобы человеческая воля всегда оставалась во власти зла. Тогда ум познает во всей ужасающей откровенности, что зло неизмеримо превосходит его силы.

Познав свое бессилие и полное одиночество, ум ищет помощи у Бога. Бог в ответ на обращение кающегося ума, дает ему Божественную благодать. «Ибо Ты... преблагий Господи, создавший мыслящее живое существо — ум, делаешь его способным находить естественным образом радость в Твоих совершенствах...» (Прп. Каллист Ангеликуд). Пытаясь понять причины своего падения, ум видит, что он порабощается помыслами. Но почему он порабощается, не видит. Порабощение помыслами и этап сложения с ними — это уже следствие изначальной ошибки, а не главная ее причина.

Эта причина очень тонка и с трудом поддается наблюдению. Это и есть трудноразличимые сети сатаны. Когда ум прибегает к молитве, она успокаивает бурю помыслов, постоянно ввергающих его в возбужденное состояние. Успокоенный ум начинает видеть и постигать тонкие процессы, происходящие в его глубине. «Ведение... соделывает ум совершенно боговидным». (Прп. Каллист Ангеликуд). Его начинает озарять светильник познания, зажженный в нем Божественной благодатью.

При свете благодати ум обнаруживает, что склонение воли ко греху есть тончайшая и сокровенная причина его поражения и пленение помыслами. За это склонение свободной воли человека выстраивается вся ожесточенная борьба в мысленном мире. Воля, склоняющаяся к соблазняющему ее помыслу — раба демонов, но воля, отстоявшая свою свободу во Христе, делает ум другом Христа. Такой ум обретает благодать и совершенную Свободу в Боге, Который разделяет со свободным умом Свою собственную Свободу. Воля преображенного благодатью ума соединяется с Божественной волей. Преображенный ум видит, слышит и разумеет в совершенном единении с Божественной благодатью. Соединившись с нетварной Божественной энергией, ум обоживается и становится богом по дару благодати, не становясь богом по сущности.

Покаяние имеет различные стадии: внешнее покаяние, внутреннее покаяние и тайное покаяние. Внешнее покаяние состоит в отсечении дурных страстей и несоединении с ними, число которых восемь по традиции Православия. Внутреннее покаяние есть несоединение с помыслами, число коих легион. Тайное покаяние есть удержание воли от малейшего склонения ко греху. Это и есть целомудрие или цельность ума, мудрость которого не омрачена помыслами. Это ум, ни на волосок не склонивший свою волю ко греху.

Успеть увидеть и распознать — как демонический ум пытается склонить человеческую волю ко злу и усилие удержать ум от малейшего движения в сторону зла есть истинное покаяние. Оно называется тайным или благодатным. В этом сокровенном противостоянии человеческой воли демонической злой воле состоит глубочайший секрет духовного Спасения и освобождения от тирании зла. Незаметное таинственное присутствие благодати помогает уму одержать победу в этом суровом и жестоком поединке. Если на этой глубоко скрытой стадии борьбы не дать воле склониться к дурному помыслу, все безчисленные легионы демонских полчищ не имеют никакой возможности вступить в борьбу за человеческую волю. Все они сразу разрушаются, подобно дыму, уносимому ветром.

Если ум упускает из виду этот важный момент, ему предстоит тяжелейшая борьба с дурными помыслами, где исход битвы неизвестен. Если ум победит, то

ценой крайнего разрушения своего духовного устройства. Когда ум не распознает момент сложения с помыслами, а его воля уже поработана на самой ранней стадии склонения ко греху, им овладевают демоны дурных страстей. Спасись на этой стадии пленения ума почти ни кому не возможно, разве что по особой милости Бога, Его Святых или же сугубых молитв Старца.

Постоянно учись в молитве постигать тончайший момент склонения воли к любому виду помысла, будь то доброму или злему. Если научишься замечать начало этого процесса, обойдешься без впадения в греховные состояния. Это будет действительное начало твоего Спасения. Если сможешь соединить внимание и молитву в часы молитвенной практики, не теряй этого драгоценного умения и в повседневной деятельности.

Причина неуспеха в духовной жизни монахов состоит именно в этом разделении на сугубо молитвенный процесс и ежедневные послушания. Когда обучишься постоянно хранить свою волю от надругательства над ней демонов, действующих через безчисленные помыслы, то день и ночь сольются для тебя в единый процесс духовной практики. Молишься ли ты ночью — следишь за тем, чтобы не отдать свою волю врагу — демоническому помыслу. Трудишься ли днем — хранишь внимание к своему уму и не отдаешь ни в чем своей воли мысленным бесам.

