

С. Ф. ШТАДГАУЗ

СТРАСТИ

**И ПУТИ ИХ ИСКОРЕНЕНИЯ
СОГЛАСНО ЦЕРКОВНОЙ
АСКЕТИЧЕСКОЙ ТРАДИЦИИ**



СФИ

ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ СВЯТО-ФИЛАРЕТОВСКИЙ
ПРАВОСЛАВНО-ХРИСТИАНСКИЙ ИНСТИТУТ

УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ «АСКЕТИКА»
ДЛЯ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ
УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ



Светлана Штадгауз

**Страсти и пути их искоренения
согласно церковной
аскетической традиции. Учебное
пособие по дисциплине
«Аскетика» для студентов
высших учебных заведений**

«Свято-Филаретовский православно-
христианский институт»

2016

УДК 248.13
ББК 86.37

Штадгауз С. Ф.

Страсти и пути их искоренения согласно церковной аскетической традиции. Учебное пособие по дисциплине «Аскетика» для студентов высших учебных заведений / С. Ф. Штадгауз — «Свято-Филаретовский православно-христианский институт», 2016

ISBN 978-5-89100-171-8

Учебное пособие подготовлено на основе курса лекций по аскетике, читаемых в Свято-Филаретовском православно-христианском институте с 1997 г., и посвящено одной из центральных тем православной аскетической традиции – борьбе со страстями. Помимо раскрытия базовых аскетических понятий (что такое страсть, как происходит ее развитие в сердце человека и т. п.), приводятся практические советы в русле церковной традиции: что современному христианину необходимо делать, чтобы искоренять страсти, как над этим можно трудиться и лично, и церковно. В приложении приведены цитаты из творений святых отцов для более глубокого понимания и усвоения данной темы.

УДК 248.13
ББК 86.37

ISBN 978-5-89100-171-8

© Штадгауз С. Ф., 2016
© Свято-Филаретовский
православно-христианский
институт, 2016

Содержание

Глава 1	5
1. Что такое страсть?	5
1.1. Природа и характер страстей	5
1.2. Чем отличается грех от страсти?	6
2. Анализ главных этапов развития страсти в сердце человека	7
2.1. Приражение (или прилог)	7
2.2. Сдружение (или сочетание)	7
2.3. Сосложение (или соизволение)	8
2.4. Борьба	8
2.5. Навык	8
2.6. Пленение	8
2.7. Страсть	8
3. Как можно избежать развития страсти через помыслы?	9
4. Противостояние страстям	10
Глава 2	11
1. Восточно-аскетическая схема восьми главных страстей (по abbe Евагрию Понтийскому)	11
1.1. Чревоугодие	13
1.2. Блудная страсть	15
Конец ознакомительного фрагмента.	16

Светлана Штадгауз

Страсти и пути их искоренения согласно церковной аскетической традиции: Учебное пособие по дисциплине «Аскетика» для студентов высших учебных заведений

Глава 1

Страсти и пути их искоренения

1. Что такое страсть?

Страсть (πάθος) в переводе с греческого означает страдание (например, Страсти Христовы = Страдания Христовы).

Различают страсти естественные и порочные. Естественные связаны с ограниченностью и немощью человеческой природы (сюда в традиции относят болезни, сон, переутомление и т. п.). Порочные (или греховные) страсти – это зависть, гнев, тщеславие, уныние и др. Именно последним аскетическая традиция церкви всегда уделяла особое внимание и неслучайно. Страсти могут иметь привлекательную «оболочку», но по своему действию они всегда разрушают человека, причиняют ему боль и страдание, терзают его, лишают свободы, угашают дух, препятствуют общению с Богом и ближним, мешают выйти на путь служения Богу и Церкви. Преподобный Исаак Сирийский сравнивает страсти с непрозрачной средой, препятствующей лучам духовного света «воздействовать на внутреннее сердечное око»¹, т. е. просвещать ум и сердце человека.

