# СТРАСТИ

болезни души

Избранные места из творений святых отцов

**Сергей Михайлович Масленников**

# Страсти – болезни души. Избранные места из творений святых отцов. Дневник кающегося

Серия «Страсти – болезни души»

*Текст предоставлен правообладателем*
*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=2477445*
*Страсти – болезни души. Избранные места из творений святых отцов. Дневник кающегося. / Сост. и предисл. Масленникова Сергея Михайловича.: Сибирская Благозвонница; Москва; 2011*
*ISBN 978-5-91362-413-0*

## Аннотация

В Евангелии Христос сравнивает Царство Небесное с маленьким зернышком, которое, вырастая, становится громадным деревом, дающим приют для множества птиц. Так и страсти, живущие в нас, сначала незаметные, способны вырасти в громадные деревья и приносить свои ядовитые плоды, отравляя душу и делая ее неспособной участвовать в благодатной жизни Святого Духа. Именно поэтому так важно как можно скорее поставить духовный диагноз и начать лечить болезни души.

В этой книге, которая открывает серию «Страсти – болезни души», собраны выдержки из творений св. Иоанна Кассиана, свт. Игнатия (Брянчанинова) и прп. Никодима Святогорца, объединенные темой страстей и борьбы с ними.

Рекомендовано к публикации Издательским Советом Русской Православной Церкви

# Содержание

Предисловие составителя 4
Святой Иоанн Кассиан 8
Борьба плоти и духа 8
Общее очертание страстей и борьбы с ними 11
Борьба с восемью главнейшими страстями 13
Борьба с чревоугодием 13
Борьба с духом блуда 19
Конец ознакомительного фрагмента. 22

# Сергей Михайлович Масленников
# Страсти – болезни души

## Предисловие составителя

Учение о страстях, которое в древности было известно многим опытным христианам, особенно монахам, в современной земной Церкви практически забыто. Даже названия страстей не всем известны, тем более почти никто не знает противоположных им добродетелей. Страсти, как сорняки, надо пропалывать на грядке сердца, а добродетели, как добрые плоды, терпеливо выращивать. Садовод, не различающий сорняков и добрых всходов, получит ли урожай? Скорее всего нет, потому что неудаленные сорняки заглушат полезные растения, а то еще и будет выдернуто и выброшено то, что хотели вырастить. Оставшись без урожая, такой земледелец будет голодать. Так и христианин, не победивший страсти и не взрастивший добродетели, обречен на голод ада.

Но если трудно в настоящее время встретить живого учителя благочестия, то это не означает, что научиться христианской аскетике вообще невозможно. Отцы Церкви, предвидя оскудение веры в последние времена, оставили нам свои писания, как бы некоторые драгоценные сокровища, сокрытые на поле (см.: Мф. 13, 44). Вот только нужно приложить старание к тому, чтобы их найти. Надо брать творения учителей и внимательно читать. К глубокому сожалению, не только нехватка времени мешает нам, и не только неготовность ума к восприятию духовных тайн делает чтение малополезным; самым главным препятствием, конечно, остается нерадение, отсутствие ревности ко спасению, то есть пребывание в состоянии «мертвой веры». Поэтому учение о страстях остается для нас тайной, не открыв которую, мы не только не победим свои страсти, но даже и не обнаружим их. Сердце наше так и останется «логовом змей», «жилищем сатаны». Не войдет в него Дух Святой, *ибо какое общение праведности с беззаконием? Что общего у света с тьмою? Какое согласие между Христом и Велиаром?* (2 Кор. 6, 14–15).

Мы похожи на больных, которые, имея внутри своего тела несколько смертельных болезней, нисколько об этом не волнуются, а нередко болезни эти считают признаком крепкого здоровья. К чему приведет такое заблуждение? Пожалуй, любому понятно. К сожалению, понятно бывает только касательно тела, которому все равно придется умирать, а вот позаботиться о вечной душе своей – не можем. И страсти – смертельные болезни души – остаются не обнаруженными и развиваются при нашем сознательном, активном участии.

Для современных христиан серьезной проблемой является подготовка к исповеди, потому что нет правильных понятий о страстях и грехах. Ведется ли тогда борьба с ними? Часто можно слышать: «Не вижу своих грехов! Каждый раз исповедую одно и то же! Уже неудобно перед батюшкой! Не знаю, как на исповедь идти! Подскажите мне мои грехи!» В результате на исповеди вместо раскаяния в конкретных грехах рассказываются длинные, запутанные истории, в которых нередко осуждаются окружающие и оправдывается сам виновник. Бывает, что истории из прошлой жизни рассказываются на исповеди по нескольку раз, только в разных храмах и разным батюшкам, потому что «своему» уже рассказывали, а нынешних грехов так и не видим, и, конечно, не потому, что их нет. Просто ум – око души – слеп, и ослеплен он гордостью и помрачен всеми другими страстями.

Что делать страдающему больному, когда нет опытного врача? Если умирать не хочется, то надо открывать учебники и справочники по медицине и определять по имеющимся симптомам болезнь, подбирая соответствующие лекарства. Хотя бы так в критической ситуации надо пытаться сохранить свою жизнь. Так и учение о страстях поможет хри-

стианину правильно диагностировать болезни души и подобрать необходимые средства для лечения, даже при отсутствии рядом человека, хорошо разбирающегося в аскетике.

Но вот опять беда! Надо ведь признать себя больным, а мы считаем себя здоровыми. Тогда зачем справочники, зачем горькие лекарства? Поэтому Господь и говорит: *не здоровые имеют нужду во враче, но больные;*

*Я пришел призвать не праведников, но грешников к покаянию* (Мк. 2, 17). Для «здоровых» остается тайной учение о страстях, как ненужное и малопонятное, а болезни развиваются.

Кто же все-таки способен признать себя «больным»? Чаще те, кто попал в большую беду и не может найти выхода, дойдя почти до отчаяния. Хорошо, если такой знал дорогу в храм или кто-то подскажет ему. Хорошо, если в храме встретится опытный священник, имеющий время и любовь к «заблудшим овцам», возложит такого калеку по душе на свои плечи и понесет… Но нередко такие страдальцы ходят из храма в храм, ездят из монастыря в монастырь в поисках чудесного избавления от своих проблем, а главного так и не понимают, что завели-то их в эту беду-ловушку их собственные страсти. Читают, почти ничего не понимая, часами акафисты, каноны и разные молитвы, а выхода все нет. Значит, чтобы выбраться, надо найти настоящую причину – развитые в себе страсти, и победить их. Тогда чудом будет уже не мгновенное избавление от бед, а медленная кровопролитная борьба со страстями, по слову Господа: *Царство Небесное силою берется, и употребляющие усилие восхищают его* (Мф. 11, 12), *Входите тесными вратами, потому что широки врата и пространен путь, ведущие в погибель, и многие идут ими; потому что тесны врата и узок путь, ведущие в жизнь и немногие находят их* (Мф. 7, 13–14). Этот узкий путь и есть борьба со страстями, похожая на распятие на кресте, потому что заповеди Евангельские отцы сравнивают с крестом, на котором и должен быть распят христианин. Без этой самой борьбы вера никогда не оживет в сердце. Что впустую жаловаться? Надо начинать делать, *Ибо, как тело без духа мертво, так и вера без дел мертва* (Иак. 2, 26). А что делать-то? Бороться со страстями, запрещая себе грешить и понуждая себя к исполнению заповедей Христовых. Дух Святой не может содействовать нам в делании грехов и нерадении. В этом есть другой помощник – дьявол: *Ваш отец диавол; и вы хотите исполнять похоти отца вашего* (Ин. 8, 44). Значит, если мы творим дела, противоположные заповедям, не считаем их за грехи и не каемся в них, то напрасно думаем быть сынами Отца Небесного, потому что в такой ситуации отцом нашим является сатана, который помогает нам грешить, успешно развивая в наших сердцах страсти. Если же хотим стать сынами Отца Небесного и получить от Него Духа Святого, то и должны делать дела праведные – заповеди Христовы, для исполнения которых и будет дан Святой Дух, Который, придя к делателю, оживит веру в его сердце. И Сам Христос говорит: *Кто любит Меня, тот соблюдет слово Мое; и Отец Мой возлюбит его, и Мы придем к нему и обитель у него сотворим* (Ин. 14, 23). Итак, чтобы стать сынами Отца Небесного, нужно прежде стать братьями Иисусу Христу: *Ибо кто будет исполнять волю Божию, тот Мне брат, и сестра, и матерь* (Мк. 3, 35).