Каждое склонение воли к дурной мысли — это наше предательство кроткого и любвеобильного Христа. Каждая победа над склонением воли с помощью стойкости и мужества — это приобретение благодати. Нигде и никогда не приобретается столько благодати, как за подобное тончайшее несклонение воли демонам, ибо это и есть отвержение себя. «Не будем же связывать временными вещами неразрушаемую душу; не будем отягощать ум, по природе свободный от материи, и заботами о материальном тянуть его к земле». (Прп. Максим Исповедник). Не отдавай волю бесам на поругание, отдай ее Христу на Спасение своей души. Пойми, есть только один Спаситель — Христос, разве может быть кто-то еще?

Ум обладает способностью быть наблюдателем своих действий. Действующая или активная часть ума — это эгоистический ум. Возбуждаемый страстями и помыслами, он попадает в рабство демонов. Это ложный ум или ум, представляющий себя личностью, не являясь ею на деле. Эта часть ума, безпрестанно изменяющаяся, не может быть основой личности, ибо не имеет в себе постоянства.

Другая часть ума — это наблюдающий ум, который не подвержен изменениям. Наблюдающий ум скрыт под активной частью ума, но, тем не менее, он существует, наблюдает и обладает неизменным постоянством. Эта часть ума есть разумная основа человека и представляет собой персону или истинную личность. Через нее Бог общается с человеком. Это общение ум воспринимает как голос совести.

Наблюдающий ум, преобразенный благодатью, становится обоженным умом. Когда этот ум-основа склоняет свою волю под воздействием помыслов, он теряет свою свободу. Укрепленный Божественной благодатью, он становится способным отстаивать свою свободу воли от посягательств деятельной эгоистической части ума, возбуждаемой страстями и помыслами. Воля ума проявляется в усилиях. Усилия — это энергия воли, осознанно направленная к совершению спасительных или греховных действий.

Страсти и помыслы — это проявления деятельной части ума, называемой эгоизмом. Такая эгоистическая деятельность полностью пропитана заблуждением, так как основана на ложном отождествлении наблюдающего ума с эгоизмом. Наблюдающий ум или персона, борющаяся за свободу своей воли, становится молитвенным умом. Молитвенный ум, храня свою волю от насилия извне, не впадая ни в дремоту, ни в перевозбуждение, становится созерцающим умом.

При помощи благодати он обнаруживает свою изначальную природу, наделенную Божественной мудростью. Возвращение ума к своей изначальной природе и обретение в ней личности возможно только через Христа, «ибо без Меня не можете делать ничего». (Иоан. 15.5). Сколько не ищи, все равно придешь ко Христу. Где найдешь лучшего, чем Христос? Постигая свою первоначальную природу во Христе, ум приходит через Него к Отцу, безначальному, беспредельному, Божественному бытию. В Нем пребывает ум во веки в блаженстве нищеты духа, в блаженстве кротости, в блаженстве милости, в блаженстве чистоты и блаженстве мира духовного, который не от мира сего.

## Глава 12. Заметки для памяти

*«Всякое ныне житейское отложим попечение».*  
*Литургия Свт. Иоанна Златоустого.*

Три способа преодоления скорбей: если мы каемся, Бог прощает нас и скорби не увеличиваются; если мы терпим, Бог помогает нам в терпении и скорби уменьшаются; если мы смиряемся, Бог дарует нам благодать и скорби прекращаются.

Жизнь — это первое мытарство, смерть — второе, а духовная практика — третье мытарство, которое приводит к Спасению от всех мытарств.

Малое благое дело приносит великий плод благодати, малое дурное дело забирает его.

Убийца умирает раньше убитого, а спасающий спасается раньше спасаемого.

Если хочешь быть богатым, откажись от своей совести. Если хочешь быть мудрым, следуй ее велениям.

Никогда не трудись ради денег, стремись трудиться ради совести, и Бог приложит все остальное.

Тот, кто трудится ради денег, зря тратит свою жизнь, не обретая в деньгах удовлетворения, а в жизни счастья.

Там, где деньги — нет ни братьев, ни сестер, а там, где богатство — ни дружбы, ни доверия.

Тот, кто долго болен, не выздоровеет от одного приема лекарств, а тот, кто долго грешит, не станет святым от одного поклона.

Неверие во Христа уже есть глупость, а нападающий на Его слово глупеет еще больше.