1.1. Природа и характер страстей

Страсти, по слову свт. Василия Великого, – «болезни души»², они не имеют в человеке онтологического основания или корня, а что-то «случайное»³, привнесенное вследствие грехопадения, что приводит человека в состояние «болезни», глубокой поврежденности его природы, серьезного отклонения от нормы.

Изначально страсти – это дары Божьи, т. е. силы, энергии и способности человека, которые были даны ему на жизнь и служение, но потом, вследствие грехопадения, исказились или оказались неправильно, ложно направлены, замкнуты им на себя. Тем самым каждая страсть имеет некое «праведное ядро», праведное основание, на котором она «паразитирует». Перед человеком встает духовная задача: очистить «праведное ядро» и служить этим

¹ Исаак Сирийский, при. Слово 69. Цит. по: Зарин С. М. Аскетизм по православно-христианскому учению. Т. I. Кн. 2: Опыт систематического раскрытия вопроса. Репр. воспр. изд. 1907 г. М.: Паломник, 1996. С. 215.

² Василий Великий, свт. Правила, кратко изложенные в вопросах и ответах. 301. Цит. по: Зарин С. М. Указ. соч. С. 215.

³ «Если добродетель естественным образом есть здравие души, то недугом души будут уже страсти, нечто случайное, прившедшее в естество души» (Исаак Сирийский, при. Слово подвижническое. 4).

даром Богу, принося Ему достойные плоды (в традиции называемые добродетелями). Искоренить страсть всегда означало преобразить ее, точнее преобразить поврежденное состояние духа (а также души и тела) человека через «перенацеливание» вектора его сил от греховных устремлений (например, к чувственным удовольствиям и наслаждениям) к радости общения с Богом.

Конечно, преображение осуществляется действием Святого Духа, но здесь принципиально синергичное участие самого человека, его соработничество, сотворчество Богу.

1.2. Чем отличается грех от страсти?

Страсти проявляются на уровне помыслов и движений сердца. Они неслучайно называются греховными, так как именно из страстного внутреннего состояния может родиться действие, поступок, т. е. грех. Вот почему так важны внимательность и трезвенность, внутренняя собранность, способность различать духи, иначе говоря, понимание, какого духа тот или иной помысел и движение сердца.

2. Анализ главных этапов развития страсти в сердце человека

«Худое делание разума» – невнимательность, легкомысленность, небрежность, неспособность различать духи приводит к тому, что через помыслы (в традиции называемые злыми, лукавыми, дурными, чуждыми, нечистыми, страстными и т. п.) может развиваться и укрепиться страсть. Преподобный Ефрем Сирин дает такое определение страсти: *«образовавшийся навык к помыслу, внушаемому врагом, и как бы постоянное о нем помышление и мечтание»*⁴. Встает задача: «владеть своим умом в помыслах» (авва Евагрий), т. е. различать помыслы (отличать добрые от лукавых), противиться лукавым помыслам и отсекают их.

Начиная с IV в.⁵, в монашеской традиции появляется детальное различение главных этапов развития страсти в сердце человека через принятие помыслов⁶:

- Приражение (или прилог)
- Сдружение (или сочетание)
- Сосложение (или соизволение)
- Борьба
- Навык
- Пленение⁷
- Страсть

2.1. Приражение (или прилог)

В сферу сознания человека помимо его воли может войти помысел (какое-то слово, образ, мысленное представление о предмете и т. п.), соответствующий его порочным наклонностям. Этот момент невозможно контролировать волей, но от человека зависит, как он поступит дальше. Прилог происходит как бы раньше движения воли, его называют «бесстрастным» или «невинным», он не считается чем-то греховным.

2.2. Сдружение (или сочетание)

Но вслед за этим начинается блуждание мысли, и если при появлении помысла человек относится к нему беспечно: медлит, задерживает на нем внимание, проявляет «сочувствие», тем самым свидетельствуя, что этот помысел нашел в его сердце родственную почву, постепенно его внимание полностью приковывается к помыслу, мечтательная картинка заполняет всю сферу сознания. При этом человек «занимается» помыслом, испытывая удовольствие греховного свойства, таким образом наступает следующая стадия – сдружение или сочетание.