Любая страсть похожа на дерево. Засевается она в сердце человека при зачатии его – от родителей. Развивается постепенно и за несколько лет уже становится деревцем, способным приносить плоды. Что это за плоды? Это и есть грехи, соответствующие своей страсти, как и у всякого дерева – свой плод. Чем крепче дерево, тем больше плодов, и, что самое страшное, этими же плодами «питается» само дерево (страсть) – вот какая саморазвивающаяся система: чем больше грехов – тем сильнее страсть; чем сильнее страсть, тем больше грехов. Куда ты теперь денешься, человек? Это и есть внутренний плен, рабство сатане.

Но чем питалась эта страсть, когда сама плодов еще не приносила, ведь в юном возрасте, как деревце еще бесплодно, так и младенцы имеют неразвитый еще ум и сознательно грешить не могут? Ответ очень прост! Ребенок учится всему от тех, кто его окружает. Он

впитывает все то, что видит и слышит вокруг, и, в основном, от своих родителей. Если родители не знают свои болезни, то, заразив ими ребенка при зачатии, теперь еще и развивают эти болезни – страсти – собственными примерами. Таким образом родители становятся невольными губителями душ собственных детей. Коль сами слепые, то и слепого за собой в яму (ад) заведем (см.: Лк. 6, 39). Поэтому родителям необходимо знать и лечить свои болезни души не только для собственного спасения, но и ребенку своему передавать этот драгоценный опыт с младенчества, показывая правильные жизненные примеры поведения, а в меру развития ума своего чада объяснять ему смысл заповедей, грехов, добродетелей, научая замечать свои грехи и каяться в них. При качественной духовной работе с ребенком можно значительно связать засеянные страсти, а к сознательному возрасту подготовить его для самостоятельной духовной борьбы, чтобы победить болезни души и взрастить противоположные им добродетели. Без этого всего страсти будут развиваться автоматически, как это происходило и у нас самих. И нельзя бороться только с одной-двумя страстями, потому что сила их легко будет «перекачиваться» в другие, и в определенное время по коварному замыслу дьявола все вернется на свои места и неожиданно ударит по человеку.

Какие плоды приносит дерево-страсть? У каждой страсти грехи могут быть разной силы. В зависимости от степени тяжести выделены грехи смертные и простительные (смотри творения святителя Игнатия Брянчанинова). Остальные можно назвать тяжкими. Если от простительных грехов не были полностью свободны даже святые, то такие грехи можно назвать песчинками. Однако «песчинок» бывает в день так много, что если не замечать и не каяться тут же, то за неделю накопится целый мешок песка, который по весу будет равен большому камню. Хоть камень привяжи к человеку, хоть мешок песка – плыть будет невозможно, человек утонет. Тяжелый камень – это смертный грех, и одного такого достаточно, чтобы душа оказалась в аду, если при жизни он не будет раскаян, исповедан и омыт должной епитимией. А мы за свою безбожную жизнь сколько их совершили? Но живем мы при этом спокойно, нисколько не волнуясь о своем состоянии и будущей вечной участи. А почему? Да потому, что *жало смерти – грех* (1 Кор. 15, 56). Вот сатана «ужалил» нас несколькими смертными грехами, то есть убил, – и мы мертвы. Тогда что может мертвый? Он уже ничего не чувствует и ничего не может предпринять, потому и бездействует. Так и мы, убитые многократно смертными грехами, *спим довольны* (1 Кор. 11, 30 в церк. – слав. варианте) и о своей мертвости даже не подозреваем, потому что состояния жизни мы никогда не испытывали, да и вокруг все такие же мертвецы, как мы, – сравнивать не с кем. Творения отцов не читаем, если читаем, то почти ничего не понимаем, а если и что-то поняли – не знаем, как правильно применить. Начиная применять, по неопытности только повреждаем себя. «Разжевать» же нам, то есть объяснить доступным, простым, современным языком, бывает обычно некому, да и нам все время некогда. Потому и *немало умирает,* оставаясь в состоянии «мертвой веры». А страсти тем временем растут, принося все больше плодов-грехов, и в меру их укрепления они делаются способными приносить уже особые плоды – смертные грехи, даже один из которых убивает душу «наповал». Чего ждем? Сатана-то понятно чего ждет – нашей кончины, чтобы навсегда заполучить душу в ад, это и есть его цель. А мы почему содействуем ему? Ведь после смерти покаяние теряет силу, уже не может действовать и превращается в отчаяние. Покаяние, как изменение жизни, может быть употреблено только во время земной жизни. После смерти – воздаяние! Очнемся ли наконец?

Пробуждению от смертельной спячки может поспособствовать ознакомление с предлагаемой подборкой из творений святых отцов о страстях и смертных грехах, а также прилагаемый «Дневник кающегося» для современного христианина. В нем грехи разделены как по страстям, так и по степени тяжести внутри страсти, что помогает распознать свои болезни души, научиться замечать грехи и готовиться к исповеди. Желающие могут проверить по «Дневнику» всю свою жизнь и приготовиться к генеральной исповеди. Надеемся, что мно-

гим это откроет глаза (ум) на качество своей веры и поможет прийти к действительному покаянию. Помоги, Господи!

# Святой Иоанн Кассиан
# *Обозрение духовной брат*

## Борьба плоти и духа
## (Собеседование 4-е)

8. Есть брань в членах наших, как читаем у Апостола: *Плоть желает противного духу, а дух – противного плоти: они друг другу противятся, так что вы не то делаете, что хотели бы.* (Гал. 5, 17). По промыслительному распоряжению Божию, она внедрилась как бы в самую природу нашу. И можно ли почитать ее иным чем, как не естественною как бы принадлежностию человеческого естества после падения первого человека, если она всем без исключения обща? Надлежит, однако ж, верить, что она имеется в нас по воле Божией, во благо нам, а не во зло, если она всем природна. Она оставлена в нас для возбуждения в нас ревнования о высшем совершенстве.

9. Слово «плоть» в сем месте должно принять не в смысле человека как существа, а в смысле воли плотской, или худых пожеланий; равно и под словом «дух» разуметь надо не какое-либо существо личное, а пожелания души добрые и святые. Такой смысл определил сам же Апостол, говоря так: *Поступайте по духу, и вы не будете исполнять вожделений плоти; ибо плоть желает противного духу*, и проч. (там же, ст. 16, 17). Так как те и другие пожелания находятся в одном и том же человеке, то и ведется внутрь нас непрерывная междоусобная брань. Тогда как похоть плоти, главным образом стремящаяся к греховному, находит удовольствие в одном том, что относится к удовлетворению потребностей настоящей жизни, дух, напротив, весь желает прилепляться к делам духовным, оставляя даже

самые необходимые потребности плоти, и желает предаться исключительно тем одним, не уделяя даже и малой заботы тленной плоти сей. Плоть услаждается изобилием и всякими удовольствиями; духу неприятно попечение даже о предметах естественных потребностей. Та желает насыщаться сном и наполняться пищею; этому так питательны бдения и посты, что он не хотел бы допускать сна и пищи даже и сколько нужно для жизни. Та желает изобиловать всякими богатствами; этот недоволен даже тем, что имеет малое количество хлеба на каждодневное употребление. Та желает нежиться и окруженною быть толпою ласкателей; этому отраднее жестокое житие и просторность неприступной пустыни, и неприятно присутствие смертных. Та пленяется почестями и похвалами человеческими; этому радостны гонения и обиды.

