

Часть: О человеке. Раздражительная сила. Страсть гнева. (продолжение)

Составитель Ника

Раздел 1.2: Причины гнева	
Заблуждение о том, что возмущение человека происходит от вины других людей	
Гнев раскрывает другие страсти, живущие в сердце	
Явные страстные причины вспышек гнева, происходящие от похоти плоти и похотей очей	
О защите животно-чувственных потребностей и эмоций, связанных с ними.....	
Гнев от страсти чревоугодия	
Гнев от страсти блуда	
Гнев от страсти сребролюбия.....	
Гнев и другие страсти раздражительной силы человека.....	
Вспышки гнева от других видов страсти гнева: от ненависти, злобы и желания мщения.....	
О смене различных эмоциональных состояний, как проявлении различных видов страстей, присущих раздражительной силе.....	
Скрытые причины гнева, происходящие от страстей тщеславия и гордости	
Гнев от славолюбия.....	
Основные выражения гордости	
Признаки гордости, выраженные в поведении человека	
Гнев от превозношения.....	
Гнев от гордости, выраженной в высокоумии и желании учительствовать.....	
Гнев от гордости, выраженной в уверенности правоты своего мнения	
Гнев от упрямства гордыни	
Гнев от гордости, выраженной в зависти.....	
Гнев от гордости, выраженной в нетерпении ошибок и недостатков других людей ...	
Гнев от гордости, выраженной в не прощении другого человека.....	
Гнев от гордости, любящей осуждать и не терпящей обличений	
Скрытые причины гнева, происходящие от самолюбия	
Гнев от самолюбия, ищущего собственного блага и исполнения своей воли.....	
Гнев от самолюбия, выраженного в своекорыстии и самоугодии	
Гнев от самолюбия, не согласного с волей Божией о нем	
Скрытые причины гнева, происходящие от нарушения действий трех сил человека	
Естественное предназначение трех сил и их искажение	
Безрассудство грешника, не познавшего, что есть добро, а что - зло.....	
Естественные функции и искажения раздражительной силы.....	
О порядке действия трех сил.....	
Скрытая причина гнева – действия врага рода человеческого	
О содействии бесов нарушению действий трех сил человека	
Характерные вражьи действия.....	
Гневаясь, человек «дает место диаволу» и исполняет его волю	
Раздел 1.3: О борьбе с раздражением, гневом и яростью.....	
Некоторые оправдания против борьбы с гневливостью	
Об искоренении гнева путем приобретения смирения и кротости	
О сопротивлении христианина врагу	
Общие вопросы о борьбе с различными стадиями гнева	
О необходимости прекращения ссор и о примирении.....	
О необходимости не допускать рукоприкладства.....	

- О необходимости учиться молчать при гневe
- О борьбе с огорчением и недовольством

Раздел 1.2: Причины гнева

Всем известно, что когда человек охвачен гневом, он не в состоянии дать себе адекватную оценку. Но когда он успокоится, тогда может рассудить о том, что явилось причиной его гневной реакции.

Иоанн Златоуст (т.12, сл.20): «В себе самом, когда ты омрачен и упоен гневом, ты нелегко можешь видеть безобразие, но когда освободишься от страсти, тогда скорее увидишь свое положение».

Но зачастую бывает так, что человек и успокаивается, и понимает, что гневался, но не может разобраться, какова же была истинная причина. Кстати сказать, таких причин может быть достаточно много, и внешне они проявляются в обычных малозначимых ситуациях.

Евагрий (О помыслах, гл.5): «...многие часто (раздражают яростное начало), воспламеняясь (гневом) больше, чем нужно и (часто) по ничтожным поводам».

Поэтому, с помощью Божией, постараемся разобраться в этих многочисленных причинах, которые бывают явными и скрытыми.

Заблуждение о том, что возмущение человека происходит от вины других людей

Практически все люди считают, что причиной их гнева являются не они сами, а другие люди или обстоятельства. На чем строится такое убеждение? Дело в том, что гнев или любая другая эмоциональная реакция возникает на чьи-либо действия.

Нравственное Богословие (Грехи против 2-ой заповеди, грех - непротивление страстям вообще и неискоренение их в себе): «Вот например, иной сидит у себя в комнате за делом, чувствуя себя в тихом, спокойном расположении духа. Приходит к нему посетитель: начинает разговор, возникнут спор, противоречия, и он приходит в яростный гнев. Что же, уже ли посетитель так и принес к нему страсть гнева? Нет, посетитель своим приходом только изблужил в нем тайную страсть».

Или, например, человек работает продавцом, и покупатели, зачастую, просят показать то один товар, то другой, т.е. не могут определиться. Или жена приготовила еду, а родные не хотят кушать, т.к. не голодны. Или ближний купил недоброкачественную вещь, а мне понятно, что деньги потрачены зря. Есть ли моя вина в этих случаях? Видимо - нет, ведь я лично ничего плохо не делал, а вот другие люди вели себя неправильно. Следуя такому рассуждению, мы убеждаем себя, что наш гнев можно назвать справедливым по причине того, что это не мы, например, не можем определиться, не то купил, или не то приготовили, а другие отказываются есть. Именно вот эта видимая сторона своей правоты не дает человеку увидеть глубинные причины своего гнева и раздражения на других людей, скрытые в нем самом, и заставляет вести нелепые поиски «виноватого». К тому же, у нас, грешных, очень развит навык видеть грехи других людей, а свои не замечать (об этом мы еще поговорим позже).

Некоторые даже желают уединиться под предлогом того, чтобы не общаться со страстными людьми, которые могут его соблазнять.

Иоанн Кассиан (Послание к Кабору..., кн.8, гл. 15): «Иногда мы, побежденные гордостью или нетерпеливостью, намереваясь исправить свой необразованный, беспорядочный нрав, желаем удалиться в уединение, как будто там скоро приобретем добродетель терпение, когда никто не будет трогать нас, извиняя свое нерадение, говорим, что причины гнева заключаются не в нашей нетерпеливости, а в пороке братий. И как причины нашей погрешности возлагаем на других, то никогда не в состоянии будем достигнуть высшей степени терпения и совершенства».

Поэтому давайте четко усвоим:

Иоанн Кассиан (Послание к Каस्तору..., кн.9, гл.5): «...не всегда от вины других происходит в нас возмущение, а чаще от нашей порочности, потому что мы имеем в себе скрытые причины оскорблений и семена пороков, которые, как только дождь искушений прольется на нашу душу, тотчас производят ростки и плода».

Иоанн Кассиан (Послание к Каस्तору..., кн.9, гл.6): «Никто никогда не может быть принужден впасть в грех по поводу чужого порока, если в своем сердце не будет расположен к грехам. Нельзя думать, что кто-нибудь оболстился внезапно, когда, увидев красоту женщины, впал в яму гнусной похоти; тогда по случаю видения только вышла наружу потаенная, скрывавшаяся внутри болезнь».

Иоанн Златоуст (т.10. Толкование на посл. галатам): «раздражаться по поводу незначительных случаев свойственно людям малодушным, жестоким и удрученным горем».

Варсануфий Великий (Руководство к духовной жизни, вопрос 452): «Когда кто-нибудь смущается или опечаливается под предлогом, по-видимому, благого и душеполезного дела, и гневается на ближнего своего, то, очевидно, что это не по Богу: ибо все Божие бывает мирно и полезно и ведет человека к смирению и к тому, чтобы осуждать себя самого».

Иоанн Кассиан (Послание к Каस्तору..., кн.8, гл. 16): «Главную причину нашего исправления и спокойствия надобно поставлять не в произволе другого, который не подлежит нашей власти, а заключается она в нашем состоянии. Итак, чтобы нам не гневаться, это должно происходить не от совершенства другого, а от нашей добродетели, которая приобретается не чужим терпением, а нашим великодушием».

Гнев раскрывает другие страсти, живущие в сердце

Прежде, чем подробно остановиться на причинах гнева, необходимо понять, что гнев на других людей более, чем другая страсть, передает состояние внутреннего человека. Это происходит потому, что любая эмоциональная реакция является выражением отношения человека к чему-либо (например: к еде, к плотским отношениям, к материальным благам, к другим людям, к себе). Все это соответствует страстям: чревоугодию, блуду, сребролюбию, тщеславию и гордости.

Иоанн Лествичник (Лествица, сл.8): «Скажи нам, безумная и постыдная страсть, название отца твоего и именование злой твоей матери... В ответ на это гнев говорит нам: «матерей у меня много, и отец не один. Матери мои суть: тщеславие, сребролюбие, объедение, а иногда и блудная страсть. А отец мой называется надмением»».

Ниже мы убедимся в этом.

У грешника все эти страсти живут в сердце, поэтому они зависят друг от друга и постоянно сменяют одна другую.

Макарий Египетский (50 бесед, бес.40): «...худые дела зависят одно от другого: ненависть от раздражительности, раздражительность от гордости, гордость от тщеславия, тщеславие от неверия, неверие от жестокосердия, жестокосердие от нерадения, нерадение от разленения, разленение от уныния, уныние от нетерпеливости, нетерпеливость от сластолюбия...».

Значит гнев возбуждается разными причинами в зависимости от ситуаций. Это может увидеть каждый из нас, грешных, т.к. наше сердце кишит страстными змеями, которые постоянно, сменяя одна другую, высовывают свои головы, а мы, увлекаясь ими, постоянно в возмущении и немирны.

Феофан Затворник (Что есть духовная жизнь, п.60): «Отчего бывает немирно сердце? Оттого, что его гложут страсти. Побейте страсти - и оно воспримет покой. Один из отцов уподобляет сердце норе, полной змей».

Феофан Затворник (Примеры записывания добрых мыслей...,п.44): «Сердце - яма змей. Змеи - страсти. Их бездна: плотоугодие - есть, пить, спать вдоволь; ничегонеделание, леность; любоимание, любовещие, скупость, корыстность, опора на имении; самость, гордость, тщеславие, человекоугодие, зазнавательность; гнев, ненависть, зависть, злорадство; многозаботливость, рассеяние и прочее и прочее».