Если ты утверждаешь, что имеешь радость, то где же она, если днем ты не успеваешь заметить, как наступил вечер, а ночью не замечаешь, как наступило утро?

Мир подобен скорлупе ореха, Бог — это его сердцевина, а выбор всегда остается за тобой.

Дорожащие этим миром подобны дикарю, который нашел в пустыне выеденное яйцо и сделал его своим главным сокровищем.

Вспомнив о камешке в ботинке, поневоле остановишься, чтобы снять ботинок. Вспомнив ущербность жизни в миру, поневоле задумаешься, чтобы устремиться к Спасению.

Земное счастье — это передышка между бедами, а Небесное — отдых от земных злоключений.

Мир — словно обжитой дом, предназначенный на снос: нужно бы искать другое жилье, да жалко уходить.

Чем больше ты уверен в тщете мира сего, тем больше твоя уверенность в необходимости Спасения от него.

Смерти бойся, пока живой. А когда умираешь — не допускай беспокойства.

Привычка верить, что никогда не умрешь — врата смерти, привычка помнить о ней — врата Спасения.

Благодать — лучшее богатство, которое никто не украдет и не отнимет. Чем раньше ты поймешь это, тем спасительнее для твоей души.

Тот, кто имеет нелюбовь к ближнему, чужд для Бога и опасен для людей.

Сиди ниже всех, стой позади всех, смирайся впереди всех и явишь красоту смирения.

Шутник сам себе создает препятствия в духовной жизни, но тот, кто шутит над своей верой, тем самым отрекается от нее.

Дружить с дурными людьми — появится душевная порча, дружить с сильными мира сего — появится самодовольство, дружить со святыми — появится смирение.

Какой ум не знает покоя? Недоверчивый.

Какой ум недоверчивый? Нерассудительный.

Какой ум нерассудительный? Неразличающий спасительное от губительного.

Из всех молитв лучшая — Иисусова молитва, а из всех воспоминаний лучшее — память о смерти.

Судьба — это то, что мы творим по своей воле, а Промысел Божий — это то, к чему ведет нас Бог.

Если мы восхваляем Бога другим людям, не имея Его в своей душе, то это подобно тому, как восхвалять воду жаждущим людям, предлагая им только слова.

Монах, восхваляющий святость, которую не имеет, подобен попугаю, не понимающему слов, которые произносит.

Монах — не тот, который любит свою семью или монастырь, а который любит всех людей, как самого Христа.

Самое дурное в вере — иметь религиозное обличье, а в Спасении — обличье святости.

Одна добрая привычка ограждает от множества грехов, а именно, постоянно спрашивать себя: что я сделал сегодня?

Если ты утверждаешь, что имеешь молитву, то когда же ты молишься, если днем суетишься, как помешанный, а ночью спишь, как убитый?

Постоянно читать молитву и впадать при этом в грех, значит не стяжать никакой

благодати, ни большой, ни малой.

Когда от множества поклонов у тебя ломит спину, от сурового поста дрожат колени, а от долгого чтения священных текстов заплетается язык, если при этом нет смирения — это опасно, а если ум уклоняется в рассеянность — то бесполезно.

Тот, кто не имеет мира в душе, не может возлюбить ближнего. Тот, кто спорит и сражается с ближним, не может возлюбить Бога.

Дырявое ведро не накопит воду, даже если его поставить под водосточную трубу в большой ливень. Ум невнимательный и рассеянный не накопит благодать, даже если будет слушать духовные поучения днем и ночью.

Тот, кто развивает добродетели, развивает умственные и душевные способности к Спасению. Тот, кто грешит, губит их на корню: слушая наставления — не помнит, размышляя — не понимает, молясь — не получает благодати.

Хронический больной для того, чтобы выздороветь, должен следовать советам врача, а хронический грешник, чтобы спастись, должен исполнять наставления Старца.

Тот, кто не чувствует себя больным, не станет принимать лекарства. Тот, кто не сознает себя грешником, не будет следовать Евангельским заповедям и советам Старца, а сознающий себя таковым — вступил на путь, ведущий к святости.

Тот, кто только читает медицинские справочники, без лекарств не излечится, а тот, кто не практикует услышанные наставления, без молитв не спасется.

Тот, кто любит слушать Старца и продолжает грешить, находит позор, а тот, кто услышал только одно слово духовного отца и исполнил его, находит Спасение.

У того, кто воспринимает своего Старца, как Самого Христа, добродетели растут день ото дня.

Что радует дух Старца — делай, а то, что не радует — не делай, и благодать твоего духовного отца станет твоей благодатью.