Сдружение (или сочетание) – это принятие помысла и «как бы занятие им, с удовольствием соединенное собеседование с ним» (прп. Ефрем Сирин).

Необходимое действие – отвлечение внимания силой воли, активная и твердая решимость оттолкнуться от картины греха, на ней не останавливаться и к ней не возвращаться.

⁴ Ефрем Сирин, при. О добродетелях и страстях.

⁵ Зарин С. М. Указ. соч. С. 249.

⁶ Ср. Иоанн Лествичник, прп. Лествица. 15. 73.

⁷ У некоторых авторов последние две позиции могут меняться местами, т. е. сначала идет страсть, а потом пленение, в зависимости от того, что считается более интенсивным состоянием.

Даже самая краткая молитва (Господи, помилуй!) может помочь выйти из греховного состояния.

2.3. Сосложение (или соизволение)

Если же необходимого усилия не делается, то воля все более и более увлекается помыслом, склоняется к нему, появляется решимость на деле осуществить то, что он предлагает. Сердце всецело отдается помыслу и стремится привести его в исполнение, чтобы пережить еще более интенсивное наслаждение. Тем самым изъясняется (отсюда соизволение) согласие на страсть, когда возникает желание перейти от приятных мечтаний к делу. Это очень опасная стадия, ведь фактически *грех в намерении* уже совершен. Потребуется еще большее духовное, молитвенное усилие, чтобы с силой отринуть приступивший грех. Если человек не делает необходимого усилия, то постепенно страсть все больше и больше захватывает его. Соответственно воплощение страсти в действии, совершение греха – это только вопрос времени и более «благоприятных» обстоятельств.

2.4. Борьба

В некоторых случаях еще может наблюдаться борьба как осязаемое колебание воли: то склонение к греху, то слабые попытки от него уклониться. Пока, в конце концов, склонность к греху не переходит в дурной навык.

2.5. Навык

Греховная склонность проникла глубоко в природу человека, сделалась его свойством, качеством, привычной стихией, постоянной настроенностью на грех.

2.6. Пленение

Страсть является в своем полном развитии и обнаруживает себя как губительное духовное состояние, совершенно окрепшее, раскрывшее всю свою энергию.

2.7. Страсть

Воля человека охотно отдается страсти, утрачивая руководящую и контролирующую власть над отдельными влечениями. Воля и ум не господствуют над страстным влечением, оно насильственно увлекает волю, ум, сердце человека в сторону предмета страсти, заставляя всю его мыслительную и активную духовную энергию сосредоточить около него.

3. Как можно избежать развития страсти через помыслы?

Необходимо духовное различение (на языке аскезы: «рассудительность») помыслов, отсеечение чуждых помыслов на самых ранних стадиях, в нормальном случае – на уровне прилога⁸, делая для этого необходимое духовное усилие: усилие ума и воли, молитвенной памяти, иначе человек всегда будет находиться в опасном состоянии. Подобное делание в аскетической традиции называлось *трезвением*.

Только очень опытный духовно подвижник может «впускать» в себя, в свое сердце чуждые помыслы и противоречить им. Это делается с целью, чтобы окончательно победить ту или иную страсть (в зависимости от содержания помысла). При этом человек не соединяется с помыслом в общении, а противоречит ему, заключает его как бы «в скобки», держит «на расстоянии» от себя, не питает его своей жизненной энергией. Вступая в духовную брань, он всегда держится «за край ризы Господа», стремится сохранять с Ним живую молитвенную связь. В случае победы подвижник обретает полную свободу от страсти и страстных устремлений, оказывается надежным духовным руководителем, проводником на пути избавления от страсти для других людей. Но, безусловно, здесь есть серьезный духовный риск (ведь неизвестно, кто выйдет победителем), поэтому подобный путь возможен только для духовно очень опытных людей.

