Душевный лекарь

О борьбе со страстями

Душевный лекарь. О борьбе со страстями

«Автор»
2010

Душевный лекарь. О борьбе со страстями / «Автор», 2010

ISBN 978-0-00-934636-0

Покаяться - это значит переменить грешные мысли и чувства, исправиться, стать другим. Хорошо осознать свои грехи, почувствовать тяжесть грехопадения. Но взамен осквернённой жизни, изглаживаемой Господом Иисусом Христом в покаянии, нужно начать создавать новую жизнь, жизнь по духу Христову.

ISBN 978-0-00-934636-0

, 2010

© Автор, 2010

Содержание

Страсти, борьба с ними 5
Откуда приходят мысли? 5
Как враг воздействует на ум? 7
Впадаете в крайности 11
Как понять, во благо ли мысль? 12
Как бороться со злыми помыслами? 14
Что такое страсти и что в них плохого? 17
Достаточно ли поста и молитвы для спасения? 19
Как победить страсти? 21
«Борьба со страстями мне не под силу» 26
«У меня плохой характер» 28
Вы не любите думать о смерти 30
Как выстоять при искушении? 33
Как победить греховную привычку? 35
«Знаю, что грех, но не могу удержаться» 37
Конец ознакомительного фрагмента. 40

Душевный лекарь. О борьбе со страстями *Составитель Дмитрий Семеник*

Страсти, борьба с ними

Откуда приходят мысли?

О, злая мысль! откуда вторглась ты, чтобы покрыть землю коварством?
(Сир. 37, 3).

Ангел помогает, а бес подстрекает.
Русская пословица.

В обыкновенном нашем положении все светлые мысли – от ангела-хранителя и от Духа Божия; тогда как, напротив, нечистые, темные – от нашего поврежденного существа и от диавола.

Ежедневно я бываю в руце двух существ: Одного, имущего державу жизни – Бога моего, и другого, *имущаго державу смерти – диавола* (Евр. 2, 14), врага Бога моего и моего собственного: попеременно я бываю рабом то Того, то этого.

Как диавол есть при каждом человеке, так и добрый Ангел также есть при каждом человеке. Как присутствие при себе того мы ясно чувствуем, так и присутствие этого, хотя, по самолюбию, мы привыкли все добрые мысли, чувства, расположения, намерения приписывать себе, а не Ангелу-хранителю.
Св. праведный Иоанн Кронштадтский (1829–1908).

Все помыслы бывают трех устроений – человеческого, демонского и ангельского. Человеческий помысл связан с каким-либо воспоминанием. Демонский же помысел бывает сложный – из мыслей и страстей.

Ангельский же помысл есть бесстрастное ведение вещей, т. е. истинное знание, охраняющее ум и сохраняющее его от крайностей.
Преподобный Петр Дамаскин (VIII век).

Ангелы, будучи служителями любви и мира, радуются о нашем покаянии и преуспеянии в добродетели, почему стараются наполнять нас духовными созерцаниями и содействуют нам во всяком добре. Напротив, бесы, слуги гнева и злобы, радуются, когда умаляется добродетель, и весь труд свой обращают на то, чтоб увлекать души наши в срамные мечтания.
Святитель Феодор, епископ Едесский († 848).

Всё, что есть в нас доброго, чистого, светлого: всякая хорошая мысль, всякое доброе движение сердца, наша молитва, покаяние, добрые дела – всё это в нас рождается и совершается по внушению незримого нашего Ангела Хранителя. Действуя через нашу совесть и

наше сердце, это он (наш Ангел) удерживает нас от греха и соблазна, это он помогает нам бороться с искушениями, это он внушает нам страх пред тяжким грехопадением.

Архимандрит Иоанн (Крестьянкин) (1910–2006).

Как враг воздействует на ум?

Не понимаю, что делаю: потому что не то делаю, что хочу, а что ненавижу, то делаю.

(Рим. 7, 15).

Вот ступени, по которым грех входит в нас, – образ, внимание, интерес, влечение, страсть.

Священник Александр Ельчанинов (1881–1934).

Помыслами, а не делами сначала борют душу демоны; но главное, конечно, у них в виду дела. Дел причина – слух и зрение, а помыслов – привычка и демоны.

Пресвитер Илия Екдик.

Начало зол – ложная мысль! Источник самообольщения и бесовской прелести – ложная мысль! Причина разнообразного вреда и погибели – ложная мысль! При посредстве лжи, диавол поразил вечною смертью человечество в самом корне его, в праотцах… Прелесть действует первоначально на образ мыслей, будучи принята и, извратив образ мыслей, она немедленно сообщается сердцу, извращает сердечные ощущения; овладев сущностью человека, она разливается на всю деятельность его, отравляет самое тело, как неразрывно связанное Творцом с душою.

Демонам… предоставлено пребывать на земле со времени их окончательного падения до кончины мира: всякий легко может представить себе, какую опытность в творении зла стяжали они в такое продолжительное время при их способностях и при постоянной злонамеренности, нисколько не растворенной никаким благим стремлением или увлечением.

Бесы искушают помыслами, мысленными мечтаниями, воспоминанием о нужнейших предметах, размышлениями, на первый взгляд, духовными, возбуждением заботливости, различных опасений и другими проявлениями неверия.

Святитель Игнатий (Брянчанинов) (1807–1867).

У всякого есть как Ангел Хранитель, так и враг-искуситель. Есть воистину. Враг непрестанно подсовывает то мысли, то желания по роду своему. Не стань внимать себе и блюстись – пропадёшь. Он затуманит и закружит голову. У всякого особый враг: у иного похотный, у иного корыстный, у иного гордостный – с разными оттенками… Есть враг около не затем, чтобы ему покорствовать, а чтобы с ним бороться и борьбою вырабатывать в себе противоположное добро: вместо похотности – целомудрие, вместо гордости – смирение…

Святитель Феофан, затворник Вышенский (1815–1894).

Как змий, говоривший с Евою, проник в ее душу вследствие ее послушания, так и ныне чрез послушание человеческое входит в человека грех, который вне его; потому что грех имеет власть и свободу входить в сердце, так как помыслы – не вне человека, но внутри – из сердца.

Преподобный Макарий Великий (IV век).

Прилог есть простое слово или образ какого-нибудь предмета, вновь являющийся уму и вносимый в сердце; а сочетание есть собеседование с явившимся образом, по страсти или

бесстрастно; сосложение же есть согласие души с представившимся помыслом, соединенное с услаждением.

…Из всех сих первое безгрешно; второе же не совсем без греха; а третье судится по устроению подвизающегося.

Преподобный Иоанн Лествичник († 649).

Диавол не имеет власти приводить в движение наши помыслы, иначе бы он не пощадил нас, наводя понудительно всякую злую мысль, и не попуская помышлять ничего благого; но он имеет только власть внушать превратное в помысле только первой мысли, чтобы искушать наше внутреннее расположение, куда оно клонится, к его ли совету, или к заповеди Божией, поелику они друг другу противятся.

Преподобный Марк Подвижник (IV–V вв.)

Бесы, хотя и омрачились падением, но свой ангельский ум и другие способности в какой-то мере сохранили. Они прекрасно изучили свойства человеческие физические и психические, они имеют доступ к телу и нервам, к мозгу человека; они действуют и на душевные качества и проявления, всегда действуя во зло и к погибели человека. Так как явные страсти человек видит, также и вред от них, то бесы стараются все перепутать, придать особое значение переживаниям человека, усиливают одно, ослабляют другое, чтобы ввести человека в заблуждение, придать страсти особые глубокие значения, красивую внешность и прочее, и прочее. Неисчислимы их хитрости, лукавство, ложь, всевозможные приемы для обольщения и погубления человека.

Игумен Никон (Воробьев) (1894–1963).

Обычай есть у всегда воюющих против нас бесов, посильным для нас и удобоисполнимым добродетелям полагать преграды, а к непосильным и преждевременным сильное влагать стремление.

Святитель Феодор, епископ Едесский († 848).

Помни два помысла и бойся их. Один говорит: ты – святой, другой: ты не спасешься. Оба этих помысла от врага, и нет в них истины. Но ты думай: я – великий грешник, но Господь милостивый, он много любит людей, и простит мне грехи.

Преподобный Силуан Афонский (1866–1938).

В большинстве случаев у молодых бывают блудные помыслы, а у старых – помыслы гнева, воспоминания старых обид. Враг как бы говорит: «Ты помнишь, такой-то вот тебя оскорблял при всех, а ты смолчал, ни слова ему не сказал. Эх ты! А ты ему вот что да вот что сказал бы…» Иногда от подобных помыслов иной весь вспыхнет от гнева. Надо бороться…

Преподобный Варсонофий Оптинский (1845–1913).

Когда человек безусловно верит своим мыслям, с ним происходит то же, что нередко происходит с людьми, которые верят своим снам. Вначале сатана влагает в его ум тонкие рассуждения, остроумные сравнения, блестящие идеи, а затем, когда убедит его в превосходстве над другими, то начинает нашептывать свои пагубные мысли, но скрытые, тайно, как бы перемешивая яд с медом.

Архимандрит Рафаил (Карелин) (р. в1931).