Тот Старец приводит послушника к Спасению, который радуется его усердию в молитве, а не его подаркам и угощению.

Послушание в духе таково: в спасительном спешит исполнять наставления Старца, а в неспасительном — становись подобным глухому.

Без Старца будешь ошибочно полагать, что здоров, но лишь с его помощью обнаружишь внутри себя зло, словно скорпиона в банке.

Лучший дар послушника своему Старцу — достижение Спасения, а лучшее служение Старцу — молиться о том, чтобы не видеть в нем никаких недостатков.

Истинного Старца больше всего радует успешная молитвенная практика послушника и только затем его служение.

Греховное желание ослабевает от покаяния, Причащения и молитв Старца, но бороться с грехом ты должен сам, не отдавая ему своей воли.

Тот, кто созерцает в уединении и тот, кто ему служит, спасаются одновременно.

Сначала живи со Старцем, чтобы усвоить различие между добром и злом и постичь его дух; затем живи по его письменным наставлениям в уединении; и лишь потом руководись благодатью, где бы ты ни был.

Если имеешь твердую веру в своего духовного отца, нет необходимости искать помощи у других.

Страх — это всего лишь мысль о страхе, робость — это всего лишь мысль о

робости, трусость — это всего лишь мысль о трусости, но мужество, решимость и святость — это не мысли, это состояния спасенной души.

Безмятежный ум — спокоен, ибо направлен внутрь. Умиротворенный ум — послушен, ибо стал смиренным.

Ум — вечный спутник Бога, но имеющий возможность выбора отпасть от своего Творца и стать вечным спутником тьмы.

Тот, кто говорит, что нужно делать добро ближним, не умея сделать его себе самому — безумен. Единственный вид истинного добра — это Спасение души во Христе. Все остальное лишь прилагается к этому.

Путь покаяния — это не быть тем, чем был, а путь Преображения — стать тем, кем не был.

Почему блаженны нищие духом? Потому что не имеют никакой привязанности к своему телу и эгоизму и еще на земле живут в Царстве Небесном.

Почему блаженны чистые сердцем? Потому что не имеют никаких земных помыслов, затемняющих сердце, и оно ясно созерцает славу Божию.

Почему блаженны кроткие? Потому что души их успокоились в Господе и вместе с Ним наследуют землю и Небо.

В духовной жизни лучше, когда, зная немного, хватает сил на многое, чем когда, зная многое, еле-еле набираешь сил на немногое.

Отказ от всех помыслов — это безошибочное средство для стяжания мудрости в Боге. Поскольку это так и есть, старайся стяжать безмолвие ума — и никогда не ошибешься.

Отречение от самого себя — это безошибочное средство распознавания истинности Спасения. Поскольку это так и есть, старайся отбросить саможаление — и никогда не ошибешься.

Смирение — это безошибочное средство различения правильности духовной практики. Поскольку это так и есть, старайся приобрести самоукорение — и никогда не ошибешься.

Любовь — это безошибочное средство достижения истинного богоподобия и обожения ума при отсутствии всех привязанностей. Поскольку это так и есть, старайся достичь безстрастия — и никогда не ошибешься: обретешь Любовь и с Ней никогда не умрешь.

Храни тело в целомудрии, слово — в молчании, ум — в безмолвии, а сердце — в Боге.

Когда на деле поймешь, что благодать не есть удовольствие, смирение не есть робость, отречение не есть безразличие, безмолвие не есть мышление, Любовь не есть привязанность — как можно не спастись в тот же миг?

Безконечное счастье рождается от желания счастья другому, а безконечное страдание возникает от желания личного счастья.

Если научишься радовать и утешать других, не понадобится много молитв для того, чтобы спастись.

Быть верующим — не значит только ходить в Церковь и уметь кланяться. Это означает жить по Евангельским заповедям.

Быть послушником — не значит только исполнять послушания. Это означает преданно усваивать заповеданные Старцем наставления.

Быть монахом — не значит только облачиться в черную одежду. Это означает отдать всецело свой ум одному Христу.

Быть искусным в молитве — не значит твердить ее, словно заклинание. Это означает сделать ее самодвижной и непрестанной.

Быть отшельником — не значит жить в лесных дебрях. Это означает жить во Христе.

Отречься от мира — это не значит бежать в пустыню. Это означает совершенный отказ от помыслов.

Быть молитвенником — не значит читать множество молитв. Это означает не уступать греху.

Быть святым — не значит прорекать события. Это означает пребывать в Духе Святом.

