

Трезвение



Трезвение – христианская добродетель, состоящая в непрестанном бодрствовании над собой, молитве, внимании, благоговении, охранении себя от всякого грешного помысла, чувства и желания. Святые отцы именуют его также хранением помыслов, хранением сердца, вниманием.

- [1. Святые отцы о том, что такое трезвение](#)
- [2. Спасительность трезвения](#)
- [3. Виды помыслов](#)
- [4. Гибельность грешных помыслов](#)
- [5. Мысленная брань. Степени отношения к помыслам](#)
- [6. Средство противостояния лукавым помыслам – осознание их чуждыми и неприязнь к ним](#)
- [7. Рассуждение в мысленной брани](#)
- [8. Гнев против помыслов – это правильное использование силы гнева, вложенной в душу Богом](#)
- [9. Молитва – ограда от злых помыслов. Не следует беседовать с помыслом](#)
- [10. Как относиться к помыслам, приходящим во время молитвы](#)
- [11. Без покаяния и исповеди помыслов не победить](#)
- [12. Возделывание добрых помыслов и деятельных добродетелей. Необходимость смирения](#)
- [13. Нельзя доверять тому, что кажется. Доверие своему помыслу – это прелесть](#)
- [14. Хульные помыслы](#)
- [15. Демоны не знают помышлений наших сердец](#)
- [16. Правильное духовное устройство](#)

[#1]1. Святые отцы о том, что такое трезвение

Преп. Никифор Уединенник:

"Внимание некоторые из святых называли **блюдение ума**, иные – **хранением сердца**, иные – **трезвением**, иные – **мысленным безмолвием**, а иные – еще иначе как. Но все сии наименования одно и тоже означают...

Внимание есть признак искреннего покаяния. Внимание есть души воззвание к себе самой, мира возненавидение и к Богу восход. Внимание есть отложение греха и добродетели восприятие. Внимание есть несомненное убеждение во отпущении грехов. Внимание есть начало созерцания, или лучше, его условие: ибо чрез него Бог приникши является уму. Внимание есть безмятежие ума, или лучше, стояние его (или установление от блужданий), по милости Божией ему даруемое. Внимание есть пресечение помыслов, памяти же Божией палата и сокровищница терпения всего находящего. Внимание потому есть веры, надежды и любви виновница: ибо кто не верует, тот не может переносить находящие со вне прискорбности; а кто не переносит

охотно сих прискорбностей, тот не может рещи: заступник мой еси Ты и прибежище мое (Пс. 90, 2); кто не положит Вышнего прибежищем своим, тот не будет глубоко искренен в любви к Нему.

...Придет же к тебе, при многовожденном и сладостном внимании, и весь лик добродетелей: любовь, радость, мир и прочие..."

Св. Игнатий (Брянчанинов) пишет о том, в чём заключается добродетель трезвения: **«Трезвение:**

Усердие ко всякому доброму делу. Неленостное исправление церковного и келейного правила. Внимание при молитве. Тщательное наблюдение за всеми делами, словами и помышлениями своими. Крайняя недоверчивость к себе. Непрестанное пребывание в молитве и Слове Божиим. Благоговение. Постоянное бодрствование над собою. Хранение себя от многого сна, изнеженности, празднословия, шуток и острых слов. Любление ночных бдений, поклонов и прочих подвигов, доставляющих бодрость душе. Редкое, по возможности, исхождение из кельи. Воспоминание о вечных благах, желание и ожидание их».

Святитель Игнатий (Брянчанинов) учит, что трезвение - это непрестанная молитвенная бдительность над собой, лежащая в основе стяжания всех других добродетелей:

«Господь заповедал нам непрестанную молитвенную бдительность над собой, называемую трезвением. Трезвение есть истинное смирение, сосредоточившее надежду свою в Боге, отрекшееся от всякой самонадеянности и от надежды на людей. Стяжи постоянное трезвение, постоянное бодрствование над собой. Без строгой бдительности невозможно преуспеть ни в одной добродетели».

Св. Феофан Затворник пишет о том, в чём заключается трезвение:

«...два бдительных стража должен иметь постоянно воин Христов: трезвение и благорассмотрение. Первый обращен внутрь, а последний вовне; тот наблюдает за движениями, выходящими из самого сердца, а этот предугадывает движения, имеющие возникнуть в нем по внешнему влиянию. Закон для первого: после того как памятью о Божием присутствии изгнано из души всякое помышление, **стань у дверей сердца и тщательно блюди за всем входящим в него и выходящим из него, особенно же не давай предупреждать действий чувству и желанию, ибо отсюда все зло».**

"...неизбежный закон для всех ищущих Господа: внимать себе, или вести внутренно бодренную и трезвенную жизнь. У вас есть Добротолюбие? Посмотрите там Исихия, Филофея Синаита, Θεολипта, и еще Диодоха, епископа Фотики, — все о трезвении. С помощью их поймете, **что такое трезвение, бдение духовное и бодренность. Есть поговорка: тишина такая, что муха пролетит, слышно... Так у трезвенного все тихо в душе; как свеча горит, возношение сердца к Богу непрерывно. Чуть что стороннее, сейчас видит и прогоняет; и опять покой... и так далее...**"

Трезвение не следует путать с хранением ума. Преп. Амвросий Оптинский пишет об этом:

"Не высокоумие ли это, что, получив некоторое временное успокоение от брани, ты поверила, что это хранение ума. **Святой Иоанн Лествичник** говорит: «**Елико отстоят востоцы от запад, толико хранение ума выше хранения помыслов, и несравненно труднее онаго**». А мы с тобою и помыслов своих не умеем хранить как должно; то откуда же возьмется у нас хранение ума? **Твое спокойствие было не хранение ума, а явная подсада вражия**".

2. Спасительность трезвения

Священное Писание говорит:

«Трезвитесь, бодрствуйте, потому что противник ваш диавол ходит, как рыкающий лев, ища, кого поглотить» (1 Петр. 5, 8).

Преп. Макарий Оптинский пишет о необходимости трезвения для спасения :

"Не в том только состоит дело [спасения], что сходить в церковь да сесть за пяльцы, а надобно **смотреть за сердцем своим и истреблять страсти**: гордость, самолюбие, тщеславие, гнев, ярость, злобу, обжорство, похоть плоти и прочее; в том-то и состоит наша духовная брань — противиться страстям, истреблять их помощью Божиею».

«Нестъ наша брань к крови и плоти, но к началом, и ко властем, и к миродержителем тьмы века сего, к духовом злобы поднебесным» (Еф. 6, 12); равно и «оружия воинствования нашего не плотския», но духовные, «способные на разорение твердем вражиим» (2 Кор. 10, 4), о коих также пишет св. апостол: «сего ради примите вся оружия Божия, да возможете противитися в день лют» (Еф. 6, 13)... Он велит препоясаться истиною, облечься в броню правды, обути нозе в уготование благовествования мира, воспрять шит веры, в немже возможно все стрелы разжженные лукаваго угасити, и шлем спасения воспрять, и меч духовный, иже есть глагол Божий (Еф. 6, 14—17). Вооружась сими оружиями, надобно приступать к брани со многим смирением, а не с самонадеянием; а что брань сия необходима для хотящих спастися, то и премудрый Сирах возбуждает: «чадо! аще приступавши работами Господеви Богу, уготови душу твою во искушение» (Сир. 2, 1)... Видишь, что **хотящим спастися неминуемо предлежит брань духовная со врагами душ наших**, которые нас борют и побеждают чрез наши же страсти, что вижу и в твоём устройении, описанном тобою.

...Невозможно и спастись, чтобы не иметь браней от врага; он имеет оную с нами неотдышную, по слову старца Онуфрия Молдавского, и борет нас нашими же страстями, но не надобно ужасаться сего, а стоять твердо, уповая на помощь Божию и молитвы матери... Когда же кто и борьбы не имеет никакой от врагов, то это опасно, ибо как он познает кроющиеся в нем страсти? Как придет в познание своей немощи? И как смирится? Он только будет питать внутреннего фарисея мнимыми своими исправлениями и дойдет до бедственного устройства прелести.

...В сем-то состоит и обучение, чтобы познавать свою немощь; не в том состоит благочестие, чтобы, не имев борьбы и не чувствуя страстей, мнеть себя стоящими на пути спасения, но в том, **когда мы истинно смиримся; тогда и добродетели, творимые нами, будут ограждаемы и хранимы силою смирения**".

Св. Исихий Иерусалимский говорит о спасительности трезвения:

«Как блага, приятна, светла, сладостна и прекрасна **добродетель трезвения**, Тобою, Христе Боже, направляемая и человеческим умом проходимая в великом смирении. Ибо она до моря и глубины созерцаний простирает свои ветви и до рек сладких Божественных Тайн - отрасли свои (Пс. 79, 12), напояет (орошает, освежает) ум, с давнего времени палимый нечестием лукавых бесовских помыслов и неистового мудрствования плоти, которые несут смерть. Трезвение подобно лестнице Иакова, на верху которой восседает Бог и по которой ходят Ангелы. Оно исторгает из нас всякое зло, отсекает многословие, злословие, оклеветание и весь список чувственных страстей, не желая и на короткое время лишиться собственной сладости».

Св. Феофан Затворник пишет о значении трезвения в духовной жизни:

«...все значение делания внутреннего... оно — исходище, основа и цель всего подвижничества. Все делание наше может быть сокращено в следующую формулу: **собравшись внутрь себя, восставь духовное сознание и жизнедеятельность и в этом настроении ходи** по начертанному внешнему деланию под руководителем или Промыслом, но при этом с строгим и напряженным вниманием замечай и следи все возникающее внутри. Коль скоро родится страстное восстание, гони его и поражай, и мысленно, и деятельно, не забывая возгревать в себе дух сокрушенный и болезнующий о грехах своих.

Сюда должно быть сведено все внимание подвижника, чтобы, подвизаясь, он не рассеивался и был как бы связан или препоясан по чреслам помышлений своих. Хожение с таким внутрь-пребыванием и хранением есть хожение трезвенное, а наука о сем есть наука трезвения. Теперь понятно, почему все подвижники главнейшею из добродетелей подвижнических считали добродетель трезвения и не имеющего ее почитали бесплодным».

Преп. Исаак Сирин:

«...кому вверено сокровище, тот не спит.

Если будем хранить закон трезвения и дело рассуждения с ведением, плодом чего бывает жизнь (вечная), то борьба с приражениями страстей совершенно не приблизится к уму. ... Пока человек живет, он имеет нужду в трезвенности, попечительности и бодрственности, чтобы сберечь свое сокровище. Если же оставит назначенный ему предел (т.е. трезвенность и попечительность), то сделается болен и будет ограден. Не до того только времени трудиться должно, пока увидишь плод; но надобно подвизаться до самого исхода. Ибо нередко и созревший плод побивается

внезапно градом. Кто вмешивается в житейские дела и пускается в беседы, о том невозможно еще быть уверенным, что здоровье его сохранится в нем.

...А умерщвление себя для мира состоит не только в удалении человека от общения в собеседование тем, что есть в мире, но и в том, чтобы в беседе ума своего не вождевал мирских благ.

Если приобучим себя к доброму размышлению, то будем стыдиться страстей, как скоро встретимся с ними. И это знают издевавшие опытом на себе самих. Но будем стыдиться приближения к страстям также и вследствие причин, вызывающих их».

Св. Игнатий (Брянчанинов) пишет о необходимости трезвения, хранения помыслов в борьбе со страстями:

Подвижник Христов должен отречься не только от совершения греха делом, но и от совершения его в воображении и чувстве. Каждая страсть усиливается от услаждения ею, от исполнения незаконных требований и представлений ее тайными душевными движениями. Страсть, исполненная на самом деле, или насажденная в душу долговременным сочувствием ей и питанием ее, получает владычество над человеком. Нужно много времени, нужен кровавый подвиг, нужно особенное Божие милосердие, особенная Божия помощь, чтоб свергнуть иго страсти, принятой произвольно, получившей власть над человеком, или от падения человека в смертный грех, или от преступного, произвольного наслаждения грехом в сокровенном душевном чертоге, посвященном Христу.

Преподобный Исидор Пелусиот:

Страсть если найдет вас обессиленными и ослабевшими, то легко поборет; а если найдет трезвенными и разгневанными на нее, то немедленно оставит вас.

3. Виды помыслов

Помыслы происходят в человеке **от Бога, от диавола и от естества самого человека.**

Преподобный Иоанн Кассиан Римлянин:

Мы должны знать, что есть три начала наших помыслов: от Бога, от диавола и от нас. От Бога бывают, когда Он удостоивает нас посетить просвещением Святого Духа, возбуждая нас к высшему преуспеянию, и вразумляет нас спасительным сокрушением о том, что мы мало преуспели, или, пребывая в беспечности, были побеждены чем-либо, или когда открывает нам небесные тайны, обращает волю и намерение наши к лучшему... От диавола происходят помыслы, когда он старается низложить нас как услаждением пороками, так и тайными обольщениями, с тонкой хитростью ложно представляя зло под видом добра и преобразуясь перед нами в Ангела света... А от

нас помыслы происходят, когда естество вспоминает то, что мы делаем, или сделали, или слышали... Эту тройкую причину мы постоянно должны наблюдать, и все помыслы, возникающие в нашем сердце, зорко рассматривать, сначала исследуя происхождение их, причины и виновников, чтобы можно было знать, как мы должны относиться к ним, смотря по достоинству внушивших их, чтобы нам сделаться искусными...

Евагрий Понтийский:

Между помыслами Ангельскими, человеческими и теми, кои от бесов, различие, как мы узнали помощью долгих наблюдений, таково: ангельские ищут узнать естество вещей и исследуют духовное их значение, как то: для чего сотворено золото, и для чего оно рассеяно в виде песка где-то в дальних местах земли, и отыскивается с большим усилием и трудом? как найденное промывается водой и предается огню, и таким образом вдается в руки художников, делающих из него для скинии светильник, кадильницу, «чашицы и фиалы» (2 Пар. 4, 21), из которых, по благодати Спасителя, не пьет уже ныне царь Вавилонский (Дан. 5, 3). Клеопа же приносит горящее от сих таинств сердце. Демонский помысел этого не ведает и не разузнает, а только бесстыдно внушает одно стяжание чувственного золота и предсказывает имеющие быть от того наслаждение и славу. А человеческий помысел ни стяжания не ищет, ни о том не любопытствует, чего символом служит золото, но вносит в мысль один простой образ золота, без страсти и любостяжания. Подобное же рассуждение придется изречь и о других предметах, если станет кто сокровенно упражнять ум свой по сему образцу.

Преподобный Петр Дамаскин:

Все помыслы бывают трех устроений – человеческого, демонского и ангельского.

Человеческий помысел связан с каким-либо воспоминанием. Демонский же помысел бывает сложный – из мыслей и страстей.

Ангельский же помысел есть бесстрастное ведение вещей, т. е. истинное знание, охраняющее ум и сохраняющее его от крайностей.

Св. Феофан Затворник пишет о том, что помыслы могут быть телесные, душевные и духовные:

Есть помыслы телесные, есть душевные и духовные. Для всякого очевидно, что они все могут быть и во всякое время, но, естественно, вначале заметнее быть телесным, далее открываться душевным и духовным. Соответственно сему должна переходить и брань, или менять свои позиции. Знать это должно для того, чтобы победившему, например, тело не предаться беспечности от чувства безопасности, потому что он может быть побежден через душу, и умиривший душу может быть поражен в духе. Вообще, пока есть дыхание, брань не прекратится, хотя может стихать, и иногда надолго.

Святые отцы утверждают, что мы не можем запретить помыслам приходить, но в наших силах – противиться им, отсекал лукавые и возделывать добрые:

Брат сказал авве Пимену: "Меня одолевают помыслы, и я бедствую от них". Старец вывел его из келлии на воздух и сказал ему: "Распрости полы одежды твоей, и удержи ветры". Брат отвечал: "Я не могу сделать этого". Старец ответил: "Не помешаешь ты и приходить помышлениям, но твое дело - противиться им".

(Отечник)

Преп. Амвросий Оптинский наставляет, что бесы соблазняют нас не только откровенно грешными помыслами, но и внушая **помыслы по видимости добрые, благовидные, но на самом деле – лукавые:**

"Святой Авва Дорофей, объясняя козни дьявола, пишет: он не столько неискусен в делании зла и знает, что человек не хочет согрешить, и потому не внушает ему какие-либо явные грехи и не говорит ему: иди сотвори блуд или пойди укради, но находит в нас одно мнимо-благое пожелание или одно самооправдание и тем, под видом доброго, вредит. Так он благовидными внушениями извлек Н. из обители и тебя смущает тем же образом, и вообще путает тебя пожеланиями своей воли".