10. Когда воля наша водится самолюбием и земною мудростию, то загадывает держать некую достойную всякого осуждения средину между сими двумя стремлениями, располагаясь так воздерживаться от плотских страстей, чтобы при этом нисколь не терпеть прискорбностей, неизбежных при исполнении требований духа, – без казнения плоти желая достигнуть телесной чистоты, без труда бдений стяжать чистоту сердечную, с упокоением плоти обиловать духовными добродетелями, без ожесточенных злословий получить благодать терпения, являть смирение Христово без ущерба в чести мирской, следовать простоте благочестия с высокомерием века сего, служить

Христу с людскою славою и благоволением, говорить решительную правду, не встречая никакого, даже малого оскорбления, – вообще достигнуть благ будущих, не теряя настоящих. Такая воля не ведет к истинному совершенству, но, поставляя в состояние противной теплоты, делает такими, каковы те, о коих с укором говорит Господь в Апокалипсисе: *Знаю твои дела: ты не холоден, ни горяч; о, если бы был холоден или горяч! Но как ты тепл… то извергну тебя из уст Моих* (Откр. 3, 15, 16). Но благодать, пришедши, возбуждает энергию духа и восстановляет в нем высшие стремления, отрешающие от всего земного. Подвергаясь влиянию их, воля не может уже оставаться такою равнодушною и теплохладною, но восприемлет ревность о лучшем и ему приносит в жертву все низшее. Между тем, однако ж, тяготение к прежнему покою равнодушия остается в ней, и она бывает очень готова опять ниспасть в него. Чтоб этого не случилось, во плоти оставляются движения, враждебные высшим стремлениям, к которым воля, вкусившая высших благ, благоволить не может и, лишь только ощутит их, тотчас оживляется всею ревностию и мужественно охраняет высшие свои блага. И бывает, что, коль скоро воля ниспадет в богопротивную теплохладность, восстает брань плоти и пробуждает ее к энергии. Из сего явно, что мы навсегда оставались бы в состоянии помянутой выше богопротивной теплоты, если б из него не выводила нас восстающая в нас брань. Ибо при ней, когда, раболепствуя самоугодию, захотим сделать себе некоторое послабление, тотчас восстает плоть и, уязвляя нас жалами греховных движений и страстей, не дает стоять в отрадной чистоте, желаемой, и увлекает к охлаждающему удовольствию, – не благоволимому, – увлекает как бы на путь, заросший тернием. Но это раздражает заснувшую ревность по Богу; она восстает и прогоняет подступивших врагов. Ежедневно действуя в нас, брань сия приводит нас к благодетельной решимости – отвергши пространную и беспечную жизнь, стяжевать чистоту сердца с многим потом и сокрушением духа: хранить чистоту тела строгим постом, голодом, жаждою и неспанием, восходить в доброе настроение духа чрез чтение, размышление и непрестанные молитвы.

11. Подобное нечто таинственно изображено в распоряжении Божием касательно враждебных Израилю народов, как читаем в книге Судей: *Вот те народы, которых оставил Господь, чтобы искушать ими израильтян… для того только, чтобы знали и учились войне* (Суд. 3, 1–2). – Такую брань устроил Господь не потому, чтобы не хотел покоя Израилю или не имел попечения о его благе, но потому что видел, как много она полезна для него. Подвергаясь почти непрестанному нападению тех народов, он не мог не чувствовать постоянно

нужды в помощи Божией, и потому должен был пребывать во всегдашнем уповательном обращении к Нему и в молитве. Не имея возможности оставить дело брани, не имел он времени предаться и беспечности или расслабеть от лености и праздности. Ибо часто безопасность и счастие низвергают того, кого не могли победить несчастия.

12. И от чего иного у скопцов по плоти мы находим душу усыпленную, как не от того, что по заблуждению освободив себя от этой плотской потребности, думают, что не имеют нужды ни в труде телесного воздержания, ни в сокрушении сердца. Расслабленные такою беспечностью, не заботятся они о стяжании истинного совершенства, или об очищении сердца от душевных страстей. Такое состояние, возвышаясь над состоянием плотским, остается только душевным, которое словом Самого Господа названо достойным отвержения – за то, что, от холодного перешедши к теплому, остановилось на сей противной теплоте.

13. Итак, в самом начале отречения, переставая быть плотскими, то есть начиная отделяться от обычаев мирских и воздерживаться от явной плотской нечистоты, мы должны поспешать и всею силою стараться тотчас усвоить себе и состояние духовное, чтобы иначе, по одному тому, что отреклись от мира по внешнему человеку, или прекратили осквернение себя плотским любодейством, мечтая о себе как о достигших уже совершенства, не сделаться нам потом нерадивыми и беспечными в истреблении причин страстей и, таким образом остановясь посредине между плотию и духом, не остаться не достигшими степени совершенства духовнаго, полагая, что для сего совершенства достаточно по одному внешнему состоянию отделиться от жизни и удовольствий мира и быть только не причастными разврату и смешению плотскому. Ибо если останемся в сем состоянии теплоты (равнодушия), которое считается самым худшим, то будем изблеваны из уст Господа, как Он говорит: *Но как ты тепл… то извергну тебя из уст Моих* (Откр. 3, 16). Справедливо Господь объявил о тех, кои, быв восприняты Им во утробу любви, потом охладели, что они будут Им изблеваны с некоторым омерзением. Ибо легче обращается ко спасению и восходит на верх духовного совершенства человек плотской, то есть мирской или язычник, нежели тот, кто, восприняв иго Христово, не вступил на путь к совершенству и попустил охладеть первому огню ревности духовной. Ибо когда тот, будучи смиряем чувственными страстями и сознавая себя нечистым по причине плотского осквернения, придет в сокрушение и прибегнет к Источнику всякой чистоты и совершенства, то, гнушаясь тем холодным состоянием неверия и беспечности, в коем находился, горя же духом, удобнее взойдет к совершенству. Напротив, кто с холодностию принимается за дело Божие и без смирения и должного усердия вступает на путь этого звания, тот, однажды будучи поражен этою бедственною заразою, не может уже ни сам собою умудриться на лучшее, ни принимать вразумление от других. Ибо он, по слову Господа, говорит в сердце своем: *Я богат, разбогател и ни в чем не имею нужды;* тогда как к нему приличнее приложить то, что следует далее: *А не знаешь, что ты несчастен, и жалок, и нищ* (Откр. 3, 17). Таким образом он становится хуже мирского человека тем, что теряет сознание, как он беден, слеп и наг, как во многом требует исправления, сколь великую имеет нужду в наставлениях и вразумлении со стороны других, почему не принимает никакого спасительного слова, не разумея, что в будущем веке будет подлежать неизбежно строжайшему суду и наказаниюю.

# Общее очертание страстей и борьбы с ними (Собеседование 5-е)

14. Главных страстей восемь: чревоугодие, блуд, сребролюбие, гнев, печаль, уныние, тщеславие, гордость.

15. Страсти бывают двух родов: естественные, вырождающиеся из естественных потребностей, как, например, чревоугодие и блуд, и не естественные, не коренящиеся в естестве, как, например, сребролюбие. Действия же их проявляются четвероякo: некоторые действуют только в теле и чрез тело, как чревоугодие и блуд, а некоторые проявляются и без содействия тела, как тщеславие и гордость; далее, иные возбуждаются совне, как сребролюбие и гнев, – а иные исходят из внутренних причин, как уныние и печаль. Такого рода обнаружение действия страстей подает повод допустить в них еще два рода, деля их на плотские и душевные: плотские в теле зарождаются и тело питают и услаждают; а душевные из душевных склонностей исходят и душу питают, на тело же нередко действуют разрушительно. Эти последние врачуются простым врачеванием сердца внутренним; а плотские двояким лекарством врачуются – и внешним, и внутренним.