Страсти иногда называются и «дикими зверями», над которыми Господь заповедал властвовать человеку.

Василий Великий (Беседы на Шестоднев, бес.10): ««И да владычествуют они над зверями дикими». Ты властвуешь над всяким диким зверем. Но почему же, скажешь ты, дикие звери сидят во мне самом? Да, и притом мириады, великое множество диких зверей, находится в тебе. И сказанное не сочти за обиду! Диким зверем является гнев, когда он кричит в твоём сердце. Не более ли он дик, чем любая собака? А лукавство, затаившееся в коварной душе, не свирепее ли пещерного медведя? А лицемерие разве не дикий зверь? А жалящий оскорблениями не скорпион ли? А тайно готовящийся мстить не опаснее ли ядовитой змеи? А честолюбие — не хищный ли волк? Какого только дикого зверя в нас нет! А женолюбец — не похотливый ли конь? «Они, — говорит (Писание), — это кони похотливые, каждый из них ржет на жену ближнего своего». Не сказано «беседует с женой», но «ржет». Писание приравнивает его из-за страсти, которой он предан, к природе неразумных существ. Итак, много в нас зверей».

Поэтому давайте здраво и рассудительно посмотрим на самих себя и увидим, что мы служим нашим страстям, а не Богу, и все эти страсти защищают наш гнев.

Иннокентий Пензенский (Проповеди, Слово в день введения во храм Пресвятой Богородицы): «В минуту спокойствия, обратив беспристрастный взор на себя самих, увидим, сколь малочисленны и убоги дары, приносимые нами Богу истинному. Напротив, сколь многочисленны и богаты жертвы, посвящаемые чужим богам, которые и, по нашему суждению, достойны попражня, а не жертвы. Страсти, которых гнушаемся в других, но одобряем сами в себе, как некие божества, в каждый час, в каждую минуту требуют и получают от нас в жертву себе если не деяния, то слово, если не разум, то сокровища, если не сердце, то чувства, если не должность, то спокойствие. Они всего требуют от нас, чтобы ничего в нас не осталось Богу истинному».

Иоанн Лествичник (Лествица, сл. 8): «Как горячка в теле, будучи сама по себе одна, имеет не одну, а многие причины своего воспаления, так и возгорение и движение гнева и прочих страстей наших происходит от многих и различных причин. Посему и нельзя назначить против них одно врачевство. А такой даю совет, чтобы каждый из негодующих старательно изыскивал приличное средство для своего врачевания. Первым делом в этом врачевании да будет познание причины болезни, чтобы, нашедши оную, получить и надлежащий пластырь для своей болезни от Промысла Божия и от духовных врачей. Хотящие войти с нами о Господе в предложенное духовное судилище, да войдут: и мы исследуем, хотя и не ясно, упомянутые страсти и их причины».

Наряду с нашими страстями враг рода человеческого также старается подкинуть нам множество различных предлогов к раздражению, которые со временем перерастают в ненависть к ближним.

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «Сколько пустых и непрестанных предлогов представляет ненавистник рода человеческого к ненавидению ближних наших, так что хоть непрестанно сердись на людей, хоть непрестанно злобствуй, живи по адской всеразрушительной воле демонской. Не гоняйся за призраками его, оставь всякую вражду и люби всякого, ибо любовь - от Бога».

Явные страстные причины вспышек гнева, происходящие от похоти плоти и похотей очей

Выше мы уже приводили цитату Иоанна Лествичника: «...гнев говорит нам: ...«Матери мои суть: тщеславие, сребролюбие, объедение, а иногда и блудная страсть». Что касается тщеславия, то его мы отнесем к скрытым причинам гнева. И хотя их связь очевидна, и тщеславие является явной причиной гнева, - мало кто из нас видит это в себе явно (в то время как гнев от страстей чревоугодия, блуда и сребролюбия можно увидеть в себе в большей или меньшей степени). Мы рассмотрим связь гнева, печали и уныния как взаимопереходящих эмоциональных настроений, а также вопрос о происхождении вспышки гнева от нелюбви и ненависти к другим людям. При этом сразу отметим:

Марк Подвижник (сл.1, ст.108): «Кто гневается на ближнего за имя или за славу, или за сласть, - тот еще не познал, что Бог праведно управляет Своими тварями».

Также наш гнев это признак того, что мы не познали и самих себя.

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «Раздражительность нрава происходит от непознания себя, от гордости и от того еще, что мы не рассуждаем о сильном повреждении своей природы и мало познали кроткого и смиренного Иисуса».

Поэтому давайте учиться видеть в себе причины нашего гнева, и будем просить Господа очистить нас от наших душевных скверн.

О защите животно-чувственных потребностей и эмоций, связанных с ними

Кратко рассмотрим вопрос о защите человеком своих телесных потребностей, т.к. понимание его более ясно позволит нам увидеть причины нашего гнева при чревоугодии, блуде или сребролюбии (хотя сребролюбие не является телесной потребностью, но материальные потребности способствуют сохранению телесной жизни).

Если рассматривать человека на уровне биологической формы существования, то очевидно, что он достаточно сходен с животными

Григорий Нисский (О строении человека, гл.18): «(Человек) из естества бессловесных заимствовал нечто, разумею - способ рождения, то через это заимствовал и прочее замечаемое в этом естестве...».

У животных и у человека простейшие формы эмоций связаны с органическими потребностями и простейшими формами жизнедеятельности: питанием и размножением (которые сохраняют биологическую жизнь), - и это все относится к низшей животно-чувственной (телесно-душевной) части человека. А побуждение сохранить свою биологическую жизнь является характерным и для животных и для человека и называется инстинктом. Приведем выдержки из учений об инстинктах животных из научных источников (БСЭ): «По данным школы И. П. Павлова можно выделить следующие главнейшие инстинкты: пищевой, проявляющийся в виде пищедобывания, захвата пищи, накопления её запасов и т. п.». Вполне понятно, что от этого инстинкта, или побуждения, и произошла страсть чревоугодия. Следующий инстинкт - побуждение - «половой, включающий брачные игры, танцы, пение, токование, бои за самку, миграцию к месту нереста и др. акты, завершающиеся спариванием», который относится к блудной страсти. Затем есть инстинкт «родительский (называемый также заботой о потомстве) в виде постройки гнезда, запаса корма для молоди, её кормления и обучения защитным, охотничьим и др. приёмам; групповые, составляющие основу взаимоотношения членов стада, стаи, роя, семьи и проявляющиеся в совместной обороне от врагов, постройке гнезда, преодолении пространства (миграции), обогреве друг друга в холодное время года, в общей заботе о потомстве и т. п.». Он является основой любви между людьми.

Отцы говорят об инстинктах следующее:

Исидор Пелусиот (Письма, п.619): «(животные не сами промышляют) о собственном своем самосохранении (ибо естество их не водится разумом), но (это указывает) на Промысл Естества, всем распоряжающегося. Животные ничего не делают по разуму, но Естество, создавшее разнообразные роды животных, в каждый род влагает стремления к выполнению того, что для него нужно».

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «Дивитесь, как в прахе заключены разнородные бессловесные души, одаренные некоторого рода смыслом, жаждою жизни и радости, чувством самосохранения, умением доставать себе пищу, строить все себе необходимое для безопасной жизни и для произведения на свет своих детей и умеющих искусно защищаться!»

(Напомним, что страсти являются искажением естественных потребностей, или простейших инстинктов, как, например: чревоугодие – потребность питания, блуд – органическая половая потребность, сребролюбие – потребность в вещах, уныние – потребность в отдыхе и т.д.)

Есть еще инстинкт «оборонительный, состоящий как из пассивнооборонительных реакций (убегание, «замирание», «затаивание»), так и активной защиты при помощи зубов, когтей, рогов и т. п.» (БСЭ). Если говорить об оборонительном инстинкте как способе защиты от того, что может угрожать жизни, то животному даны следующие отрицательные реакции: страх, раздражительность, агрессия и т.п.

Григорий Нисский (О строении человека, гл.18): «Животные плотоядные охраняются раздражительностью; ... животное малосильное хранит робость, удоболюбимое сильнейшими — страх...».

Исходя из всего этого, понятно, что все эмоциональные реакции животных имеют определенность и порядок.

При этом животное имеет характерные для этого части тела: когти, клыки, длинные ноги, соответствующую форму тела и т.п., а также само тело достаточно выносливо, приспособлено к быстрой реакции и т.д. Все это говорит о великой премудрости Божией, давшей каждому то, в чем он нуждается.

Василий Великий (Беседы на шестоднев, бес.9): «У щенка нет еще зубов, однако же ртом защищается уже он от раздражившего. У тельца нет еще рогов, но он уже знает, где у него вырастет оружие. Все сие служит доказательством, что всяким животным природное ему не изучается, и что в существах ничего нет беспорядочного и неопределенного; а, напротив того, все носят на себе следы Творческой премудрости, и каждое показывает в себе, что оно снабжено нужным к охранению собственного благосостояния».

Что же касается побуждений человека, то, во-первых, если говорить о самосохранении своей жизни путем удовлетворения естественных телесных потребностей, то не надо забывать, что Господь всячески печется о человеке.

Иоанн Максимович (Илиотропион...): «Когда Он даровал нам (без наших заслуг, когда и не существовали мы еще) жизнь, которая дороже пищи, и тело, которое важнее одежды, то, несомненно, даст и все способствующее к сохранению жизни и к пропитанию плоти».

Но человек забывает об этой заботе, и всячески пытается сам заботиться о себе и своих потребностях и защищать свои интересы. При этом он использует различные праведные и неправедные способы.

Во-вторых, что касается оборонительного побуждения человека, то надо помнить, что человек живет не в условиях дикой природы, а в сообществе таких же разумных людей, и его жизни, практически, никто или ничто не угрожает (конечно, за исключением случаев насилия или скорбных ситуаций). Тем более, что Господь дал людям властвовать над животными.