4. Гибельность грешных помыслов

Священное Писание говорит о значении помыслов в жизни души:

«Слово Божие судит» не только дела и слова, но и «помышления сердечные» (Евр. 4, 12).

Святые отцы говорят, что лукавые помыслы способны погубить душу человека, который им придаётся:

Св. Игнатий (Брянчанинов):

Плод лжепророка - помысла, возникшего под влиянием падения и лукавых духов - нравственное расстройство и **гибель человека.**

Сочетавшийся с греховными помышлениями и мечтаниями, сочетается с самим сатаной и подчиняется ему в сей век и в будущий: почему необходимо бороться с помыслами.

Святитель Феофан Затворник:

Погибели предшествует гордость (Притч. 16, 18). Стало быть, не допускай злых мыслей, и не будет падений. Между тем, о чем больше всего небрегут? О мыслях. Им позволяют бурлить сколько и как угодно, и думать не думают когда-нибудь укрощав их или направлять к разумным занятиям. А между тем в этой внутренней суматохе подходит враг, влагает зло в сердце, обольщает его и склоняет на это зло. Остается

ему или исполнять скованное сердцем зло, или бороться. Но наше горе в том, что за последнее почти никто не берется, а все, как связанные, ведутся на зло.

Святитель Тихон Задонский:

«Как слово Божие, греховным помыслом презренное и неисполненное, так и совесть, тем же раздраженная, суд Божий и гнев Его возвещает человеку. И **человек будет судиться не только за дела и слова, но и за злые помыслы, на страшном Христовом суде...** Прелюбодействует уже тот, кто питает в сердце нечистые мысли: "Всякий, ненавидящий брата своего, есть человекоубийца" (1 Ин. 3, 15), и всякий, кто питает злобу на ближнего и хочет ему повредить или его убить, хотя и не убивает на деле. И тот есть вор и хищник, который желает чужую вещь похитить, хотя и не похищает, и тот пьяница, который хочет упиваться, хотя и не упивается... Этот грех совершается против десятой заповеди: "Не желай"... (Исх. 20, 17). И хотя такой человек не делает ближнему зла, но хочет сделать, и так грешит против Божия повеления. Ибо Бог как говорит к душе и сердцу, так и смотрит, куда клонится сердце человека, и по тому его судит. Христианину не только не должно делать, но и хотеть зла, если он не хочет против слова Божия и своей совести согрешить, и так ее уязвить, и подпасть суду Божию.

Надо отсекал помыслы, ибо они делают бесплодной духовную жизнь».

Преп. Макарий Египетский говорит о том, что и грешные помыслы, без явных грешных дел, могут погубить душу:

«Должно хранить душу и всячески ее блюсти, чтоб она не приобщалась скверным и злым помыслам. Как тело, совокупляясь с другим телом, заражается нечистотою, так и душа растлевается, сочетаваясь с скверными и злыми помыслами и согласуясь заодно с ними. Это надо разумеать не об одном или двух родах помыслов, приводящих ко греху, но о всех вообще злых помыслах, как то: о помыслах неверия, лести, тщеславия, гнева, зависти и рвения. В отвержении всех этих помыслов и заключается очищение себя «от всякия скверны плоти и духа» (2 Кор. 7, 1). Знай, что и в тайне души содевается действием непотребных помыслов растление и блуждение, по слову великого Апостола: «аще кто храм Божий растлит, растлит того Бог» (1 Кор. 3, 17). Под именем храма Божия разумеай это видимое наше тело. **Так и тот, кто растлит душу и ум, соединяясь и совокупляясь с злобою, повинен казни.** Как должно хранить тело от видимого греха, так должен хранить и душу, эту невесту Христову, от непотребных помыслов. «Обручих вы», говорит Апостол, «единому мужу невесту представить Христу» (Ср.: 2 Кор. 11, 2). И другое Писание говорит: «всяцем хранением блюди твое сердце: от сих бо исходища живота» (Притч. 4, 23). И опять: научись из Божественного Писания, что «**строптивая помышления отлучают от Бога**»» (Прем. 1, 3).

Преподобный Ефрем Сирин:

"Будем избегать недоброго помышления, потому что **помышление судится наравне с поступком.**

Как дева, обрученная мужу, если ее обольстит другой, делается оскверненной в очах мужа, так и душа, увлекаемая нечистыми помыслами и дающая на них согласие, осквернена перед Небесным Женихом своим - Христом.

Часто человек не может совершить грех по многим причинам, и страх перед людьми нередко предотвращает грех; помышления же совершаются безбоязненно и без труда. Так, например, нередко кто-нибудь из вас обращал невоздержный взор и увлекался своим помыслом, но тотчас проходил мимо. Такой уподобляется подстреленной серне, которая убегает от ловцов, но уносит в себе вонзенную стрелу. Ибо кто из вас побежден помыслом, тот уже нецеломудрен перед Богом. Если бы не страх людской и не стыд, человек вместе с душой своей часто растлевал бы и тело. Потому он не увенчается уже как целомудренный, но если не покается, непрестанно будет нести наказание.

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

Преподобный Нил Сорский предостерегает, что значение помыслов нельзя недооценивать:

«Страсть подлежит или соразмерному покаянию или будущей муке. Должно раскаяваться в страсти и молиться о избавлении от нее: она подлежит будущей муке за нераскаяние в ней, а не за производимую ею внутреннюю борьбу. Если б вечную мукою каралась самая борьба, то без совершенного бесстрастия не было бы отпущения грехов, которое, однако ж, получено многими, как говорит святой Петр Дамаскин. Боримый какою бы то ни было страстью должен тщательно противиться ей, сказали отцы. Приведем в пример блудную страсть. Боримый блудною страстью к какому-либо лицу, должен всячески удаляться собеседования с ним и сопребывания, прикосновения даже к одежде его и обоняния его. **Не хранящийся во всем этом совершает страсть и любодействует помыслами в сердце своем, сказали Отцы. Таковой сам возжигает в себе печь страстей и вводит в себя, как зверей, лукавые помыслы».**

О том же читаем у **св. Игнатия (Брянчанинова)**:

«Беда получить сердечную язву — страсть! Эту язву наносит иногда самое ничтожное обстоятельство: один неосторожный, по-видимому, невинный взгляд, одно необдуманное слово, одно легкомысленное прикосновение могут заразить неисцельно. В какой тяжкий грех мог впасть вышеупомянутый затворник особенно уважаемый гражданами, никуда не выходивший из келлии, не соблазнивший никого, напротив, служивший назиданием для многих и погибший за свое невидимое мысленное общение с сатаною, по причине которого он не упокоил в себе Святого Духа ни единого часа? — В некотором женском монастыре жила при игумении ее племянница, прекрасная собою, по наружности, и неукоризненного поведения. Все

сестры любовались и назидались ее ангеловидностью и необыкновенною скромностью. Она скончалась. Ее похоронили торжественно, в твердой уверенности, что чистая душа ее воспарила в райские обители. Огорченная разлукою с нею, игуменья предавалась непрестанной молитве, усиливая эту молитву постом и бдением, и просила Господа, чтоб Он открыл ей, какой небесной славы удостоилась ее племянница в лике блаженствующих девственниц? Однажды, когда игуменья, в келейной тишине преполовляющейся ночи, стояла на молитве, — внезапно расступилась земля под ее ногами и клочущая огненная лава потекла пред взорами молившейся. Вне себя от испуга, она взглянула в открывшуюся пред нею пропасть — и видит среди адского пламени свою племянницу. «Боже мой! — отчаянно воскликнула она. — Тебя ли вижу я?» — «Да», — со страшным стоном произнесла погибшая. — «За что ж это? — с горестью и участием спросила старица. — Я надеялась видеть тебя в райской славе, в ликах ангельских, среди непорочных агниц Христовых, а ты... За что это?» — «Горе мне окаянной! — простонала мучившаяся. — Я сама виною вечной моей смерти в этом пламени, непрестанно пожирающем, но не уничтожающем меня. Ты хотела видеть меня — и Бог открыл тебе тайну моего положения». — «За что ж это?» — снова сквозь слезы спросила игуменья. — «За то, — отвечала мучившаяся, — что я в виду вашем казалась девственницею, непорочным ангелом, а на самом деле была не то. Я не осквернила себя плотским грехом, но мои мысли, мои тайные желания и преступные мечты свели меня в геенну. При непорочности моего девического тела, я не умела сохранить в непорочности мою душу, мои мысли и движения сердечные, и за это я предана мучке. По неосторожности моей я питала в себе чувство сердечной привязанности к одному юноше, услаждалась в моих мыслях и мечтах представлением его прекрасного вида и соединением с ним, и, понимая, что это грех, совестились открыться в нем духовнику при исповеди. Следствием порочного услаждения нечистыми мыслями и мечтаниями было то, что по кончине моей святые Ангелы возгнушались мною и оставили меня в руках демонов. И вот теперь я горю в геенском пламени, вечно буду гореть и никогда, никогда не сгорю, нет конца мучению для отверженных небом!» Сказав это, несчастная застонала — застонала, заскрежетала зубами и, подхваченная пылающею лавою, скрылась со всем видением от взоров игуменьи».

Св. Феофан Затворник пишет о значении борьбы с помыслами для очищения сердца:

«...главный вид, в каком является враждебное в нас, есть помысл. Когда враг успеет занять нашу мысль худым помыслом, он уже не без прибыли, а нередко может торжествовать и победу, потому что к помыслу скоро может склониться и пожелание, а за пожеланием решение и на дело, а это уже грех и падение. На сем основании святые отцы, внимавшие себе, виды и степени восстания страстей и увлечения ими замечают такие: набег мысли, помысл, услаждение, пожелание, страсть, влечение, решение, а за ним и дело. В образе явления своего иногда они развиваются постепенно, одно за другим, иногда же каждое является отдельно, как вне порядка, кроме решения, которое всегда есть акт не непосредственный, а предшествуемый размышлением и склонением свободы: пока его нет, чистота цела и совесть чиста. Потому все до него акты обозначаются одним словом: помысл — просто или с приложением, помысл простой, страстный, похотный; потому, что он является в нас или как просто помысл,

представление только греховного предмета, или как похоть, вожделение, желание, или, наконец, как страсть, как влечение. Все они позывают, искушают ум или дух на страстное, греховное, но это еще не зло, не грех, пока ум не соизволяет на них, вступает с ними в борьбу каждый раз, когда они появляются, пока не изгонит их. Пределы брани — с появления помысла, похоти, страсти, влечения до их исчезновения и вычищение всякого следа их; к тому и направлены все правила этой брани. Правда, мир действует совне, равно как и сатана, но их искусительные действия доходят до нашего сознания не иначе, как в каком-нибудь из этих трех, ибо вся их забота состоит в том, чтобы поколебать внутреннее состояние, склонить на них. Сюда направляются все их хитрости, так что в этом отношении не способ, не дела, какие они обращают на нас, а то, что они метят возбудить в нас, то важно и ценно в жизни и деятельности. Например, в гонениях не страдание человека — цель, а помысл ропота или отчаяния, или оставления добродетели. Вследствие сего в отношении к духовной брани можно решительно положить: несмотря на то, откуда и как возбуждается греховное, всю силу и все внимание обращай на это самое греховное, с ним начинай дело и борись. Закон этот превеликой важности: он будет держать человека внутри, следовательно, в силе и некоторым образом в безопасности. Потому-то у святых отцов все правила обращены на помыслы, страсти, пожелания и применяются к их свойству; причины же не упоминаются или если и упоминаются, то без придания им особенного в этом отношении значения и нередко без разграничения. Ибо и мир, и бесы, и похоть могут возбуждать и возбуждают одну и ту же страсть, но она от того не получает особого характера. Итак, вот куда должно быть обращено все внимание подвижника, внутрь себя — на помыслы, пожелания, страсти, влечения, — преимущественно, впрочем, на помыслы, ибо сердце и воля не так подвижны, как мысль, а страсти и желания редко восстают отдельно, большею же частию рождаются из помыслов. Отсюда правило: отсеки помысл — и все отсечешь».

Св. Максим Исповедник:

Вещи вне ума, а мысленные представления их внутри него. В его власти употреблять сии последние хорошо или худо. За злоупотреблением мыслей следует злоупотребление вещей.

Великое дело не пристращаться к вещам, но еще более - быть бесстрастным к мысленным их впечатлениям, ибо брань злых духов с нами через помыслы - жестче брани через сами вещи.

5. Мысленная брань. Степени отношения к помыслам

Чтобы у человека не создалось навыка ко греху и таким образом в нём не возникла губящая его страсть, **надо бороться с грехом у самого истока его возникновения. Необходимое условие борьбы со страстями – это отсечение лукавых помыслов.**

Авва Стратигий учит:

Будь привратником сердца своего, чтобы не входили в него чуждые, постоянно спрашивая приходящие помыслы: наш ли ты, или от врагов наших?

Священник Павел Гумеров:

«Страсть рождается в душе человека не сразу. Святые отцы говорят, что начинается она с **прилога**, или *приражения*. По-славянски «*приразиться*» – значит столкнуться с чем-то.

Прилог возникает в сознании человека от впечатлений увиденного, по какой-либо другой причине или как образ, навязанный врагом – дьяволом. Но прилог приходит помимо воли человека, без его соизволения и участия. Человек сам волен принять прилог в сердце или отринуть его.

Если прилог принят, он уже обдумывается, делается своим. Отцы называют это также **сочетанием** или **собеседованием** с помыслом.

Третья стадия – это **склонение** к помыслу, или **сосложение**, когда воля настолько подпала под влияние греховной мысли, настолько сроднилась с ней, что человек уже готов перейти к действиям. Грех уже наполовину совершен в мыслях. Как говорит Господь в Евангелии: «Из сердца исходят злые помыслы, убийства, прелюбодеяния, любодеяния, кражи, лжесвидетельства, хуления» (Мф. 15, 19), таким образом показывая, с чего начинается грех – «со злого помысла» о нем. И апостол Иаков пишет: «Похоть же, зачав, рождает грех, а содеянный грех рождает смерть» (Иак. 1, 15).

Греховный помысел, который поселился в душе и сердце, обязательно когда-нибудь перейдет в действие. Человек, позволяющий себе нескромные взгляды, не хранящий свое зрение и слух от соблазнительных картин, имеющий в уме нечистые, блудные помыслы, не может оставаться целомудренным.

«Может ли кто взять себе огонь в пазуху, чтобы не прогорело платье его? Может ли кто ходить по горящим угольям, чтобы не обжечь ног своих?» – вопрошает премудрый Соломон (Притч. 6, 27–28).

...Как же сохранить свою душу и ум в чистоте, если мы живем в мире, пропитанном информацией, если зрительные и звуковые образы пронизывают весь наш быт? Да, это, конечно, сложно, но возможно. В **аскетике** это называется **хранение зрения, слуха и ума**».

Преп. Нил Сорский учит о трезвении:

«Многие из святых отцов о сердечном делании, блюдении помыслов и хранении ума сказали различными словами, как каждый из них научен был Божией благодатью, но одинаково по смыслу, восприняв прежде слово Самого Господа, сказавшего: «От сердца исходят помышления злые и оскверняют человека» (Мф. 15, 19-20), и научившего «внутренность сосуда очищать» (Мф. 23, 26), и произнесшего, что «в духе

и истине подобает поклоняться Отцу» (Ин. 4, 24). К этому же приводит и апостол, говорящий: «Если молюсь языком, [то есть устами], дух мой молится, [то есть голос мой], ум же бесплоден. Помолюсь же духом, помолюсь же и умом» (1 Кор. 14, 14-15). И это апостол завещал об умной молитве и еще подтвердил, сказав так: «Хочу пять слов умом моим сказать, нежели тьму слов языком» (1 Кор. 14, 19). И святой Агафон сказал: «Телесное делание - только лист, внутреннее же, то есть умное, - это плод». Страшное изречение произносит притом святой этот: ««Всякое дерево, - говорит, - не приносящее плода доброго, [то есть хранения ума], бывает срублено и ввергаемо в огоны» (Лк. 3, 9). И еще сказали отцы, что [если] кто устами только молится, о уме же небрежет, тот молится воздуху, ибо Бог внимает уму. И Варсонофий Великий говорит: «Если внутреннее делание по Богу не поможет человеку - все трудится во внешнем». И святой Исаак телесное делание без умного назвал подобным неплодной утробе и сосцам сухим, ибо к познанию Бога, сказал он, приблизить оно не может. И многие святые отцы говорили так, и все согласны в этом; так и блаженный Филофей Синаит, говоря об иноках, только [внешнее] делание имеющих, по простоте же не ведающих мысленной брани, побед и поражений и потому небрежущих об уме, повелевает молиться о них и научать, чтобы как они от исполнения злых дел удерживаются, так в еще большей мере очищали бы ум, который есть зрительная сила души. Ведь прежде бывшие святые отцы от всего соблюдали ум, и обрели благодать, и в безстрастие и чистоту душевную пришли, не только отшельники и во внутренних пустынях в уединении жившие, но и в монастырях пребывавшие — не только от мира далеко отстоящих, но и в городах находящихся...