16. Поясним нечто из сказанного более пространным рассуждением. Страсти чревоугодия и блуда, коренясь в теле, возбуждаются иногда без содействия души, по одному раздражению потребностей, из коих исходят; но влекут и душу по ее связи с телом. Для обуздания их недостаточно одного напряжения душевного против них вооружения, но надо при сем укрощать и самое тело постом, бдением, истомлением посредством труда; нужно бывает и временное уединение, а нередко и совсем отшельничество. Ибо как они происходят от порочности души и тела, то и побеждены быть могут не иначе как трудом обоих. Тщеславие и гордость зарождаются в душе без посредства тела. Ибо какую нужду имеет тщеславие в телесном чем, когда из-за одного желания похвал и славы доводит до падения плененную им душу?

Или какое телесное действие имело место в возгордении Люцифера, когда он зачал его в одной душе и помышлении, как говорит пророк: *А говорил в сердце своем: взойду на небо… буду подобен Всевышнему* (Ис. 14, 13, 14). Не имел он в такой гордости подстрекателя совне; она и зародилась и созрела вся внутрь его.

17. Эти восемь страстей хотя имеют разное происхождение и разные действия, однако шесть первых, то есть чревоугодие, блуд, сребролюбие, гнев, печаль, уныние соединены между собою особым неким сродством, по коему излишество предыдущей дает начало последующей. Ибо от излишества чревоугодия необходимо происходит блудная похоть, от блуда – сребролюбие, от сребролюбия – гнев, от гнева – печаль, от печали – уныние. Потому против них надо сражаться тем же порядком, переходя в борьбе с ними от предыдущих к последующим: чтоб победить уныние, сначала надо подавить печаль; чтоб прогнать печаль, прежде нужно подавить гнев; чтоб погасить гнев, нужно попрать сребролюбие; чтоб исторгнуть сребролюбие, надо укротить блудную похоть; чтоб подавить блудную похоть, надо обуздать страсть чревоугодия. И остальные две страсти, тщеславие и гордость, – таким же способом соединяются между собою, то есть усиление первой из них дает начало другой, от чрезмерного тщеславия рождается страсть гордости; таким же порядком и победа над ними приобретается, то есть, чтоб истребить гордость, надобно подавить тщеславие. Но с теми шестью страстями они не соединяются родовым образом; ибо не от них рождаются, а, напротив, по истреблении их. В эти две страсти мы впадаем особенно после победы и восторжествования над прочими страстями. Впрочем, хотя эти восемь страстей в таком между собою находятся отношении, как теперь показано, однако ж, частнее они разделяются на

четыре союза: блудная похоть особенным союзом соединяется с чревоугодием, гнев – со сребролюбием, уныние – с печалию, гордость – с тщеславием.

18. Каждая из страстей не в одном виде проявляется. Так, чревоугодие бывает трех видов: или порождает пожелание есть прежде установленного часа, или ищет многоястия до объядения, не разбирая качеств пищи, или требует лакомой пищи. Отсюда беспорядочное ястие, походя, обжорство и сластолюбие. От этих трех происходят разные злые недуги в душе: от первого рождается досадование на монастырский устав, – от этого досадования возрастает недовольство жизнию в монастыре до несносности, за которою скоро следует обычно и бегство из монастыря; от второго возбуждается плотская похоть и сладострастие; а третье ввергает в сребролюбие и не дает места нищете Христовой.

Блудной страсти три вида: первый совершается чрез смешение одного пола с другим; второй производится без смешения с женщиною, за который от Господа был поражен Онан, сын патриарха Иуды (см.: Быт. 38, 9. 10), и который в Писании называется нечистотою; третий производится умом и сердцем, о котором Господь в Евангелии говорит: *Кто смотрит на женщину с вожделением, уже прелюбодействовал с нею в сердце своем* (Мф. 5, 28). Эти три вида блаженный Апостол указал в след. стихе: *Умертвите земные члены ваши: блуд, нечистоту, страсть, злую похоть.* (Кол. 3, 5).

Сребролюбия три вида: в первом оно не дает отрекающемуся от мира обнажиться от всякого имущества; во втором оно заставляет того, кто все уже раздал бедным, снова приобретать такое же имущество; в третьем оно разжигает желание к приобретениям и того, кто ничего прежде не имел.

Три вида и гнева: первый – тот, который пылает внутри; второй – тот, который прорывается в слово и дело; третий – тот, который горит долгое время и называется злопамятством.

Печали два вида: первый – что посещает по прекращении гнева или причиняется нанесенными убытками и потерями и неисполнением желаний; второй происходит от опасений и страхов за свою участь или от неразумных забот.

Уныния два вида: один ввергает в сон, а другой гонит из келлии.

Тщеславие хотя многовидно, однако ж главных у него два вида: в первом превозносимся плотскими преимуществами и видимыми вещами; а во втором воспламеняемся желанием суетной славы из-за духовных предметов.

Гордости два вида: первый – плотской, второй – духовный, который гибельнее перваго. Он особенно искушает тех, которые преуспели в некоторых добродетелях.

19. Хотя эти восемь страстей искушают весь род человеческий, впрочем, не на всех одинаковым образом нападают. Ибо в одном главное место занимает дух блуда; в другом преобладает гневливость; в ином властвует тщеславие; а в другом гордость господствует, так что хотя все страсти на всех нападают, но каждый из нас различным образом и порядком раболепствует им.

20. Посему нам надобно вести брань с этими страстями так, чтобы всякий, открыв, какая страсть особенно вредит ему, против нее главно направлял и борьбу, употребляя всякое старание и заботу для наблюдения за нею и подавления ее, против нее направляя копья ежедневных постов, в нее бросая ежеминутно стрелы сердечных стенаний и воздыханий и непрестанно проливая слезы в молитве к Богу о прекращении мятущей его брани. Ибо никто не может восторжествовать над какою-либо страстию, пока не убедится, что своим тщанием или трудом не может одержать победу над нею; хотя при том ему, чтоб очиститься от нее, и самому необходимо день и ночь пребывать во всяком труде и всякой заботе о том.

21. Когда такой борец почувствует, что освободился от первейшей своей страсти, тогда опять должен с полным вниманием рассмотреть тайники своего сердца, чтоб, увидев, какая за тем еще есть в нем сильнейшая сравнительно с остальными страсть, против нее в особен-

ности подвигнуть все духовные оружия. Побеждая таким образом всякий раз первейшие в себе страсти, он скорее и легче будет одерживать победу над остальными, низшими их.

22. Когда одержишь победу над одною или несколькими страстями, не должно тебе превозноситься сею победою. Иначе Господь, увидев надмение сердца твоего, перестанет ограждать и защищать его – и ты, оставленный Им, опять начнешь быть возмущаем тою же страстию, какую победил было при помощи Благодати Божией. И пророк не стал бы молиться: *Не предай, Господи, зверям душу, исповедающуюся Тебе* (Пс. 73, 19), – если б не знал, что возносящиеся сердцем опять предаются страстям, которые победили, чтоб смирились.

## Борьба с восемью главнейшими страстями

23. Изображая борьбу с восемью главными страстями, будем описывать свойства их, указывать причины, и предлагать пригодные против них врачевства.

## Борьба с чревоугодием

24. Первая, в какую следует нам вступить, борьба есть борьба с чревоугодием, или со страстию пресыщения.

25. Касательно образа воздержания в пище, или постничества, не может быть постановлено одинаковое для всех правило, потому что не у всех тел одинакова крепость, добродетель же сия соблюдается не одною силою души, но должна соразмеряться и с силою тела. Не для всех возможно соблюдать пост по неделям; некоторые не могут быть без принятия пищи более трех или двух дней, а иным трудно пробыть без пищи до заката солнца. Не для всех также питательны овощи, или зелия, или сухой хлеб. Еще – иному для насыщения нужно два фунта, а другой чувствует тягость, если съест фунт или полфунта. Но все воздержники должны иметь одну цель, чтобы, принимая пищу по мере способности, не вдаваться в пресыщение. Ибо не только качество пищи, но и количество расслабляет душу, возжигая в ней вредоносный, греховный огонь.