Враг, где больше предусматривает духовной пользы от какого-либо духовного подвига или телесного и вместе духовного, там большую противопоставляет адскую силу – воспрепятствовать подвигу тому.

Если ты сделал какое-либо важное дело, то он шепчет: ну, теперь можно сделать себе послабление, можно сердце пустить на волю – пусть оно потешится, пусть вздохнет свободно, ты сделал многополезное дело. Хоть немного и согрешишь, грех твой загладит сделанное тобою дело, оно сделает к тебе Бога милостивым. И такими хитрыми представлениями доводит иногда неопытных до грехов, например, до пьянства.

Характер диавольских нападений – хитрость, быстрота, изворотливость: не победил одним изворотом – сейчас же изворачивается и употребляет другой, противоположный, и это делает быстро, стремительно, чтобы мы не могли опомниться и силою рассуждения о качестве дела отразить приражение зла.

Несомненно, что дьявол в сердцах весьма многих сидит какой-то сердечной вялостью, расслаблением и леностью ко всякому доброму и полезному делу, особенно к делу веры и благочестия, требующему сердечного внимания и трезвения, вообще духовного труда.

Так он поражает сердца вялостью, а ум тупостью во время молитвы; так он поражает сердце вялостью, холодностью и бездействием сердечным тогда, когда нужно сделать добро, например, сострадать страждущему, помочь находящемуся в беде, утешить печального, научить невежду, наставить на путь истины заблуждающегося и порочного.

Дьявол сидит в наших сердцах еще необыкновенно сильной раздражительностью; мы становимся иногда так больны самолюбием, что не терпим ни малейшего противоречия, препятствия вещественного или духовного, не терпим ни одного слова негладкого, грубого.

Когда дьявол в нашем сердце, тогда – необыкновенная, убивающая тяжесть и огонь в груди и сердце; душа чрезвычайно стесняется и помрачается; все ее раздражает, ко всякому доброму делу чувствует отвращение; слова и поступки других в отношении к себе криво толкует и видит в них злоумышление против себя, против своей чести, и потому чувствует к ним глубокую, убийственную ненависть, ярится и порывается к мщению.

Св. праведный Иоанн Кронштадтский (1829–1908).

Они не имеют ни власти, ни силы против кого-нибудь, если не получают позволения от Бога в целях домостроительства, как случилось с Иовом и как написано в Евангелии о свиньях…

И хотя им позволено искушать человека, но они не могут никого принудить; так как от нас зависит – выдержать или не выдержать их нападение.

Преподобный Иоанн Дамаскин (VII–VIII вв.).

Когда враг сделает прилог, и мы немедленно обратимся к Богу, помолимся, тогда враг скоро оставит нас; а когда примем его совет, он сейчас покажет и что сказать, и как сделать, поможет и в дело произвесть совет его, совсем овладеет нами, сделает пленниками.

Архимандрит Феофан Новозерский (1752–1832).

Когда же страстный помысл долго остается в сердце, то образуется так называемая страсть, которая, привычкою к себе, произвольно увлекает душу и свойственно передает ее исполнению на деле. Такая страсть несомненно подлежит во всех или соразмерному покаянию, или будущей муке.

Преподобный Петр Дамаскин (VIII век).

Впадаете в крайности

Чрез меру трудного для тебя не ищи, и, что свыше сил твоих, того не испытывай. ***(Сир. 3, 21).***

У св. отцов говорится, что «краи бесовския суть», т. е. что крайности происходят от подущения душевных врагов.

Преподобный Амвросий Оптинский (1812–1891).

Когда видят демоны человека, который благодаря равномерности служения и умеренности трудов своих движется во свете ума своего, тогда посредством неравномерности борются они с ним, чтобы он или уменьшил или увеличил один из этих трудов: ибо и то, и другое одинаково вредно.

Преподобный Исаак Сирин (VII век).

Добродетели суть середина: так мужество находится посреди страха и наглости; смиренномудрие посреди гордости и человекоугодия; также и благоговение – посреди стыда и бесстыдства, подобно этому и прочие добродетели.

Преподобный Дорофей Палестинский († 620).

Как понять, во благо ли мысль?

Где смущение, там есть действие вражие.
Преподобный Макарий Оптинский (1788–1860).

После помыслов от сопротивных душа смущена, то есть тотчас возбуждается страстями – яростью, похотью и так далее; гордыней или высокомерием, или тщеславием. Но после помыслов от Ангелов на долгое время приобретает душа неизреченный мир, тишину и великое смирение…
Авва Евагрий Понтийский († 406).

Ложные мысли в вере тотчас сами себя обличают, убивают сердечную жизнь – знак, что они происходят от лжеца, мечтателя, имущего державу смерти – дьявола.
Св. праведный Иоанн Кронштадтский (1829–1908).

Что – от благодати, в том есть радость, есть мир, есть любовь, есть истина. Сама же истина побуждает человека искать истины. Всякий же вид греха исполнен смятения; в нем любви и радости пред Богом.
Преподобный Макарий Великий (IV век).

Если примечаем в помысле хотя малейшее смущение, не должно делать по его внушению.
Преподобные Варсонофий Великий и Иоанн (VI век).

Есть действие от крови, кажущееся для неопытных действием благим, духовным, а оно не благое и не духовное, оно из падшего естества нашего и познается по тому, что порывисто, горячо нарушает мир в себе и ближних. Действие духовное рождается из мира и рождает мир.

Святая истина извещается сердцу тишиною, спокойствием, ясностью, миром, расположением к покаянию, к углублению в себя, к безнадежию на себя, к утешительной надежде на Бога. Ложь, хотя бы и облеклась в личину добра, познается по производимому ею смущению, мраку, неопределительности, переменчивости, развлечению, мечтательности…
Святитель Игнатий (Брянчанинов) (1807–1867).

Когда заметишь, что помысл обещает тебе человеческую славу, знай наверно, что он готовит тебе пристыжение.
Преподобный Марк Подвижник (IV–V вв.)

Знай, что действия благодати явны и демон хотя видоизменяется, но не может возбудить ни кротости, ни приветливости, ни смирения, ни ненависти к миру, ни прекращения плотских наслаждений и страстей, что составляет действие благодати. Бесовские же действия таковы: гордость, высокоумие, устрашение и всякое зло. По данным действиям и можно распознать, от Бога ли свет, воссиявший в твоей душе, или от сатаны.
Преподобный Григорий Синаит (XIV век).

Надо нам с вами всем помнить, что в душе светлой и чистой даже одна какая-нибудь брошенная от диавола мысль тотчас произведет смущение, тяжесть и сердечную боль, в

душе же, омраченной грехом, еще темной и осквернённой, даже само присутствие вражье будет неприметно.

Архимандрит Иоанн (Крестьянкин) (1910–2006).

Как бороться со злыми помыслами?

Оружия воинствования нашего не плотские, но сильные Богом на разрушение твердынь: ими ниспровергаем замыслы и всякое превозношение, восстающее против познания Божия, и пленяем всякое помышление в послушание Христу.
(2 Кор. 10, 4–5).

Учись доброму, так худое на ум не пойдет.
Русская пословица.

Лукавые помыслы исторгай иными помыслами.
Преподобный Нил Синайский (IV–V вв.).

Будь привратником сердца твоего, чтобы не входили в него чуждые, постоянно говоря приходящим помыслам: *наш ли ты, или из неприятелей наших* (Нав. 5, 13).
Авва Стратигий.

Не давай и на одно мгновение останавливаться в сердце своем какому-либо греховному (страстному) движению. За мгновение придется заплатить многими часами мучений.
Св. праведный Иоанн Кронштадтский (1829–1908).

Как люди входят в дом и выходят из него, так и помыслы от бесов приходят и снова могут уйти, если ты их не принимаешь.

Если помысл тебе говорит – укради, и ты послушаешься его, то тем самым ты дал над собою власть бесу. Если помысл тебе говорит – ешь много, досыта, и ты будешь есть много, то опять бес взял власть над тобою. И так если будет владеть тобой помысл всякой страсти, то ты станешь жилищем бесов. Но если воспримешь должное покаяние, то они затрепещут и вынуждены будут отойти.
Преподобный Силуан Афонский (1866–1938).

Помысл, подобно вору, приходит к тебе – и ты открываешь ему дверь, вводишь в дом, заводишь с ним беседу, а потом он тебя грабит. Разве можно заводить разговоры с врагом? С ним не только избегают бесед, но и дверь запирают накрепко, чтобы он не вошел.

Вот приходит помысл, и ты его прогоняешь. Это не падение. Но вот он приходит, и ты собеседуешь с ним. Это падение. А может быть и так: вот он приходит, ты его ненадолго принимаешь, а потом изгоняешь. Это половина падения, поскольку и в этом случае ты повредилась: ведь диавол осквернил твой ум. То есть в последнем случае ты все равно что говоришь пришедшему диаволу: «Добрый день, как поживаешь? Хорошо? Присаживайся, я тебя угощу. А?! Так ты диавол? Ну, тогда уходи!» Но раз ты видела, что это диавол, зачем было пускать его внутрь? А теперь ты его «угостила», и поэтому он придет вновь.
Старец Паисий Святогорец (1924–1994).