И блаженный Исихий Иерусалимский также говорит: «Как невозможно жить в этой жизни без еды и питья, так невозможно душе чего-либо духовного достигнуть без хранения ума, каковое называется трезвением, если кто и понуждает себя из страха мук, дабы не согрешать». Ибо истинный делатель Божиих заповедей, сказали отцы, не только на деле должен исполнять их, но и в уме остерегаться преступать заповеданное.

...святые, подвизавшись телесно, и умно трудились в винограднике сердца своего, и, очистив ум от страстей, обрели Господа, и стяжали разум духовный...

Преп. Нил Сорский, следуя святоотеческому учению, наставляет, что отношение к помыслам имеет несколько степеней, одни из которых безгрешны, а другие грешны и потому подлежат наказанию или соразмерному покаянию:

«О различении [стадий] ведущейся с нами мысленной брани, о победах и поражениях [в ней] и о том, что надо тщательно противиться страстям.

Разнообразны, сказали отцы, восстания на нас мысленной брани, победы и поражения [в ней]: прежде — прилог, затем — сочетание, потом — сосложение, затем — пленение и потом страсть.

Прилог, сказали святые отцы (Иоанн Лествичник, и Филофей Синаит, и иные), — это простой помысел или образ [чего-либо] случившегося, только что в сердце вносимый и

уму являющийся. ... Просто сказать, это какая-либо мысль, уму человека принесенная. И это, говорят, **безгрешно**, ни похвалы не заслуживает, ни укоризны, так как не в нашей власти. Ибо невозможно, чтобы не было к нам прилога вражеского помысла.

Сочетанием же называют **собеседование** с явившимся [прилогом], по страсти или безстрастно, иначе говоря — принятие внушаемого врагом помысла, то есть рассматривание его и беседу с ним по произволению нашему. Это означает [уже] обдумывание какой-либо мысли, принесенной уму. И это, сказали, **не совсем безгрешно**. Когда же кто-либо богоугодно разрешит, достойно бывает и похвалы. Разрешаем же так: если кто не отсечет прилога лукавого помысла, но несколько вступит в собеседование с ним и враг уже будет влагать ему страстные помышления, то пусть он постарается переменить их на благие.

Сосложение же, сказали, — это **усладительное склонение** души к явившемуся помыслу или образу. Это бывает, когда кто-либо, принимая представляемые от врага помыслы или образы и с ними мысленно беседуя, несколько согласится в мысли своей, чтоб было так, как внушает вражий помысел. Это **[судится] по мере устройства подвизающегося**. Устройства же подвизающихся [бывают] таковыми: если кто-либо [находится] в преуспеянии и принял от Бога помощь отгонять помыслы, но если обленится и по небрежению не постарается отвращать лукавые помыслы, — для того это **не безгрешно**. Если же кто, будучи новоначальным и немощным еще отгонять прилоги лукавого, несколько и согласится с лукавым помыслом, но тотчас исповедуется Господу, каясь и осуждая себя, и призовет Его на помощь, как написано: «Исповедайтесь Господу и призывайте имя Его» (Пс. 104, 1), **то Бог простит [ему] по милости Своей, ради немощи его**. Это сказано отцами о сосложении мысленном, **когда невольно кто-либо побеждается помыслом, будучи в подвиге**, корень же ума его в том утверждён, чтобы не согрешать и не совершить беззакония делом. **[И это первое сосложение. Второе же]**, говорит Григорий Синаит, — **когда кто принимает помыслы вражеские по своей воле, и, беседуя и сочетаясь с ними, победится ими**, и уже более не борется против страсти, но твердо положит в себе сотворить грех; или даже попытается [совершить его], желая на деле исполнить то, что положил в мысли своей, но встретит препятствие или во времени, или из-за места, или из-за иных каких причин; и это **особо греховно и подлежит наказанию**.

Пленение же — это или **насильственное и невольное порабощение сердца, или продолжительное сочетание** с явившимся помыслом, для доброго нашего устройства губительное. **[И первое]**, насильственное и невольное сердца порабощение, — это когда пленен будет ум помыслами, то есть насильно, хотя бы ты [и] не хотел, будет увлечен лукавыми мыслями, но вскоре с Божией помощью возвратишь его к себе. **[Второе же]**, продолжительное сочетание с явившимся [помыслом], **для доброго устройства губительное**, — когда ум, словно бурю и волнами носимый и из устройства благого изводимый к лукавым мыслям, не может в тихое и мирное устройство прийти; это наиболее от суеты бывает и от многих и бесполезных бесед. ...

Страсть же, истинно говорят, — это то, что, долгое время гнездясь в душе, как бы в нрав ее от навыка обращается; впоследствии страстью увлекается [человек] произвольно и сам собою, [и та] обуревают [его] постоянно страстными помыслами, от врага влагаемыми, утвердившись от сочетания и частого собеседования и обратившись в обычай от многого увлечения помыслами и мечтаниями. Это случается, когда враг часто представляет человеку какую-либо вещь, возбуждающую страсть, и разжигает в нем пристрастие к ней более, чем к чему-то другому, и [тот], хочет или не хочет, побеждается [тем пристрастием] мысленно. Особенно же это бывает, если кто-либо прежде по нерадению многократно сочетался и собеседовал [с помыслом], то есть мыслил добровольно о той вещи неподобающим образом. **Это у всех или соразмерному покаянию, или будущей муке подлежит.** То есть надо каяться и молиться об избавлении от таковой страсти, ибо будущей муке подлежит [человек] за нераскаяние, а не за борьбу.

...**Разумная и искусная брань**, говорят отцы, состоит в том, чтобы **отсекать начало пришедшего помысла**, что называется прилогом, и непрестанно молиться, ибо, сказали они, сопротивляющийся первому, то есть прилогу помысла, разом отрезает все последующее. Потому разумно борющийся отмечает [саму] мать зол, то есть [приступающий] к уму лукавый прилог».

Преп. Варсануфий и Иоанн говорят о значении трезвения в борьбе со страстями:

253. Тот же брат, будучи борим тою же блудною страстью, просил того же великого старца помолиться о нём и сказать ему, как распознать, своею ли похотью искушается человек или врагом.

Ответ. Брат! Без труда и сердечного сокрушения никто не может избавиться от страстей и угодить Богу. Когда человек искушается своею похотью, можно узнать из того, что он нерадит о себе и позволяет сердцу своему размышлять о сделанном им прежде; и тогда человек сам собою навлекает на себя страсть через свою похоть. Ум его, мало-помалу ослепляемый страстью, начинает незаметно для него самого обращать внимание на того, к кому чувствует влечение, или говорить с ним и находить причины для того, чтобы с ним побеседовать или посидеть, и всеми средствами старается исполнить свое желание. Если позволить мысли обращаться в сем, то умножится брань до падения, хотя и не телом, но духом, в согласии с помыслами, и оказывается, что такой человек сам зажигает огонь в своем веществе. **Трезвенный же и благоразумный человек, желающий спастись**, когда видит, от чего терпит вред, тщательно хранит себя от злых воспоминаний и не увлекается страстными мыслями, удаляется от встречи и беседы с теми, к которым чувствует влечение, и от всякого повода ко греху, чтобы самому не возжечь в себе огня. Вот брань, происходящая от своей похоти или произвола человека.

А та, которая бывает от диавола, происходит так: сердце желающего спастись боится, чтобы не принять в себя семени вражеского. И в этом случае человек трезвенно хранит себя от злых воспоминаний, чтобы не увлечься страстными помыслами, и от встречи, беседы и всякого повода к свиданию. Если есть нужда к нему (лицу

увлекающему) по делу, то лучше оставить дело, чтобы не погибла душа. Бодрствуй, брат, ты смертен и недолговечен; не желай же за малое время услаждения потерять жизнь вечную. Какую пользу приносят зловоние и нечистота греха? Только стыд, поношение и соблазн; воздержание же доставляет победу, венец и похвалу. Укрощай коня своего уздою ведения, чтобы он, смотря туда и сюда, не разжигался похотью на женщин и мужчин и не свергнул бы тебя — всадника своего — на землю. Молись Богу, чтобы Он отвратил «очи» твои, «чтобы не видеть суеты» (Пс. 118, 37). И когда приобретешь мужественное сердце, брани оставят тебя. Очищай себя, как вино очищает раны, и не позволяй накапливаться в тебе зловонию и нечистоте. Прибери плач, чтобы он удалил от тебя свободу в обращении, которая губит души усвоивших ее.

Не бросай орудия, без которого нельзя возделывать плодоносную землю. Орудие это, соделанное Великим Богом, есть смирение: оно искореняет все плевелы с поля Владыки и подает благодать обитающим на нём. Смирение не падает, но воздвигает от падения тех, которые имеют его. Возлюби всем сердцем плач, ибо и он — соучастник благого сего делания. Потрудись во всём отсекай свою волю, ибо это вменяется человеку в жертву: сие-то и значит: «за Тебя умерщвляют нас всякий день, считают нас за овец, обреченных на заклание» (Пс. 43, 23). Не расслабляй себя беседами, ибо они не допускают тебя преуспевать о Боге. Усильно обуздывай органы чувств твоих: зрения, слуха, обоняния, вкуса и осязания — и преуспеешь благодатию Христовою. Без мучений никто не бывает мучеником, как и Господь сказал: «терпением вашим спасайте души ваши» (Лк. 21, 19), и Апостол говорит: «в великом терпении, в бедствиях, в нуждах» (2 Кор. 6, 4) и проч. Смотри, не показывай халдеям сокровищ дома твоего (см. 4 Цар. 20, 12-18), иначе возьмут они тебя в плен и уведут к Навуходоносору, царю вавилонскому (см. 4 Цар. 24, 13-16). Вразумляясь всегда ответом моим, попирай страсти, чтобы они не попрали тебя и насильственно не сделали тебе зла. Убегай от них, как серна от тенет (см. Притч. 6, 5), чтобы они не закололи тебя, как ягненка. Не бойся их, они не имеют силы: Господь наш Иисус Христос расслабил их и сделал бессильными. Не предавайся сну, хотя они и полумертвы, но не спят; не будь нерадив, ибо они не нерадят. Хотя немного простри и ты руку Отцам твоим, желающим извлечь тебя из зловонной тины. Вспоминай, что «много может усиленная молитва праведного» (Иак. 5, 16). Не суди, не унижай и не соблазняй никого. Не приписывай никому того, чего не знаешь о нём достоверно, ибо это гибель душевная. Себе внимай и ожидай приближающейся смерти. Говори себе слово блаженного Арсения: «Арсений, зачем ты вышел из мира?» Научайся тому, чего пришел ты здесь искать. Теки к Иисусу, чтобы и достигнуть Его. Если хочешь спастись, теки скоро, чтобы войти и тебе в добрую дружину святых старцев. Если хочешь преуспеть — трудись. Пожелай быть прославленным со святыми в неизреченной славе, а не быть с постыдными демонами в неизреченном мучении. Возжелай быть в Царствии Небесном, а не в геенне огненной. Возжелай услышать: «приидите, благословенные Отца Моего» (Мф. 25, 34), и: «хорошо, добрый и верный раб», и проч., а не услышать: «идите от Меня, проклятые, в огонь вечный» (ст. 41), «лукавый раб и ленивый» (ст. 26). Господу слава вовеки, аминь.

6. Средство противостояния лукавым помыслам – осознание их чуждыми и неприязнь к ним

Для того, чтобы удобно отсекал прилог, надо помнить, что это не наши мысли и чувства, но нечто чуждое нам, привнесённое извне врагом нашего спасения.

Святитель Феофан Затворник советует:

«Великая ошибка, и ошибка всеобщая, – почитать все возникающее в нас кровною собственностью, за которую должно стоять, как за себя. Все греховное есть пришлое к нам, потому его всегда должно отделять от себя, иначе мы будем иметь изменника в себе самих. Кто хочет вести брань с собою, тот должен разделить себя на себя и на врага, кроющегося в нем. Отделив от себя известное порочное движение и сознав его врагом, передай потом это сознание и чувству, возроди в сердце неприязнь к нему. Это – самое спасительное средство к прогнанию греха. Всякое греховное движение держится в душе через ощущение некой приятности от него; потому, когда возбуждена неприязнь к нему, оно, лишаясь всякой опоры, само собою исчезает».

Преп. Никон Оптинский:

«Надо все дурное, также и страсти, борющиеся нас, считать не своими, а от врага — дьявола. Это очень важно. Тогда только и можно победить страсть, когда не будешь считать ее своей».

Св. Игнатий (Брянчанинов) наставляет свою духовную дочь, ведущую брань с духом блуда, когда ей казалось, что она мысленно беседует с человеком:

Всякое лицо, чье бы оно ни было, когда является воображению, возбуждая нечистые мысли и помышления, есть лице дьявольское, т.е. самого дьявола, который во время греховного искушения предстает душе и обманывает ее принятой личиною, способною возбудить страсть, по настроению души. Сочетавшийся с греховными помышлениями и мечтаниями, сочетается с самим сатаной и подчиняется ему в сей век и в будущий: почему необходимо бороться с помыслами.

Священник Павел Гумеров объясняет:

«...тем, кто хочет вести духовную жизнь, следует помнить, что дурные помыслы нужно умерщвлять в зародыше, «разбивать младенцев их о камень» (см.: Пс. 136, 9). А зародыш помысла есть (как уже было сказано выше) прилог – нечто нам совсем не принадлежащее, но, как какое-нибудь зловерное насекомое, стремящееся залететь в приоткрытое окно нашего сознания.

... Откуда же приходит все это? Говоря глобально, источник их один. Бог зла не сотворил, и первым, кто начал творить зло во вселенной, был сатана. «Кто делает

грех, тот от диавола, потому что сначала диавол согрешил» (1 Ин. 3, 8), – говорит апостол Иоанн Богослов. И принимая крещение, мы «отрекаемся от сатаны и от всех дел его». То есть от дел греха. Поэтому люди, сеющие грех и соблазн, творят, конечно, дело диавола.

Дурные, греховные помыслы почти всегда рождаются от зрительных, слуховых и каких-либо других чувственных образов и впечатлений. Конечно, могут быть помыслы и прямо, непосредственно всеваемые сатаной, но их не так много, как порой кажется. Каковы эти внешние раздражители низменных инстинктов? На первом месте, без преувеличения, стоят современные источники массовой информации: телевидение, «желтая» и развлекательная пресса, радио, очень многие интернет-сайты.

Но не только СМИ сеют грех. Греховные помыслы могут прийти к нам из всего того, что мы читаем, слышим, видим и чувствуем. То есть из книг, фильмов, разговоров, встреч и т.д....

... дурные мысли, греховные желания и стремления не являются кровной собственностью нашей души. Они приходят извне и могут быть как приняты и возвращены нами, так и отринуты и изгнаны. На то нам и дана свободная воля...

... Действительно, грех и скверна не могут быть частью души, они не свойственны, не сродни человеку; мы сотворены чистыми, светлыми, очищены водами святого крещения. Вот лежит ребенок, только что крещенный; он чист, он как ангел Божий, и «все греховное есть пришлое к нам», оно приходит уже потом. И только приняв его в себя, согласившись с ним, мы сами поселяем грех в своей душе. И тогда уже выгнать его ох как непросто.

Мы должны установить в своем сознании как бы некий фильтр, решить, какие мысли для нас желательны, а какие нельзя подпускать и на пушечный выстрел. Поступить как родители, которые могут заблокировать доступ детям на некоторые сайты или телевизионные каналы. Можно привести еще аналогию. Когда раздается звонок в дверь, мы же не сразу распахиваем ее, не спросив: «Кто там?»? Нет, мы сначала смотрим в глазок и только убедившись, что это звонит знакомый нам человек, впускаем его в квартиру.

Помыслов не нужно бояться, но и не нужно беседовать с ними.

Как-то я исповедовался одному опытному священнику в том, что замучили греховные помыслы, и он дал мне такой совет: «Воспринимай помыслы как что-то внешнее, не имеющее к тебе отношения. Мысль может контролировать приходящие к нам помыслы, но в нашей воле – принять или нет». Допустим, сидит человек в доме; окна и двери закрыты; за окнами буря, метель, непогода, но они не вредят ему, пока он не открыл окно. Но стоит открыть – непогода ворвется внутрь, и станет неуютно и холодно. Так же и мысли: они неизбежны, но не должны входить в душу и осквернять ее».