26. Какими бы яствами ни было насыщаемо чрево, от этого зарождаются семена похоти плотской, и ум, подавленный бременем яств, не бывает уже силен добре править кормилом рассуждения. Не одно чрезмерное употребление вина опьяняет ум, но и излишество всяких яств обыкновенно делает его шатким и колеблющимся и лишает чистых и непорочных помышлений. Для содомлян причиною их развращения и погибели было не одно пьянство, но и пресыщение чрева. Слушай, как Господь чрез пророка укоряет Иерусалим: Отчего согрешила сестра твоя Содома, если не оттого, что ела хлеб свой до сыта и пресыщения? (ср.: Иез. 16, 49). Поелику чрез такое насыщение хлебом они разжжены были неугасимым жаром похоти плотской, то по суду Божию были с неба пожжены серным огнем. Если таким образом их одна чрезмерность в употреблении хлеба по страсти пресыщения низвергла в стремнинную пропасть развращения, то что сказать о тех, которые, при цветущем здоровье тела, позволяют себе есть мяса и пить вино в непомерном количестве, употребляя их не сколько требует немощь, а сколько внушает самоугодливое похотение.

27. Святые отцы мерою воздержания в пище положили то, чтоб пищу, которую принимать заставляет нас необходимость поддерживать жизнь тела, переставали мы вкушать, когда еще хочется есть. Судя по сему и немощный телом может являть добродетель воздержания в совершенстве наравне с крепкими и здоровыми, если силою воли будет обуздывать пожелания яств, когда сего не требует бренность плоти. Ибо и Апостол говорит: *Попечения о плоти не превращайте в похоти* (Рим. 13, 14). Он не совсем запретил иметь попечение о теле, а не велел только, чтоб это делалось по похоти, – похотливую заботу о плоти отъял,

а разумного, необходимого для жизни содержания ее не исключил; запретил первое, чтоб чрез поблажку плоти не низпали мы до пагубных дел похотливых, а дозволил второе, чтоб тело, будучи расстроено неразумною строгостию, не оказалось бессильным к исполнению духовных наших занятий и трудов.

28. Итак, мера воздержания должна быть определяема судом совести каждого. Всякий должен назначить себе – настолько воздерживаться, сколько требует сего брань плотского восстания. Посты, уставом определенные, всеконечно должно соблюдать; но если после них не будет соблюдаема воздержность в употреблении пищи, то соблюдение их не доведет до совершенной чистоты. Голодание в продолжительные посты будет иметь плодом только временное в ту пору изнеможение и истомление тела, а не и чистоту целомудрия, если вслед за тем пойдет насыщение тела вдоволь, так как чистота души неразрывно связана с голоданием чрева. Не имеют постоянной чистоты целомудрия, кто не довольствуется тем, чтобы держать постоянную ровность воздержания.

Строгие посты, если за ними последует излишнее послабление себе в пище, бывают ни во что, и плод их скоро вытесняется страстию чревоугодия. Почему лучше разумное с умеренностию подкрепление себя пищею каждый день, нежели по временам долгий и крайне строгий пост. Неумеренное неядение умеет не только колебать постоянство и твердость души, но и совершение молитв делать безжизненным по причине изнеможения тела.

29. Для сохранения чистоты души и тела не достаточно одного воздержания в пище, если к сему не будут присоединены и прочие добродетели душевные. Так, перво-наперво надо научиться смирению чрез добродетель послушания, сокрушение сердца и утомление тела. Денег не только имения должно избегать, но и самое желание их с корнем исторгать. Ибо не довольно не иметь их, – что большею частию бывает и по необходимости, – но не должно допускать самого желания иметь их, если б случайно они были предложены. Надобно ярость гнева подавлять, отяжеление печали преодолевать, суетную славу презирать, высокомерие гордости попирать, а также и ума непостоянные и щатательные туда и сюда отбегания обуздывать непрестанным памятованием о Боге. Всякий раз надобно нам возвращать сердце наше от парительного блуждания к созерцанию Бога, как только лукавый враг, покушаясь отвлечь ум наш от сего созерцания, вкрадется в тайники сердца.

30. Тот никогда не может подавить возбуждений похоти, когда она загорится, кто не силен бывает обуздать позывов чревоугодия. Чистота внутреннего человека распознается по совершенству сей добродетели. Ибо никак не поверишь, чтобы мог поспорить в борьбе с сильнейшими соперниками тот, кого видишь преодолеваемым слабейшими в легкой схватке.

31. Итак, первою нам надо попрать похоть чревоугодия и ум свой утончить не только постами, но и бдениями, а также чтением и непрестанным сокрушением сердца при воспоминании обо всем, чем прельщены или побеждены были, то стеня при чувстве ужаса от множества грехов, то горя желанием совершенства и чистоты. И до того надо его довесть, чтобы он, будучи занят и как бы поглощен такими подвижническими трудами и помышлениями, самое подкрепление себя пищею почитал не столько дозволенным предметом удовольствия, сколько бременем, наложенным в виде наказания, и приступал к нему более как к неизбежно необходимому для тела, нежели сколько как к желательному для души. Если будем себя постоянно держать в таком духовном попечении и сокрушении, то скоро укротим похотливость плоти, доходящую до крайнего неистовства при подогревании ее яствами, и притупим пагубные жала ее. Так можем мы, при обилии слез и непрерывности плача сердечного, угашать пещь тела нашего, царем вавилонским, то есть диаволом, в нас возжигаемую чрез подстроение нам случаев ко грехам и возбуждению страстей, коими тогда мы, подобно прибавке нефти и смолы в печь, сильнее разгораемся (на непотребное); пока благодатию Божиею, чрез веяние ее духа росного в сердцах наших, совсем не будут потушены в

нас пламы похоти плотской. И вот наше первое состязание – желанием совершенства погашать похоть пространнопитания и чревоугодия!

Чего ради не только излишних яств желание надо подавлять созерцанием добродетелей, но и необходимую для естества нашего пищу, как неблагоприятную целомудрию, принимать не без заботливой осторожности сердечной. И течение нашей жизни должно установить таким образом, чтобы ни в какое время не отвлекаться от духовных занятий, разве только когда слабость тела побудит снизойти к необходимому о нем попечению. Но и когда, более удовлетворяя потребности жизни, нежели рабствуя вожделению души, подчиняемся этой необходимости, должны как можно скорее спешить оставлять то, как дело, отвлекающее нас от спасительных занятий. И во время самого принятия пищи не надо отставать от сих занятий. Ибо мы никак не можем отклониться от услаждения предлежащими яствами, если душа, приковав внимание к Божественному созерцанию, не будет услаждаться в то же время паче любовию к добродетелям и красотою вещей необходимых. Да и вообще все настоящее начинает быть презираемо, как тленное, когда кто держит взор ума неотлучно прикованным к благам нетленным и вечным, еще во время пребывания в теле вкушая уже сердцем блаженство жизни будущей.

32. Победив таким настроением похоть чревоугодия и пространнопитания, как не рабы уже плоти, мы будем признаны достойными вступить и в высшие противоборства – сразиться с нечистыми силами, которые обыкновенно вступают лично в борьбу только уже с победителями. Таким образом, подавление плотских вожделений оказывается неким солиднейшим основанием всех браней. Не победив своей плоти, никто не может законно сражаться; а кто незаконно сражается, не венчается.