Если кто не прекословит помыслам, тайно всеваемым в нас врагом, но отсекает беседу с ними молением к Богу, это служит признаком, что ум того человека приял от благодати премудрость.
Преподобный Исаак Сирин (VII век).

Вы привыкли разговаривать сами с собою и думаете переспорить помыслы, но они отражаются молитвою Иисусовою и молчанием в мысли своей.

Преподобный Антоний Оптинский (1795–1865).

Никто из новоначальных не удержит ума и не отженет помыслов, ежели сам Бог не удержит его и не отреет помыслы. Только сильные и многопреуспевшие в духовном делании в состоянии удерживать ум и прогонять помыслы. Но и они не своею силою прогоняют их, а с Богом подвизаются в противоборствовании им, облекшись благодатию и во всеоружие Его.

Преподобный Григорий Синаит (XIV век).

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

Преподобный Варсонофий Оптинский (1845–1913).

Когда злой помысл восстает в тебе и хочет тебя в грех ввергнуть, отвечай тогда по подобию мучеников: «Христос меня искупил Себе, Христов я, Христу должен и служить верою и правдою».

Святитель Тихон Задонский (1724–1783).

Нападут мысли, гони их: «А я вам не сочувствую, Кресту Твоему поклоняемся, Владыко, и святое Воскресение Твое славим», – вот и всё.

Св. праведный Алексий Мечев (1859–1923).

Когда нападут помыслы и не в силах бороться, тогда сказать: «Господи, Ты видишь немощь мою, я не в силах бороться, помоги мне!».

Старайся презирать их, молясь псаломским словом: *Поспеши, Боже, избавить меня, поспеши, Господи, на помощь мне. Да постыдятся и посрамятся ищущие души моей! Да будут обращены назад и преданы посмеянию желающие мне зла!* (Пс. 69, 2–3). Когда же будут враги внушать похвалу и гордостное возношение, то продолжай следующий стих, глаголя: *Да будут обращены назад за поношение меня говорящие мне: «хорошо! хорошо!»* (Пс. 69, 4). Также приличное и в приличное время произноси из 39-го псалма, начинающегося так: *Твердо уповал я на Господа, и Он приклонился ко мне и услышал вопль* мой (Пс. 39, 2) и прочее по избранию до конца… Главное же, старайся удержать веру и упование спасения, что Господь *хочет, чтобы все люди спаслись и достигли познания истины* (1 Тим. 2, 4).

Ехал мужик по базару, вокруг него толпа народу, говор, шум, а он все на свою лошадку: «Но-но! Но-но!» Так помаленьку, помаленьку и проехал весь базар. Так и ты, что бы ни говорили помыслы, все свое дело делай – молись!».

Преподобный Амвросий Оптинский (1812–1891).

Славословием Бога прогоняются помыслы неверия, малодушия, ропота, хулы, отчаяния, – вводятся помыслы святые, божественные.

Святитель Игнатий (Брянчанинов) (1807–1867).

Не думайте, что можно безнаказанно позволять вольность мыслям, чувствам, словам и движениям. Надо держать всё на привязи и управлять собой… Стали грешные мысли лезть в голову – отгоняйте их тотчас же… Коль скоро просмотрен и пропущен враг, то уж жди

или раны, или совсем поражения. Враг же замеченный не страшен. Только прикрикни – и побежит.

Толпа искусительных помыслов становится безотвязнее, если позволить им сколько-нибудь замедлить в душе, а тем более если войти с ними еще и в переговоры. Но если их с первого раза оттолкнуть сильным напряжением воли, отвержением и обращением к Богу, то они тотчас удалятся и оставят атмосферу души чистою.

Поставьте себе законом с Господом всегда быть умом в сердце, и блуждать мыслям не позволять, а как только уйдут, ворочать их назад и заставлять сидеть дома, в клети сердца, и беседовать с сладчайшим Господом. Поставив такой закон, нудьте себя верно исполнить его – браните себя за нарушения, штрафы на себя налагайте и Господа молите, чтобы помог вам в сем наиважнейшем деле.

Поставьте себе законом всякий раз, как приключится беда, то есть нападение вражие в виде худого помысла или чувства, не довольствоваться одним отражением и несогласием, но присоединять к сему молитву до образования в душе противоположных чувств и мыслей. И всегда этим завершайте свою брань с грехом. Это похоже на вынутие занозы.

Святитель Феофан, затворник Вышенский (1815–1894).

Только бодрствованием, удерживанием своих внешних чувств (зрения, слуха, осязания) и непрестанным, по возможности, призыванием имени Божия можно побороть все вражии вылазки, не допустить себя до большого греха. Надо именем Иисуса Христа убивать зарождающиеся от нашей греховной испорченной природы и от воздействий бесовских греховные мысли и чувства, пока они не выросли, не укоренились.

Игумен Никон (Воробьев) (1894–1963).

В коем всему не предшествует страх Божий, в тех помыслы бывают в смятении, как овцы, не имеющие пастыря; а кому он сшествует или предшествует, в тех помыслы пребывают в благопокорности и в благочинии, как овцы в овчарне.

Пресвитер Илия Екдик.

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

Каждый насколько верует Господу о будущих благах, презрев человеческую славу и удовольствия, настолько и помыслы удерживает, и настолько бывает спокойнее того, кто любит удовольствия.

Если хочешь, чтоб тебе не стужали злые помыслы, имей душевное уничижение и телесную скорбь, и это не отчасти, но во всякое время, во всяком месте, и во всяком деле.

Преподобный Марк Подвижник (IV–V вв.)

Что такое страсти и что в них плохого?

Да не царствует грех в смертном вашем теле, чтобы вам повиноваться ему в похотях его.

(Рим. 6, 12).

Что посеет человек, то и пожнет: сеющий в плоть свою от плоти пожнет тление, а сеющий в дух от духа пожнет жизнь вечную.

(Гал. 6, 7–8).

За удовлетворением суетных и греховных пожеланий всегда следует увлечение ими; за увлечением следует плен, умерщвление для всего духовного. Допустившие себе последование своим пожеланиям и плотскому мудрованию увлеклись ими, поработились им, забыли Бога и вечность, истратили земную жизнь напрасно, погибли погибелью вечной.

Святитель Игнатий (Брянчанинов) (1807–1867).

Страсти есть: гнев, тщеславие, славолюбие, ненависть, злая похоть и тому подобное. Грехи же есть действия страстей.

Преподобный Дорофей Палестинский († 620).

Это страсти, по которым действую: гнев тяжелое есть бремя, рвение, ненависть, тщеславие, осуждение, уязвление и оскорбление, высокомудрие, почитание себя праведным, командование, спорливость, самолюбие, похоть, оскудение сердца…

Христово же бремя легко: безгневная чистота, кротость, радость духа, воздержание страстей, любовь ко всем, рассуждение святое, вера непоколебимая, терпение скорбей, смотрение на себя, как на чуждого миру, желание изыти из мира и сретить Христа.

Страсти суть недуги души, ее язвы и струпы, отлучающие ее от Бога.

Страсти держатся одна за другую, как звенья в цепи.

Основание всех страстей – чревообъядение.

Преподобный Исаия († 370).

Чем привязан кто к миру, малым ли или великим, то и удерживает его и не позволяет ему собраться с силами. С какою страстью человек не борется мужественно, ту он любит, и она обладает им, и обременяет его, и делается для него оковами и препятствием уму его обратиться к Богу.

Преподобный Макарий Великий (IV век).

Страсти суть дверь, заключенная пред лицом чистоты. Если не отворит кто этой заключенной двери, то не войдет он в непорочную и чистую область сердца… Поэтому, если душа препобедит страсти, то приобретает чистоту.

Прежде всех страстей – самолюбие; прежде всех добродетелей – пренебрежение покоем. Кто тело свое предает покою, тот в стране мира причиняет ему скорбь.

Преподобный Исаак Сирин (VII век).

Самолюбие… состоит причиною всех страстных помыслов, ибо от него рождаются три главнейшие помысла вожделевательной части души: чревоугодия, сребролюбия и тщеславия. Потом от чревоугодия рождается помысл блудный; от сребролюбия любостяжательный; от тщеславия гордостный; прочие же все следуют за каждым из сих трех., как-то: помысл гневный, печальный, злопамятный, унывный, завистливый, клеветливый и прочие.

Преподобный Максим Исповедник († 662).

Почему мы стали рабами человекам? Потому, что прежде мы стали рабами чрева, денег и славы – продали свободу, которую дал Христос, и хотя в дому Отца обителей много, но раб в дому Отца не пребывает.

Когда живы страсти, нам невозможно жить, но необходимо должно погибнуть. Если не успеем умертвить их здесь, то они умертвят нас там. Страсти никогда не насыщаются и не отстают, доколе уловленного ими человека не увлекут к диаволу. Такова сила страстей, что они требуют от пленников своих такого же рабства, в какое предался Христу Павел, презиравший для Него и геенну и Царство. Тот, кто впадет в плотскую ли любовь, или сребролюбие, или честолюбие, начинает уже смеяться над геенною и презирать Царство, только бы исполнить ему волю тех страстей.

Святитель Иоанн Златоуст († 407).