7. Рассуждение в мысленной брани

Святые отцы наставляют, что противостоять помыслам надо с рассуждением:

Св. Феофан Затворник:

"Помыслы, с которыми должно бороться, не всегда бывают худы, а нередко и добры с виду и очень часто безразличны. **Касательно худых один закон — тотчас гнать; последние же должно разбирать, или рассуждать.** Сюда относится всеми восхваляемая опытность различать помыслы, какие то есть исполнять и какие отвергать. Правила для сего предложить нельзя: всякий пусть учится сам из собственных своих опытов, ибо человек на человека не приходит, чтобы то есть чужое годилось для нас. Лучше так: заведен порядок дел — и ходи в нем, а все приходящее вновь, как бы благовидно оно ни казалось, гони вон. Если помысл ничего не представляет худого ни в себе, ни в последствии, то и тогда не вдруг склоняться на него, а терпеть до времени, чтобы не быть опрометчивым. Иные пять лет ждали и не исполняли помысла. Главнейший же закон — не доверять своему разуму и сердцу и всякий помысл поверять своему руководителю. Нарушение сего правила всегда было и есть причиною великих падений и прельщений".

"Желательно вам умудриться в различении помыслов. Сойдите из головы в сердце. Тогда все помыслы ясно видны будут вам, движась пред оком ума вашего острозоркого; а до того не ждите должного различения помыслов. Извольте принять к сведению, что различение помыслов не то же, что гнание их вон, когда они недоброкачественны. Это есть брань мысленная, которой предшествует различение, какие помыслы друзья и какие — враги. Увидев в них друзей, принимают их с почетом, а увидев их врагами, прогоняют с бесчестием. Ведайте также, что различение помыслов различает не добрые только и худые, но и дельные от бездельных и пустых и кажущиеся добрыми от настоящих добрых, — наипаче же то различает, какие помыслы в виде побуждений и целей окружают дела наши, и обычные, и особые какие, чтоб не прокрались побуждения и цели, непозволительные в добром христианине, и не испортили дел наших. Чего это касается и как все делается, учитесь у св. Лествичника, в особом пространном слове его о различении помыслов. По тем указаниям и начинайте действовать, — и опыт всему вас научит".

Изречения безымянных старцев:

Брат спросил старца: "Что мне делать? Многие помышления беспокоят меня, и я не знаю, как отразить их". Старец отвечал: "Не борись против всех помыслов, но против одного: потому что у каждого монаха все помышления имеют одну какую-либо главу. Необходимо рассмотреть, где эта глава, и бороться против нее; тогда будут подавлены и остальные, зависящие от нее помышления."

Евагрий Понтийский:

Когда какой враг, пришедши, уязвит тебя, и ты желаешь, по написанному, обратить его меч в сердце его (Псал. 36, 15), то поступи, как тебе сказываем. Разлагай (делай анализ) сам в себе вложенный им помысел, кто он, из чего состоит, и что собственно в нем поражает ум. Что это говорю я, вот что есть. Пусть послан им на тебя помысел сребролюбия. Разложи его на ум, принявший его, на помышление о золоте, на самое это золото и на сребролюбную страсть. Наконец спроси: что из всего этого есть грех? Ум ли? Но как же он есть образ Божий? Или помышление о злате? Но и это кто может сказать, имеющий ум? Так не самое ли золото грех? Но зачем же оно сотворено? Итак, остается положить грех в четвертом (т.е. в сребролюбной страсти), что не есть ни самостоятельная по сущности вещь, ни понятие о вещи, но сласть какая-то человеконенавистная, рождающаяся из свободного произволения и понуждающая ум зло пользоваться тварями Божиими, каковую сласть пресекать и повелевает закон Божий. Когда будешь ты это расследывать, помысел исчезнет, будучи разложен на то, что он есть, и демон убежит, как скоро мысль твоя восхитится горе, окрыляемая таким ведением.

8. Гнев против помыслов – это правильное использование силы гнева, вложенной в душу Богом

Св. Феофан Затворник пишет о том, как использовать дарованную нам Богом естественную силу души - гнев - против страстных помыслов:

«Положите себе законом действовать и в отношении к страстям: в каком бы маленьком виде они не появлялись, спешите выгонять их, и так безжалостно, чтобы и следа их не оставалось.

Как выгонять? Неприязненным к ним движением гнева, или рассерчением на них. Как только заметите страстное, поскорее постарайтесь возбудить в себе серчанье на него. Сие серчанье есть решительное отвержение страстного. Страстное не может иначе держаться, как сочувствием к нему; а серчаньем истребляется всякое сочувствие - страстное и отходит или отпадает при первом его появлении. И вот только где позволителен и благопотребен гнев. У всех святых отцов нахожу, что гнев на то и дан, чтобы им вооружаться на страстные и грешные движения сердца и прогонять их им. Сюда же относят они слова пророка Давида: «гневайтесь, и не согрешайте» (Пс. 4, 5), повторенные потом и святым апостолом Павлом (Еф. 4,26). Гневайтесь на страсть - и не будете согрешать, потому что, когда гневом прогнана страсть, всякий повод ко греху сим пресекается.

Вооружитесь же так на страсти. Гнев на страсти у Вас должен быть вкоренен с той минуты, как Вы положили всеусердно работать Господу, творя благоугодное пред Ним. Тут у Вас заключен союз с Богом на вечные веки. Сущность же союза такова: твои друзья - мои друзья, твои враги - мои враги. А страсти что суть Богу? Враги.... Так вот, по порядку гневу на страсти следует воспламеняться в Вас, как только они покажутся. Но по причине нашего повреждения не всегда бывает так. Почему гнев на страсти

требует особого свободного, намеренно на них направленного неприязненного действия, усилия, напряжения.

Чтобы успеть в этом, надлежит вслед за тем, как замечено в себе страстное, поспешить сознать и признать в нем врага себе и Богу. Почему поспешить нужно? Потому что с первого раза появление страстного всегда вызывает к нему сочувствие. ... Так вот и надобно сочувствие это отбить и гнев возбудить.

...Он трясется от злобной радости, когда кто попадает в сети греха и остается в них. Сообрази все сие и возбуди в себе неприязнь к этому человекоугоднику и делам его.

Когда таким образом будешь втеснять в сердце одно за другим сокрушающие и умягчающие чувства - то ужас и страх, то печаль и жалость, то отвращение и ненависть, - оно будет мало-помалу согреться и приходить в движение».

Евагрий Понтийский:

Ненависть к демонам много содействует нам ко спасению и много пригодна в делании добродетелей, и однако же воспитывать ее у себя, как некое доброе порождение, мы не в силах, потому что ее рассеивают в нас духи сластолюбия и душу опять воззывают к содружеству и свыкновению с ними. Но Врач душ сие содружество, лучше же неудобоисцелимую гангрену, врачует оставлением, попуская нам ночью и днем терпеть от них что-либо страшное. Вследствие этого душа опять восходит к первообразной (нормальной) ненависти к ним, научаемая говорить к Господу словами Давида: «совершенною ненавистию возненавидех я: со враги быша ми» (Псал. 138, 22). Ибо тот совершенною ненавистию ненавидит врагов, кто ни делом, ни мыслью не согрешает, — что есть знак наивеличайшего и первого (какое было в Адаме) бесстрастия.

Преподобный Исидор Пелусиот:

Уму, как царю-самодержцу, надлежит ко вратам чувств высылать страшные и отовсюду защищенные оружием помыслы, которые встречали бы врагов и преграждали им путь, а не прежде позволяли бы им войти, а потом вступали с ними в сомнительную борьбу, успех которой часто склоняется на другую сторону и доставляет победу противникам. Потому-то когда другие законодатели наказывают только за самое дело, спасительное слово угрожает наказанием и за нескромный взгляд, чтобы брань сделалась... удобной и легкой.

Преподобный Макарий Египетский:

Мудрые, когда восстают страсти, не слушают их, а изъявляют гнев на злые пожелания и делаются врагами самими себе.

Преподобный Исидор Пелусиот:

Страсть если найдет вас обессиленными и ослабевшими, то легко поборет; а если найдет трезвенными и разгневанными на нее, то немедленно оставит вас.

9. Молитва – ограда от злых помыслов. Не следует беседовать с помыслом

Святые отцы наставляют, что человек, имея поврежденную грехом природу, сам, без помощи Божией не может справиться с лукавыми помыслами. Поэтому одно из важнейших орудий в мысленной брани – молитвенное обращение к Богу с покаянием и прошением милости и помощи.

При этом они учат не прекословить помыслу, не вступать с ним в рассуждение и беседу, но сразу обращаться к Богу с молитвой.

Преп. Исаак Сирин:

"Не прекословь помыслам, всеваемым в тебя врагом, но лучше молитвою к Богу прерывай беседу с ними".

Преп. Варсануфий и Иоанн на вопрос: "Должно ли прекословить борющему нас помыслу?" - отвечают:

«Не прекословь; потому что враги сего желают и (видя прекословие) не перестанут нападать; но помолись на них Господу, повергая пред Ним немощь свою, и Он может не только отогнать, но и совершенно упразднить их».

Св. Игнатий (Брянчанинов) наставляет бороться против помыслов печали, уныния, тоски, отчаяния – молитвой к Богу, не вступая в беседу с помыслами:

"Не одобряются в этой войне многие и тонкие размышления, которые силится ум, уповающий на себя, на свою силу, на число и высоту своих познаний, противопоставить напирającym толпам иноплеменников. «Сынове Ефремли наляцающе и стреляюще луки, возвещает пророк, возвратишася в день брани» (Пс 77:9). Не устоять размышлению человеческому против густых полчищ иноплеменников! Собыют они его, переспорят, произведут в уме возмущение, в мыслях смешение — тогда на стороне их победа!

Для верного успеха в невидимой брани с князьями воздушными, с духами злобы, темными миродержителями нужно взяться за оружия, подаваемые верою, подаваемые буйством проповеди Христовой. «Буде Божие премудрее человек есть: и немощное Божие крепче человек есть» (1 Кор. 1:25).

Вот оружия, которые святое буйство проповеди Христовой вручает рабу Христову для борьбы с сынами Енановыми — мрачными помыслами и ощущениями печали, являющимися душе в образе страшных исполинов, готовых стереть ее, поглотить ее:

1-е — слова «Слава Богу за все».

2-е — слова «Господи! Предаюсь Твоей святой воле! Буди со мной воля Твоя».

3-е — слова «Господи! Благодарю тебя за все, что Тебе благоугодно послать на меня».

4-е — слова «Достойное по делам моим приемлю; помяни мя, Господи, во Царствии Твоем».

Эти краткие слова, заимствованные, как видите, из Писания, употреблялись преподобными иноками с превосходным успехом против помыслов печали. **Отцы нисколько не входили в рассуждение с являвшимися помыслами; но, только что представал пред ними иноплеменик, они хватались за оружие чудное** и им — прямо в лицо, в челюсти иноплеменика! Оттого они были так сильны, попрали всех врагов своих, соделались наперсниками веры, а чрез посредство веры — наперсниками благодати, мышцею благодати, совершили подвиги вышеестественные. При явлении печального помысла или тоски в сердце начинайте от всей души, от всей крепости вашей произносить одно из вышеозначенных предложений; произносите его тихо, не спешно, не горячася, со вниманием, во услышание одних вас — произносите до тех пор, доколе иноплеменик не удалится совершенно, доколе не известится сердце ваше в пришествии благодатной помощи Божией. Она является душе во вкушении утешительного, сладостного мира, мира о Господе, а не от какой другой причины. По времени иноплеменик опять начнет приближаться к вам, но вы опять за оружие... Не подивитесь странности, ничтожности, по-видимому, оружий Давида! Употребите их в дело — и увидите знамение! Эти оружия — палица, камень — наделают дела более, нежели все вкупе собранные, глубокомысленные суждения и изыскания богословов-теоретиков, сказателей букв — германских, испанских, английских, американских! Употребление этих оружий в дело постепенно переведет вас со стези разума на стезю веры, и этою стезею введет в необъятную, дивную страну духовного".

Святитель Игнатий (Брянчанинов) пишет о необходимости молитвы в духовной брани:

"Отражение греховных помыслов и ощущений совершается при посредстве молитвы; оно есть делание, соединенное с молитвой, неразлучное от молитвы, постоянно нуждающееся в содействии и действии молитвы.

Очень полезно совершать молитву Иисусову гласно при усиленном нашествии помыслов и мечтаний плотского вожделения и гнева, когда от действия их разгорячится и закипит кровь, отнимутся мир и тишина у сердца.

Хочешь ли научиться отгонять скоро и с силой помыслы, насеваемые общим врагом человечества? Отгоняй их, когда ты один в келлии, гласной, внимательной молитвой, произнося слова неспешно, с умилением.

Поучение вообще, в особенности Иисусова молитва, служит превосходным оружием против греховных помыслов".

Преп. Амвросий Оптинский наставляет, что боримому помыслами надо обращаться за помощью к Богу в смиренной молитве:

Из собственного опыта видим, что человек крайне немощен и бессилен в духовной борьбе без помощи Божией. В борьбе этой, <как> говорит преподобный Марк Подвижник, мы имеем одного помощника, таинственного, в нас сокровенного со времени крещения — Христа, Который непобедим. Он будет споборствовать нам в сей борьбе, если будем не только призывать Его на помощь, но исполнять, по силе своей, Его животворные заповеди. Повергай себя в руце превеликого Его милосердия. Также непрестанно прибегай и к Заступнице нашей Владычице Приснодеве Марии, поя почаству церковную песнь: не имамы иныя помощи, не имамы иныя надежды, разве Тебе, Владычице, Ты нам помози, на Тебе надеемся и Тобою хвалимся, Твои бо есмы раби да не постыдимся.

Когда за работою по послушанию стужают злые помыслы, оставь работу и положи 33 поклона, смиренно призывая милость и помощь Божию.

Спрашиваешь: как лучше, скорбеть ли о помыслах или не обращать на них внимания? И то и другое не твоей меры, т. е. не следует тебе бестолково скорбеть, и не можешь еще презирать помыслов, а следует тебе со смирением обращаться к Богу и молиться. Только во время молитвы должно стараться отвергать всякие помыслы и, не обращая на них внимания, продолжать молитву, если же стужение помыслов очень усилится, то опять должно просить против них Божией помощи.

Вопрос: «В книге Варсануфия Великого написано: повергни немощь свою пред Богом. Как это?» Ответ: «Когда нападут помыслы и не в силах бороться, тогда сказать: «Господи, Ты видишь немощь мою, я не в силах бороться, помоги мне!»

Человека постоянно смущают греховные помыслы, но если он не соизволяет им, то не бывает в них виновен.

Многоразличные внушения врагии считай наравне с хульными помыслами и старайся презирать их, молясь псаломским словом: «Боже, в помощь мою вонми: Господи, помощи ми потщися. Да постыдятся и посрамятся ищущии душу мою, да возвратятся вспять и постыдятся хотящии (мыслящии) ми злая» (Пс. 69, 2—3). Когда же будут враги внушать похвалу и гордостное возношение, то продолжай следующий стих, глаголя: «да возвратятся абие стыдящися глаголющии ми: благоже, благоже» (Пс. 69, 4). Также приличное и в приличное время произноси из 39-го псалма, начинающегося так: «терпя потерпех Господа, и внят ми и услыша молитву мою» (Пс. 39, 2) и прочее по избранию до конца. Иногда же против гордых помыслов молись, как молился некто из древних отцев, глаголя: «Господи, чужда есмь всякого блага и исполнена есмь всякого зла: помилуй мя единым милосердием Твоим». И повторяй это много раз, если возможно, с земным поклонением. Главное же, старайся удержать веру и упование спасения, что Господь хочет всем спастися и в разум истины прийти. Враг же немощной только силится удалить человека от спасительного пути разными нелепыми

внушениями, и устрашениями, и возможными искушениями, чтобы как-нибудь поколебать человека и отвратить от истинного пути, и хотя он иногда, аки лев рыкая, ходит иский кого поглотити, но святой апостол Петр увещевает противиться ему твердою верою и упованием на Господа, что Он не оставит нас и силен упразднить и разрушить все козни врагии, как слышим часто в тропаре мучеников, которые, имуще крепость от Господа, мучителей низложиша и сокрушиша демонов немощныя дерзости.

Преподобный Исаак Сирин:

Понудь себя к непрестанному труду молитвы перед Богом в сердце, носящем помысел чистый, исполненный умиления, и Бог сохранит твой ум от нечистых и скверных помыслов.