33. Хочешь ли слышать истинного борца Христова, сражающегося по законному правилу ратоборства? Внимай. *Я,* – говорит он, – *бегу не так, как на неверное, бьюсь не так, чтобы только бить воздух; но усмиряю и порабощаю тело мое, дабы, проповедуя другим, самому не остаться недостойным* (1 Кор. 9, 26–27). Видишь, как он в себе самом, то есть в плоти своей, как на твердейшем некоем основании, установил главное дело ратоборства и весь успех борьбы совместил в одном изможденіи плоти и покорении тела своего? *Я,* говорит, *бегу не так, как на неверное.* Не течет на неверное тот, кто, созерцая небесный Иерусалим, имеет в нем неподвижную мету, к коей ему должно неуклонно направлять скорое течение сердца своего. Не течет на неверное тот, кто, забывая заднее, простирается в преднее, стремясь к предназначенной *почести вышнего звания Божия о Христе Иисусе* (Флп. 3, 13–14), куда устремляя всегда взор ума своего и куда спеша со всею готовностию сердца своего, с уверенностию взывает: *Подвигом добрым я подвизался, течение совершил, веру сохранил* (2 Тим. 4, 7). И поелику сознавал, как неутомимо, с живейшим по всей совести рвением, тек в след благовоние мастей Христовых (см.: Песн. 1, 2–3), и умерщвлением плоти успешно одержал победу в духовном ратоборстве, то с несомненным упованием наводит, говоря: *А теперь готовится мне венец правды, который даст мне Господь, праведный Судия, в день оный* (2 Тим, 4, 8). А чтобы и нам открыть подобную надежду воздаяния, если в подвиге того же течения будем подражать ему, прибавил:

*И не только, но и всем возлюбившим явление Его,* провозглашая, что в день суда и мы соделаемся причастными его венцу, если, любя пришествие Христово, – не только в коем Он явится и для нехотящих, но особенно то, в коем Он всегда сшествует святым душам, – одержим победу в ратоборстве чрез умерщвление плоти. О сем последнем пришествии Господь говорит в Евангелии: *Мы* (Аз и Отец Мой) *придем к нему и обитель у него сотворим* (Ин. 14, 23). И еще: *Се стою у двери и стучу: если кто услышит голос Мой и отворит дверь, войду к нему и буду вечерять с ним, и он со Мною* (Откр. 3, 20).

34. Впрочем, Апостол не один только подвиг течения, совершенный им, описывает, говоря: *Бегу не так, как на неверное* [что в особенности относится к устремлению ума и

горячности духа его, коими он со всем жаром последовал Христу, с Невестою воспевая: *Влеки меня, мы побежим за тобою* (Песн. 1, 3); и еще: *К тебе душа моя прилепилась* (Пс. 62, 9)]; но свидетельствует, что он и в другом еще роде ратоборства одержал победу, когда говорит: *Бьюсь не так, чтобы только бить*, но умерщвляю тело мое и порабощаю, что, собственно, относится к преболезненным трудам воздержания, к телесному пощению и изможденію плоти. Тут он представляет себя бодренным неким борцом со своею плотию, обозначая, что не напрасно давал ей удары воздержания, но что чрез умерщвление своего тела успел стяжать торжество победы – когда, укротив его бичами воздержания и измождив ударами пощения, доставил духу-победителю венец бессмертия и пальму нетления. Видишь законный порядок ратоборства, усматриваешь исход духовных состязаний – как борец Христов, одержав победу над бунтовщицею – плотию, и повергши ее некако под ноги свои, как великий триумфатор, везется на победной колеснице?! Не на неверное течет он, так как уверен, что скоро внидет во святый град, небесный Иерусалим. Тако подвизается в постах, то есть в умерщвлении плоти, не яко воздух бияй, то есть не яко напрасно дающий удары воздержания, потому что он ими не пустой воздух, но духов злобы, вращающихся в нем, поражал чрез умерщвление своего тела. Ибо кто говорит: *так, чтобы только бить воздух*, тот дает разуметь, что не пустой и не порожний воздух поражает, но вместе и неких сущих в нем. Поелику он, преодолев эти роды браней (то есть с телом), снова выступал, теперь украшенный многими победными венцами, то естественно стал подвергаться нападениям сильнейших врагов, и, восторжествовав над первыми из них завистниками, в благонадежии начал возглашать: *Наша брань не против крови и плоти, но против начальств, против властей, мироправителей тмы века сего, против духов злобы поднебесных* (Еф. 6, 12).

35. Для борца Христова, пока он в теле, никогда не оскудевают случаи к получению пальм за ратоборство; но чем более возвышается он успехами своих побед, тем более сильный ряд ратоборств предлежит ему. Ибо после того, как победит он и покорит себе плоть свою, какие толпы супостатов, какие полчища врагов восстают против сего победоносного воина Христова, быв раздражены его победами! Это, чтоб воин Христов, нежась покоем мира, не стал забывать о славных боях своего ратоборства и, опустившись от бездействия, в чувстве безопасности от врагов, не потерял охоты и мужества оказывать победные доблести, достойные высших наград. Итак, если не умаляясь, а возрастая в силе и мужестве, желаем достигнуть высших победных триумфов, то и нам следует в том же порядке проходить бранные подвиги, – и сначала совершить то, в силу чего можем с Апостолом говорить: *бьюсь не так, чтобы только бить; усмиряю и порабощаю тело мое,* – а потом, когда возьмем верх в этом бое, вступить и в такой, по успехе в коем могли бы мы опять с Апостолом говорить: *наша брань не против крови и плоти, но против начальств, против властей, противмироправителей тьмы века сего, против духов злобы поднебесных.* Ибо с этими мы никаким образом иначе вступить в ратоборство не можем, как после победы над плотию, и никогда не удостоимся мы испытать борьбу с духами, если все будем низлагаемы в борьбе с плотию и поражаемы в состязании с чревом. И по справедливости будет нам сказано от Апостола с укором: *Вас постигло не иное, как искушение человеческое* (1 Кор. 10, 13).

36. Монах, желающий достигнуть подвига внутренних браней, пусть наперед такую назначит себе и держит предосторожность, чтоб прежде уставом определенного и для всех общего часа подкрепления себя пищею, и притом вне трапезы, отнюдь не позволять себе принять что-нибудь из пищи или пития, какая бы приятность и сладость их ни манила к тому. Но и по окончании трапезы да не попускает он себе дерзнуть на нечто подобное, хотя бы то в малейшей малости. Равно должно ему строго соблюдать время и меру сна, как уставом положено. И этого рода похотения с таким же рвением надобно отсекать, с каким должны мы отсекать движения блудной страсти. Ибо кто не мог подавить излишние пожелания чрева,

тот как сможет погасить разжжение плотского вожделения? И кто не мог укротить страсти явные и малые, тот как возможет победить тайные, проторгающиеся без всяких свидетелей?

37. Не внешнего врага надобно нам бояться: враг наш заключен в нас самих. Почему и ведется в нас непрестанно внутренняя война. Одержи мы в ней победу – и все внешние брани сделаются ничтожными, и все станет у воина Христова мирно и все ему покорно. Нечего будет нам бояться врага совне, когда то, что есть внутри нас, быв побеждено, покорится духу. Не должны мы верить, что нам для совершенства сердца и чистоты тела может быть достаточен один тот пост, который состоит в воздержании от видимых яств. Нет, к сему должно присовокупить еще и пост души. Ибо и она имеет свои вредные яства, от коих, отучнев, впадает в обрывы сладострастия и без обилия телесного питания. Осуждение ее есть пища, и притом преприятная. Гнев также ее есть пища, хотя не так легкая, а подчас вредная и даже смертоносная. Зависть есть пища души, ядовито повреждающая ее соки и непрестанно мучащая ее несчастную счастливыми успехами других. Тщеславие ее есть пища, которая на время услаждает ее приятным вкушением, а после делает пустою, обнаженною и лишенною всякой добродетели и оставляет бесплодною и неспособною приносить плоды духовные – и, следовательно, не только лишает воздаяния за безмерные труды, но и привлекает большие наказания. Всякое похотствование и блуждание сердца непостоянного есть некое пасение души на своего рода пастбище, питающее ее вредными яствами, небесного же хлеба и твердой пищи делающее непричастною. Почему, в святом пощении нашем удерживаясь от всего этого, сколько сил есть, мы соделаем целесообразным и благоплодным соблюдение телесного поста. Ибо утруждение плоти, быв соединено с сокрушением духа, представит приятнейшую Богу жертву и устроит достойное Его святости обиталище в чистых и благоукрашенных сокровенностях сердца. Но если, постясь телесно, мы будем опутываться пагубнейшими страстями душевными, то никакой не принесет нам пользы измождение плоти, когда при этом оскверненными остаемся в драгоценнейшей нашей части, когда то есть мы бываем неисправны тою частию нашего естества, которая, собственно, соделывается жилищем Святого Духа. Ибо не плоть тленная, а сердце чистое соделывается обиталищем Богу и храмом Духа Святого. Итак надлежит нам, когда постится внешний наш человек, и внутреннего удерживать от вредных вкушений. Его особенно представлять чистым Богу, чтоб сподобиться принять в себя посетителем Христа, увещевает святой Апостол, когда говорит: *Во внутреннем человеке верою вселиться Христу в сердца ваши* (Еф. 3, 16–17).