⁸ В случае сомнительного помысла он как бы заключается в скобки и отодвигается. Затем его испытывают молитвой, пока ее духовное воздействие не привлечет или, напротив, не разрушит его.

4. Противостояние страстям

Для того чтобы вести плодотворную борьбу с конкретной страстью, ее (как и грех, к которому она влечет) нужно возненавидеть, захотеть всем сердцем избавиться от нее.

Преподобный Авва Дорофей (Поучение ю) говорил, что по отношению к страсти человек может находиться в трех состояниях: когда он действует по страсти, сопротивляется ей, искореняет ее. Рассмотрим подробнее эти состояния.

– Действует по страсти – живет по стихиям мира сего, не пытаясь как-то противостоять злу в своем сердце и в жизни.

– Сопротивляется ей – борется со страстью, зная ее за собой, пока имея ее в себе как проблему, как «жало в плоть», но господствуя над ней. Например, хочу, но не делаю этого, не позволяю себе этого.

– Искореняет страсть – делает противоположное ей. Например, страдаю сребролюбием, скупостью – творю милостыню, учусь отдавать что-то ради Господа с легким сердцем и радостью и т. п. Важно двигаться в направлении искоренения страсти и сопротивления ей (последнее – необходимое условие, иначе человек просто погибнет в стихии страстей).

Страсть можно искоренить, действуя, созидая в направлении, противоположном страсти (не просто не гневаться, но обрести кротость; не только не тщеславиться и не гордиться, но быть смиренным и т. п.).

Категорически нельзя одну страсть побеждать другой (например, плотские страсти – гневом, гнев – гордыней и т. д.).

Когда у человека нет достаточных духовных сил противостоять страсти в данный момент, он может иногда взять небольшой «тайм-аут», дополнительное время, чтобы «накопить» необходимые силы, в аскетической традиции это называется *«обмануть злого господина»*, т. е. страсть. Например, во время поста очень хочется съесть что-нибудь непостное (почти маниакальное желание, и нет сил этому противостоять). Человек говорит себе: хорошо, я это съем, но сначала помолюсь. После молитвы говорит: а теперь почитаю Писание и т. п. И уже после чтения Писания он «вдруг» обнаруживает, что навязчивое желание прошло само собой, отступило и больше не мучает.

Если же страстный помысел продолжает нападать, то важно при любых обстоятельствах не уступать ему, призывая всем сердцем Господа. Брань разворачивается по-настоящему, когда мы оказываем серьезное сопротивление врагу. По милости Божьей, испытание никогда не длится сверх сил человека, главное – не малодушествовать и всецело положиться на Господа.

Иногда вместо того, чтобы прямо атаковать чуждые помыслы, предпочтительнее идти «малым путем»: прервать всякую связь с ними и искать убежище во Христе.

Пост, молитва, покаяние в аскетической традиции рассматривались как самый надежный путь для искоренения страстей.

Глава 2

Классификация страстей. Борьба со страстями

1. Восточно-аскетическая схема восьми главных страстей (по abbe Евагрию Понтийскому)

Человеку бывает довольно трудно сориентироваться во всем многообразии приступающих страстных помыслов, пожеланий, движений сердца. С чего начать, как к ним подступиться? Опытные старцы советовали сводить множество помыслов к нескольким основным, если возможно – даже к одному. Но важно увидеть, выделить свою главную проблему и начать работу именно с нее, т. е. «поражать змея в голову» (ср. Древний патерик, ю. 119).

С конца IV в. появляются первые попытки систематизации аскетического опыта⁹ нескольких поколений подвижников, живущих монашеской жизнью, для помощи новоначальным во вхождении в эту традицию, в соотношении своей жизни с уже имеющимся опытом, в усвоении его, чтобы иметь необходимые ориентиры на своем духовном пути.