Григорий Нисский (О строении человека, гл.7): «Почему телу (человека) не прирождены силы, служащие к охранению жизни? Напротив того, человек вводится в мир лишенным естественных прикрытий, каким-то безоружным и бедным, имеющим нужду во всем потребном для жизни, достойным, по-видимому, более сожаления, нежели ублажения. Не имеет ни рогов для защиты, ни острых когтей, ни копыт, ни зубов, ни какого-либо жала, от природы снабженного смертоносным ядом, чем обладают многие животные для защиты от оскорбляющих, и не покрыто у него тело волосистой оболочкой,

хотя поставленному начальствовать над другими надлежало от природы быть огражденным собственными своими оружиями, чтобы для собственной своей безопасности не иметь нужды в помощи других. А теперь лев, вепрь, тигр, барс и другие подобные животные от природы имеют достаточную силу для своего спасения. И волю рога, и зайцу скорость, и серне легкий скачок и зоркость глаз, иному какому-либо животному величина, другим хобот, птицам крылья, пчеле жало и всем непременно дается, как обычно, природою что-либо для их спасения. Один только человек всех быstroногих медлительнее, великорослых ниже обезопасенных прирожденными оружиями беззащитнее. Как же, спросит иной, такому дано в удел начальство над всеми? Но нетрудным считаю доказать, что видимая недостаточность нашего естества и служит предлогом к обладанию над подчиненными. Если бы у человека столько было силы, что скоростью перегонял бы он коня, не стирал ничем жестким ног, защищенных какими-либо орудиями или копытами, имел у себя рога, жало, когти, то, во-первых, при таких прирожденных телу его отличиях был бы он каким-то зверским и неприступным, а потом пренебрегал бы начальством над другими, нимало не нуждаясь в содействии подчиненных. Теперь же для того именно жизненные потребности разделены на каждого из подчиненных нам, чтобы начальство над ними сделать для нас необходимым. Медлительность и неудободвижимость тела ввели в потребность и обуздали коня; нагота плоти сделала необходимою попечительность об овцах, которая ежегодной данью шерсти с них восполняет недостаток нашего естества. Нужда привозить к нам припасы для жизни из других стран запрягла вьючных животных для таких услуг. Невозможность, подобно прочим животным, питаться травою сделала вола подручным нам в жизни, который трудами своими облегчает нам жизнь. Поскольку же для борьбы с каким-либо из других животных, наносящих нам вред зубами, потребно было иметь зубы и грызться, то пес в нашу потребность вместе со скоростью предоставил собственный свой род, став для человека как бы одушевленным мечом. А, что крепче ограды рогов, пронзительнее остроты когтей, то придумано людьми. Это железо, которое не всегда при нас, как рога и когти у зверей, но, оказав временную помощь нам в борьбе, остается потом само по себе. И вместо крокодиловой чешуи можно и человеку сделать из нее оружие, на время прикрывшись этой кожей. Если же нет ее, то искусством обращается в нее и железо, которое, оказав временную услугу на войне, свободным от бремени оставляет воина в мирное время. Услуживают нам в жизни и крылья птиц так, что по примышлению своему не уступаем в скорости пернатым. Одни из них делаются ручными и помогают ловцам, другие же умышленно привлекаются на наши потребности. А искусство, по примышлению своему сделав стрелы наши крылатыми, для наших потребностей посредством лука доставляет нам скорость пернатых. И то, что ступни наши во время шествия терпят боль и стираются, сделало необходимым употреблять в пособие то, что поручено нам. Ибо из этого можем приготовить удобную для ног обувь».

В-третьих, жизнь человека сохраняет Господь, оберегая его от всякого зла. И в четвертых, человеку дан ум, с помощью которого он способен рассуждать и делать умозаключения о том, в чем он нуждается и как это сохранить, а также свобода, выраженная в желании добра, света, любви и в страхе за свою душу.

Далее. Как известно, наряду с сохранением жизни, телесные потребности приносят наслаждения. Напомним, как на биологическом уровне связаны две силы человека: желательная и раздражительная. Питание и размножение вызывают положительные эмоции. Это вызвано тем, что биологическая раздражимость проявляет себя через простейшие ощущения чувств: вкуса, обоняния, осязания, которые вызывают определенные положительные и отрицательные реакции нервной системы на непосредственное соприкосновение с материальными предметами. Так например, горькое, слишком соленое, холод и жара могут вызывать негативные ощущения, а сладкое, теплое и прохладное – положительные. Для чего животным и человеку даны эти биологические реакции на внешнюю среду? Во-первых, нервная система животных и человека

воспринимает внешние и внутренние раздражения, анализирует эту информацию, отбирает и перерабатывает её и, в соответствии с этим, регулирует и координирует функции организма. Во-вторых, ощущения, вызванные приятными воздействиями, побуждают к их достижению и сохранению, а отрицательными – к уходу от вредных воздействий. У животных положительные ощущения от удовлетворения потребностей являются органической стимуляцией инстинктов.

Григорий Нисский (О строении человека, гл.18): «...животных многолюдных спасает сластолюбие; ...преизбыточествующее плотью — прожорливость. И не удовлетворить в чем-либо своему сластолюбию для бессловесных служит предлогом к скорби. Все это и подобное тому по причине скотского рождения вошло в устройство человека».

А у человека душа после грехопадения забыла о Боге и об истинном благе, увлеклась материальным и приятными ощущениями, связанными с ними, и стала стремиться к материальному, тем самым обеспечивая себя положительными эмоциями.

Иоанн Дамаскин (Точное изложение Православной веры, Кн.2,гл.30): «В самом деле, будучи по своей природе чем-то средним между Богом и веществом, человек, если бы он отрешился от всякого естественного пристрастия к сотворенному бытию и соединился любовью с Богом, должен был бы через соблюдение заповеди непоколебимо утвердиться в добре. Но когда он вследствие преступления стал более тяготеть в сторону вещества и когда его ум отвратился от своего Виновника, т. е. Бога, то ему стало свойственно тление, он сделался из бесстрастного подверженным страстям, из бессмертного смертным, возымел нужду в супружестве и плотском рождении, по пристрастию к жизни привязался к удовольствиям, как к чему-то необходимому для жизни, а тех, которые пытались лишить его этих удовольствий, стал упорно ненавидеть».

Таким образом, когда человек лишается определенных наслаждений, он начинает гневаться (можно сказать – защищаться, или обороняться). Отсюда понятно, что сластолюбивый человек всегда будет гневаться, если его лишают или мешают получать мирские удовольствия (например, во время чревоугодия, сребролюбия, уныния (лени), блуда, глазерства (зрелищных развлечений) и т.п.). Такая реакция защиты от «людей-врагов», желающих что-либо отнять у человека (и в материальном, и в духовном смысле) является искажением одного из свойств раздражительной силы – борьбы с истинным врагом человека.

Евагрий (Слово о духовном делании): «По природе своей яростному началу (души) свойственно сражаться с бесами... (Но) наоборот, бесы влекут нас к мирским похотям (Тит.2:12), заставляя яростное начало вопреки природе сражаться с людьми, дабы ум, омрачившись и отпав от ведения, стал предателем добродетелей».

Авва Исаия (слово 2, п. 176): «Имеется естественный гнев, без которого невозможно приобрести чистоту; невозможно приобрести ее, если не будем гневаться на все, всеваемое в нас врагом. Этот гнев заменен в нас гневом на ближних по самым ничтожным, ничего не значащим поводам».

(Об этом далее будет сказано подробнее)

Итак, стремление к чувственным материальным наслаждениям образовало пороки души, называемые сластолюбием и плотоугодием, и развило страсти чревоугодия, блуда и, в определенной мере, сребролюбие (об этом подробно сказано в темах: «о телесных потребностях и телесных страстях», «о чревоугодии» и «о блуде»).

Ефрем Сирин (Доброт.т.2, телесные страсти): «Всякая земная связь, всякое пристрастие к чему либо вещественному, как бы ни было оно маловажно, в пристращающемся производит удовольствие и приятное ощущение, хотя неразумное, и в последствии вредное, и вождевательную силу души так сильно в этом поработает, что покорившийся страсти лишением любимого ввергается в раздражительность, в печаль, в гнев, в памятозлобие. А если сверх пристрастия овладевает человеком хотя небольшая

привычка, тогда, увы! она делает, что плененный неразумным пристрастием до конца предается ему, по причине сокрытого в нем удовольствия».

Григорий Синаит (Добротолубие, т.5, Главы о заповедях): «Душа сама по себе имеет силу хотения и мужественную энергию к действию, что есть сила раздражительная; но, будучи создана разумной и духовной, она не получила вместе с бытием похоти и гнева; равно как и плоть первоначально, будучи создана нетленной, не имела тех мокрот, от коих после породились похоть и ярость зверская. Уже по преступлении, когда впал человек в тлю и дебельство плоти, по необходимости возникли в нем похоть и ярость. Почему, когда плоть господствует в нем, похоть и гнев сопротивляются душевным желаниям. Когда же мертвенное сие покорится разуму, тогда они содействуют душе в делании добра».

Итак, когда страстный человек лишается какого-либо удовольствия, вследствие чего и не исполняются его желания, то он защищается или борется за них. И раздражительная сила является именно той силой, данной Богом, которой свойственно бороться.

Евагрий (Слово о духовном делании): «По природе своей яростному началу (души) свойственно ...бороться за какое-либо наслаждение».

(У раздражительной силы есть и другие свойства, но о них мы будем говорить позже)

Исходя из этого становится понятно, почему истинные подвижники отказывались от любых материальных наслаждений.

Евагрий Понтийский (Слово о духовном делании): «...монах говорил: «Я потому лишаю себя наслаждений, чтобы пресечь (всякие) мотивы для гнева. Ибо я знаю, что яростное начало (души) всегда сражается за наслаждения, приводит в смущение мой ум и прогоняет ведение».

Исходя из вышесказанного понятно, что у грешника истинное чувство самосохранения спит, а инстинкт – живет полной силой, и человек уподобляется животному, защищающему свою пищу, территорию и т.п. Поэтому отцы часто сравнивают плотского человека, живущего в страстях, с неразумным животным, живущим по инстинктам.