38. Пищу надо избирать такую, которая бы умеряла, а отнюдь не возбуждала жар похоти плотской и притом была удобоприобретаема и сообразна с общим обычаем и употреблением братий. Чревоугодие проявляется в трех видах: один побуждает упреждать уставом определенный час принятия пищи; другой любит насыщать и переполнять чрево пищею, какого бы рода она ни была; третий удовлетворяется лишь приятнейшими и изысканнейшими яствами. Почему против него монах должен соблюдать троякое правило: во-первых, ожидать уставного времени разрешения на пищу; потом, не поблажать пресыщению; в третьих, довольствоваться простою какою-нибудь и дешевою пищею. А что в сем отношении допускается не сообразного с общим обычаем и употреблением, того древнейшее предание отцов не одобряет как оскверненного суетностию, тщеславием и хвастливостию. И мы никого не видели из тех, кои отличались даром ведения и рассуждения, и никого не знали из тех, коих благодать Божия выставила вперед, как блистательнейшие светила, для подражания, которые бы воздерживались от вкушения хлеба, почитаемого простым и не ценным. И, наоборот, никогда не видали мы, чтоб кто-нибудь из тех, которые употребляли только зелень, овощи и древесные плоды, имелся в числе опытнейших мужей или сподоблялся благодати рассуждения и ведения.

39. Дела любви должно предпочитать посту. Этому научились мы у египетских отцов. Ибо когда мы, желая узнать правила сих старцев, пришли из Сирии в Египет, то нас прини-

мали там с изумительно живым радушием сердечным и, куда бы мы ни проходили, нигде для успокоения нас не стеснялись соблюдением определенного уставом часа для принятия пищи, как мы обвыкли видеть в монастырях Палестинских, но везде разрешали на пищу прежде того, кроме только среды и пятка. Один из старцев, когда мы спросили его, почему у них так свободно мимоходится правило каждодневного поста, ответил нам: «Пост всегда со мною, вас же я не могу удержать с собою навсегда. Притом хотя пост многополезен и всегда нужен, но он составляет жертву произвольную; исполнение же дела любви есть неотложимое требование заповеди. Итак, принимая в вас Христа, я должен напитать Его. Когда же провожу вас, тогда сделанное ради Него снисхождение могу вознаградить строжайшим постом. *Можете ли застаить сынов чертога брачного поститься, кода с ними жених? Но придут дни, когда отнимется у них жених, и тогда будут поститься в те дни* (Лк. 5, 34–35).

40. Крайности, как говорят святые Отцы, с той и другой стороны равно вредны – и излишество поста, и пресыщение чрева. Знаем мы некоторых, которые, не быв побеждены чревоугодием, низложены были безмерным постом и впали в ту же страсть чревоугодия по причине слабости, происшедшей от чрезмерного поста.

41. Нам надобно заботиться как о том, чтобы по желанию плотского удовольствия не принимать пищи прежде назначенного времени или сверх меры, так и о том, чтоб употреблять ее в назначенный час, хотя бы и не хотелось, потому что и чрезмерное желание плотского удовольствия, и отвращение от пищи возбуждаются врагом нашим. Притом неумеренное воздержание вреднее пресыщения, потому что от последнего, в силу раскаяния, можно перейти к правильному действованию, а от первого нельзя.

42. О том, как пройти между обеими крайностями, соблюдая разумную мерность, прежние отцы наши часто рассуждали, и всем родам пищи предпочли хлеб, и мерою употребления его два небольшие хлебца весом около фунта.

43. Общее правило умеренности воздержания состоит в том, чтобы каждый сообразно с силами, состоянием тела и возрастом столько пищи вкушал, сколько нужно для поддержания здоровья тела, а не сколько требует желание насыщения. Кто не соблюдает одинаковой меры, но, то постится чрезмерно, то пресыщается, тот вредит как молитве, так и целомудрию: молитве – потому что от неядения не может быть бодрым в молитве, клонясь от бессилия ко сну; а целомудрию – потому что тот огнь плотской похоти, который возжигается от чрезмерного употребления пищи, продолжает действовать и во время строгого поста.

44. Мерное употребление пищи, по мнению отцов, состоит в ежедневном употреблении столько пищи, чтобы после вкушения ее еще чувствовался голод. Такая мера сохранит душу и тело в одинаковом состоянии и не попустит человека вдаваться ни в чрезмерный пост, расслабляющий тело, ни в пресыщение, подавляющее дух.

45. Предлагаем еще одно спасительное наставление блаженного Макария, чтоб книгу нашу о постах и воздержании назидательно заключить мнением такого мужа. Он говорит, что монах так разумно должен вести дело пощения, как бы имел пребыть в теле сто лет, и так обуздывать душевные движения – забывать обиды, отревать печаль, ни во что ставить скорби и потери, – как могущий умереть каждый день. Этим советуется в отношении к первому, то есть посту, душеполезное благоразумие, которое бы заставляло монаха шествовать всегда путем ровной строгости в воздержании, не позволяя ему, в случае даже изнеможения тела, переходить от строгости к излишеству, а в отношении ко второму, то есть обузданию движений душевных, спасительное великодушие, которое было бы сильно не только презирать то, что кажется благополучным в мире сем, но и пребывать несокрушимым несчастиями и скорбями и пренебрегать ими, как ничтожными, туда имея постоянно устремленным взор ума своего, куда каждый день и каждую минуту чает быть позванным.

## Борьба с духом блуда

46. Вторая у нас, по преданию отцев, борьба есть с духом блуда, – борьба паче других долгая, всегдашняя и весьма немногими начисто препобежденная, брань лютая, которая начинает бороть с первого возраста зрелости – и не престает прежде препобеждения прочих страстей. Поелику восстание здесь бывает двоякое, двояким вооруженное оружием к борьбе, то и противостоять ему надобно тоже с двояким оружием в руках. Недостаточно одного телесного поста к стяжанию совершенной чистоты целомудрия; его превосходить должны покаянное сокрушение духа и неотступная молитва против этого нечистейшего духа, потом непрестанное поучение в Писаниях в соединении с умным деланием, также труд телесный и рукоделие, удерживающее сердце от блуждания и возвращающее его в себя, паче же всего глубокое истинное смирение, без которого ни над какою страстию никогда не может быть приобретена победа.

47. Препобеждение этой страсти условливается совершенным очищением сердца, из которого, по слову Господа, источается яд этой болести. *Ибо из сердца,* говорит Он, *исходят злые помыслы… прелюбодеяния, любодеяния* и проч. (Мф. 15, 19). Итак, прежде надо очистить то, откуда исходит источник жизни и смерти, как говорит Соломон: *больше всего хранимого храни сердце твое, потому что из него источники жизни* (Притч. 4, 23), ибо плоть покорствует его произволению и власти. Закону постнического скуднопитания всеконечно должно следовать со всем усердием, чтоб обилием яств насыщенная плоть, воспротивясь велениям души, в буйстве не низвергла долу правителя своего – духа. Но, если мы всю суть своего дела совместим в одном изможденіи тела, не постничествуя в то же время душою от прочих страстей и не занимая ее ни поучением в Божественном, ни другими духовными деланиями, то никак не возможем востечь на самый верх истинной чистоты, потому что в таком случае то, что в нас есть господственное, будет осквернять наше тело, хотя бы оно было чисто. Итак, нам должно, по указанию Господа, прежде очистить *внутренность чаша и блюда, чтобы чиста была и внешность их* (Мф. 23, 26).