Человек, в сердце которого гнездятся страсти, бывает задумчив, сердцем двоякий, в словах своих отрывист, неточен, в действиях нерешителен. Самые добрые дела делает с холодностию, двоедушно; святой теплоте сердечной не дают места страсти.

Воздерживаться от страстей нужно особенно будущим супругам, потому что страсти переходят с рождением и к детям и сообщаются им, так что дети делаются жалкими наследниками страстей своих родителей, как и их болезней.

Св. праведный Иоанн Кронштадтский (1829–1908).

Достаточно ли поста и молитвы для спасения?

Человек, который постится за грехи свои и опять идет и делает то же самое: кто услышит молитву его? И какую пользу получит он оттого, что смирялся?

(Сир. 34, 26).

Говорю вам, если праведность ваша не превзойдет праведности книжников и фарисеев, то вы не войдете в Царство Небесное.

(Мф. 5, 20).

Умертвите земные уды ваши: блуд, нечистоту, страсть, злую похотьи любостяжание, которое есть идолослужение.

(Кол. 3, 5).

И молитва, и пост бесполезны для тебя, когда ты не украшен верою, надеждою и любовью.

Святитель Иоанн Златоуст († 407).

На вопрос: как спастись? – более благонамеренные отвечают: надо молиться Богу для спасения, а будешь молиться, и спасешься. И не выходят из этого круга. А между тем молитва человека страстного не спасет его. Цель, и единственная цель нашей жизни и заключается в том, чтобы искоренить страсти и заменить их противоположными добродетелями.

Преподобный Варсонофий Оптинский (1845–1913).

Мы забываем, что мы должны восстанавливать в себе образ Божий, что наше единственное дело на земле, нас, граждан земли, делаться гражданами неба. А мы думаем, что мы без этого можем спастись теми или иными делами: хождением в церковь, милостынею и т. д. Но всё это есть только поделие в сравнении с настоящим делом – очищением души, покаянием.

Свщмч. Сергий Мечев (1892–1941).

Если же кто, не имея в себе молитвенного духа, принуждает себя только к молитве, ставя себе целью возобладать благодатной молитвой, – но при этом не принуждает себя ни к кротости, ни к смирению, ни к любви, ни к прочим заповедям Господним и даже не имеет заботы, ни усилия, ни цели, насколько это во власти произволения и свободной воли, стяжать эти душевные качества, то случается, по мере его просьбы, ему от Духа даруется благодатная молитва ради его успокоения и радости, но в душе этот человек остается тем же самым, что и был до того.

Преподобный Макарий Великий (IV век).

Иной воздерживается от снедей, но тонет в гордости и высокомерии. Иной неутомим в молитвах, но уступает над собою верх раздражительности и гневу.

Кто постится без смирения, тот постом своим прогневляет Бога; и блудники лучше горделивых девственников; милостыня, поданная без смирения, не приемлется на небе.

Преподобный Ефрем Сирин (IV век).

Какие бы добрые дела ни делал, какими бы подвигами ни подвизался и ни утруждал себя в настоящей жизни всякий человек… если это не способствует к оздоровлению души его от немощей её, суетно всё сие и бесполезно для него, и оставляет душу вне Царствия Небесного: ибо в Царствие Небесное приемлются только здоровые души, не имеющие никакой немощи.

В будущей жизни христианин не будет испытуем, отрёкся ли он от мира, постился ли, совершал ли бдения, молился ли, плакал ли и другие какие совершал ли в настоящей жизни дела добрые, но будет тщательно испытуем, имеет ли он какое-либо подобие Христу, как сын отцу…

Преподобный Симеон Новый Богослов († 1021).

Осуждатели, и злопамятники, и горделивые, хоть они молись, хоть постись, хоть раздавай деньги, если они не исправляются, то им нет и не будет места на небе, но пойдут они во ад к бесам навеки мучиться без конца.

Преподобный Иосиф Оптинский (1837–1911).

Хочешь ли явиться на небесах с Ангелами и всеми святыми? Будь подражателем их здесь. Будь мирен, кроток, простодушен и послушен. Без сих же свойств, аще бы ты и на небеси был, то и оттуда будешь низвержен, по подобию бесов; зане не восхощеша быти послушны и покорны Богу, того ради и свержены с неба.

Схимонах Зосима (XVII–XIX вв.).

Недостаточно для души к совершенному освобождению от греха произвольное злострадание, если, кроме того, она не будет переплавлена и в раскаленной печи непроизвольного.

Пресвитер Илия Екдик.

Как победить страсти?

Поступайте по духу, и вы не будете исполнять вожделений плоти, ибо плоть желает противного духу, а дух – противного плоти: они друг другу противятся, так что вы не то делаете, что хотели бы.

(Гал. 5, 16–17).

К добру мостись, а от худого отпыхивайся.

Русская пословица.

Тогда возненавидишь порок, когда рассудишь, что это демонский, блещущий над нами, меч.

Преподобный Нил Синайский (IV–V вв.).

Начинать эту борьбу лучше всего так: хотя нам присущи все страсти, но одни в большей степени, другие в меньшей. Надо определить, какая страсть в нас господствует, и против нее вооружиться.

Преподобный Варсонофий Оптинский (1845–1913).

Никогда не начинай свою борьбу с того, что ты не можешь сделать, но начинай ее с того, что ты сделать можешь.

Те люди, которые были невнимательными и в мирской жизни приобрели дурные привычки, пусть после своего обращения безропотно терпят брань от врага, не возделывая, однако, злых похотей. Если они станут таким образом подвизаться, то очистятся и достигнут состояния людей целомудренных.

Старец Паисий Святогорец (1924–1994).

Какие страсти замечаешь в себе, с теми и борись. Только не одними своими силами, а с Божией помощью, однако, особенное внимание обрати на главную страсть, которая больше тебя борет.

Схиигумен Иоанн (Алексеев) (1873–1958).

Страсти искоренять начинай с самоукорения, познания своих (а не сестринских) немощей и считай себя достойной скорбей. Такая жизнь успокоит тебя.

Преподобный Анатолий Оптинский (Зерцалов) (1824–1894).

Каждое сопротивление, оказанное требованию страсти, ослабляет ее; постоянное сопротивление низлагает ее. Каждое увлечение страстью усиливает ее, постоянное увлечение страсти порабощает страсти увлекающегося ею.

В духовном подвиге должно преимущественно вооружаться против начальных страстей: последствия их будут уничтожаться сами собой. Отрекшийся от телесных наслаждений, от человеческой славы, от любостяжания, от рассеянной жизни не будет предаваться гневу и печали, не обуяет его ни гордость, ни зависть; беспрепятственно будет он шествовать по пути заповедей Божиих к спасению, к обширному Богопознанию, доступному для одних чистых сердцем.

Навык сначала жестоко противится тому, кто захочет свергнуть иго его, сначала представляется неодолимым; но по времени, при постоянной борьбе с ним, при каждом неповиновении ему, становится слабее и слабее.

Если в продолжение борьбы случится тебе, по какому-либо неожиданному обстоятельству, быть побежденным, не мутись, не впади в безнадежие – снова начинай борьбу…

Милостивый и всемогущий Господь принимает всякого приходящего к Нему, простирает десницу для поддержания немощи нашей. И потому хотя бы ты был весь в злых навыках, как в тяжких цепях, не отчаивайся в получении свободы. Вступи в невидимую брань, сражайся мужественно и постоянно, с великодушием переноси свои побеждения. По временам предоставляет Бог нас самим себе, чтоб мы познали опытом, как мы слабы в нашем одиночестве, и по причине этого познания неотступно держались Бога, Который Един может быть победителем греха в истинно произволяющих узреть в себе грех побежденным.

Благое произволение человека укрепляется вдали от соблазнов, получает необыкновенную твердость и силу; напротив того, оно, будучи приближено к соблазнам, начинает мало-помалу ослабевать и наконец совершенно извращается.

Святитель Игнатий (Брянчанинов) (1807–1867).

Что умножает в нас духовную силу? – преодоленное искушение.

Священник Александр Ельчанинов (1881–1934).

Весь христианский подвиг в том состоит, чтобы вначале пресекать злые помыслы, которые восстают против веры святой и Божиего закона и хотят благочестивое сердце извратить, и не попускать им возрастать и усиливаться.

Познавший бедственное состояние души своей не должен медлить, а скорее от злого обычая отстать, ибо чем более будешь медлить в страстном обычае, тем более он усилится, и труднее от него отстать; также как чем более продолжается болезнь телесная, тем сложнее ее бывает вылечить.

Святитель Тихон Задонский (1724–1783).

Кто помышляет о близости смерти, тот легко укрощает страсти. Кто же надеется долго жить, тот опутывается многими грехами.

Старайся помнить, что Бог взирает на тебя и что открыто пред Ним то, о чем ты размышляешь в тайне сердца. Скажи душе твоей: «ты остерегаешься подобных тебе грешников, чтобы они не увидали тебя в то время, как ты совершаешь согрешение, тем более должно бояться и стыдиться Бога, Который видит сокровенные движения сердца». От такого размышления возбудится страх Божий в душе, и если поступишь под водительство страха Божия, то никакая страсть не будет насиловать тебя.

Преподобный Исаия († 370).