Василий Великий (Беседа 10: «На гневливых»): «Что в ядовитых животных яд, то в сердитых раздражение. Они бесятся как псы, бросаются как скорпионы, угрызают как змеи. Так и Писание обладаемых этой страстью называет именами тех зверей, которым они уподобляются своим пороком. Оно именует их псами немymi (Ис.56,10), змиями, порождениями ехидниными (Мф.23,33). И за готовность взаимно губить друг друга и вредить единоплеменным, справедливо причислить их к зверям и ядовитым животным, у которых от природы непримиримая ненависть к людям».

Иоанн Златоуст (т.7,ч.1, бес.6): «Даже человек ли ты, и того не могу узнать доподлинно. Когда лягаешься, как осел; скачешь как вол; ржешь на женщин, как конь; объедаешься, как медведь; утучняешь плоть, как лошак; злопамятен, как верблюд; хищен, как волк; сердит, как змея; язвителен, как скорпион; коварен, как лисица; хранишь в себе яд злобы, как аспид и эхидна; враждуешь на братьев, как лукавый демон, - как могу счесть тебя человеком, не видя в тебе признаков естества человеческого? Ища различия между оглашенным и верным, подвергаюсь опасности не найти различия даже между человеком и зверем. Как, в самом деле, назову тебя зверем? Ведь у каждого зверя какой-нибудь один из этих пороков. А ты, совокупив в себе все пороки, далеко превосходишь и их своим неразумием».

Тихон Задонский (Сокровище духовное, ст.70): «Видим в скоте гнев и ярость. То же имеется и в человеке. Видим, как он гневается, как негодует, ропщет, злится, как себя терзает, весь от гнева, как лист от ветра, трясется, как себя закликает, как злословит, ругается и часто страшную хулу извергает, как обидевшему грозит, как на него злится и ищет, как бы ему отомстить. Это действие богомерзкого и пагубного гнева, в сердце у

человека кроющегося! Видим, что животные дерутся. То же видим и в людях. Видим, сколько ссор и кровопролитий различных происходит между бедными людьми».

Гнев от страсти чревоугодия

Итак, у человека есть пищевой инстинкт и оборонительный инстинкт, которые защищают телесные интересы. Многие из нас были в ситуациях, когда они раздражались и гневались на другого человека из-за еды.

Авва Дорофей (Душеполезное поучение, п.2): «А разве не гневается также за имения или за брашна (еду)?».

Евагрий Понтийский (О помыслах, гл.1): «...нельзя возмутиться гневом тому, кто не сражается за яства...».

Причем, гнев из-за еды может быть при непосредственном приготовлении или вкушении пищи.

Авва Феона (Собеседования Иоанна Кассиана): «(чревобесие) дела(ет) нас рабами гнева или ярости, печали и всех прочих страстей. Ибо когда пища или питье подается нам меньше, или небрежно, или медленно, то, при господстве страсти пресыщения над нами, от этого в нас возбуждается гнев».

Далее приведем пример, как могут люди реагировать на еду даже во время храмовых праздников и совместных бдений.

Нил Мироточивый (Посмертные вещания, ч.3, гл.14): «..я спросил (брата): «Как провели вы бдение, отцы?» Он же мне отвечал и сказал: «Не спрашивай, отче; Бог да помилует его и бдение его, которое он устроил». Сказал я ему: «По тому, что ты говоришь, видно, что не благополучно». Отвечал же мне тот и сказал: «Лучше было бы в десять раз, если бы я не ходил, чем то, что я пошел». «Отчего говоришь так?» «Потому что на ревит (род отварного гороха), бывший у них, противно и взглянуть, о соленой рыбе и говорить нечего, до того она была солена, вонюча и скверно приготовлена; вино было кислое, пополам с водою, к тому же и испорченное. Если хочешь знать, отче, одну собачью ночь в жизни той провел я»».

А вот противоположная реакция на еду во время таких мероприятий, которая создает благое расположение человека, довольного не бдением и праздником, а едой.

Нил Мироточивый (Посмертные вещания, ч.3, гл.14): «Следуя далее домой, встретил я другого брата, шедшего с другого бдения; поздоровавшись, я спросил его: «Что нового, отче? Как провели вы бдение?» Отвечал он мне и сказал: «Хорошо провели, слава Тебе Боже! Как нельзя лучше! Свежая рыба была двух сортов, печеная и вареная, ревит был хорошо уварен, был и рис с коровьим маслом, хлеб мягкий, вино же подлинно было хорошее; такого вина я десять лет не пивал!»* Про бдение же он ничего не говорит».

Так же мы можем гневаться на близких, если они не едят то, что мы приготовили (но в данном случае более проявляется не наше страсть чревоугодия, а чрезмерно развитый родительский инстинкт, наше тщеславие и гордость (об этом еще будет сказано ниже). Или наоборот, мы можем гневаться потому, что другие люди (например, гости) много съели, хотя возможно ситуация, что человек сам виноват, пригласив в гости больше людей, чем мог накормить.

Нил Мироточивый (Посмертные вещания, ч.3, гл.14): «...я спрости (брата): «Как прошел для тебя шум твоего храмового праздника?» Он ответил мне и сказал: «В злом шуме провел я его, отче». Сказал я ему: «Отчего в злом шуме провел ты его?» И ответил мне сей: «Мне хотелось взять одного священника, чтобы прочесть последование святому, но, видя другого (настоятеля каливы), как он украшает бдение свое, я сказал себе: возьму-ка я пять или шесть отцов и прочтем последование святому; когда пригласил пять или шесть, оказалось двадцать пять братии; на утро гостей стало еще больше, припасов у меня не было, было лишь немного пищи для своего живопитания; всю они ее поели у меня, я

задолжал теперь еще больше, у меня нет сейчас нисколько хлеба для еды, так что я раздражаюсь на свой храм, и меня соблазняет помысл, советующий мне уничтожить его». Видя печаль его и слезы, я, любоодарив его тем, что послал мне Бог, сказал ему: «Иди, седи в своей каливе, не соблазняйся о церкви, но служи в ней (досл.: ей) со страхом Божиим, ибо, кто уничтожает церковь, тот противоборец и враг церкви; отселе впредь не созывай много гостей на праздник и бери лишь одного иерея, чтобы прочесть последование святому». Брат сделал так, как я сказал ему, и был мирен душою».

Гнев может возникать и при стремлении приобрести пищу.

Нил Синайский (из Добротолюбия, т.2, о восьми духах злобы): «Так, сребролюбие, гнев, печаль суть поражения и произрастания чревоугодия. Чревоугоднику прежде всего нужны деньги на удовлетворение пламенеющего всегда своего вожделения, хотя оно никогда не удовлетворяется; затем на припятствующих приобретению денег необходимо возбуждаться гневу; когда же гнев бессилен бывает перейти в дело, за сим по необходимости следует печаль».

Следует отметить, что гнев из-за еды даже может доходить до силы гнева-ярости.

Дмитрий Ростовский (Поучение 1-ое в неделю 19-ю по Святом Духе): «Князь венгерский, по имени Матфей Корвий в праздник вшествия Господа в Иерусалим повелел принести на трапезу ему свежих фиников, доставленных ему из Италии. Когда же их не оказалось, ибо слуги домашние тайком съели их, то он такой яростью распалился, что тотчас постигла его болезнь апоплексия; он упал на землю, как бесноватый, и умер, издавая страшные крики».

Обратите внимание, что так может реагировать человек не на необходимую пищу, а на сладости.

А теперь приведем поучение о том, как надо реагировать, если мы в чем-либо действительно нуждаемся, но не получаем этого.

Авва Дорофей (Душеполезные поучения, п.7): «Если кто говорит: “как я могу не скорбеть, если нуждаюсь в вещи и не получаю ее, тогда как она мне необходимо нужна”, то даже и в таком случае он не имеет права укорять кого-нибудь или скорбеть на кого-либо. Ибо если он действительно нуждается в вещи, как говорит, и не получает ее, то он должен сказать: “Христос знает более меня, должен ли я получить (желаемое), и Он будет мне вместо сей вещи, или вместо сей пищи.” Сыны Израилевы ели манну в пустыне сорок лет; и хотя вид манны был один и тот же, но для каждого она была тем, в чем он имел нужду: кому нужно было соленое, для того она была солена; кому нужно было сладкое, для того она была сладка, и одним словом, каждому она была тем, что было сообразно с его потребностью. Так, если кому нужно яйцо, а он не получает его, но получает только овощи, то пусть скажет помыслу своему: “если бы мне было полезно получить яйцо, то Бог непременно послал бы мне его; однако Он может сделать, что и самые эти овощи заменят мне яйцо”. И верую Богу, что сие будет ему (вменено) в мученичество. Ибо если кто по истине достоин покоя, то и сарацинскому (варварскому) сердцу Бог возвестит сотворить с ним милость, смотря по его надобности. Если же кто недостоин успокоения, или оно бесполезно ему, то хотя бы он и новое небо, и новую землю сотворил, не найдет покоя. Однако иногда человек находит покой и сверх своей потребности, а иногда (не получает) и необходимого. Поелику Бог, как милостивый, каждому подает, что ему нужно. Но бывает, что Он посылает человеку более нужного ему; сим показывает избыток человеколюбия Своего, и научает его благодарению; когда же не посылает ему и нужного, то словом Своим (Матф.4.4.) заменяет действие той вещи, в которой человек нуждается, и научает его терпению».

Далее приведем пример, как реагировали святые подвижники, когда лишались необходимой пищи.

Дмитрий Ростовский (Житие Ефрема Сирина): «О его (Ефрема Сирина) добросердечии рассказывают следующее. Когда он постился в пустыне, ученик его в обычное время приносил ему пищу. Однажды, когда он нес пищу, то случайно разбил на

пути сосуд, в котором была пища. Он боялся гнева старца, но последний, увидев смущенного ученика, сказал: «Не скорби, брат, если пища не захотела к нам придти, то мы пойдем к ней». Затем, подошедши, он сел у разбитого сосуда и, собирая пищу, стал есть. Так он был незлобив! О нем рассказывали, что с тех пор, как он стал иноком, никогда ни на кого не гневался».