48. Прочие страсти обыкновенно очищаются, кроме прочего, и обращением с людьми и каждодневными с ними занятиями и делами и некако врачуются самою неприятностию и досадою по причине падения в них. Так, например, порывы гнева, оскорбления, нетерпеливости кроме сердечного поучения и бодренного внимания врачуются и посещением братий и частым вызыванием сих страстей. Так как они, будучи при сем раздражаемы, чаще обнаруживаются, то чаще и обличаются, и скорее потому уврачевываются. Но эта болесть, при изможденіи тела и сокрушении сердца, имеет нужду также в уединении и удалении от людей, чтоб, имея таким образом отклоненными поводы к пагубному лихорадочному разжжению ее, прийти скорее в состояние совершенного оздравления. Как для больных какою-либо болезнию полезно бывает, чтоб вредные для них яства и на глаза им не были приносимы, дабы при взгляде на них не родилось у них смертоносное желание, так и к прогнанию этой особенно болести (похотливости) много очень способствуют безмолвие и уединение, чтобы больная душа, не будучи вызываема вне разными лицами и вещами, свободнее восходила к чистейшему умному созерцанию и чрез то удобнее могла с корнем исторгать заразительное возбуждение похотения.

49. Иное дело быть воздержным, и иное – чистым, пришедшим в невозмутимое состояние целомудренной непорочности и девственной невинности. Такая добродетель приписывается одним девственникам и девственницам душою и телом, какими признаются, например, в Новом Завете оба Иоанна (Предтеча и Евангелист), а в Ветхом – Илия, Иеремия, Даниил. На их степени стоящими не несправедливо почесть и тех, кои, по падении, долгими подвижническими трудами и ревностным взысканием потерянного достигли до подобного

им состояния чистоты и непорочности душевной и телесной, и жало плоти чувствуют не столько по нападению срамной похотливости, сколько по движению лишь естества. И вот такого-то состояния, говорим мы, крайне трудно достигнуть среди многолюдства – даже и не невозможно ли? – что, впрочем, всякий пусть не чает узнать из нашего рассуждения, а сам пусть доищется до сего чрез испытание своей совести. Мы не сомневаемся, что есть очень много воздержных, которые нападение плоти, редко ли или каждодневно ими испытываемое, прогоняют и подавляют, то страхом геенны, то желанием Царства Небеснаго. Относительно их старцы полагают, что, хотя они могут не быть совсем расстроены и побеждены страстными раздражениями, нельзя, однако ж, им быть безопасными от нападений и совсем неуязвимыми. Ибо тому, кто находится в положении борющегося, хотя он и часто побеждает и одолевает противника, неизбежно иногда и самому испытывать тревогу и уязвление.

50. Если по сердцу нам с Апостолом законно подвизаться подвигом духовным (см.: 2 Тим. 2, 5), то не на свои силы (потому что человеческие усилия не сильны это совершить), но на помощь Господа надеясь, положим со всем рвением побеждать этого нечистейшего духа. Ибо до тех пор эта страсть не перестанет оспаривать у души победу, пока она (душа) не сознает, что успешно вести такую борьбу выше ее сил и что она своими трудами и своим усилием никак не может одержать победу, если не будет подкреплена помощию и заступлением Господа.

51. И действительно, если всякий успех в добродетели есть дело благодати Господа и преодоление всякой страсти есть Его победа, то преимущественно это дело (то есть стяжание чистоты и преодоление похотной страсти) есть особенная благодать и дар, как подтверждается мнениями святых отцов и опытами очищения от сей страсти, по свидетельству тех, кои сподобились стяжать его. Ибо не чувствовать жала плоти есть некоторым образом то же, что, пребывая в теле, выйти из плоти, облекаясь плотию, быть вне естества. И потому невозможно человеку на своих, так скажу, крыльях возлететь на такую небесную высоту совершенства, если благодать Господня даром чистоты не извлечет его из тины земной. Ибо люди плотяные никакою добродетелию так близко не уподобляются небесным Ангелам в подражании их жизни, как стяжанием благодати чистоты, чрез которую они, еще продолжая жить на земле, имеют, по Апостолу, *жительство на небесах* (Флп. 3, 20), и здесь, в бренной плоти, обладают уже тем, что обещается святым в будущей жизни, по отложении тленной плоти.

52. Слушай, что говорит Апостол: *Все подвижники воздерживаются от всего* (1 Кор. 9, 25). Он выставляет подвизающегося на ристалищах в образец нам в духовном нашем подвижничестве. Тот, для успеха в состязаниях, не только от всякой запрещенной пищи, пьянства и нетрезвости воздерживается, но и от бездействия, праздности и лености, стараясь постоянным упражнением и вниканием в дело и силы свои развить, и уменье приобрести; он оставляет всякую заботу и печаль о делах житейских и супружеских, одною томя себя заботою: как бы возыметь успех и получить победный венец; особенно же он заботится хранить себя чистым от осквернения плотского, чтоб даже и во сне как-нибудь не обольститься срамными грезами и чрез то не умалить силы, приобретенной долгим временем и немалою заботою. Тут видишь ты все, что надлежит делать и духовному подвижнику; видишь и то, что для успеха в духовном твоем делании и тебе предлежит преимущественно хранить чистоту и целомудрие. Ибо если там, в мирских внешних состязаниях о венцах тленных, так необходима чистота, то сколь безмерно необходимее она в нашем духовном внутреннем стремлении к венцам небесным? У нас требуется не внешняя только чистота от плотского греха или невольного осквернения, но наипаче и внутренняя чистота мысли и чувства. Нам надлежит всяким хранением чистыми блюсти самые сокровенности сердца. Что те (ристалищные состязатели) желают иметь только телесно, тем мы должны обладать в глубинах совести, в коей подвигоположник наш Господь зрит до малейших черт все движения нашего

произволения. Надлежит убо нам тому, что боимся сделать открыто, не допускать возникнуть внутри неосторожным помышлением и, что стыдимся обнаружить пред людьми, тем не оскверняться и тайным в сердце согласием. Ибо хотя это и может укрыться от людей, но не может утаиться от Ангелов и Самого всемогущего Бога, от Которого не сокрыты никакие тайны.

53. Признаком и мерою совершенства стяжанной чистоты можно поставить то, если у нас, когда отдыхаем или разнеживаемся в глубоком сне, не возникает никакого обольстительного образа или если возникает какой, то не силен бывает возбудить никаких движений похотных. Ибо такое движение, хотя не вменяется в полную вину в грехе, однако ж служит верным признаком, что душа еще не достигла совершенства, и показывает, что страсть еще не дочиста исторгнута, когда мечтательные образы успевают производить такого рода наругание.

54. Качество помыслов, которое среди развлечений дня не совсем тщательно охраняется, обнаруживается во время ночного покоя; и потому, когда случилось сказанное наругание, то в этом не сон должно почитать виновным, а нехранение внимания в предшествующее время и видеть в сем обнаружение скрывающейся внутри болести, которую ночной час не породил впервые (как не бывшую прежде), а только, скрытую во внутренних фибрах души, вывел на поверхность кожи во время подкрепления тела сном, обнаруживая внутренний лихорадочный жар страсти, который сами мы возожгли, питаясь в продолжение всего дня недобрыми помыслами. Так и телесные болезни не в то время порождаются, в какое видимо обнаруживаются, но наживаются в предшествующее тому время, когда кто без осторожности питаясь всякою вредною для здоровья пищею, собирает в себя болезнеродные соки.

# 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.