Три силы сатаны предшествуют всем грехам: первая – забвение, вторая – нерадение, третья – греховное вожделение… Если ум столько будет трезвен, что воспротивится забвению, то он не впадет в нерадение; если не вознерадит, то не подчинится вожделению; если не подчинится вожделению, то никогда не падет, вспомоществуемый благодатью Христовой.

Неизвестный старец, из «Отечника».

Страсти подобны собачонкам, которые привыкли быть на мясных рынках и убегают от одного голоса, а если не обратят на них внимания, поступают как самые большие львы. Уничтожай малую похоть, чтобы не питать в себе мысли о силе разжжения ее; потому что временно терпение в малом удаляет опасность в великом. Невозможно преодолеть великого, если не препобедишь маловажного.

Условие неложное – не жалеть себя. Не жалеть себя – не значит горы на себя наваливать, а ту же жизнь тянуть, не допуская ослаблений ни в чем.

Позвольте себе записать в памяти, что с минуты пробуждения до закрытия глаз ко сну, все время должно так вести дела, чтобы весь день представлял непрерывную цепь актов самоотвержения и все – Господа ради, перед лицом Его, во славу Его.

Акты самоотвержения не огромное что суть, а идут среди обычных дел житейских и состоят во внутренних решениях и поворотах воли. Они могут быть при всяком слове, взгляде, движении, при всякой мелочи.

Отличительная черта их – не допускать самоугодия и во всем идти наперекор себе (начинаешь ли сердиться или осуждать ближнего, или засматриваться на женщину, или есть лишнее – сейчас же нужно запретить себе).

Когда пьете воду, то вынимаете и малейшую попавшую туда мушку; когда занозите палец, то будь заноза едва видна по малости, вы спешите избавиться от беспокойства, ею причиняемого; когда попадет в глаз порошинка самомалейшая и мутит глаз, вы поднимаете большие хлопоты, чтобы поскорее очистить от нее глаз. Так положите себе законом действовать и по отношению к страстям: в каком бы маленьком виде они не проявлялись, спешите выгнать их, и так безжалостно, чтобы и следа их не осталось.

Как выгонять? Неприязненным к ним движением гнева или рассерчанием на них. Как только заметите страстное, поскорее постарайтесь возбудить в себе серчание на них. Сие серчание есть решительное отвержение страстного.

Святитель Феофан, затворник Вышенский (1815–1894).

Когда борет тебя страсть чревоугодия, то всеми силами подвизайся Бога ради не давать телу столько, сколько оно требует. И в отношении сребролюбия поступай подобным же образом: пока беспокоит тебя брань, отнюдь не приобретай ничего лишнего, даже до рубашки и глиняного сосуда, и в самых малых вещах подвизайся (против сребролюбия). Когда же, при помощи Божией, победишь сию брань, то приобрети, по Богу, нужное тебе. И при других страстях поступай таким же образом.

Преподобные Варсонофий Великий и Иоанн (VI век).

Страсти отвращать лучше памятованием добродетелей, нежели сопротивлением, потому что страсти, когда выступают из области своей и воздвигаются на брань, отпечатлевают в уме свои образы и подобия. Брань сия приобретает великую власть над умом, сильно возмущая и приводя в смятение помышления. А если поступит по первому, сказанному нам правилу, то не оказывается в уме и следа страстей по отгнании их.

Преподобный Исаак Сирин (VII век).

Всегда отсекайте страсти, пока они еще молоды, прежде чем они укрепятся в вас и станут удручать вас, ибо тогда придется вам много пострадать от них; потому что одно дело вырвать маленькую былинку, и другое – искоренить большое дерево.

Не сказано только: *уклонись от зла*, но и: *сотвори благо*. Например, если кто-нибудь привык обижать, то он должен не только не обижать, но и поступать по правде; если он был блудник, то он должен не только не предаваться блуду, но и быть воздержанным; если был гневлив, должен не только не гневаться, но и приобрести кротость; если кто гордился, то он должен не только не гордиться, но и смиряться.

Не возмущайся, не приходи в недоумение, когда увидишь в себе действие какой-либо страсти. Когда восстанет страсть, подвизайся против нее, старайся обуздать и искоренить ее смирением и молитвой.

Преподобный Дорофей Палестинский († 620).

Без Божественного Причащения мы напрасно трудимся.

Прп. Никодим Святогорец (1749–1809) и свт. Макарий Коринфский (1731–1805).

Самое надежнейшее средство искоренить гнездящуюся в нашем сердце стихию дьявола есть животворящие Тайны, которые, быв приняты с верою, боголепно действуют на сердце, гнездилище темной силы, «попаляя греховное вещество, и сжигая страстей терние» (песнь 5-я канона ко Святому Причащению – сост.).

Лечение душевных болезней (страстей) совершенно отлично от лечения телесных болезней. В телесных болезнях надо остановиться на болезни, поласкать больное место мягкими средствами, теплою водою, теплыми припарками и пр., а в болезнях душевных не так: напала на тебя болезнь – не останавливайся на ней вниманием, отнюдь не лаская ее, не потворствуй ей, не грей ее, а бей, распинай ее, делай совершенно противное тому, чего она просит.

Всё делай напротив того, что враг внушает: он внушает ненавидеть обидящих нас – ты люби их; ругающих благословляй, и взимающих твоё не истязуй и с охотой сам отдавай; когда хочешь смеяться – плач; когда находит уныние – старайся развеселиться; когда зависть – радуйся чужому благополучию; когда борет противоречие, непокорность – немедленно покорись, согласись; когда блудные помыслы – поревнуй о чистоте сердца, представь высокое достоинство христианина, обоженного во Христе Иисусе, что члены наши – члены Христовы, когда гордость – смирись; когда злоба – будь особенно добр; когда раздражительность – сохрани спокойствие; когда скупость – будь щедр; когда рассеянность – немедленно запри чувства от всего внешнего и размышляй о едином на потребу…

Корень всякого зла есть самолюбивое сердце, или самосожаление, самощадение… Не жалей себя никогда и ни в чем, распни себя – своего ветхого человека, гнездящегося преимущественно в плоти, – и ты отсечешь все свои страсти. Терпи благодушно все, что случается неприятного для плоти, не щади ее, иди напротив ей, и ты будешь истинный последователь Христов.

Когда увлекает тебя страсть вражды к брату, представь, как любит нас Бог; когда гордость – представь, как Господь, *будучи богат, обнищал ради вас* (2 Кор. 8, 9), и как он был *кроток и смирен сердцем* (Мф. 11, 29); когда скупость – представь яснее, как щедр к тебе Господь, как рука Его никогда не сокращается на дары тебе…

Св. праведный Иоанн Кронштадтский (1829–1908).

Если тебя палит огнь похоти плотской, противопоставь ему огнь геенский, – и огнь похоти твоей тотчас погаснет и исчезнет. Хочешь ли сказать что-нибудь гнусное, помысли о том скрежете зубов, и страх обуздает язык твой. Желаешь ли сделать какое похищение, послушай, что Судия повелевает и говорит: *связав ему руки и ноги, возьмите его и бросьте во тьму внешнюю* (Мф. 22, 13); и таким образом изгонишь и сию страсть.

Святитель Иоанн Златоуст († 407).

Страстное воззрение на женщину вменено Богом в любодеяние; гнев на ближнего причислен к убийству; за каждое праздное слово обетовано воздаяние. Кто же таковой человек и где его найти, который бы не ведал лжи, не был искушен вожделением ни одного лица, никогда не прогневлялся на ближнего напрасно, в котором бы ни нашлось празднословия, который не нуждался бы в покаянии? Знай: если кто не предаст себя всем напастям, которые попустит ему Бог, в мнении о себе смиренном и уничиженном, если не повергнет себя пред всеми на попрание, обидимый и оскорбляемый всеми, если не претерпит всего этого с радостью, силою молитвы ради Бога, если не устранит себя от человеческой славы, чести и похвалы, от сладостных брашен и напитков, то не возможет достигнуть совершенства.

Неизвестный старец, из «Отечника».

«Борьба со страстями мне не под силу»

Иго Мое благо, и бремя Мое легко.
(Мф. 11, 30).

Грех не должен над вами господствовать, ибо вы не под законом, но под благодатью.
(Рим. 6, 14).

Лень, отвори дверь, сгоришь! – Хоть сгорю, да не отворю.

Страшно дело до началу.

Страшно видится: сробится, слюбится.
Русские пословицы.

Пока мы увлекаемся страстями, дотоле добродетель почитаем трудною, неудобною и неприступною, а порок любезным и приятным. Но как скоро хотя несколько станем избегать грехов, то порок будет нам казаться гнусным и безобразным, а добродетель легкою, удобною и любезною. В этом могут нас уверить примеры тех, которые исправили жизнь свою.

На пути добродетели чем более подвинешься вперед, тем легче будет казаться путь твой.
Святитель Иоанн Златоуст († 407).

И земные блага не без трудов достаются: почему же уклоняемся от благ небесных по причине трудов?
Преподобный Нил Синайский (IV–V вв.).

Добродетель… казалась, и кажется трудною не по своей собственной природе, но по причине крайнего нерадения людей, не желающих в ней упражняться, ибо для того, кто рассмотрит всё в точности, она гораздо легче порока… Добродетель Божественна, в высшей мере прилична естеству.
Преподобный Исидор Пелусиот (V век).