Авва Евагрий Понтийский первым составил перечень основных страстей (обычно отравляющих жизнь всякому человеку), расположив их в определенном порядке. По существу он оформил уже сложившийся на тот момент опыт. Подобная восьмичастная схема (перечень страстей)¹⁰ имела педагогическое, пастырское значение и до сих пор в этом смысле сохраняет свою актуальность.

С учетом того, что каждой страсти можно противопоставить добродетель, можно выстроить две параллельные «лестницы»:

- чревоугодие – пост
- блуд – воздержание
- сребролюбие – милостыня
- гнев – кротость¹¹
- печаль – терпение
- уныние – терпение
- тщеславие – смирение
- гордость – смирение

В этом перечне видно некое движение от грубых, «осязательных», плотских страстей до утонченных духовных. В нормальном случае сначала человек борется, преодолевая грубые плотские страсти (чревоугодие, блуд), потом оказывается способным противостоять более тонким и трудным в искоренении духовным страстям (таким, например, как тщеславие, гордость). Понятно, что при этом сохраняется все тот же принцип: «поражать змея в голову», т. е. выделять главную страсть для конкретного человека. Например, если человек особенно склонен к унынию, то и начинать нужно с него, а не последовательно двигаться по всей схеме (тем более что всякая схема всегда условна).

В аскетической традиции можно встретить еще одну довольно простую классификацию – разделение страстей на *телесные (или плотские)* и *духовные*.

⁹ Зарин С. М. Указ. соч. С. 310.

¹⁰ См.: Евагрий Понтийский. Слово о духовном делании. 6.

¹¹ В перечне страстей аввы Евагрия вслед за страстью сребролюбия идет страсть печали, а страсть гнева располагается между страстями печали и уныния. Мы же используем редакцию этого перечня прп. Иоанна Кассиана, согласно которому за сребролюбием следует страсть гнева, а вслед за ним пара печаль и уныние.

Телесные или плотские страсти получили такое название потому, что паразитируют на телесных потребностях человека, тело при этом используется как инструмент удовлетворения страсти. Собственно, любая страсть (в том числе и плотская) имеет «центр тяжести» в духовной сфере человека. Как говорит свт. Григорий Палама, «дух наш – есть источник всякой страсти»¹².

¹² PG. 151. 393a.

1.1. Чревоугодие

Эта страсть паразитирует на телесной потребности человека в пище и питии.

Праведное ядро этой страсти – *потребность человека в поддержании своей жизни*. Человек не имеет в себе источника жизни, ему необходимо всегда ее поддерживать. Переживаемые им естественным образом голод и жажда должны служить напоминанием о главном: «Не хлебом единым жив человек, но всяким словом, исходящим из уст Божиих» (Мф 4*4). Припадая к Господу – подлинному Источнику Жизни, человек обретает жизнь и радость общения.

Но в силу своей поврежденности он часто пытается получить радость и наслаждение от вкушения только земной пищи. А из-за того, что духовен – всегда будет стремиться к абсолютному и бесконечному, при этом испытывая «танталовы муки», никогда не имея возможности до конца наполниться, насытиться, насладиться земным веществом. Человек нередко теряет всякое чувство меры, при этом фактически подвергая свое тело насилию, ведь ему вовсе не нужно такого количества еды.

Различают 3 вида чревоугодия:

1. *чревобесие*: в стремлении за наслаждением – поглощение пищи в огромном количестве, часто не обращая внимания на ее качество;
2. *гортанобесие*: наслаждение от пищи определенного рода и качества, особенно вкусной, изысканной (то, что в светском варианте иногда деликатно называют гурманством);
3. *тайноядение*: несвоевременное принятие пищи (в монашеской общежительной традиции трапеза всегда разделялась всеми вместе, если это делалось в другое время, то фактически тайком, в одиночестве).

К чревоугодию можно отнести и чрезмерное употребление спиртных напитков, т. е. пьянство, которое делает человека всецело зависимым от алкоголя, поработанным ему.

Противостоящая добродетель: пост.

Как бороться с чревоугодием?