Поддай и нам, Господи, такое смирение (в случаях, связанных с питанием), чтобы не было на Страшном Суде стыдно отвечать за свой гнев на людей из-за еды!

Бывает и так, что гнев, происходящий от страсти чревоугодия, может быть и не по поводу защиты своего чревоугодия. Например, сын съел то, что оставили для дочери, или муж не купил корм для собаки, или ребенок не желает кушать - и мы начинаем гневаться. Конечно, в этих случаях нет повода говорить, что «я гневаюсь оттого, что именно для меня нет еды». В ситуации такого гнева (посредством еды) открываются другие страсти: нетерпение к ошибкам ближнего, пристрастие к кому-то, нежелание дополнительных хлопот, злоба и ненависть к ближнему из-за малозначимых вещей таких, как пища и т.п.

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «Кто раздражается на другого из-за чего-нибудь вещественного, тот ставит этот вещественный предмет выше брата. Но что выше человека? На земле – ничто».

Бывает и так, что после гнева человек отказывается от пищи или, наоборот, начинает много есть.

Авва Иосиф (Собеседования Иоанна Кассиана, гл.19): «О тех, которые постятся от досады. Есть и другой нечестивый род скорби, о котором не стоило бы и упоминать, если бы мы не знали, что он допускается некоторыми братьями, которые, когда бывают оскорблены или раздражены, упорно воздерживаются от самой пищи, так что, о чем мы не можем и говорить без стыда, те, которые, когда бывают мирны, говорят, что не могут откладывать подкрепления себя пищею даже до шестого (по-нашему, до двенадцатого) часа, а тем более до девятого (по-нашему, до третьего),— когда же бывают в скорби или гнев, то не ощущают и двухдневного поста, и такое изнеможение от неядения переносят по пресыщению гневом. Чрез это они явно впадают в порок нечестия именно потому, что посты, которые должны быть приносимы в жертву собственно одному Богу для смирения сердца и очищения от пороков, они переносят от дьявольской злости. Это все равно, как если бы молитвы и жертвы приносили не Богу, а демонам, и такие заслуживают услышать Моисеево укорение: «пожроша бесовом, а не Богу, богом, ихже не ведеша» (Втор.32, 17)».

Иоанн Лествичник (Лествица, сл.8): «Видел я людей, которые, прогневавшись, отвергали пищу от досады; и сим безрассудным воздержанием яд к яду прилагали. Видел и других, которые, как бы благословною причиною, воспользовавшись гневом своим, предавались многоядению, из рва падали в стремнину. Наконец видел я и разумных людей, которые, подобно хорошим врачам, растворив то и другое, от умеренного утешения, данного телу, получали весьма великую пользу».

Как видим в последнем случае, еда может служить определенным утешением после пережитых бурных эмоций.

Далее приведем поучение, в котором хорошо видно, как гнев может бороться не за страсть чревоугодия, а против нее.

Афонский Патерик: «Первой победой его (Елевферия) над дьяволом под новым сим руководством была победа над страстью чревоугодия. Однажды, томясь от долгого поста и воздержания, он увидел несколько луковиц: тотчас пришел ему помысл тайно съесть одну из них (а между тем, ему не велено было употреблять ничего другого, кроме сухого хлеба и воды). Когда в 9 часу подан был ему хлеб и вода и принесший оные удалился, тогда Елевферий взял луковицу, чтобы съесть ее, но, вспомнив о грехе преслушания и тайноядения, блаженный пришел в ужас, ибо в ту минуту налегли на него непомерной тяжестью различные противоречащие один другому помыслы, с которыми боролся он целых три часа, пока, наконец, с гневом бросил луковицу на землю, растоптал ее и вкусил только хлеба с водой».

Да подаст и нам Господь такое благоразумие и такую силу сопротивления страстям!

Гнев от страсти блуда

Многие из нас знают, что если человек охвачен желанием плотских отношений, то если он встречает отказ в их удовлетворении, то может начать гневаться или печалиться. Такие ситуации встречаются и при семейных отношениях, и при блуде и разврате. О семейных отношениях мы уже говорили в теме «О половой потребности и блудной страсти», но напомним:

Нравственное Богословие (Грехи против 7-ой заповеди, грех – нарушение заповеди: «жена своим телом не владеет, но муж»): «Но если иная жена и по истинному воздержанию, ради жертвы Богу, уклоняется от своего мужа, — и тут она поступает неправильно; потому что единодушие в супружестве важнее всего: коли нарушена будет любовь, начнется раздражение—брань со стороны мужа,—какая польза от воздержания и от самой молитвы? Можно достигнуть победы над пожеланиями мужа в пользу души только просьбою, убеждением, а не с боем и с гневом. Итак, во всех отношениях виновна жена, если уклоняется от супружеского ложа».

О том, что гнев возникает при блуде, мы не будем говорить, так как это вполне понятный вопрос.

Наравне с тем, что гнев может возникать после проявления блудной страсти, он также может изначально способствовать ей. Об этом мы также говорили в теме «о блудной страсти», но повторимся.

Св. отцы учат, что блуд может происходить от осуждения и гнева, борьба с которыми также является одним из способов борьбы с блудом.

Иоанн Кассиан (Добротолюбие, т.2, ст.61): «Но при сем должно иметь постоянное смирение сердца и терпение равно, как внимательное предохранение себя в течение дня от гнева и прочих страстей, ибо коль скоро западет в нас огонь гнева, то после легко проникнет к нам и жар похоти».

Как же это может быть связано? Дело в том, что когда душа раздражается на другого человека, т.е. ей что-то не нравится, то тем она вместе с недовольством осуждает другого человека, а значит, проявляет к нему нелюбовь и возноится. Тем самым в душе проявляется ее раздражительная сила, при этом сила любви искажается и приобретает греховный характер плотской любви, которая напрямую связана с блудом.

Никодим Святогорец (Невидимая брань): «Никогда не позволяй себе смело судить о ближнем, никого не суди и не осуждай, и особенно за этот самый плотской грех, о коем у нас речь, хотя бы кто явно впал в него, но поймей к нему сострадание и жалость; не негодуй на него и не смейся над ним, но от его примера позаимствуй себе урок смирения и, зная, что и сам ты крайне слаб и на худое подвижен, как прах на пути, говори себе: “Ныне пал он, а завтра паду я”. Ведай, что если ты скор на осуждение и презрение к другим, то Бог больно накажет тебя за это, попустив самому тебе впасть в тот же грех, за который осуждаешь других. «Не судите, да не судими будете» (Мф.7,1), и на то же не будете осуждены, чтоб из падения своего познали пагубность гордыни своей и, смирившись, взыскали врачевства от двух зол: от гордости и блуда. Но если Бог по милости Своей и хранит тебя от падения, и ты удерживаешь неизменно твердым целомудренный помысл свой, ты все же перестань осуждать, если осуждал, и не самонадеяничай, а паче бойся и не верь своему постоянству».

При раздражении, которое проявляется при осуждении, происходит сочетание раздражительной силы души и раздражительной силы тела. В момент раздражения души ее энергия воздействует на мозг, возбуждаются нервная система и внутренние системы, которые впоследствии приобретают состояние постоянного возбуждения (что непосредственно связано с воледелительной силой тела, т.е. с телесными потребностями).

Исаак Сирин (Сл.2): «плотски(е) скорб(и) производ(ятся) действием раздражительной части души».

Так, становится понятно, что если человек не осуждает никого, не гневается ни на кого, то тем исполняет заповедь любви к человеку, и его раздражительная сила (сила любви) всегда находится в покое и она направлена не на тело, а на дух и на Бога.

Максим Исповедник (Главы о любви, сотница 2-я, 48): «У того, чей ум непрестанно устремлен к Богу, и вожделение перерастает в желание Бога, и раздражительная (сила души) преобразается в Божественную любовь».

Гнев от страсти сребролюбия

Очень часто гнев происходит от страсти сребролюбия, или от похоти очей к мирским благам. Разбирая эту страсть, мы уже увидели, что все человечество охвачено любостыжанием, воровством, стремлением к роскоши, жадностью и т.д., а также то, что наша деятельность, в основном, направлена на приобретение, сохранение и пользование земными благами. Все эти устремления страсти сребролюбия будут сопровождаться гневом.

Изречения старцев (Отчник Игнатия Брянчанинова): «Гнев возбуждается по ...причине скупости, выражающейся в даянии и принятии и похищении чужого...».

Авва Зосима (Добротолюбие, т.3): «...причины гнева ...суть: давать и брать (хлопотливые сделки иметь)».

Феофан Затворник (Толков. на посл. Галатам, 6,4): «Если серчаешь, если похотствуешь чего, если привязан к чему тварному, так что другим дотронуться до того нельзя, то у тебя сердце страстное, и дело спасения твоего под сомнением».

При достижении своих материальных целей человек сталкивается со многими трудностями, которые обусловлены такими же сребролюбивыми действиями других людей или неприятными обстоятельствами. Конечно, всё это не нравится человеку, и он раздражается, гневается и ненавидит.

Григорий Палама (Омилия 4): «Я желал сказать, что нет большего примера человеконенавистничества, чем когда излишние деньги ставятся выше брата, но вижу, что есть большее зло и больший обретается пример человеконенавистничества: ибо бывают и такие люди, которые не только не уделяют милостыню из того, чем изобилуют, но и чужое похищают».

Приведем примеры из учений отцов, из которых видны различные причины гнева, происходящие от сребролюбия и проявляющие себя через гнев.

Первая ситуация, в которой нет явного греховного поступка со злым умыслом, заключается в том, что человек желает, что-либо приобрести, но ближний не соглашается с этим. Например, муж желает купить машину, а жена не одобряет его устремлений, потому что ей жалко собранных денег, т.к. они дают ей уверенность в будущей стабильности или потому, что она боится аварий. Или, например, кто-либо из домашних желает купить вещь (например, дорогой мобильный телефон), а ему из семейного бюджета не дают на это денег. Из-за того, что один желает, а другой – нет, происходят раздражения, гнев, споры, ненависть и т.п.