Трудно, говорят, благочестие. Какое же из благ достается легко? Кто, почивая, воздвиг себе победный памятник? Никто, не пробежав поприща, не берет награды. Труды рождают славу. Если рассмотреть строго, то и диавольские дела делателям беззакония обходятся не без труда. Воздержание отнимает ли столько у тела, сколько портит адская и бешеная невоздержанность? Бессонны ночи тех, кто проводит их в молитвах; но страсть к удовольствиям совершенно гонит всякое успокоение.
Святитель Василий Великий (330–379).

Душа желает спастись, но вожделевая благ суетных и о них заботясь, бегает трудов по делу спасения. Хотя поистине не заповеди тяжки, а злые пожелания наши.

Что удобнее, как любить всех, и что приятнее, как быть любиму всеми? И какого утешения не имеют заповеди Христовы? Но произволение не устремляется к исполнению их; ибо если бы устремлялось, то, при помощи благодати Божией, всё было бы для него легко.

Преподобный Зосима Палестинский († ок. 560).

Взойти на высоту труднее, нежели упасть в бездну. Итак, лучше ли упасть в бездну?

Увы! Мы бываем деятельнее и сильнее для нашей погибели, нежели сколько нужно бы для нашего спасения.

Святитель Филарет, митрополит Московский (1783–1867).

Труды мучительными кажутся в начале для всех, вводимых в поты и подвиги духовные. Когда же они начнут охотно упражняться в них для возращения в себе добрых расположений и достигнут до средины преуспеяния в том, тогда труды сии являются для них источником двойной некоей отрады и утешения.

Преподобный Никита Стифат (XI век).

Путь добродетели для начинающих любить благочестие кажется жестоким и пристрашным не потому, чтоб он был сам по себе таков, но потому, что человеческое естество с самого исхода из чрева матернего привыкает жить пространно в удовольствиях; а для тех, которые успели пройти уже до средины его, он является весь благим и отрадным: ибо когда недобрые стремления наши бывают подавлены добрыми навыками, тогда вместе с сим исчезает и самая память о бессловесных удовольствиях; вследствие чего душа уже со всем удовольствием шествует по всем стезям добродетелей. Посему Господь, выводя нас на путь спасения, говорит, что *тесны врата и узок путь, ведущие в жизнь, и немногие находят их* (Мф. 7, 14); к тем же, кои со всем рвением желают приступить к хранению святых Его заповедей, говорит Он: *иго Мое благо и бремя Мое легко* (Мф. 11, 30).

Блаженный Диадох Фотикийский (V век).

Подвиги против страстей тогда только тягостны бывают, когда гордо и самонадеянно проходим оные, а когда смиренно, призывая Божию помощь и исправления оной приписывая, то они бывают удобоносимы.

Преподобный Макарий Оптинский (1788–1860).

И стыдно и непростительно грешно христианам – погибать духовной смертью при тех средствах ко спасению, какие Господь дал нам: при Таинствах покаяния и Причащения. И строго накажет нас Господь за нерадение.

Св. праведный Иоанн Кронштадтский (1829–1908).

«У меня плохой характер»

Сын не понесет вины отца, и отец не понесет вины сына.
(Иез. 18, 20).

И мы были некогда несмысленны, непокорны, заблуждшие, были рабы похотей и различных удовольствий, жили в злобе и зависти, были гнусны, ненавидели друг друга. Когда же явилась благодать и человеколюбие Спасителя нашего, Бога, Он спас нас не по делам праведности, которые бы мы сотворили, а по Своей милости, банею возрождения и обновления Святым Духом.
(Тит. 3, 3–5).

Должно терпеть свои недостатки точно так же, как терпим недостатки других, и снисходить душе своей в ее немощах и несовершенствах. Вместе с этим не должно предаваться нерадению: должно заботиться усердно о исправлении и усовершенствовании себя.
Преподобный Серафим Саровский († 1833).

Ты требуешь от себя совершенства? Это – глупая гордость. Вспомни, кто ты: ты – плод не очень здорового дерева. Могло ли дать тебе это дерево то, чего оно само не имело? Только благодать Божия может чудесно претворить тебя в человека обновленного, святого, при твоих собственных трудах самоуничижения, самопринуждения к добру.
Св. праведный Иоанн Кронштадтский (1829–1908).

Знайте, что характеры имеют значение только на суде человеческом, и потому или похваляются, или порицаются; но на суде Божием характеры, как природные свойства, ни одобряются, ни порицаются.

Господь взирает на благое намерение и понуждение к добру и ценит сопротивление страстям, хотя бы человек иногда от немощи и побеждался чем…

Кто имеет дурное сердце, не должен отчаиваться, потому что с Божией помощью человек может исправить свое сердце. Нужно только внимательно следить за собой и не упускать случая быть полезным ближним, часто открываться старцу и творить посильную милостыню. Этого, конечно, нельзя сделать вдруг, но Господь долго терпит.
Преподобный Амвросий Оптинский (1812–1891).

Не огорчайтесь, если вы имеете наследственные недостатки, но и не гордитесь наследственными добродетелями, потому что Бог будет проверять тот труд, который употребил человек на исправление своего ветхого человека.

Да хотя бы в человеке действительно было что-то наследственное – перед благодатью Божией не может устоять ничто.

Многие покаявшиеся грешники смиренно подъяли благочестный подвиг, прияли Благодать, стали святыми, и сейчас мы с благоговение поклоняемся им и просим их молитв. А прежде они имели немало страстей, в том числе и наследственных. К примеру, преподобный Моисей Мурин. Будучи кровожаднейшим разбойником с наследственной злобой, он, едва лишь уверовал в Бога, сразу покаялся, стал подвизаться, все страсти его покинули, а Благодать Божия посетила. Он даже удостоился приятия пророческого дара, а чуткостью превзо-

шел самого Арсения Великого, который происходил из великосветского римского семейства, имел наследственные добродетели и обладал большой внешней ученостью.

Старец Паисий Святогорец (1924–1994).

Вы не любите думать о смерти

Во всех делах твоих помни о конце твоем, и вовек не согрешишь.
(Сир. 7, 39).

Бойся Бога: смерть у порога.
Русская пословица.

Ни один из тех, которые имеют геенну пред очами, не впадет в геенну; ни один из тех, которые пренебрегают геенной, не избегнут геенны.
Святитель Иоанн Златоуст († 407).

Кто о муке не помятует, того мука не минует.
Святитель Димитрий Ростовский (1651–1709).

Невозможное для человеков дело, чтобы настоящий день провели мы благочестиво, если не думаем, что это последний день нашей жизни.

Ложась на постель, воображай твое возлежание во гробе; и будешь меньше спать. Когда сидишь за столом, приводи себе на память плачевную трапезу червей; и ты будешь меньше наслаждаться. Когда пьешь воду, не забывай о жажде в пламени неугасающем; и, без сомнения, понудишь самое свое естество.
Преподобный Иоанн Лествичник († 649).

Нет сильнее способа к побуждению к добродетели, как память о смерти. С самого утра надо настраиваться на помышление о вечности, ибо какое будет утреннее настроение, такое останется и на весь день…
Схиархимандрит Кирик Афонский (XIX–XX вв.).

Мы не свои, мы рабы Божии, как прекрасно называет нас Церковь, а рабы с часу на час должны ожидать, что вот-вот позовет нас Господь. Толкнет: и ступай… А мы что! Да мы совсем забыли, что мы рабы Божии, мы думаем, что мы свои, и располагаем жизнь свою не по заповедям Божиим, а по своей волюшке: как нам хочется жить, так и живем. А оттого жизнь наша исполнена бесчисленных грехов.
Св. праведный Иоанн Кронштадтский (1829–1908).

Помни, что можешь завтра же увидеть, как разверзнутся небеса, сойдут Ангелы, и ты станешь перед страшным судилищем и будешь давать отчёт в твоей жизни, в делах, словах и мыслях.
Преподобный Иосиф Волоцкий († 1515).

Помни, что согрешения твои достигли полноты своей, что юность твоя уже прошла. Настало, настало время твоего отшествия, время, в которое ты должен дать отчет в делах твоих! Знай, что там не искупит брат брата, не освободит отец сына.

Ежедневно умирай, чтобы жить вечно, потому что боящийся Бога жив будет во веки.
Преподобный Антоний Великий (251–355).

Как порицали бы вы человека, который бы, при виде приближающейся опасности, вместо того, чтобы немедленно рассмотреть, что угрожает ему, и принять меры предосторожности, зажмурил глаза, чтобы не видеть опасности! Не то ли, однако, делаете вы сами? Смерть к вам приближается и непременно придет, а вы, вместо того, чтобы не отлагая рассмотреть, что в ней опасно, и употребить открытые вам средства сделать ее безопасной, зажмуриваете глаза, чтобы вас не беспокоил ее печальный образ! Боятся смерти, но рассудите здраво, что страшнее, смерть ли, которую готовящаяся к ней жизнь может сделать безопасной и блаженной, или не готовящаяся жизнь, которая делает смерть лютой?