Изречения безымянных старцев:

Боримый любодеем подобен человеку, который идет мимо базара, ощущает запахи различных яств, вареных и жареных. Кто хочет, входит туда и ест, а кто не хочет, тот проходит мимо, мимоходом восприняв только запах. Так и ты отвергни от себя смрад скверных помыслов и, встав, помолись: «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помоги мне и прогони борющих меня врагов». Так поступай и по отношению ко всем диавольским прилогам и мыслям. Мы не можем запретить греховным помыслам, чтобы они не приходили к нам, но можем противиться им.

Преп. Исаак Сирин:

"Не прекословь помыслам, всеваемым в тебя врагом, но лучше молитвою к Богу прерывай беседу с ними".

Преп. Варсануфий и Иоанн на вопрос: "Должно ли прекословить борящему нас помыслу?" - отвечают:

«Не прекословь; потому что враги сего желают и (видя прекословие) не перестанут нападать; но помолись на них Господу, повергая пред Ним немощь свою, и Он может не только отогнать, но и совершенно упразднить их».

Св. Игнатий (Брянчанинов):

Ужасна буря страстей; она ужаснее всех внешних бедствий: помрачается разум, закрытый густым облаком помыслов, во время бури сердечной... Единственным средством спасения остается усиленная молитва. Подобно апостолу Петру, нужно возопить от всей души к Господу.

Авва Дорофей:

"...бывает, что и один помысл может удалить человека от Бога, как скоро человек примет его и подчинится ему. Поэтому истинно желающий спастись не должен быть беспечным до последнего издыхания. Итак, нужны многий труд и попечение, и постоянная молитва к Богу, чтобы Он покрыл и спас нас Своею благодатию, во славу святого имени Своего. Аминь.

Если будем искать, то найдём, и если будем просить Бога, то Он просветит нас; ибо в Святом Евангелии сказано: «просите, и дастся вам: ищите, и обрящете: толцые, и отверзется вам» (Мф. 7, 7). Сказано: «просите», для того чтобы мы призывали Его в молитве; а «ищите» значит, чтобы мы испытывали, каким образом приходит самая добродетель, что её приносит, что мы должны делать для приобретения её; так всегда испытывать и значит: «ищите и обрящете»".

В православной аскетической практике трезвение неразрывно связано с непрестанным молитвенным деланием – с покаянным призыванием Божией помощи, обычно - с Иисусовой молитвой.

Св. Григорий Синаит наставляет:

"Собери ум свой в сердце и оттуда мысленным воплем призывай на помощь Господа Иисуса, говоря, "Господи Иисусе Христе, помилуй мя".

Отечник:

Брат спросил старца: "Авва, что мне делать? Меня всегда одолевают помыслы любодеяния и не дают успокоиться ни на час; от этого очень скорбит душа моя". Старец отвечал: "Наблюдай за собою, чадо! Когда бесы всевают страстные помышления в ум твой, - ты не принимай их и не беседуй с ними. Обычно бесам непрестанно приходит к нам и неупустительно стараться в чем-либо уловить нас; но они не имеют возможности принудить нас насильственно: в твоей власти принимать или не принимать их". Брат сказал на это старцу: "Что мне делать, авва! я немощен: похоть одолевает меня". Старец отвечал: **"Внимай себе, чадо, и узнавай пришествие демонов. Когда они лишь начинают говорить с тобой, не отвечай им, но пади лицом на землю и молись: "Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помоги мне и помилуй меня"**. Брат сказал ему: "Авва, я принуждаю себя, но пребываю в нечувствии, и нет умиления в сердце моем, - я не ощущаю силы слов". Старец отвечал: "Ты только говори эти слова, и Бог поможет тебе. Как говорил авва Пимен и многие другие отцы, заклинатель не знает силы произносимых им слов, но змея слышит эти слова, и сила слов на нее действует, она повинуется и умиряется; так и мы, хотя не знаем силы того, что произносим, но бесы отходят со страхом".

Св. Феофан Затворник учит тому, как стяжать трезвение:

"...неизбежный закон для всех ищущих Господа: внимать себе, или вести внутренне бодренную и трезвенную жизнь. У вас есть Добротолюбие? Посмотрите там Исихия, Филофея Синаита, Θεοφιλου, и еще Диодоха, епископа Фотики, — все о трезвении. С помощью их поймете, что такое трезвение, бдение духовное и бодренность. Есть поговорка: тишина такая, что муха пролетит, слышно... Так у трезвенного все тихо в

душе; как свеча горит, возношение сердца к Богу непрерывно. Чуть что стороннее, сейчас видит и прогоняет; и опять покой... и так далее...

Вот этого надобно добиваться. Делайте так. Знакомо вам место молитвы, или место сердца, тепло молящегося? Там, где бывает тепло во время молитвы, станьте вниманием, и будьте там и не желайте выходить; но будьте не одни, а с мыслию о Господе, сущем и в вас; пекитесь при сем о едином, сохранить непотухаемою сию теплоту ко Господу. Это главное! Когда начнете сей внутренний подвиг, тогда дело научит вас само, как сие делать, — что помогает ему и что мешает. Возьмитесь за это. Только тогда, как теплота установится, начинается внутреннее очищение.

Когда отделяется чистый металл от руды? Когда раскалится руда... Так и здесь... А до того все — не то что ничто, но и не что-нибудь дельное, прочное. Так вот вам и урок! Выучите и скажите, что будет с вами и в вас! Когда будете стоять в сердце с мыслию о Господе, тогда ум постоит-постоит, и уморится и начнет вилять туда и сюда, как бы убежать. Тогда дайте ему сладчайшее имя Господа нашего Иисуса Христа, т. е. молитву Иисусову и пусть твердит. Но помните, что страх Божий наперед должен освежать воздух сердца и во все время освежать и очищать... Есть внутреннее благоговейное и уничиженное к Богу припадание, обращающее человека в пыль и прах пред Господом... Сие творите... И будет у нас так: утром, с первого сознания страхом освежать все внутри... молитва за тем согреет... молитва Иисусова с внутренним к Господу припаданием продлит сию теплоту... и слава Богу! Но добиваться надобно до сего. Не вдруг — то; — не то, что вязать иглою, — посмотрел и знаешь. Весьма помощно к сохранению теплоты утреннее чтение, — и из него та мысль, которая прикует внимание, и как лучем падет на сердце и осветит все внутри. Ее чаще потом поминать надо и вращать в уме. Можно и правилом положить, — коль скоро встретится такая мысль при чтении, прекращать чтение. Врагов сему делу много, сами увидите... Главнейшие: глаза, уши, и движение с языком, т. е. многовидение, многослышание, многоглаголение, вольнодвижение... Как пронести стакан воды отстоявшейся, чтоб не возмутилась? Чуть, чуть шагать надобно... Но все сами увидите, когда начнете дело. Только начните; а то вам беда будет. Собьетесь с толку. Испытание вас постигло от тщеславных мыслей и внутреннего самодовольства и самохвальства! Вот и возражение: как можно? Уж я ли не смиренна? — Подождите! Потрудитесь делать, так как прописано... И тогда, что окажется, то и есть... А теперь, что говорить? Пока не сядет душа умом своим в сердце, до тех пор не видит себя и не сознает, как следует. Похвалы, как я уже писал, тоже, что ногу подставить бегущему... тотчас споткнется... и нос разбит... а у иного и дух вон... Боже упаси! Ну, уморил я вас! Но это урок... Уж как хотите, а трудитесь, если хотите добра себе и любите Господа... Трудитесь. Лишь чуточку окажете успех, тотчас и леность вся пройдет.

Развернул Исаака Сириянина и напал на главу, которую и вам прочитать и усвоить всю сполна не худо. Вся жизнь наша и внутренняя и внешняя изъяснена. Это слово 47".

"Бог везде, и душа наша вся пред Ним насквозь. Надобно и сознанием своим стоять пред Ним. Как все Ангелы и Святые зрят Его, и очей своих от Него не отрывают; так и нам в теле еще сущим надобно зреть Его. Как солнце держит планеты и водит их за собою: так весь духовный мир, стало и наши души, должны держаться Бога и водиться Им. И это не час или два, а непрестанно, с минуты пробуждения, до самого забвения во сне. Вдруг поставить себя в это состояние нельзя. Нужен подвиг. — Вот он-то и требуется теперь. — Возьмитесь! Бояться нечего. — Для пояснения дела, читайте в

Добротолюбии статьи о трезвении. Вниманием надо стать над сердцем. Надобно из головы сойти в сердце. Теперь у вас помышление о Боге в голове, а Сам Бог как бы вне, — и выходит, что это работа внешняя. Пока вы в голове, мысли не улягутся покойно и все будут мястись как снег или толкашки летние. По мере вхождения вниманием в сердце, мысли начнут улегаться, а потом и совсем улягутся, — и станет атмосфера души чистая-чистая. Тогда и муха пролетит, заметите, а до того все тьма-тьмущая. Начало плода — сосредоточенная и непрестанная теплота в сердце. И все тут. — Только фамильярность с Господом надобно оставить. Страх великий потребен. Как пред Царем в струнку стоят великие вельможи, так пусть и душа будет пред Богом".

10. Как относиться к помыслам, приходящим во время молитвы

Преп. Макарий Оптинский утешает свою духовную дочь, которая смущалась посторонними помыслами на молитве:

"Не удивляйся тому, что во время службы находят тебе помыслы различные: когда ты принимаешься за оружие против врагов, т. е. молитву, то и они на тебя вооружаются сильнее прилогами помыслов. **Прибегай ко Господу на них молитвою и не смущайся: они исчезнут; а когда будешь смущаться, видя, что оные не оставляют тебя, то сим больше их на себя вооружаешь; а когда со смирением стоя вопиешь на них к Богу, то и успокоишься...**

В случае же рассеянности мыслей на молитве **не надобно смущаться, но смирять себя и окаывать, что может нас успокаивать**, в чем святой Иоанн Лествичник укрепляет, научая: "старайся всегда бродящие твои мысли собрать воедино. Бог не взыскивает того, чтоб ты во время молитвы совсем никаких не мог иметь других мыслей; не отчаивайся, будучи мыслями расхищаем, но благодушествуй, созывая всегда бродящие свои помыслы: никогда бо не быти расхищаему мыслями, единому Ангелу свойственно" (Степень 4)...

Ты пишешь, что несколько дней непрестанно борют тебя разные помыслы, которые и объяснить затрудняешься ты. В особенности они смущают тебя во время пения, чтения и церковного служения. Этому удивляться нечего, и не надобно смущаться: помыслы лезут в ум твой против твоего желания, а ты, по немощи твоей, согласишься с ними и смущаешься. Молитва есть оружие против дьявола; ты на него вооружишься, и он противостаёт тебе помыслами; но ты, вместо того чтобы смущаться, кайся пред Богом и смирайся, сколько бы раз ни случилось тебе увлечься мыслями. Когда будешь иметь залог смирения, то враг не может противостать оному. Итак, не смущайся, а кайся! Бог приемлет молитву смиренных".

Преп. Нил Сорский объясняет, как относиться к посторонним помыслам, приходящим во время молитвы:

«И подобает во время молитвы подвизаться удерживать ум глухим и немым, как сказал Нил Синайский, и иметь сердце, говорит Исихий Иерусалимский, безмолствующим от всякого помысла, хотя бы тот и вполне благим представлялся; потому что, говорит, за безстрастными помыслами страстные последуют, как опытом познано было, и вход первых причиной [для входа] вторых бывает. И поскольку сказано, что, благим помыслам следуя, лукавые входят в нас, то подобает понуждать себя молчать мыслью и в отношении помыслов, кажущихся правыми, и взирать постоянно в глубину сердечную и говорить: «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя»...

Если же не можешь молиться в безмолвии сердца, без помыслов, но видишь их умножающимися в уме твоём, не малодушествуй об этом, но все же продолжай молиться. Блаженный Григорий Синаит, достоверно зная, что невозможно нам страстным победить лукавые помыслы, сказал, что никто из новоначальных не удержит ум и не отгонит помыслов, если [Сам] Бог не удержит его и помыслы не прогонят. Ибо удерживать ум и отгонять помыслы — [дело] сильных. Но и они не сами по себе отгоняют их, а с Богом подвизаются в брани против них, как облеченные благодатью и всем оружием Его».

«...Если пленится [ум] лукавыми помыслами во время молитвы, — это более греховно, ибо во время молитвы подобает собирать ум к Богу, молитве внимать и от мыслей всяческих отвращаться. Если же не во время молитвы и [помышлениями] о нужных житейских потребностях, — таковое безгрешно...»

Св. Игнатий (Брянчанинов):

Необходимо во время молитвы заключать ум в слова молитвы, отвергая без разбора всякий помысел: и явно греховный, и по наружности праведный.

11. Без покаяния и исповеди помыслов не победить

Св. Игнатий (Брянчанинов):

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

...покаяние, как всемогущее врачевство, преподаемое всемогущим врачом – Богом, врачует человека, произволяющего употребить законно это врачевство, врачует со всей удовлетворительностью от всех греховных недугов.

Грех человека уничтожается исповеданием греха, а самые корни греха истребляются борьбою с греховными помыслами и повторением исповедания, когда помыслы начнут одолевать. Бог да простит тебе прошедшее и да укрепит на будущее время. Твое искушение - ничего не значущее, - оно было крепко от того, что ты его скрывала. Перескажи его с раскаянием матери А., и когда помыслы начнут

действовать, то повторяй исповедание с раскаянием. Великое счастье, когда при этой борьбе есть человек, которому можно исповедаться.

Преп. Амвросий Оптинский:

Святой Иоанн Лествичник говорит, что **не открываемые духовному отцу помыслы в дела происходят** (ст. 26, отд. 21) и что, напротив, **открываемые язвы в горшая не простираются, но паче врачуются**. Из собственного опыта видим, что человек крайне немощен и бессилен в духовной борьбе без помощи Божией. В борьбе этой, [как] говорит преподобный Марк Подвижник, мы имеем одного помощника, таинственного, в нас сокровенного со времени крещения — Христа, Который непобедим. Он будет споборствовать нам в сей борьбе, если будем не только призывать Его на помощь, но исполнять, по силе своей, Его животворные заповеди. Повергай себя в руце превеликого Его милосердия.

Священник Павел Гумеров:

«Покаяние, без сомнения, является основой духовной жизни. Об этом свидетельствует Евангелие. Предтеча и Креститель Господень Иоанн начал свою проповедь словами: «Покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное» (Мф. 3, 2). Точно с таким же призывом выходит на общественное служение Господь наш Иисус Христос (см.: Мф. 4, 17). Без покаяния невозможно приблизиться к Богу и победить свои греховные наклонности. Господь дал нам великий дар – исповедь, в которой мы разрешаемся от наших грехов, ибо священник наделен от Бога властью «вязать и решить» грехи человеческие.

В исповеди кающемуся дается не только прощение грехов, но и подается благодать и помощь Божия на борьбу с грехом. Поэтому исправление своей жизни мы начинаем с исповеди. ...

Итак, для вступления на путь войны против страстей нужно иметь твердую решимость, возненавидеть страсть всей душой и ополчиться на нее. Второе, что нужно сделать, – это покаяться в грехах, прибегнуть к таинству исповеди, но не просто исповедовать грехи, а принять решение бороться с ними и после исповеди не оглядываться назад, сжечь все мосты, связывающие нас с прошлой страстной греховной жизнью, и идти вперед, побеждая страсти».

Преподобный Симеон Новый Богослов:

Кто желает отсечь страсти, тот только плачем и слезами может отсечь их...

Преподобный авва Дорофей:

Без труда и сердечного сокрушения никто не может избавиться от страстей и угодить Богу.

Что делать побеждённому в духовной брани?

Преп. Никодим Святोगорец наставляет, что нам делать, когда мы бываем побеждены в невидимой брани с врагом рода человеческого:

"Когда бываешь уранен, впадши в какое-либо прегрешение, по немощи своей или по худонравию своему (разумеются грехи простительные: недолжное слово сорвалось, рассердиться пришлось, мысль худая промелькнула, желание недолжное поднималось и подобное), не малодушествуй и не мятись попусту без толку. Первое, что нужно, не останавливаясь на себе, не говори:

"Как я такой потерпел это и 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 благодать, Господи, не остановился бы я на этом, а всеконечно впал бы еще в худшее что".