Иоанн Кассиан (О постановлениях киновитян, кн.7, гл.9): «Хотя он (монах) воровски и имеет спрятанные деньги, но жалуется, что он не имеет обуви и одежды, и негодует, что не скоро дают ему. А если по распоряжению настоятеля что-нибудь из этого дадут прежде тому, о ком знают, что совершенно ничего не имеет, то воспламеняется сильным гневом, думает, что его презирают, как стороннего, не стараясь прилагать свои руки ни к какому делу, порицает все, что польза монастыря необходимо требует сделать».

Также люди гневуются, если кто-либо законно или незаконно забирает у них деньги или имущество или просто пользуется им.

Феофан Затворник (Толков. на 1 посл. Тимофею, 4,12): «...самое широкое поле для расположения сего зелия (гнева) представляет любоимание. Не тронь, это мое. Таков закон любостязания. Тронет кто,—и пошли неудовольствия, серчание, гнев, вражда, ненависть».

Часто бывает и так, что кто-то из ближних неправильно пользуется домашними вещами, что может привести их к порче или поломке. Когда мы это видим, у нас сжимается сердце, и мы или готовы закричать, или кричим на человека за такие его действия. При этом мы испытываем чувство сожаления об этой вещи и чувство неприязни к ближнему. Это чувство может быть не сильным, а может и быть уже и ненавистью. Но, в любом случае, это означает, что сила нашей любви направлена на материальную вещь, а на ближнего - противоположная сила – нелюбовь. В эти секунды мы этого не осознаем, а подчиняемся порыву, защищающему вещи, которые представляют для нас ценность.

Также мы раздражаемся, когда кто-то просит у нас то, что мы не хотим ему дать.

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «Все мы - одно и должны любить один другого, как себя. Эгоистическое жаление чего-либо для других и смущение, порыв к жалению - от диавола».

Авва Иоанн (Диолкосский) (Собеседования Иоанна Кассиана): «...если брат попросит книгу для чтения или другую какую-нибудь вещь для употребления и опечалит нас его просьба или наш отказ оттолкнет его, то нет сомнения, что мы еще связаны узами скупости или сребролюбия».

Следующая причина гнева, происходящего от сребролюбия, видна, когда мы не хотим отдавать долг или нам его не возвращают.

Нравственное Богословие (Грехи против 8-ой заповеди, грех - привычка входить в долги и медленная уплата их или же совсем не платеж): «... (должник) гневается на своего кредитора: дотоле все был мир, все был называем дающий в долг добрым, прекрасным человеком, а как только он стал просить себе долг, хоть бы и скромно, так и мира с ним нет, так и враг он, так и недобрый человек, будто порок собственно напоминать о долге, а не удерживать у себя чужое».

Бывает и так, что кто-то желает лишить нас действительно нужного нам. Как же тогда мы должны реагировать?

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «Сохрани кроткое и миролюбивое расположение к брату даже тогда, когда он коварно или хитростью, или же как-либо ненамеренно лишает тебя последнего достояния. Тут-то и покажи, что ты любишь в ближнем образ Божий больше всего земного и тленного, что «любовь» твоя «николиже отпадает» (1Кор.13,8). «От взимающего твоя, не истязуй» (Лк.6,30); «хотящему судиться с тобою и ризу твою взять, отпусти ему и срачицу» (Мф.5,40). Да не посрамит тебя враг надеянием на прах земной, каковы деньги и хлеб, больше чем на Бога, но да посрамлен будет сам крепким упованием твоим на Бога и на Его святое слово. Ибо «не о хлебе едином жив будет человек, но о всяком глаголе, исходящем из уст Божиих» (Мф.4,4). Заметь: «о всяком глаголе». Ибо каждое слово Владыки-Творца может поддержать твою жизнь, как каждое слово может сотворить и претворить тысячи тварей. Ибо «Он сказал, и стало; повелел, и явилось» (Пс.32,9) создание. Так Он словом привел из небытия в бытие мириады небесных, бессмертных воинств и, освятив их Духом Святым, укрепляет и поддерживает их в бытии. Не роняй безумно достоинства своего бессмертного духа до суетного надеяния на прах земной. Говори: Бог упование мое, или: «упование мое Отец, прибежище мое Сын, покров мой Дух Святой - Троица Святая».

Также бывают случаи, когда человек, сделавший доброе дело другому, затем может еще и материально пострадать или лишиться того, что ему по праву принадлежит. Приведем пример того, как необходимо поступать в таком случае.

Варсануфий Великий (Руководство к духовной жизни, вопрос 483): «Некоторый инок, живя в чужой келье, построил себе келью около нее. И пришел к нему брат, нуждающийся в келии; он дозволил ему поселиться в построенной им, а тот просил

утвердить за ним оную записью. Инок на сие согласился, если дозволят Старцы, с тем, однако же, чтобы каждую неделю брать себе по два сосуда воды, находившейся при той келии. А они спросили о сем Великого Старца. Ответ Варсануфия. Это не иноческое дело, потому что если вы требуете друг от друга письменных актов, то вам придется и судиться, а сие не свойственно любви. Но пусть лучше брат, без всякой записи, живет в келии, и если владелец ее пожелает вывести его на некоторое время, то он должен выйти со смирением, отнюдь не противореча. Если же и сам владелец той келии придет, желая наполнить водою два свои сосуда, но живущий в келии не позволит ему сего сделать, то и он не должен смущаться, но со смирением сделать ему поклон, взять свой пустой сосуд и удалиться, говоря: "Брат! Прости меня Господа ради, что я тебя оскорбил и помолился о мне". Также и потом должен внимать себе, чтобы не возмутиться гневом. И ради его смирения сохранит Бог и брата его от вражды диавольской, так что тот придет в умиление, устремится вслед его и поклонится ему о том, чтобы он возвратился и наполнил свой сосуд, и сам подержит оный вместе с ним. И тогда любовь Божия покроет того и другого и спасет их человеколюбец Бог».

Для тех случаев, когда нас лишают не последних вещей или денег, приведем поучение-сокрушение Иоанна Кронштадского в котором чувствует боль за нас, грешных, которые готовы за вещь или деньги в порыве гнева физически и морально уничтожить ближнего.

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «А как многие из нас раздражаются и выходят из себя, когда их лишают не последнего рубля, а только некоторой небольшой части из их далеко не последнего имущества! Сколько возмущения, гнева, желчи, горьких упреков, ропота, иногда проклятий! - Боже праведный! и этот прах, называемый деньгами, или же эти брашна и питья могут производить такую бурю в наших христианских душах! - в нас, когда мы знаем слово нашего Сладчайшего Спасителя: «не печетесь душою вашею, что ясте или что пиете, ни телом вашим, во что облечетесь. Воззрите на птицы небесныя, яко не сеют, ни жнут, ни собирают в житницы, и Отец ваш Небесный питает их. Ищите же прежде Царствия Божия и правды Его, и сия вся приложатся вам» (Мф.6, 25, 26, 33). Или: «не зависит жизнь человека от изобилия его имения» (Лк.12,15). Боже мой! до чего мы дожили? Чем мы лучше язычников при своем образе жизни! Где наша вера, упование на Бога, любовь к ближнему? О, надмение сатанинское! О, стыд наш! - Отче Небесный! Ты, ведущий, ихже требуем, и «прежде прошения нашего подающий» (ср. Мф.6,8), помилуй нас, неверных, неблагодарных и злонравных! Слышим Твое милостивое слово, Владыко: «не имам от тебе отступити, ниже имам тебе оставити» (Евр.13,5), но, прельщаясь ежедневно земными благами, преслушаем его и нарушаем Твою волю».

Как было уже сказано, гнев и раздражение отражаются на нашем телесном здоровье. И многим людям известно состояние, когда каждый день они чувствуют сильную усталость от напряженного темпа жизни. Эта усталость выражается упадком сил и частой раздраженностью на окружающих нас людей, что говорит о действии в нас двух страстей раздражительной силы: перевозбуждение (аффекты) и ослабление сил (печаль и уныние). Причиною же такого состояния раздражительной силы является многопопечительность о земном, или страсть сребролюбия. Это может проявляться в заботах о многих различных делах.

Паисий Святогорец (Духовное пробуждение, т.1): «Люди сегодня не живут просто. Поэтому они сильно отвлекаются. Они хватаются за многое и тонут во множестве попечений. ...Как-то ко мне в каливу пришел один юноша в состоянии психического расстройства. Он уверял меня, что мучается оттого, что имеет какую-то наследственную чувствительность от своих родителей, и подобное этому. "О какой еще там наследственности ты мне говоришь? - сказал ему я. – Перво-наперво тебе требуется отдых. Потом заканчивай учебу. После этого иди отслужи в армии, а затем постарайся устроиться на работу." Несчастный послушался и обрел свой путь. Таким же образом люди находят и самих себя».

Далее приведем пример, как сребролюбивые мысли и мечтания могут привести к гневу и вражде. Многим из нас знакомо состояние, когда во время молитвы мысли о земном чередуются, например, с Иисусовой молитвой. На этом примере проследим, как сребролюбивые мечтания могут перерасти в реальную вражду с каким-либо человеком.

Нил Мироточивый Афонский (Посмертные вещания, ч.3 гл.53): ««Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного - ... разрушу дом, вместо него сделаю высокий и глубокий...»... «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного - ... (стенку садовую) надо исправить, а пониже посадить лимон»... «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного – посажу и лоз столько-то...» ...«Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного – Но место, о котором я забочусь сделать постройку, принадлежит моему соседу, который есть «в язву мне». «Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного – Пойду, обработаю, пусть-ка потом придет и отберет из рук моих». Так насчитывает он мысленно громадную сумму выгод от сего дела в ветреном попечении своем. ...Озабоченный сими вещами монах сейчас бросает (молебный) канон на половине, швыряет четки свои на кровать, выходит из кельи, берет лопату, ... берет топор и отправляется на место, на котором мечтал во время канона своего устроить различные насаждения. Идет, срубает кусты и вскапывает с злою ревностью, чтобы сделать зло соседу своему. Сосед слышит шум вне кельи, выходит, видит соседа своего копающим и спрашивает: «что ты делаешь, отче?» - Тот отвечает: «Что делаю? на месте, которым владею, что хочу, то и делаю». Говорит сосед его: «Это место не твое, но собственно мое и моей каливы». ...Начинает между ними спор; один говорит: «это моя», а другой: «моя, а не твоя». И вот бегут они стремительно бегом в скит, обходят дома скитян, жалуясь друг на друга...».