Что подумали бы вы о сыне, который, живя вдали от отца, так занят делами и удовольствиями чужой страны, что не думает о возвращении к отцу и не пользуется случаями наведаться о нем в его доме? – Без сомнения, вы сказали бы: видно, сей сын не любит отца. Что же посему должно подумать о человеке, который так занят земными заботами и удовольствиями, что не помышляет о своем возвращении к Отцу Небесному и о Его доме – о небе, о вечности?

Святитель Филарет, митрополит Московский (1783–1867).

Всякому, начинающему жить в Боге, полезен страх муки и рождаемая от него болезнь… От этой болезни вскоре рождается всякая радость; этими узами растерзываются узы всех согрешений и страстей; этот мучитель бывает причиной не смерти, но жизни вечной.

Преподобный Симеон Новый Богослов († 1021).

Очень много зла от мысли, что смерть за горами. Извольте приблизить её и помните, что ей из-за гор ничего не стоит прискочить… Пересмотрите-ка все роды внезапных смертей и решите, какой из них не может повториться и над вами сейчас же, когда вы читаете эти строки? От беспечности нет мысли возбудительнее, как мысль о внезапной смерти.

Страх смерти – спасительный страх; но у вас спасительность сия уничтожается отсутствием упования спасения. Надежда на Господа Спасителя, не уничтожая страха смерти, уничтожает убийственную его болезненность, растворяя отрезвляющее его действие на душу преданностью в волю Божию. Думайте чаще о смерти и о всём, что сопутствует ей и что последует за нею, и от всего заимствуя себе уроки, питайте свою сердечную преданность в волю Божию.

Святитель Феофан, затворник Вышенский (1815–1894).

Кто достойно именуется разумным? Тот, кто действительно уразумел, что есть предел сей жизни: тот может положить предел своим согрешениям.

Эту мысль крайне ненавидит сатана и употребляет всю силу, чтобы исторгнуть ее у человека. Если бы можно было, он отдал бы человеку царство целого мира: только бы посредством развлечения изгладить эту мысль в уме человека; он сделал бы это охотно, если бы мог. Коварный! он знает, что если помышление о смерти укрепится в человеке, то ум его не останется уж более в стране обольщения, и бсовские хитрости к нему не приближаются.

Преподобный Исаак Сирин (VII век).

Полезно возбуждать в себе воспоминание о смерти посещением кладбища, посещением болящих, присутствием при кончине и погребении ближних, частым рассматриванием и обновлением в памяти различных смертей, слышанных и виденных нами.

К смертной памяти – полезно принуждать себя, хотя бы сердце и отвращалось от нее. Она – дар Божий, а понуждение наше к ней – только свидетельство искренности нашего желания иметь этот дар. При понуждении себя нужно и молиться: «Господи, даждь ми память смертную».

Святитель Игнатий (Брянчанинов) (1807–1867).

Представляй себя в гробу и вокруг – других, скорбящих, и говори себе: «Эти мне не смогут ничем помочь, только я могу сделать что-то для спасения, пока живу».

Старец Иероним Эгинский (1883–1966).

Как выстоять при искушении?

Погибели предшествует гордость, и падению – надменность.
(Притч. 16, 18).

Полезно удаляться от причин ко греху. Человек, находящийся близ повода ко греху, подобен стоящему у края глубокой ямы, и враг удобно ввергает его в нее, когда только захочет.

Преподобный Пимен Великий († 450).

Когда увлекаешься в какой-нибудь грех, представь мысленно Страшный Суд и Судию и сим страхом воздерживай душу от худых пожеланий.

Святитель Василий Великий (330–379).

Когда плоть и дьявол склоняют к греху сладостью греха, тогда представь, что эта сладость совершенно противна, мерзка Человеколюбцу – и Он говорит тебе: *если любишь Меня, то соблюди заповедь Мою* (Ср.: Ин. 14, 15), возбраняющую тебе делать зло, на которое ты склоняешься.

Везде нужно преодолевать себя – даже в житейских делах и обстоятельствах, не говоря о вере, – преодолеешь себя, и легко будет.

Св. праведный Иоанн Кронштадтский (1829–1908).

Вооружись огненным мечом – страхом Божиим и, когда приблизятся к тебе греховные помышления, огонь страха Божия попалит их, как хворост. Страсти не могут преодолеть тех, которые имеют в себе страх Божий.

Неизвестный старец, из «Отечника».

Помни, что в тот час, когда на тебя нападают бесы, смотрит на тебя и Господь: как ты уповаешь на Него?

Если ясно увидишь сатану, и он будет опалять тебя своим огнем, и захочет пленить твой ум, то опять не убойся, но крепко надейся на Господа и говори: «я хуже всех», и отойдет от тебя враг.

Преподобный Силуан Афонский (1866–1938).

Мы в это время – время искушения – часто забываем о Боге. Нас постигают бедствия, неудачи, скорби, так что одно несчастье приходит за другим. Мы не знаем, за что ухватиться среди этих скорбей и несчастий, и скоро впадаем в уныние духа, опускаем руки и думаем про себя: «Все для меня кончено, не видать мне здесь, на земле, больше радости и утешения». И приходим в отчаяние, забывая в это время обратиться к Богу.

Разве не Господь послал нам испытание? Но Он же может послать терпение, и подкрепление, и утешение. Господь накажет – Он же и помилует и утешит. У Него много средств для этого, ибо Он знает, как пролить утешение в сердце самого безотрадного страдальца. Да, не роптать и отчаиваться нужно в подобных трудных случаях, а скорее взывать к Господу: «Господи, спаси меня, я погибаю! Господи, подкрепи меня, пошли мне терпение, чем и как знаешь, утешь меня».

Архимандрит Кирилл (Павлов) (р. в 1919).

Когда родители идут с маленькими своими детьми гулять: то обыкновенно детей пускают вперед, чтобы не выпускать их из виду. Вдруг откуда-нибудь из-за угла выбежит собака и бросится на детей. Что они делают? Сейчас же бросаются к родителям с криком: «Папа! Мама!» Они с детскою простотою, с чистой верой ожидают помощи от родителей. Так и вы, на пути вашей временной жизни, ежели искуситель наш диавол и начнет кознодействие, не смущайтесь и отнюдь не помышляйте обороняться своими собственными средствами, но с детской простотою спешите к Отцу Небесному с воплем: «Господи! Я создание твое; помилуй меня!»

Преподобный Макарий Оптинский (1788–1860).

Во время искушений не прежде приступай к молитве, как сказавши несколько гневных слов против искусителя… Этим приведешь в смятение противников своих и истребишь их внушения.

Авва Евагрий Понтийский († 406).

Надлежит тебе, если ты искренний ревнитель о добре, с своей стороны употреблять подобающие приемы, чтоб способствовать воле Божией одержать победу. Для сего:

а) как только ощутишь движения низшей чувственной и страстной воли, тотчас всеусильно воспротивься им и отнюдь не допускай, чтоб твое произволение склонялось на них, хотя мало, – подави их, отжени, отрей от себя сильным напряжением воли;

б) чтоб это успешнее совершилось и принесло добрый плод, спеши возгреть вседушную неприязнь к такого рода движениям, как к врагам своим, ищущим похитить и погубить душу твою, – разгневайся на них;

в) но в то же время не забывай взывать к Подвигопомощнику нашему, Господу Иисусу Христу о помощи, ограждении и укреплении доброй воли твоей, ибо без него не можем мы иметь успеха на в чем;

г) сии три внутренние действия, искренно воспроизведенные в душе, всякий раз дадут тебе победу над недобрыми движениями. Но это есть только прогнание врагов. Если хочешь их самих поразить в самое сердце, для сего теперь же, если удобно, сделай что-нибудь противоположное тому, что внушало страстное видение, а если можно, положи делать то и всегда. Это последнее наконец совсем избавит тебя от появления испытанных тобою нападений.

…Этот последний прием должно тебе не однажды только употребить, но надо употреблять часто, многократно, непрерывно, до тех пор, пока не разобьешь, не расстроишь и не истребишь страстного навыка, против которого вооружаешься.

Пусть бушуют волны греховные окрест сердца; но пока есть у тебя нехотение греха и желание пребывать верным Богу, кораблик твой цел.

Преподобный Никодим Святогорец (1749–1809).

Даже если мы получим раны, не нужно терять хладнокровия, но просить помощи Божией и с мужеством продолжать борьбу. Пастырь Добрый услышит и тут же поспешит, как бежит на помощь пастух, заслышав, как жалобно блеет ягненок от полученной раны, укусов волка или пса.

Старец Паисий Святогорец (1924–1994).

После искушения и одержанной победы надо не себе приписывать ее, но Богу и Его благодарить за то, что не дал посмеяться врагу, ибо и то диавольская кознь, что он после одержанной над ним победы влагает высокоумие и тщеславие.

Святитель Тихон Задонский (1724–1783).

Как победить греховную привычку?

От заповедей Твоих разумех, сего ради возненавидех всяк путь неправды.
(Пс. 118, 104).

Итак покоритесь Богу; противостаньте диаволу, и убежит от вас.
(Иак. 4, 7).

На привычку есть отвычка.
Русская пословица.

Хронические болезни излечиваются только при великом старании, постоянстве и усилии: то же самое нужно сказать и о греховных привычках.
Святитель Василий Великий (330–379).