Однако ж, сознаваясь так и таким себя чувствуя, поопасись допустить беспечную и поблажливую мысль, что поелику ты таков, то будто право некое имеешь делать что-либо неподобающее. Нет, несмотря на то, что ты немощен и худонравен, все неподобающее, делаемое тобой, вменяется тебе в вину. Ибо все, происходящее от тебя, произволением одаренного, произволению твоему принадлежит, и как доброе бывает тебе в одобрение, так худое в оуждение. Потому, сознав себя худым вообще, сознай вместе и виновным в том худе, в которое впал в настоящий час. Осуди себя и укори, и притом себя одного, не озирайся по сторонам, ища, на кого бы свалить вину свою. Ни люди окружающие, ни стечение обстоятельств не виноваты в грехе твоём. Виновно одно злое произволение твое. Себя и укоряй.

Однако ж не будь похож и на тех, которые говорят: "Да, я это сделал, и что ж такое?" Нет, после сознания и самоукорения, поставив себя пред лицом неумытной правды Божией, поспеши возгреть и покаянные чувства: сокрушение и болезнование о грехе не столько по причине унижения себя грехом, сколько по причине оскорбления им Бога, столько милостей тебе лично явившего, в призвании тебя к покаянию, в отпущении прежних грехов, в допущении ко благодати Таинств, в хранении тебя на добром пути и руководстве по нему.

Чем глубже сокрушение, тем лучше. Но, как бы ни было сильно сокрушение, и тени не допускай нечаяния помилования. Помилование уже совсем готово, и рукописание всех грехов разодрано на кресте. Ожидается только раскаяние и сокрушение каждого, чтоб и ему присвоить силу крестного заглаждения грехов всего мира. С сим упованием пади ниц душою и телом и вопий: «Помилуй мя, Боже, по велицей милости Твоей», - и не преставай вопить, пока не восчувствуешь себя виновным-милуемым, так чтоб вина и милование слилось в одно чувство.

Эта благодать нисходит наконец на всякого кающегося. Но ему сопутствовать должна решимость, обетом скрепленная, не поблажать себе потом, а строго блюсти и охранять себя от всяких падений, не только больших, но и малых, с присовокуплением усердной

молитвы о благодатной к тому помощи. После столь близкого опыта неблагонадежности своих сил и усилий, сами собой пойдут из сердца воздыхания: «Сердце чисто созижди во мне Боже и дух прав обнови во утробе моей. И Дух Твой благий да наставит меня на землю праву».

Все сие - самоосуждение, сокрушение, уповательную молитву о помиловании, воодушевительное решение блюстись впредь и молитву о благодатной к тому помощи, - должно тебе проходить внутри всякий раз, как погресишь оком, слухом, языком, мыслию, чувством, и на мгновение одно не оставляй в сердце грех неисповеданным Господу и неочищенным пред Ним сердечным покаянием. Опять падешь, и опять тоже сделай, и хотя бы тебе многократно пришлось погрешить, столько же раз и очищай себя пред Господом. Вечером же, если есть возможность, перескажи все духовному отцу своему, а когда нельзя в тот же вечер, перескажи при случае. Такое исповедание или откровение всего духовному отцу есть самое благотворное действие в деле нашей духовной брани.

Ничто так не поражает врага-душегубца и не разоряет козни его, как такой образ действия.

...Об одном только помяну: враг усиленно старается внушить, не тотчас, как замечено прегрешение, приступать к делу внутреннего себя от него очищения, а подождать немножко, не день и не час, а немножко. Но только согласись на это, он подставит другой грех, после греха языком грех оком и еще каким чувством, а этого греха очищение поневоле уже отложишь, потому что надо прежде очистить предыдущий. И пойдет, таким образом, отлагание на целый день, и грех за грехом наполнит душу. Вечером, до коего обычно откладывается дело покаянного себя очищения, ничего не видно в душе определенного, - там шум и смятение и мрак от множества допущенных падений. Душа похожа на очи, пылью набитые, или на воду, помутившуюся от множества нападшего туда сора. Как ничего не видно, то дело покаяния совсем оставляется, но вместе с тем и душа оставляется мутною и смятенною. От этого молитва вечерняя бывает неисправна, а далее и сны нехороши. Так никогда ни на одно мгновение не отлагай внутреннего очищения, как только сознаешь за собой что неисправное.

Второе, что внушает при этом враг, есть не сказывать духовному отцу случившегося. Не слушай и наперекор ему открывай все: ибо, сколь много благ от сего открывания, столь же, или даже больше, зла от скрывания того, что бывает в нас и с нами".

12. Возделывание добрых помыслов и деятельных добродетелей. Необходимость смирения

Святые отцы учат противопоставлять лукавым помыслам добрые, светлые помыслы.

Священник Павел Гумеров:

"Очень важно не только избавляться от греховных помыслов и не допускать их в свою душу, но и заполнять ее мыслями другими – духовными, светлыми, добрыми. Ведь есть закон: природа не терпит пустоты. И духовная природа тоже. Вспомните притчу, как нечистый дух выходит из человека и, изгнанный, ходит по пустынным местам, потом возвращается и, найдя свое место незанятым, приводит семь злейших себя бесов. Свято место, как говорится, пусто не бывает.

Святитель Феофан советует поставить после изгнания злых помыслов у самого входа в душу как бы щит и не пускать их обратно: «А для сего спешి восставить в душе убеждения, противоположные тем, на котором держится смущающий помысел».

Мы уже говорили, что каждой страсти есть противоположная добродетель. Так и каждой греховной мысли можно противопоставить противолежащую, добродетельную. Например, блудной – целомудренную, чистую; гневливой – доброжелательную; помыслу осуждения – помысел оправдания, жалости к ближнему и т.д. "

Св. Феофан Затворник:

Началась брань — храни преимущественно сердце: **не давать доходить возникающим движениям до чувства, встречай их у самого входа в душу и старайся поразить здесь. А для сего спеши восставить в душе убеждения, противоположные тем, на коих держится смущающий помысел.** Такие противоубеждения суть в мысленной брани не только щит, но и стрелы — защищают сердце твое и поражают врага в самое сердце. С тех пор в том и будет состоять брань, что возникший грех будет постоянно ограждаться мыслями и представлениями, защищающими его, а борющийся будет со своей стороны уничтожать сии оплоты мыслями и представлениями противоположными.

Преподобный Петр Дамаскин:

...разумный (делатель) **отвергает лукавый прилог** – мать зол, чтобы разом отсечь все происходящее от него злое, **а благой прилог всегда должно быть готовым обращать в дело**, чтобы тело и душа пришли в навык добродетели и освободились от страстей благодатию Христовою.

Святые отцы говорят, что в духовной брани сам человек победить не может, а победа и избавление от брани даётся лишь Самим Богом тому, кто стяжал смиренное устроение, в меру своих сил твёрдо противится злу, не отчаиваясь, и уповает на помощь Божию:

Преп. Макарий Великий:

Представь себе стан персидский и стан римский, и вот вышли из них два окрыленные мужеством и равносильные юноши и ведут борьбу. Так сопротивные сила и ум равномошны между собой и равную имеют силу, как сатана преклоняет и лестью вовлекает душу в волю свою, так опять и душа прекословит и ни в чем не повинуетя ему, потому что обе силы могут только побуждать, а не принуждать к злу и добру.

Таковому-то произволению дается Божья помощь, и оно может борьбой прибрести

оружие с неба, им победит и искоренит грех, потому что **душа может противиться греху, но не может без Бога победить или искоренить зло**. А утверждающие, что грех подобен сильному исполину, душа же подобна отроку, говорят худо. Ибо, если бы таково было несходство, и грех уподоблялся исполину, а душа отроку, то несправедлив был бы Законоположник, Который дал человеку закон вести брань с сатаной (27, 22).

Преп. Амвросий Оптинский наставляет, что победить в духовной брани без смирения невозможно:

Нет ли, или не кроются ли в душе твоей какие-либо затаенные немощи, ради которых враги доселе крепятся и надоедают тебе до изнеможения? Если и не можешь ничего такого отыскать, то все-таки молись со смирением Богу псаломскими словами: «грехопадения кто разумеет? От тайных моих очисти мя, и от чуждых пощади рабу Твою» (Пс. 18, 13). У всех святых отцев единогласный ответ и совет в подобных случаях: во всяком искушении победа — смирение, самоукорение и терпение, разумеется, при испрашивании помощи свыше. Молись о сем и Царице Небесной, и всем угодникам Божиим, к каким ты имеешь особенную веру, чтобы помогли тебе избавиться от прелести бесовской. Прежде всего рассмотри душевное расположение, мирна ли ты со всеми, не осуждаешь ли кого.

Преп. Макарий Оптинский пишет о необходимости смирения для успеха в духовной брани:

«...Подвизайтесь против страстей. Брань не отдышна, ужасна и свирепа с ними и с невидимыми врагами. Смирение же их побеждает».

«В недавнем времени, кажется, довольно мы с тобою говорили о всем... и о бранях духовных, кои нужно побеждать самоукорением и смирением; теперь учись этому на опыте...»

«Всем нам предлежит борьба с невидимыми духами злобы. О чем святые апостолы Петр и Павел довольно ясно в своих Посланиях пишут. Первый: «бодрствуйте, стойте, зане супостат ваш диавол, яко лев рыкая, ходит, иский кого поглотити; ему же противитесь твердо верою» (1 Пет. 5,8—9). А второй: «несть наша брань к крови и плоти...» (Еф. 6, 12). И оба они учат нас вооружаться против него верою в Господа нашего Иисуса Христа... К сим оружием потребно и смирение. Ибо оному Сам Спаситель научил нас, говоря: «научитесь от Мене, яко кроток есмь и смирен сердцем, и обрящете покой душам вашим» (Мф. 11, 29)...

В письме твоем ты упоминаешь о минутах трудной брани с ненавистником нашего спасения. Точно, трудно — без помощи Божией и когда мы вознадеемся на свой разум и силы или предадимся нерадению; но даже и самые падения всякого рода бывают попусшением за возношение. Св. Иоанн Лествичник пишет: "где падение, там предварила гордость". Итак, нам должно всемерно стараться о приобретении смирения, потому что имеем брань с гордыми бесами; а смирение на них безтрудная победа... Чем же стяжем сие сокровище — смирение? Надобно поучаться в писаниях

святых отцев о сей добродетели и иметь во всем самоукорение, а ближних видеть лучшими себя; ни в чем их не укорять и не осуждать, а укоризны от них принимать как посланные от Бога ко у врачеванию наших душевных болезней».

Старец Паисий Святогорец наставлял своих духовных детей вести духовную брань, **отметая недобрые помыслы и воздвигая им в ответ добрые помыслы:**

«...Основа всего в том, чтобы человек истолковывал все посредством доброго помысла. Только в этом случае он получает пользу....

— Геронда, добрые помыслы приходят сами собой или их нужно воздвигать?

— Их нужно воздвигать. Надо следить за собой, контролировать себя, когда враг приносит тебе плохие, злые помыслы, надо стараться изгонять их и заменять на помыслы хорошие, добрые. Подвизаясь подобным образом, ты воздвигашь свое [внутреннее] расположение и делаешь его добрым. И тогда, взирая на твое доброе расположение, Бог умиласердится над тобой и поможет тебе, после чего худые помыслы уже не найдут в тебе места. Они будут уходить, а для тебя уже совершенно естественным будет иметь в себе помыслы добрые. Ты приобретешь привычку к доброду, в твое сердце войдет добродота, и тогда в своей внутренней храмине ты примешь [Небесного] Гостя — Христа. Однако это дело не одного-двух дней. Необходимы время и непрестанная борьба для того, чтобы душа увенчалась победным венцом. Когда это произойдет, брань прекращается уже насовсем. Ведь брань [страстей] — это иступленные проявления внутреннего разлада, которым пользуются наши враги.

Если хотите научиться работать над собой, то не исследуйте, чем занимаются другие, но включайте в работу добрые помыслы о том, что видите в них. Независимо от того, какую цель преследует человек, — включайте в работу добрые помыслы. Добрый помысл содержит в себе любовь. Он обезоруживает человека и подвигает его отнестись к тебе по-доброду.

Тот, у кого есть добрые помыслы, духовно здрав и зло претворяет в доброд. ... Взять, к примеру, человека, имеющего добрые помыслы. Даже если кто-то его несправедливо ударит, он скажет: "Бог попустил это, чтобы я искупил свои прежние грехи. Слава Богу!" Если же добрых помыслов у человека нет, то, даже если ты захочешь его ласково погладить, он подумает, будто ты замахиваешься, желая нанести ему удар. ...

Когда некоторые говорили мне, что соблазняются, видя в Церкви много неподобающего, я отвечал им так: "Если спросить муху, есть ли здесь в окрестностях цветы, то она ответит: "[Насчет цветов] не знаю. А вот консервных банок, навоза, нечистот во-он в той канаве полным-полно". И муха начнет по порядку перечислять тебе все помойки, на которых она побывала. А если спросить пчелу: "Не видела ли ты здесь в окрестностях какие-нибудь нечистоты?", то она ответит: "Нечистоты? Нет, не видела нигде. Здесь так много благоуханных цветов!" И пчелка начнет перечислять тебе множество разных цветов — садовых и полевых. Видишь как: муха знает только о

помойках, а пчелка — о том, что неподалеку растет лилия, а чуть подальше распустился гиацинт".

Как я понял, одни люди похожи на пчелу, а другие на муху. Те, кто похож на муху, в каждой ситуации выискивают что-то плохое и занимаются только этим. Ни в чем они не видят ни капли доброго. Те, кто похож на пчелу, находят доброе во всем. Человек поврежденный и мыслит поврежденно. Ко всему он относится с предубеждением, все видит шиворот-навыворот, тогда как тот, у кого добрые помыслы, — что бы ни увидел, что бы ему ни сказали — включает в работу добрый помысл.

...

— Геронда, если человек мучается помыслом, что все вокруг якобы только им одним и заняты, то как ему этот помысл прогнать?

— Этот помысл от лукавого, который стремится сделать человека больным. Надо относиться к такому помыслу с безразличием, не обращать на него внимания. Ему нельзя верить ни на грош. Например, человек мнительный, увидев, как два его знакомых тихо разговаривают между собой, думает: "А ведь это они мне косточки перемывают! Не ожидал от них такого!" А люди беседуют совсем о другом. Если дать такому помыслу волю, то постепенно он "наберет обороты" и человек дойдет до того, что станет думать, будто за ним следят, его преследуют. Даже если кто-то имеет "неопровержимые данные" о том, что окружающие заняты им одним, он должен знать, что эти "факты" подтасовал столь хитрым образом не кто иной, как сам враг, желая убедить человека [в истинности внушаемого помысла]. Какой же диавол хитрый подтасовщик!

...диавол сперва бомбит человека помыслами, а затем идет на него в атаку. Диавол не нападает на человека, если не испортит сперва его помысла. Ведь добрый помысл защищает человека, добрый помысл — это его "блиндаж".

Помысл "слева" — это чужеродное тело, и человек должен постараться его отвергнуть. У каждого из нас есть силы на эту борьбу. Никто не может оправдаться тем, что слаб и не в силах бороться. Ведь [добрый помысл] — это не кирка и не кувалда, которые [слабый] человек не может поднять, потому что у него дрожат руки. Я не вижу ничего сложного в том, чтобы видеть все в добром свете. Зачем я буду, скажем, уделять внимание чьим-то причудам? Ведь в действительности может оказаться, что человек ведет себя так не по своему нраву, а нарочно, для того чтобы смириться.

...Если хочешь преуспеть, то, когда лукавый будет атаковать тебя "левыми" помыслами и тянуть к себе, с силой поворачивай штурвал в противоположную сторону, а на врага не обращай никакого внимания. Постарайся производить в себе добрые помыслы и о младших и о старших сестрах, неприметно занимающихся своим внутренним деланием. Ведь тангалашка портит твой помысл для того, чтобы задержать твой духовный рост. Если бы ты не застревала на своих помыслах, то двигалась бы вперед гигантскими духовными шагами. Вся духовная жизнь основывается на помысле. От помысла зависит преуспевание в духовной жизни.

— Геронда, что помогает в борьбе против помыслов "слева"?

— Бодрствование [над собой] и непрестанная молитва. Бодрствуя [над собой], ты ведешь себя осторожно и включаешь в работу добрые помыслы. К примеру, видя какую-нибудь чашку, ты думаешь о Святой Чаше, о Тайной Вечере, о Христе. Если же ты над собой не бодрствуешь, твой ум может уходить к различным недуховным, а то еще и к прямо греховным предметам. Поэтому старайся не собирать [в себе] весь этот мусор помыслов — иначе потом тебе придется приложить немало усилий, чтобы их прогнать. Произноси Иисусову молитву и будь внутренне собрана. Если же твой ум куда-то уходит, снова возвращай его назад. Делай это постоянно. Не позволяй уму кружиться. Ведь, даже если твой ум постоянно находится в области не прямо греховных предметов, но возвращается среди вещей нейтральных, эти нейтральные вещи, развлекая ум, тоже "нейтрализуют" его, и он расточает себя понапрасну. А кроме того, помыслы, которые рождаются от рассеянности, коварнее, чем помыслы [откровенно] злые. Ведь первые помыслы мы не замечаем и поэтому не выбрасываем их из себя.