Быть Старцем — не значит день и ночь говорить поучения. Это означает ясное понимание спасительного и губительного.

Быть щедрым — не значит раздавать вещи. Это означает не иметь к ним никакой привязанности.

Быть проповедником — не значит помнить множество цитат из Священного Писания. Это означает умение в нескольких словах передать суть Спасения.

Быть подвижником — не значит стереть колени от бесчисленных поклонов. Это означает победить греховный ум.

Быть проницательным — не значит постичь все богословские теории и мысленные спекуляции. Это означает войти чистым умом в Святая Святых Божественного бытия.

Быть умудренным — не значит иметь острый интеллект и обширную эрудицию. Это означает прямое проникновение в Божественную мудрость, которая есть Любовь.

Если Истина — это Любовь, то свет Любви — это мудрость, а сила Любви — это благодать.

Для того, чтобы исполнить заповеданное, необходимо, чтобы в тебе перестало быть то, что было временно, и начало быть то, что было всегда. Это есть Первоначало, Бог, в Котором нет конца, ибо в Нем «свет и жизнь человеков».

## Эпилог

Отречение от себя — это служение Богу, а стремление к величию — это служение диаволу. Того, кто рождает в тебе стремление к добродетели, почитай как своего Старца, даже если он мало сведущ в Священном Писании. Тому, кто заражает тебя грехами, не позволяй водить себя за нос, даже если этот человек преисполнен цитатами. Такой лжестарец, не обретший Христа, подобен шуту, развлекающему своим кривлянием публику на ярмарке.

Когда послушник смотрит на Старца, как на святого, он сам становится святым, а когда он чтит своего духовного отца, как Христа, сам уподобляется Христу. Если добродетели Старца велики, а мы будем замечать его малые недостатки и раздувать их в своем воображении, это станет преградой для нашего Спасения. Если даже наш

духовный отец имеет небольшие прегрешения, а мы с верой отвергнем от себя всякие мысли о них, это станет причиной нашего Спасения. Видеть в Старце большие и малые грехи — это есть наше собственное греховное видение и такое омрачение ума следует сразу же оставить.

Когда к нам приходят дурные помыслы о прегрешениях Старца, необходимо немедленно покаяться ему в неотвержении дурных мыслей и принять твердое решение отвергнуть их навсегда. Послушнику следует запомнить, что совершенная исповедь, без искреннего обещания больше не грешить, остается всего лишь лживыми словами. Тот, кто думает: «Согрешу и снова покаюсь!» — распинает Христа. А тот, кто пытается богословствовать, не приблизившись ни на шаг к собственному Спасению, становится рупором диавола.

Перенимай у духовного отца не слова, а добродетели, усваивай не изречения, а их смысл. Уподобься сердцем своему Старцу и ни на миг не уклоняйся умом от этого спасительного состояния духа. Увидев недостатки своего Старца — окажешься в аду. Усвоив его добродетели — спасешься. Весь секрет духовной практики состоит именно в этом.

Когда душа получает святое крещение — она на пути ко Христу. Когда в нем рождается стремление ко Спасению — она на пути к святости, даже если в ней нет полноты добродетелей, ибо Христова благодать восполнит их. Когда же такая душа оставляет стремление ко Спасению, то несмотря на все ее познания и наличие определенных добродетелей, она уподобляется некрещеной душе. Если вера человека — Православие, то это не означает, что он уже православный. Суть Православия состоит в том, имеет ли он стремление к соединению со Христом.

Если стремление ко Спасению живет лишь на языке, а не в сердце, то оно остается пустыми словами и таким же становится Православие этого человека. Когда стремление к соединению со Христом становится нашей жизнью, тогда это и есть истинное Православие и к этому следует приложить все свои усилия.

Если ты не постигаешь, что Христос живет внутри тебя, сам себе закрываешь Спасение. Если ты живешь, словно упершись лбом в стену, значит выход находится у тебя за спиной, там, куда зовет тебя твой духовный наставник. Когда с его помощью ты обнаружишь, что держаться за этот мимолетный мир, подобный разноцветной радуге в небе, равносильно сумасшествию, а чтобы сделать здравым свой разум, нужно вернуться в самого себя — солнце Божественной Жизни незамедлительно взойдет в твоей душе. Тогда в духовном отце ты увидишь Христа, а Христос воссияет в твоём уме немеркнущим светом Небесной благодати — тем нетварным светом, в котором нет никакого разделения, «ибо все из Него, Им и к Нему. Ему слава во веки. Аминь». (Рим. 11.36).