Когда начнешь исправлять худую привычку, то хотя бы однажды, хотя бы дважды, хотя бы трижды, хотя бы двадцать раз преступил закон, не отчаивайся; но опять восставай, примись за тот же труд и непременно останешься победителем.
Святитель Иоанн Златоуст († 407).

Когда подействует в нас греховное пожелание, надо отказать ему. В другой раз оно подействует слабее, а, наконец, и совсем утихнет.

Для того, чтоб изгладить из сердца навыки греховные, вкоренившиеся в него долгим временем, нужно время, нужно постоянное пребывание в покаянии.
Святитель Игнатий (Брянчанинов) (1807–1867).

Если привычка потребует чего однажды, и требование ее не будет исполнено, то в другой раз найдешь ее слабою. Если же однажды исполнишь ее волю, то во второй раз найдешь, что нападает она на тебя с гораздо большею силою.
Преподобный Исаак Сирин (VII век).

Не ужасайся, если и каждый день падаешь, и не отступай от пути Божия, но стой мужественно; и, без сомнения, Ангел, который хранит тебя, почтит твое терпение. Когда язва еще нова и горяча, тогда удобно исцеляется; но застарелые, оставленные в небрежении, и запущенные раны неудобно исцеляются; ибо для врачевания своего требуют уже многого труда, резания и прижигания.
Преподобный Иоанн Лествичник († 649).

Велика сила греха, но сто крат больше сила благодати Божией.
Иннокентий (Борисов), архиепископ Херсонский (1800–1857).

Произволение, старание и труд с помощью Божией всё может; и хотя много мучительства от нее претерпит подвижник, однако, наконец уступит ему, укрепленному силой Божией, которая помогает труждающимся и молящимся.
Святитель Тихон Задонский (1724–1783).

Решительное и живое противление греху бывает только от ненависти к нему; ненависть к нему – от чувства зла от него…

Святитель Феофан, затворник Вышенский (1815–1894).

Рабы греха, греховных привычек, страстей, ведайте, что с каждым удовлетворением вы усиливаете их, подчиняетесь им больше и больше.

Если не употреблять ежедневно усилий к побеждению борющих нас страстей и к стяжанию Царствия Божия в сердце, то страсти тиранически, насильно будут овладевать нами, вторгаться, подобно разбойникам, в нашу душу.

Без утвердившейся в сердце ненависти ко греху нельзя часто не впадать в него.

Св. праведный Иоанн Кронштадтский (1829–1908).

«Знаю, что грех, но не могу удержаться»

Все могу в укрепляющем меня Иисусе Христе.
(Флп. 4, 13).

Чего черт в болоте сидит? – Смолоду привык.

Всякое уменье трудом дается.
Русские пословицы.

Как бы ни были безобразны и отвратительны грехи, привычка делает их маловажными и ничтожными.
Блаженный Августин (354–430).

Если душа хотя одну только страсть обратит себе в навык, то враг, когда ни вздумает, низлагает ее, ибо она находится в его руках, по причине той страсти.
Преподобный Дорофей Палестинский († 620).

Кто поучается урокам добродетели и не исполняет их, тот подобен человеку, который пашет, но не сеет.

Если не пресечены в душе первые движения к пороку, то помышления необходимо перейдут в дело.
Святитель Василий Великий (330–379).

Всякий раз, как впадешь в какое простительное прегрешение, хотя бы то тысячу раз случилось на день, как только заметишь то, не мучь себя и не трать времени напрасно, но тотчас смирись и, сознав немощь свою, обратись уповательно к Богу и воззови к Нему из глубины сердца…

Осуди себя и укори, и притом себя одного, не озирайся по сторонам, ища, на кого бы свалить вину свою… Виновато одно злое произволение твое.

Когда бываешь уранен, впадши в какое-либо прегрешение… не малодушествуй и не мятись попусту без толку. Первое, что нужно, не останавливайся на себе, не говори: «Как я такой потерпел это и не допустил?!» Это вопль гордостного самомнения. Смирись, напротив, и воззрев ко Господу, скажи и восчувствуй: «Чего другого и ожидать было от меня, Господи, столь немощного и худонравного». И тут же возблагодари Его, что на этом только остановилось дело, исповедуя: «Если б не Твоя безмерная благость, Господи, не остановился бы я на этом, а всеконечно впал бы в еще худшее что».

После созерцания и самоукорения, поставив себя перед лицем неумытной правды Божией, поспеши возгреть и покаянные чувства: сокрушение и болезнование о грехе не столько по причине унижения тебя грехом, сколько по причине оскорбления им Бога, столько милостей тебе лично явившего.
Преподобный Никодим Святогорец (1749–1809).

Посмотрите, от чего случилось падение. Вдруг падение редко бывает, обыкновенно же оно смала начинается: с помыслов, лёгких сочувствий и медления в помыслах… большего и большего… до вожделений греха… и после которого грехопадение не замедляет… Главное тут – не оставлять никогда следа не только сочувствия, произведенного помыслом, но и самого помысла, чтоб в душе оставалось отвращение и омерзение грехом.

Святитель Феофан, затворник Вышенский (1815–1894).

Невозможно тому, кто предается злым помыслам, быть чисту от грехов по внешнему человеку.

Преподобный Филофей Синайский (IX век).

Доколе мы грешим произвольно, дотоле нет в нас смирения.

Преподобный Иоанн Лествичник († 649).

Если человек не стяжет великое смирение в сердце и теле своем так, чтобы в любом деле не оценивать себя высоко, чтобы спокойно переносить всякое оскорбление, во всем принуждать себя, ежедневно иметь перед лицом своим смерть свою, отрекаться от материальных и плотских вещей, то он не сможет сохранить заповеди Духа.

Преподобный Макарий Великий (IV век).

Оставив легкое бремя, т. е. самоукорение, мы возложили на себя тяжелое – самооправдание.

Преподобный Иоанн Колов (V век).

Кто оправдывает себя, тот отчуждает себя от покаяния.

Преуспевший или желающий преуспеть да хранит себя благоразумно от начал, рождающих грехи, и грехи изнемогут сами собою.

Если сердце твое расхищается, и ты не знаешь, как управить его, знай, что в такое расхищение влечет его какое-нибудь деяние твое.

Преподобный Исаия († 370).

Грехи, которые творятся «в ведении», порождают болезни, совершенно связывающие человека.

Архимандрит Иоанн (Крестьянкин) (1910–2006).

Тот, кто, согрешая, оправдывает себя, превращает свое сердце в бесовское пристанище. Если такой человек не сокрушит своего «я», то будет совершать все больше и больше просчетов и его безо всякой пользы будет сокрушать его собственный эгоизм.

Старец Паисий Святогорец (1924–1994).

Господь всемогущ и крепче всех, и во всякое время бывает победителем в смертном теле, когда идет вместе с подвижниками на брань. Если же бывают они побеждены, то явно, что побеждаются без Него. И это суть те, которые по своему произволению, неразумием своим обнажили себя от Бога, потому что не сподобились силы, вспомоществующей победителям, и даже чувствуют себя лишенными той обычной, собственной своей силы, какую имели во время сильных своих браней.

Словооправдание не принадлежит к жительству христианскому.
Преподобный Исаак Сирин (VII век).

Никто не может оправдываться тем, что он будто бы хотел, но не мог, ибо бесспорно не мог потому, что не хотел.

Диавол хотя и побеждает нас, но не насильно, а внушениям его мы добровольно покоряемся.

Если мы с Богом находимся, то диавол в борьбе с нами слаб, как дитя.
Святитель Иоанн Златоуст († 407).

Велика сила греха, но стократ больше сила благодати Божией.
Иннокентий (Борисов), архиепископ Херсонский (1800–1857).

Худо это, что ты согрешил, человек; но зачем же ты оскорбляешь Бога и, по неразумию своему, считаешь Его несильным? Ужели не может спасти души твоей Сотворивший такой, как ты видишь, мир ради тебя? Если же говоришь, что это послужит тебе на большее осуждение, как и снисхождение Его, то покайся, и Он примет покаяние твое, как – блудного сына и блудницы. Если же и этого не можешь, но по привычке согрешаешь, в чем бы и не хотел, имей смирение, как мытарь (Лк. 18, 13).
Преподобный Петр Дамаскин (VIII век).

Ты облекся во Христа крещением (Гал. 3, 27) и имеешь силу и оружие низлагать помышления (2 Кор. 10, 4). Если же имея на них силу, не низлагаешь их от первого приражения, то очевидно, что сластолюбствуешь по неверию, соглашаешься и сдружаешься с ними. В таком действии сам ты виноват.
Преподобный Марк Подвижник (IV–V вв.)

Пусть явится человек с претяжчайшими всего мира грехами, но притом кающийся и неизволяющий – ни под каким видом – более согрешать в надежде на милость Божию; пусть весь ад и сатана с бесовскими полчищами угрожают ему привидениями и страхом, он же, противясь и не изволяя более грешить, свидетельствуется пред всею тварью, что он не прельщается более и оставляет все свои греховные привычки, укрепляясь истинной верой и надеждой на милость Божию: в сем сражении ад колеблется, страшилищные привидения исчезают, и сатана со львиным ревом повергается в бездонную пропасть!

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.