— Геронда, когда ко мне приходит гордый помысл, я испытываю мучение.

— Ты что, удерживаешь этот помысл в себе?

— Да.

— Зачем же ты его держишь? Закрывай перед ним дверь. Удерживая такой помысл в себе, ты повреждаешься. Помысл, подобно вору, приходит к тебе — ты открываешь ему дверь, вводишь в дом, заводишь с ним беседу, а потом он тебя грабит. Разве можно заводить разговоры с вором? С ним не только избегают бесед, но и дверь запирают накрепко, чтобы он не вошел. Хорошо, даже если ты и не беседуешь с помыслом — все равно, зачем ты позволяешь ему входить внутрь? Приведу тебе пример. Предположим, тебе приходит помысл о том, что ты можешь стать игуменьей. Я не говорю, что ты и вправду имеешь такие помыслы, но привожу это как пример. Ну так вот, пришел тебе такой помысл. Ладно. Как только он пришел, скажи себе так: "А-а! Чудесно! Ты хочешь быть игуменьей? Так вот: стань сперва игуменьей для самой себя". Сказав так, ты сразу же прекращаешь беседу [с диаволом]. Да неужто будем с диаволом ласы точить? Посмотри, ведь когда диавол пришел искусить Христа, Он сказал ему: "Иди́ за Мнóю, сатанó" (Лк. 4, 8.). Раз Христос сказал диаволу: "А ну иди отсюда...", то уж мы-то с какой стати будем с ним разговоры вести?

— Геронда, а если я беседую с "левым" помыслом, чтобы узнать, откуда он происходит, — это плохо?

— Плохо то, что ты беседуешь не с помыслом, как тебе это кажется, а с тангалашкой. Собеседуюя с ним, ты приятно проводишь время, однако впоследствии мучаешься. С такими ["левыми"] помыслами не разговаривай совсем. Лови [вражескую] гранату на лету, и [сразу] бросай ее [обратно] во врага — чтобы он погиб. Есть такие гранаты, которые разрываются не сразу, а спустя две-три минуты. "Левый"

помысл подобен таким гранатам: если ты изгонишь его сразу, он не может тебе повредить. Но иногда, теряя бдительность, оставляя Иисусову молитву, ты не можешь обороняться. Дьявол, находясь извне, посылает тебе "телеграмму". Получив эту "телеграмму", ты читаешь и перечитываешь ее, веришь тому, что в ней написано, и потом кладешь в архив. Вот эти-то "досье" и будут раскрыты тангалашкой в день суда для того, чтобы тебя обвинить.

— Геронда, а когда приращение "левого" помысла является падением?

— Вот приходит помысл, и ты его немедленно прогоняешь. Это не падение. Но вот он приходит, и ты беседуешь 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 повредила: ведь дьявол осквернил твой ум. То есть в последнем случае ты все равно что говоришь пришедшему дьяволу: "Добрый день, как поживаешь? Хорошо? Присаживайся, я тебя угощу. А?! Так ты дьявол? Ну, тогда уходи!" Но раз ты видела, что это дьявол, зачем было пускать его внутрь? А теперь ты его "угостила", и поэтому он придет вновь.

...— Геронда, а когда возникает сосложение с помыслами?

— Когда ты их сосешь, как карамельку. Постарайся не услаждаться вкусом этих помыслов, снаружи покрытых сахарной глазурью, а изнутри полных ядовитой горечи, иначе впоследствии ты будешь приходить в отчаяние. То, что через человека [просто] проходят нехорошие помыслы, — не повод для беспокойства. Ведь злые помыслы не приращаются только к ангелам и к людям, достигшим совершенства. Беспокоиться стоит в том случае, когда человек утрамбовывает, выравнивает часть своего сердца и начинает принимать на посадку "волколеты"[Игра слов: образованное Старцем слово "волколет" (лхкьцфесп) в греческом языке созвучно слову "вертолет" (Элйкьрфесп). — Прим. пер.] [вражеских волко-воздушных сил] — то есть бесов. Если такое вдруг случится, необходима немедленная исповедь, вспашка волко-посадочной полосы и ее засадка плодоносными деревьями — чтобы сердце вновь превратилось в райский сад».

Для борьбы со страстью мало бороться с помыслами, необходимо и совершать дела добродетелей, противоположные борющейся страсти. Об этом пишет св. Феофан Затворник:

«Мысленная брань с помыслами, похотьми и страстями не должна составлять исключительного, все другие отстраняющего и заменяющего средства к очищению наших скверн, несмотря на всю решительную необходимость, неизбежность и победоносную силу. С нею должно быть поставлено в непрерывной связи деятельное поборание страстей, или искоренение, погашение и истинение (сокрушение — Ред.) их посредством противоположных им дел. Причина сему та, что страстность проникала (пропитала, внедрилась — Ред.) силы наши, и проникала потому, что мы действовали страстно. Каждое дело страстное полагало в силу свою частичку страстности, и совокупностью всех дел переполнилась сила

страстию, как губка водою или как платье — воню. Следует и обратно, для выжатая сей страстности, употреблять противоположные первым дела, чтобы таким образом каждое дело, осаждаясь в силу, вытесняло из нее соответственную часть страстности и множество таких дел, часто и непрерывно делаемых, всю страсть. Такое средство, если только употребляется надлежащим образом, так сильно, что действующие по нему, после нескольких опытов, начинают уже ощущать умаление страстей, льготу и свободу и некоторый свет в душе. Мысленная брань одна изгоняет страсть из сознания, но она все еще остается живою, а только скрылась. Напротив, противоположное дело поражает сего змия во главу. Из сего не следует, однако же, чтобы при делании можно было прекращать борение мысленное. Этому должно быть неотлучно при том, иначе оно может остаться без всякого плода и даже расплоскаться, а не умалять страстность, потому что, при деле против одной страсти, может прилипнуть другая, например при посте — тщеславие. Если это оставить без внимания, то, при всем усилии, не будет никакого плода от делания. Брань мысленная в связи с деятельною, поражая страсть извне и изнутри, истребляет ее так же скоро, как скоро погибает враг, когда бывает обойден и побивается и сзади, и спереди".

13. Нельзя доверять тому, что кажется. Доверие своему помыслу – это прелесть

Святые отцы пишут, что диавол искушает человека не только явно-грешными помыслами, но и обманчиво добрыми, однако и последние лукавы и доверие им приводит к духовному заблуждению, прелести.

Св. Феофан Затворник:

«Помыслы, с которыми должно бороться, не всегда бывают худы, а нередко и добры с виду и очень часто безразличны. Касательно худых один закон — тотчас гнать; последние же должно разбирать, или рассуждать. Сюда относится всеми восхваляемая опытность различать помыслы, какие то есть исполнять и какие отвергать. Правила для сего предложить нельзя: всякий пусть учится сам из собственных своих опытов, ибо человек на человека не приходит, чтобы то есть чужое годилось для нас. Лучше так: заведен порядок дел — и ходи в нем, а все приходящее вновь, как бы благовидно оно ни казалось, гони вон. Если помысл ничего не представляет худого ни в себе, ни в последствии, то и тогда не вдруг склоняться на него, а терпеть до времени, чтобы не быть опрометчивым. Иные пять лет ждали и не исполняли помысла. Главнейший же закон — не доверять своему разуму и сердцу и всякий помысл поверять своему руководителю. Нарушение сего правила всегда было и есть причиною великих падений и прельщений.

Худой помысл искушает, а благовидный прельщает. Кто увлекается первым, тот считается согрешившим, падшим, а кто увлекается последним, тот — состоящим в прелести. Изобразить все прельщения в их началах и свойствах возможно ли? К свойству их относится преимущественно то, что человек с уверенностью считает себя таким, каков он не есть, например: воззванным вразумлять других, способным к необыкновенной жизни и прочее. Источники их — тончайшая мысль, что я значу нечто,

и значу немалое... Ничтожный мнит о себе нечто. К этой-то тайнейшей гордыне прицепляется враг и опутывает человека. Впрочем, и всякий тонкий худой помысл, нами не замечаемый, держит нас в прелести; когда мы думаем, что водимся помыслом добрым и благочестивым. В этом отношении можно сказать, что минуты не проходит, когда бы мы не были в прелести, ходим, словно в призраках, опутаны ими то в том, то в другом виде. Это потому, что зло еще внутри, не испарилось, а добро на поверхности; оттого в глазах у нас точно туман от испарений».

Преп. Макарий Оптинский:

У сопротивника нашего два средства, которыми он доводит людей до прогневания Бога: первое, ввергнуть в пороки; а второе, когда не успеет сего сделать, то в гордость, то есть во мнение о себе, что мы исполняем волю Божию, и с сим подходит весьма тонко, — не вдруг ослепляет гордостью, "но убеждает вменять, что они делают добродетель, и повергает в сердце их семя радостного мнения; от него же заченшися, воспитывается внутренний фарисей, который, день ото дня умножающееся и возрастающее, предает таковых совершенной гордыне и прелести, за которую попускается от Бога преданным быть во власть сатанинскую". Сие рассуждение одного богодухновенного мужа и великого старца молдавского (см. житие Паисия Величковского).

Преп. Амвросий Оптинский:

...Не следует... в чем-либо исполнять волю врагов душевных, смущающих тебя всякими внушениями и предположениями, которым ты доверяешь на том основании, что это тебе кажется. Вся стужающая тебя мысленная брань или путаница происходит от этого доверия вражеским внушениям, которым ты приписываешь какое-то значение или вероятие или которые ты хочешь уловить, вместо того чтобы презирать их, призывая противу них помощь Божию. Главная же причина мысленной твоей брани — великое твое высокоумие, которое во всем проглядывает.

...Мысленными разбойниками окрадается тот, кто принимает злые внушения, смешивая с ними свою волю; внушения этих мысленных татей всегда беспорядочны и несообразны с делом, по слову Евангелия: «не входяй дверьми во двор, но прелазя инуде, той тать есть и разбойник... Тать не приходит, разве да украдет и убьет и погубит» (Ин. 10, 1, 10). Святой Авва Дорофей, объясняя козни диавола, пишет: он не столько искусен в делании зла и знает, что человек не хочет согрешить, и потому не внушает ему какие-либо явные грехи и не говорит ему: иди сотвори блуд или пойди украдь, но находит в нас одно мнимо-благое пожелание или одно самооправдание и тем, под видом доброго, вредит. Так он благовидными внушениями извлек N. из обители и тебя смущает тем же образом, и вообще путает тебя пожеланиями своей воли.

Старец Паисий Святогорец:

«...выбрасывай помысл одним махом... Если духовный человек доверяет своему помыслу, это начало прелести. Его ум омрачается гордостью, и он может впасть в прелесть. ...

— Геронда, а разве другие [уже] не в состоянии помочь такому человеку?

— Чтобы человеку, находящемуся в таком состоянии, пошла на пользу чья-то помощь, он и сам должен себе помочь. Должен понять, что верить своему помыслу, который внушает ему, что он лучше всех, что он свят и тому подобное, — это прелесть. От такого помысла, если сам человек его удерживает, — не отобьешься даже из пушки. Чтобы этот помысл ушел, нужно смириться.

... вот если начнешь верить своему помыслу, он точно сведет тебя с ума. Не верь своему помыслу: ни когда он говорит, что ты пропащая, ни когда величает тебя святой».

14. Хульные помыслы

Хульные помыслы – это прилоги бесов, хулящих святыню. Они попускаются Богом подвижнику по разным причинам - бывают от зависти диавола, от печали и уныния, от гордости и осуждения.

Старец Паисий Святогорец объясняет, откуда происходят хульные помыслы:

«Смотри, что происходит: видя тебя опечаленной, тангалашка пользуется этим и подсовывает тебе мирскую карамельку — греховный помысл. Если ты в первый раз падешь [приняв этот помысл-карамельку], то в следующий раз он расстроит тебя еще больше и у тебя не найдется сил ему сопротивляться. Поэтому никогда не нужно пребывать в состоянии печали, вместо этого лучше заняться чем-то духовным. Духовное занятие поможет тебе выйти из этого состояния.

— Геронда, я очень мучаюсь от некоторых помыслов...

— Они от лукавого. Будь мирна, и не слушай их. Ты человек впечатлительный, чуткий. Дьявол, пользуясь твоей чувствительностью, внушает тебе [привычку] придавать некоторым помыслам излишнее внимание. Он "приклеивает" к ним твой ум, и ты понапрасну мучаешься. К примеру, он может принести тебе скверные помыслы о матушке-игуменье или даже обо мне. Оставляй эти помыслы без внимания. Если отнестись к хульному помыслу хоть с немногим вниманием, он может тебя измучить, может тебя сломать. Тебе необходимо немного доброго равнодушия. Хульными помыслами дьявол обычно мучает благоговейных и очень чувствительных людей. Он преувеличивает их падение [в их собственных глазах] с тем, чтобы ввергнуть их в скорбь. Дьявол стремится низвергнуть их в отчаяние, чтобы они покончили с собой, если это ему не удастся, то стремится, по крайней мере, свести их с ума и вывести из строя. Если же дьяволу не удастся и это, то ему доставляет удовольствие навести на них хотя бы тоску, уныние.

...Часто хульные помыслы приходят человеку и по зависти диавола. Особенно после всенощного бдения. Бывает, что от усталости ты падаешь как мертвый и не можешь противодействовать врагу. Вот тогда-то злодей диавол и приносит тебе хульные помыслы.

...Человек может и сам дать повод для прихода такого помысла. Если хульные помыслы не вызваны чрезмерной чувствительностью, то они приходят от гордости, осуждения и тому подобного. Поэтому, если, подвизаясь, вы имеете помыслы неверия и хулы, знайте, что ваше подвижничество совершается с гордостью. Гордость омрачает ум, начинается неверие, и человек лишается покрова Божественной Благодати. Кроме того, хульные помыслы одолевают человека, который занимается догматическими вопросами, не имея для этого соответствующих предпосылок».

Святые отцы учат не беседовать с такими помыслами, не противоречить им, не пугаться их и не приписывать их себе, - но отворачиваться от них с презрением, как от вражеского прилога, не обращать на них никакого внимания.

Преп. Макарий Оптинский излагает святоотеческое учение о хульных помыслах:

"Очень жалею о твоём смущении, от врага происходящем. Ты считаешь себя такою грешницею, что и подобной нет, не понимая того, что враг борет тебя хульными помыслами, влагая в мысль твою неподобные и неизъяснимые слова его; а ты думаешь, что они от тебя происходят, а ты, напротив, не имеешь оных, но ужасаешься, скорбишь и смущаешься, тогда как они совсем не твои, а вражеские; твоего участия в них ни малейшего нет, и даже в грех вменять их не должно, а надобно быть спокойным, нимало не обращая на них внимания и ни во что вменяя; они и исчезнут. А когда ты смущаешься о сем, скорбишь и отчаиваешься, то врага это утешает и он еще более на тебя оными восстает. Ты отнюдь не считай их за грех, то и успокоишься; какая тебе нужда скорбеть за грехи врага; он и на небе хулил Господа... Но с твоей стороны вот какая вина и грех: ты думаешь о себе много, увлекаешься гордостью, зазираешь других, осуждаешь их и подобное, и мало о сем печешься, за то-то и попускается на тебя этот бич, чтобы ты смирилась и считала себя последнейшею всех, но не смущайся, ибо смущение-то и есть плод гордости. Перестань осуждать, не думай о себе много, не презирай других, то и отойдут хульные помыслы.

Святые отцы вообще хульные мысли почитают не нашими, а вражескими прилогами, и когда мы с ними не соглашаемся, но и скорбим о том, что они к нам на ум лезут, то это и есть знак нашей в оных невинности. Отнюдь не надо смущаться о том, что они приходят. Ибо если человек смущается, то враг более на него восстанет, а когда не внимает оным, ни во что вменяет и за грех не считает, тогда и помыслы исчезают. О сем ясно пишет св. Димитрий Ростовский в "Духовном врачевстве".

Но помыслы сии, хотя не суть грех, но попусшением Божиим находят от врага за возношение наше, за мнение о себе или о своих исправлениях и за осуждение

ближних. Когда человек, познав в этом свои грехи, смирится и не станет осуждать других, а принесет о сем покаяние, то получает от них освобождение".