Трапезу всегда следует совершать с молитвой, с благодарением Богу, в присутствии Божьем. При этом важно, чтобы на трапезу выделялось место и время, чтобы не было беспорядочных «перекусов» в любой момент дня и ночи. В аскетической традиции предлагается вкушение пищи 2 раза в день (или даже 1 раз в день, например, в жарком климате или ради большей сосредоточенности на подвиге, при созерцательном образе жизни). Трапеза всегда была совместной, разделялась со всеми братьями и сестрами, с теми, кто был или жил рядом.

Количество принимаемой пищи должно соответствовать реальной потребности человека, эту меру может определить только он сам – по совести. При этом нужно избегать всякого рода крайностей, помня о том, что обессиленный человек вряд ли сможет служить Богу полноценно, как и пресыщенный, так как и то и другое приводит к духовной расслабленности. Поэтому рекомендовалось есть не до сытости, уходить из-за стола с чувством легкого голода, с возможностью съесть что-то еще, а главное – с желанием молиться (чему переедание не способствует).

Пост помогает сохранять духовную трезвость и бодрость, дисциплинирует тело, пресекает все поползновения плоти, актуализирует духовную память (напоминает, что действительно является единым на потребу для человека).

Церковный (общинно-братский) аспект

Именно в христианской общине, братстве обретается устойчивый навык христианского отношения к трапезе, где в центре всегда – духовное общение, молитва, благодарение

(а не просто поглощение пищи), где принципиально важна соборность, собрание на трапезу всех вместе в духе любви (αγάπη). Общинная, братская трапеза актуализирует память о евхаристической трапезе. Если этот опыт усвоен человеком, то даже когда ему не с кем разделить трапезу, он будет вкушать пищу перед Господом, в агапическом духе, с благодарным сердцем.

Практика церковного, общинно-братского поста дает особые силы, помогает обрести добрый навык и для хранения личного поста. Особенно если пост берется за кого-то или что-то духовно важное в церкви (например, пост за готовящихся к крещению, за просвещаемых) – это позволяет преодолеть всякую индивидуализацию аскетического делания, попытку «благочестиво» сосредоточиться на себе и своем, поститься ради личного спасения.

Опасность – в расслабленности, нетрезвости, «благодарности». Общение с братьями и сестрами – особая радость и вдохновение. Но при этом может возникнуть иллюзорное ощущение, что никакая страсть уже не властвует: зачем нужна аскеза, ведь мы и так уже по дару все от Господа имеем и т. п.

1.2. Блудная страсть

Часто вслед за пресыщением к человеку приступает блудная страсть.

Праведное ядро этой страсти – сила, энергия, которую называют *эрос* или на более современном языке (по Фрейду) – *либидо*. Эрос – сильное желание, напряженное стремление к чему-то или кому-то. В страстном, помраченном состоянии эрос может стать разрушительной силой, он превращается в вождение, ввергая человека в стихию чувственных, плотских наслаждений и удовольствий. В просветленном, преображенном состоянии эрос оказывается энергией, направляющей человека к Богу, он преобразуется в пламенеющую любовь к Богу и в Боге – к ближнему, раскрываясь в творчестве, вдохновении, созидательном делании.

Важно, чтобы эрос был направлен к Богу, просветлен, преображен действием благодати Божьей, действием Его Любви.

Противостоящая добродетель: воздержание.

Как бороться с блудной страстью?

Если приступают, атакуют блудные помыслы, прежде всего не надо унывать. Отцы-аскеты считают, что для человека (особенно молодого) – это дело обычное. Вообще важно не заикливаться на себе и своем, не быть праздным, трудиться. В традиции встречается довольно много примеров, когда человек избавлялся от многолетней блудной брани, ухаживая за тяжелобольными людьми, когда и тело утруждается (как правило, это значительный физический труд), и сердце постепенно переключается я и начинает заботиться о другом. Важно направлять свою энергию в созидательное русло на делание ради Бога и Церкви.

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.