Итак, нами рассмотрено несколько примеров, когда мы гневаемся, защищая свое сребролюбие. На самом деле, конечно, таких случаев великое множество, и нам надо учиться видеть не только факт гнева, но и свое сребролюбие. К сожалению, многие из нас еще не видят этого.

Исходя из вышеизложенного становится понятным, что, прежде всего, нам надо избавиться от пристрастия к вещам и деньгам, а затем и гнев, происходящий от сребролюбия, нас покинет.

Евагрий Понтийский (О помыслах, гл.1): «...нельзя возмутиться гневом тому, кто не сражается ... за деньги».

Авва Дорофей (поучение 18): «Если не хочешь впасть в раздражительность и злопамятность, то отнюдь не имей пристрастия к вещам и не заботься о них чересчур; но и не пренебрегай ими, как маловажными и ничтожными, но когда кто просит их у тебя, давай; если же он случайно, или по небрежению разобьет или потеряет что, не скорби. Впрочем ты должен так поступать не по нерадению. Достигнуть же сего ты можешь только тогда, когда будешь распоряжаться вещами, не как своими собственными, но как вещами принесенными Богу и только вверенными твоему попечению. Ибо первое располагает нас к тому, чтобы не иметь пристрастия (к вещам), а второе к тому, чтобы не пренебрегать ими. Если же ты не имеешь в виду сей цели, то будь уверен, что не перестанешь подвергаться смущению и смущать себя и других».

Когда мы говорили о сребролюбии, то называли одну из главных добродетелей, которая противоположна страсти сребролюбия, это – милостыня, или телесное милосердие. Если мы будем поступать по этой добродетели, то наше сердце будет постепенно заполняться любовью и состраданием к людям, что и будет избавлять нас от страсти гнева и нелюбви.

Синклитикия (Афанасий Великий. Жизнь и наставления...): «И как пороки связаны один с другим (так, сребролюбием последуют зависть, обман, клятвопреступление, ярость, памятозлобие), так и добродетели, такие, как кротость, долготерпение, незлобие и нестяжательность, связаны с любовью, а потому нельзя стяжать любви, если не приобретешь прежде нестяжательности; ведь Бог заповедует нам

любить всех людей, а не одного, и следовательно, нам нужно не презирать всех нуждающихся, но помогать им. А если мы даем не всем, но только некоторым, то теряем любовь, поскольку не всех любим. Но дать всем вдоволь невозможно для человека, ведь это дело Божие. ...Но, может, ты на это скажешь, что благотворительность вовсе не нужна? Да не будет того! Но благотворительность становится началом любви для тех, кто и не знал, как ее стяжать. И как обрезание для необрезанных было образом обрезания сердца, так и благотворительность становится учителем любви. Для тех же, кому благодатью Божией дарована любовь, благотворительность излишня. Я говорю это не для того, чтобы осудить благотворительность, но чтобы указать на чистоту нестяжательности, так чтобы меньшее добро - благотворительность - не стало препятствием к большему добру - нестяжательности, которая и есть любовь».

Поэтому давайте четко запомним, что никакая материальная вещь не выше ближнего и не стоит того, чтобы мы приступали законы любви к человеку ради пристрастия к тленным вещам.

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «Христианин должен так горячо и крепко любить Бога и образ Его, ближнего, чтобы мог всегда говорить: «что ны разлучит от любви Божия» и ближнего? «скорбь, или теснота, или нагота, или беда, или меч» (Рим.8,35), или деньги, или сладости пищи и питья, или богатое жилище, или попечение об одежде, или разные житейские удовольствия? Но все эти земные вещи я считаю за сор, удовольствия житейские - за мечту».

Гнев и другие страсти раздражительной силы человека

Вспышки гнева от других видов страсти гнева: от ненависти, злобы и желания мщения

К сожалению, всем нам известны такие чувства к ближнему, как ненависть, злоба, неприязнь и нетерпение (о них мы будем говорить подробно позже). Все эти чувства собирались нами на протяжении всей нашей жизни, все наши вспышки раздражения, гнева и ярости оставляли след и уничтожали наши благие чувства к ближним.

Феофан Затворник (Толков. на 2Кор.12,20): «...ярости, сержания, вспышки гнева и раздражения, при столкновениях с другими не в свою пользу, находящие и отходящие, потому что случайное разгорячение самолюбия препобеждается симпатическим строем сердца; но есть опасность, что частые сержания могут превратиться в постоянное, которая есть злая ненависть».

В данном случае вспышки гнева происходят от злобных и ненавистных чувств, живущих в сердце, от злопамятства и мести, а значит, один вид страсти гнева порождает другой. Но бывают случаи, когда ненависть к кому-либо происходит не от постоянных столкновений, а от одного, двух. Но независимо от того, накапливалась ненависть или сразу возникла, она помрачает человека, особенно его ум.

Изречения старцев (Отчник Игнатия Брянчанинова): «Гневом омрачается ум человека, ...если человек имеет ненависть к ближнему своему...».

Есть и такие страшные состояния, когда в сердце живет уже не просто ненависть к какому-либо человеку, а ненависть ко всем людям. Причем она может проявляться тогда, когда человек понимает, что всех ненавидит - и он даже говорит об этом открыто, а может проявляться лишь тогда, когда кто-то делает не так, как он считает, или кто-то не оказал ему почтение и т.п. Т.е. ненависть направлена на множество людей в конкретных ситуациях, но человек не считает, что он ненавидит всех людей. Конечно, такое злое ненавистное сердце будет порождать гнев, обиды, осуждения, подозрения, печаль о себе, саможаления и т.п.

О смене различных эмоциональных состояний, как проявлении различных видов страстей, присущих раздражительной силе

Относительно страстей: гнева, печали и уныния необходимо сказать, что они являются тремя противоположными эмоциональными состояниями. Так, гнев – это возбужденная раздражительная сила (в психологии называется «стеническая»), печаль – подавленная раздражительная сила («астеническая»), а уныние – бессилие раздражительной силы (также «астеническая»). А так как мы знаем, что эмоциональные состояния постоянно меняются, поэтому после возбуждения может наступить подавленность или наоборот; и после них может наступать лень и бессилие. Поэтому их можно назвать «сестрами».

Ерм (Пастырь, запов.10): «...всяк(ая) печаль, ...сестра сомнения и гнева».

Авва Авраам (Собеседования Иоанна Кассиана): «Если (язва порока) поранит раздражительную способность, то породит ярость, нетерпеливость, печаль, уныние, малодушие, жестокость».

Все эти эмоциональные страстные состояния свойственны грешнику.

Феофан Затворник (Начертание христианского нравоучения): «Грешник как бы неизбежно в непрестанных тревогах. Нет в нем силы, которая бы защитила его от их злого влияния. То страх, то радость, то тоска, то стыд, то огорчение, то зависть или другое что непрерывно мятут и уязвляют душу его. Жизнь грешника есть путь по колючим тернам, несмотря на внешнюю светлую обстановку».

Поэтому, говоря о различных эмоциях, таких как гнев, печаль и уныние, необходимо говорить как о смене одного настроения другим, и о том, что и они являются не так причиной гнева, как следствием, т.е. последовательностью эмоциональных страстей.

Итак, первый случай, когда печаль появляется после гнева.

Авва Серапион (Собеседования Иоанна Кассиана, гл.10): «...от гнева (происходит) печаль».

Иоанн Кассиан (Послание к Кастору..., кн.9, гл.4): «...(эта страсть печали) иногда происходит от порока предшествующего, -гнева...».

После того, как человек разгневался или злопамятствовал, или пожелал мщенья, или его кто-то оскорбил, на него наваливается тяжелое угнетенное чувство, а иногда и отчаяние. Именно это состояние говорит о том, что начала действовать страсть печали.

Нил Синайский (О восьми лукавых помыслах, О печали, гл11): «..печаль же есть унылость души и бывает следствием гневных помыслов. Раздражительность есть пожелание отмщенья, и неуспех в отмщении порождает печаль».

Поэтому отцы советуют:

Евагрий (Слово о духовном делании, 25): «Будь внимателен, дабы, прогневавшись на какого-либо брата, не прогнать его. Иначе ты в (здешней) жизни своей не убежишь от беса печали, который во время молитвы всегда будет преткновением для тебя».

Бывает и другая печаль, когда человек начинает чрезмерно сокрушаться о том, что он разгневался, и это сокрушение напоминает разочарование гордыни, говорящей: «как я так мог?»

Ерм (Пастырь, запов.10): «И когда охватывают человека гнев и сильное раздражение по какому-нибудь поводу, то опять печаль входит в сердце, он скорбит о своем поступке, раскаивается, что разгневался. Эта печаль кажется спасительною, потому что влечет раскаянье. Но ... (и эта) печаль оскорбляет Святого Духа. ...Человек печальный всегда зол, во-первых, потому, что оскорбляет Святого Духа, который дан человеку радостным; и, во-вторых, потому, что он творит беззаконие, не обращаясь к Господу и не исповедуясь перед ним».

Иоанн Лествичник (Лествица, сл.26): «Есть отчаяние, происходящее от множества грехов и отягчения совести и нестерпимой печали, когда душа по причине множества сих язв погружается, и от тяжести их утопает во глубине безнадежия. Но есть отчаяние и

другого вида, которое бывает от гордости и возношения, когда падшие думают, что они не заслужили сего падения. Если кто в это вникнет, то найдет, что между теми и другими такое различие: первые предаются нерадению; а вторые при безнадежности держатся и подвига, что одно другому противно».