Старец Паисий Святोगорец наставляет, как прогнать хульный помысл:

«Песнопением. "Отвѣрзу устá моя..." [Начальные слова ирмоса первой песни канона Благовещению Пресвятой Богородицы] Ты что, не умеешь петь по нотам? Не расковыривай этот помысл, отнесись к нему с презрением. Человек, который стоит на молитве и беседует с такими помыслами, подобен солдату, который отдает рапорт командиру и при этом раскручивает гранату.

— А если хульный помысл не уходит?

— Если он не уходит, знай, что где-то в тебе он облюбовал для себя местечко. Самое результативное средство — это презрение к диаволу. Ведь за хульными помыслами прячется он — учитель лукавства. Во время брани хульных помыслов лучше не бороться с ними даже молитвой Иисусовой, потому что, произнося ее, мы покажем свое беспокойство и диавол, целясь в наше слабое место, будет обстреливать нас хульными помыслами без конца. В этом случае лучше петь что-то церковное. ...И пой, и причащайся — ведь эти помыслы не твои...

— А как прогнать такие помыслы?

— Если человек огорчается, что такие помыслы к нему приходят и не беседует с ними, то, не получая пищи, они отпадают сами собой. Дерево, которое не поливают, засохнет».

Преп. Варсонофий Оптинский учит:

Сомнения, все равно как блудные помыслы и хулы, надо презирать, не обращать на них внимания. Презирайте их – и враг-диавол не выдержит, уйдет от вас, ибо он горд, не вынесет презрения.

Авва Исаия:

Хульные помыслы отвергай, не обращая на них внимания, и они исчезнут; они расстраивают только того, кто боится их.

Святитель Димитрий Ростовский:

"Со многими людьми бывает такое искушение от хульного духа, что, смущаемые хульными помыслами, они не знают, что им делать, и приходят в отчаяние, считая, что это их грех, и думая, что они сами виноваты в тех лютых и мерзких помыслах.

Хульный помысел есть искушение для человека богобоязненного и особенно смущает его, когда он творит молитву или делает что-либо доброе. Хульные помыслы не находят на человека, валяющегося в смертных грехах, нерадивого, не богобоязненного, ленивого и небрежущего о своем спасении. Они нападают на тех, кто живет добродетельно, в трудах покаяния и в любви Божией.

Этим хульным искушением диавол ведет человека к тому, чтобы утратить его. Или, если он свободен от иных грехов, чтобы возмутить его совесть. Если он в покаянии, то чтобы прервать его покаяние. Если же от добродетели восходит к добродетели, то чтобы остановить и низвергнуть его. Но если диавол не успеет в этом, он стремится хотя бы оскорбить и смутить его. Однако умный пусть рассуждает.

Пусть не думает, что эти мысли принадлежат ему и от него самого происходят, но что они приносятся диаволом, который есть их начало и изобретатель. Ибо как могут исходить от нашего сердца и воли те хулы, которые мы ненавидим, и скорее желали бы себе болезни, чем таких мыслей? В этом состоит истинное удостоверение, что не от нашего произволения рождаются хулы, потому что мы их не любим и не желаем.

Всякий угнетенный хульными помыслами пусть не вменяет их себе в грех, но считает их за особое искушение, ибо чем больше кто будет вменять в грех себе хульные помыслы, тем более утешит своего врага диавола, который потому уже будет торжествовать, что чью-либо совесть смутит будто грехом. Если бы кто сидел связанный посреди богохульствующих людей, слышал их речи против Бога, Таин Христовых, Пречистой Богородицы и всех святых и хотел бы убежать от них, чтобы не слышать этих речей, но не мог, потому что связан, и не мог бы даже заткнуть ушей, - скажи мне, был бы он грешен оттого, что нехотя слышит их хульные речи? Воистину не только не имел бы никакого греха, но и великой похвалы сподобился бы от Бога, потому что, будучи связан и не имея возможности убежать, он с тяжестью в душе слушал их богохульные слова. Подобное бывает и с теми, которых диавол угнетает хульными помыслами, когда они ни убежать от них не могут, ни избавиться от них, ни отрястись от нечистого духа, который бесстыдно и беспрестанно наводит на них хульные помыслы хотя они не хотят их, не любят и даже ненавидят их. Ведь не только никакого греха не будут они иметь от этих мыслей, но и большую благодать заслуживают у Бога.

Нужно молить Господа Бога, чтобы Он удалил это искушение отогнал хульного духа. А если этого не случится, то терпеть кротко и с благодарностью, помня, что не от гнева, но от благодати Божией попущено было это искушение для того, чтобы мы оказались в нем терпеливыми и несмущенными. И апостол Павел терпел нечто подобное, когда говорил о пакостнике, данном ему, о котором он троекратно молился и не получал просимого, ибо услышал: "Довольно для тебя благодати Моей" (2 Кор. 12, 9). Некто из великих старцев часто говорил про себя: "Не соизволяю, не соизволяю". И когда что-либо делал: ходил ли, или сидел, или работал, или читал, или молился, то многократно повторял эти слова. Услышав это, ученик его спросил: "Скажи мне, авва, зачем ты часто говоришь это слово?". Отец ответил: "Когда какой-либо злой помысел

приходит в мой ум, и я ощущаю его, тогда говорю ему, что не принимаю его, и тотчас злой помысел убегает и пропадает без вести".

Когда страдаешь от хульного духа, как только найдут на тебя хульные помыслы и нечистые, ты легко можешь избавиться от них и отогнать их от тебя этим словом: "Не принимаю". Не принимаю, диавол, твои хуления! Твои они, а не мои мерзости; я же не только не принимаю их, но и ненавижу. Поэтому пусть никто не смущается и не отчаивается, имея наваждения от помыслов хульных, зная, что они нам более на пользу, чем на соблазн, а самим бесам на посрамление.

Если придет хульная мысль на Бога, читай: "Верую во единого Бога" - до конца. И если возможно, сотвори несколько метаний или поклонов.

Если придет хульная мысль на Пречистые Тайны Христовы, читай: "Верую, Господи, и исповедую, яко Ты еси воистинну Христос" - до конца, и сотвори поклоны.

Если придет хульная мысль на Пречистую Богородицу, то читай какую-либо молитву к Пречистой Богородице - или "Под Твое Благоутробие", или "Богородице Дево, радуйся", или какой-либо тропарь богородичный, с поклонами, говоря: "Пресвятая Богородице, спаси мя, грешного".

Если придет хульная мысль на какого-либо святого, читай: "Моли Бога о мне грешном, святой (имя рек), яко аз по Бозе, к тебе прибегаю, скорому помощнику и молитвеннику о душах наших". И сотвори поклоны, говоря: "Святой (имя рек), моли Бога о мне грешном". Если придет хульная мысль на какую-либо икону, сотвори перед той иконой пятнадцать поклонов или сколько можешь, молясь тому, кто изображен на ней, и таким образом ты с Божией помощью ни во что обратишь хульные мысли".

15. Демоны не знают помышлений наших сердец

Демоны внушают нам лукавые мысли, но помышлений наших сердец не видят, они открыты только Богу. Поэтому о том, склоняемся ли мы к добродетели или греху, бесы судят лишь по нашему поведению.

Евагрий Понтийский:

Демоны не знают наших сердец, как думают некоторые из людей. Ибо Сердцеведец один «сведый ум человек» (Иов. 7, 20) «и создавый наедине сердца их» (Псал. 32, 15). Но то из слов, какие произносятся, то по каким-либо движениям тела, они узнают многие из движений, происходящих в сердце. Положим, что мы в разговоре обличали тех, которые нас злословили. Из этих слов демоны заключают, что мы относимся к ним нелюбовно, и берут от этого повод впасть нам злые против них помыслы, приняв которые, мы попадаем под иго демона памятозлобия, и этот непрестанно потом расплагает в нас против них помыслы мстительные. ...злые демоны с любопытством наблюдают всякое наше движение и ничего не оставляют неисследованным из того, чем можно воспользоваться против нас – ни вставания, ни сидения, ни стояния, ни

поступи, ни слова, ни взора, – все любопытствуют, «весь день поучаясь на нас лъстивным» (Псал. 37, 13), чтоб во время молитвы осрамить смиренный ум и блаженный его погасить свет.

Древний патерик:

Авва Матой сказал: сатана не знает, какой страстью побеждается душа. Он сеет, но не знает, пожнет ли. Сеет он помыслы блуда, злословия, также другие страсти; и смотря по тому, к какой страсти душа покажет себя склонной, ту и влагает.

Иоанн Кассиан Римлянин:

"Нет сомнения, что нечистые духи могут познавать качества наших мыслей, но извне, узнавая о них по чувственным признакам, т.е. из нашего расположения или слов и занятий, к которым видят нас более склонными. Но они вовсе не могут знать те мысли, которые еще не обнаружались из сокровенности души. Да и те мысли, кои они внушают, узнают не по природе самой души, т.е. не по внутреннему движению, скрывающемуся, так сказать, в мозгах, но по движениям и признакам внешнего человека; например, когда внушают чревобесие, если видят, что монах с любопытством устремляет глаза в окно или на солнце, или заботливо спрашивает о часе, то узнают, что у него родилось желание есть".

Св. Исидор Пелусиот:

"Диавол не знает того, что у нас в мыслях, потому что это исключительно принадлежит одной силе Божией, но по телесным движениям уловляет он думы. Увидит ли, например, что иной пылливо смотрит и насыщает глаза чуждыми красотами? Воспользовавшись его устройством, тотчас возбуждает такого человека к прелюбодеянию. Увидит ли одолеваемого чревоугодием? Тотчас живо представит ему страсти, порождаемые чревоугодием и доставляет служащее к приведению намерения своего в действие. Поощряет к разбою и несправедливому приобретению".

Старец Паисий Святогорец на вопрос:

- Геронда, знает ли тангалашка, что у нас в сердце?

Отвечал:

- Еще чего! Не хватало еще, чтобы он ведал сердца людей. Сердца ведаёт только Бог. И только людям Божиим Он иногда для нашего блага открывает, что у нас на сердце. Тангалашка знает только лукавство и злобу, которые он сам насаждает в тех, кто ему служит. Наших добрых помыслов он не знает. Только из опыта он иногда догадывается о них, но и здесь в большинстве случаев даёт маху!

16. Правильное духовное устройство

Старец Паисий Святогорец описывает правильное духовное устройство человека, победившего греховные помыслы:

— Геронда, понимает ли человек, который имеет святость, кто лукав [а кто нет]?

— Да, он понимает как человека лукавого, так и человека святого. Он видит совершаемое кем-то зло, но одновременно видит в творящем зло и его внутреннего человека. Он различает, что это зло — от искуателя, что оно приходит в человека извне. Своими душевными очами он видит собственные прегрешения великими, а прегрешения других — малыми. Он действительно видит их малыми, а не обманывает себя. Он может понимать, что совершаемое кем-то — это преступление, но — в добром смысле этого слова — оправдывать лукавство злого человека. Он не презирает таких людей, не считает их низшими себя. Он даже может считать таких людей лучшими себя и сознательно — по многим причинам — терпеть совершаемое ими зло. К примеру, видя злобу преступника, такой человек думает, что этому преступнику никто не помог, и поэтому тот опустил до того, что стал совершать злодеяния. А еще он понимает, что и сам мог бы оказаться на месте этого несчастного, если бы Бог оставил его без Своей помощи. [Относясь ко злу] подобным образом, такой человек приемлет многую Благодать. А с человеком лукавым происходит обратное. Видя святость праведника, он не знает его добрых помыслов — подобно тому как не знает их и сам диавол.

Тот, кто совершает [над собой] тонкое делание, оправдывает других и не оправдывает себя. И чем больше он продвигается вперед в отношении духовном, тем большую приобретает свободу и тем больше любит Бога и людей. Тогда он не может понять, что значит злоба, поскольку постоянно имеет о других добрые помыслы; его мысли постоянно чисты, и на все он смотрит духовно, свято. Даже падения ближних идут на пользу такому человеку. Он использует их как надежный тормоз для себя самого, чтобы быть внимательным и не потерпеть крушения.

Св. Феофан Затворник:

Следствием брани бывает чистота ума от помыслов, сердца — от страстей, воли — от склонностей. Когда она образуется, человек поступает в бесстрастие. Его внутреннее становится чистым зеркалом, отражающим духовные предметы.

Преп. Макарий Оптинский:

...Земля, которая заросла тернием и разными дурными травами, может ли принести какой-либо плод? А когда потрудятся, вспашут или взроют получше, вычистят корни дурные, тогда бывает удобна к принятию хороших семян и плод приносит; когда же и опять вырастают дурные травы, их не перестают истреблять. Так и земля сердца нашего, запущенная от нашего нерадения, произрастает терния и волчцы страстей: если будем исторгать их помалу, то они истребятся, и земля сердца нашего может принимать семена добродетелей и приносить плод — исполнение заповедей Божиих,

которые повелевают не только терпеть обиды и молиться за оскорбляющих, но даже и врагов любить.

См. тж.: [Страсть](#). [Духовная брань](#). [Помыслы](#)

[Преп. Иоанн Дамаскин. Слово душеполезное и досточудное о страстях и добродетелях](#)

[Священник Павел Гумеров. Восемь смертных грехов и борьба с ними](#)

[О брани помыслов. - Старец Паисий Святогорец. Духовная борьба](#)

[Преподобный Макарий Великий о духовной брани](#)

[Преп. Нил Сорский. Из писаний святых отцов о мысленном делании: ради чего это нужно и как подобает стараться о том](#)

Преп. Макарий Оптинский:

[Брань](#)

[Помыслы](#)

[Помыслы \(откровение помыслов\)](#)

[Помыслы на молитве](#)

[Помыслы неверия](#)

[Помыслы плотские](#)

[Помыслы хульные](#)

Преп. Амвросий Оптинский:

[Духовная брань](#)

[Помыслы](#)

[Брань с помыслами](#)

[Помыслы хульные](#)

[Трезвение](#)

[Святые отцы о страстях](#)

[Святые отцы о помыслах](#)

[Преп. Иоанн Кассиан Римлянин. Послание к Кабору, епископу Аптскому, о правилах общежительных монастырей. Книга 5. – Книга 12.](#)

[Преп. Иоанн Лествичник. Лествица](#)

[Старец Паисий Святогорец. Страсти и добродетели](#)

[Старец Паисий Святогорец. Духовная борьба:](#)

[О брани помыслов](#)

[О необходимости наблюдения за собой и познания себя](#)

[Страшные прелести](#)

[О силе исповеди](#)

[Авва Дорофей. Душеполезные поучения](#)

[Помыслы. - Святитель Феофан Затворник. Руководство к духовной жизни](#)

[Св. Феофан Затворник. Внутренняя жизнь](#)

[Св. Феофан Затворник. Путь ко спасению](#)

[Святитель Феофан Затворник. Начертание христианского нравоучения:](#)

[Часть 1](#)

[Об исправлении сердца](#)

[О борьбе со грехом](#)

[Преподобный Никодим Святгорец. Невидимая брань](#)

[Помыслы.](#) - **Симфония по творениям преподобных Варсануфия Великого и Иоанна**

[Помыслы.](#) - **Симфония по творениям преп. Исаака Сирина**

[Евагрий Понтийский. О помыслах](#)

[Св. Игнатий \(Брянчанинов\). Исповедывание и борьба с греховными помыслами](#)

Св. Игнатий (Брянчанинов). Приношение современному монашеству:

[Глава 34. О трезвении](#)

[О том, что должно всегда бодрствовать. - Древний патерик](#)

Святитель Феофан Затворник. Письма о христианской жизни:

[8. О парении ума](#)

[18. О невнимании к себе](#)

[22. О трезвении](#)

[25. О внимании ума](#)

[26. О страхе Божию](#)

[27. О внимании к себе](#)

[28. О трезвении](#)

[31. О помысле, внимании и падении](#)

[84. О трезвении и благорассмотрении](#)

[85. Об искусительной мысли](#)

[Преподобный Макарий Египетский. Семь слов](#)

[Преподобный Макарий Египетский. Духовные беседы](#)

[Путь христианского подвижничества. - Преподобный Иустин \(Попович\). Христианство по учению преподобного Макария Египетского](#)

[Святитель Иоанн Златоуст. Беседы о бессилии дьявола. - Беседа вторая](#)

[Помыслы. - Игумен Никон \(Воробьев\). Как жить сегодня. Письма о духовной жизни](#)

[Преп. Никон Оптинский. Завещание духовным детям](#)

[Не верь очам своим](#)

[Молитвы в духовной брани](#)



При использовании материалов сайта ссылка на источник обязательна