После гнева мы также можем испытывать внутреннее бессилие и лень ко всему, а значит, нас поразила страсть уныния.

Далее. Печаль и уныние могут сменяться гневом.

Авва Серапион (Собеседования Иоанна Кассиана, гл.16): «...от печали (рождается) брюзгливость, малодушие, раздражительность, отчаяние...».

Приведем пример, когда печаль переходит в гнев: если мы находимся в печали (или как мы часто говорим: «у меня плохое настроение»), то нам становятся не милы даже самые любимые люди, и мы раздражаемся на них по малейшему поводу или без него.

Иоанн Кассиан (Послание к Кастору..., кн.9, гл.4): «...по влиянию тонкого врага (печали) мы вдруг подвергаемся такой скорби, что не можем о обычную приветливостью принимать посещение даже любезных лиц и родственников наших и что ни было бы сказано ими в приличном разговоре, нам все кажется неблагоприятным и лишним и мы не даем им приятного ответа, когда все изгибы нашего сердца наполнены желчною горечью».

Уныние переходит в гнев, например, когда мы ленимся и нам ничего не хочется делать, а кто-то обращается к нам с просьбой помочь - и тогда мы начинаем раздражаться и гневаться.

(Более подробно о страсти печали и уныния будет сказано в соответствующих темах)

Скрытые причины гнева, происходящие от страстей тщеславия и гордости

Как было уже сказано, гнев – это форма защита своих органических и материальных потребностей и связанных с ними наслаждений. В этом человек схож с животным. Но наряду с материальными потребностями, у человека есть душевные и духовные потребности, интересы и наслаждения. Их также человек всячески старается защитить.

Кстати сказать, для людей, не идущих по пути самопознания, трезвения своих мыслей и чувств, по пути постоянной молитвы, покаяния и сопротивления своим страстям, самолюбие, тщеславие и гордость малозаметны или вовсе не осознаваемы ими. Поэтому для многих из нас такие причины гнева, действительно, являются скрытыми от нас самих, т.к. мы не видим их в себе явно, хотя вслух и заявляем об их наличии. Мы как бы и понимаем, что они у нас есть, но когда и как проявляются – не видим.

Также, сокрытие причин гнева для человека заключается в том, что душевные и духовные потребности не имеют материальной сути; потому зачастую бывает так, что человек не видя таких причин и считает, что он раздражается или гневается справедливо (т.к. отстаивает справедливость, истину, попечение о ближних и т.п.) и не видит, что отстаивает свои душевные страсти во главе с самолюбием.

А теперь рассмотрим подробнее скрытые причины гнева.

Гнев от славолубия

Каждый человек желает, чтобы его уважали, ценили, благодарили, обходились с ним почтительно, признавали его добродетели и т.п.. Такие желания являются естественными для человека, но не совершенными. После грехопадения они вышли за рамки естества и стали греховной страстью, которую, в общем, можно назвать «славолубием», т.е. сильным желанием постоянно чувствовать признание, почтение, благодарность, чтоб их приглашали в гости, общались с ними и т.п. Тогда самолюбивой душе будет приятно, что

ее ценят, и она будет еще более довольна собой. Если же этого не происходит, то она испытывает огорчение и недовольство и направляет свое раздражение на других людей.

Евагрий Понтийский (О помыслах, гл.1): «нельзя возмутиться гневом тому, кто не сражается за... славу человеческую».

Изречения старцев (Отчник Игнатия Брянчанинова): «Гнев возбуждается по причине... если кто хочет удостоиться почестей».

Иоанн Крестьянкин (Опыт построения исповеди, 7-ая заповедь блаженства): «Мы тщеславны и славолюбивы, считаем себя умнее, лучше других, ни в чем не имеем намерения уступить, не имеем и признаков скромности...».

Особенно это проявляется, когда о нас кто-то плохо говорит.

Изречения старцев (Отчник Игнатия Брянчанинова): «Гневом омрачается ум человека ... если (кто-то) худо говорит о нем».

Но об этом будет сказано отдельно в теме «об осуждении».

Следует сказать, что славолубие может не выражаться открыто, а существовать в скрытой форме.

Амвросий Оптинский (Письма к монашествующим, п.103): «...в тебе нет грубого искания славы земной, но есть затаенное желание преимущества; и немощь эта обнаруживается завистью, неуступчивостью и настойчивостью до упрямства, недовольством, гневом и скорым смущением. Если когда ты и решаешься презирать славу, то это сопровождается вместе и презорством в отношении некоторых людей, особенно когда что-либо представится тебе мнимополезным и захочешь сделать по-своему».

Некоторые отцы славолубие называют гордостью, т.к. они идут всегда рядом.

Антоний Великий (Доброт. т.1.п.205): «Гордость есть мирская любовь в шумной славе (высокое о себе мнение, самовосхваление, и жажда хвалы от других), которая заседает в умах наших по причине суетных и преходящих внешних достоинств каких-нибудь».

Вообще славолубие как общая страсть имеет несколько видов: тщеславие, честолюбие, санолубие и др. Подробно об этом будет сказано в теме «о страсти тщеславия». Кратко скажем о каждом из них.

Первое из них, тщеславие, которое, во-первых, означает поиск славы в делах малозначимых.

Нравственное Богословие (Грехи против 2-ой заповеди, грех - тщеславие): «Человек все делает напоказ или чтоб видели другие все и самое малое. ...Отсюда тщеславие относится к предметам внешним, маловажным и даже мелочным».

Во-вторых, этим же признаком тщеславия отличается от славолубия.

Нравственное Богословие (Грехи против 2-ой заповеди, грех -тщеславие): «Славолубивый человек непременно имеет таланты, труды и заслуги: посему этой страсти поддаются преимущественно люди замечательные чем либо. Тщеславный же не имеет у себя ничего особенного,—ни проницательного ума, ни обширного образования, ни трудов, ни предприятий к великим трудам, ни почтенных заслуг. Чего же в нем не достает или мало, то он и хочет дополнить людскими похвалами. Отсюда происходит самое слово: «тщеславие», т. е. тщетная, не истинная слава».

В-третьих, тщеславие всегда желает иметь признание своих заслуг и слышать это от людей. При этом не следует думать, что мы ищем славы и благодарности только от не родных людей. Наше тщеславие постоянно проявляется в отношениях с близкими. Например, после того, как человек сделал что-либо хорошее, и ближний вместо благодарности упрекает его или просто не благодарит, то он обижается, т.к. задето его «я» и его благие намерения. Это обиделось наше тщеславие, даже если мы намеренно и не думали получить благодарность и не ждали похвал (вообще, бывает два случая проявления тщеславия: когда человек ожидает для себя похвал явно и тайно). Кстати сказать, очень часто мы не видим в себе этих проявлений тщеславия и, как правило,

отрицаем его, если кто-либо скажем нам, что мы обиделись оттого, что ожидали благодарности и похвал (об этом будет подробно сказано в теме «о страсти тщеславия»). После обиды, конечно, приходит враждебность различной силы, и мы раздражаемся, ссоримся и враждуем. Приведем самый простой пример, который, на первый взгляд, никак не связан с тщеславием в нашем понимании: жена сварила борщ, а муж, придя домой, не захотел есть. Жена обиделась, и они поссорились. В данном случае проявилось тайное тщеславие жены, т.к. она ожидала признания своих повседневных трудов и обязанностей, и она действительно не думает о похвале, готовя еду, т.к. этим она занимается постоянно. Но отказ мужа она воспринимает как не признание своих трудов и может подумать или сказать так: «я старалась, готовила, а ты не ешь!». Как видим, она прямо не говорит: «хвали меня», но укоряет, обвиняя, указывает на свой труд и на неблагодарность о заботе о нем, а также чувствует саможаление. На этом примере хорошо видно, как тщеславие и самолюбие в различных формах скрывается за обыденными фразами. После ситуация может развиваться по-разному. Муж может успокоить жену, объяснив, что он не голоден и поест чуть позже, а может начаться скандал с взаимными упреками и ругательствами. Вот таким образом проявляется связь тщеславия и гнева.

Для того, чтобы избежать подобных обид и ссор, отцы дают такой совет:

Феофан Затворник (Толков. на посл. Филиппийцам,2,3): «Как же можем мы избегнуть тщеславия? Слушай следующее: «но по смиренномудрию почитайте один другого высшим себя». Какое исполненное всякого любомудрия правило и какое руководство для нашего спасения предложил он! ...Итак, почитай другого не просто лучшим себя, но и высшим (что означает великое превосходство). ...Когда же и другой, получивший от тебя такую честь, будет в подобном же расположении к тебе; то представь, что из сего составит сугубый оплот для взаимного снисхождения. Пока ты считаешь другого достойным почтения и он — тебя в равной мере; то не произойдет никогда ничего неприятного. Ибо если такое поведение со стороны одного сильно истребит всякую раздражительность, то, при взаимном таком расположении, кто разрушит такую твердыню? Ни сам диавол. Потому что составит тройное укрепление, четверное и больше. Ибо смиренномудрие есть причина всего доброго».

Применим этот совет в отношении примера с приготовлением еды. Если муж отказался поесть, то жена должна воспринимать это спокойно, понимая, что он просто не хочет кушать. При этом она может спросить его о причине, но это нужно делать спокойно, благорасположенно. Муж же, в свою очередь, может отказаться от еды, но тут же объяснить причину своего отказа или может попробовать пару ложек и сказать жене, что вкусно, но поест позже. Из этого примера видно, если мы будем относиться друг к другу бережно и доброжелательно, не требуя похвал и признательности, то в наших семьях будет царить мир. Помогите нам, Господи!

К другим видам славолубия относятся также честолюбие и санолубие. Кратко скажем о них.

Нравственное Богословие (Грехи против 2-ой заповеди, грех: честолюбие): «Желают себе почета и в высшей степени услаждаются им: «любят», например, «целования» (Мф.23,6) (поздравления, встречи, проводы, благодарные и почетные адреса); с приятностью встречают предупредительность других в исполнении каких либо своих желаний; довольны, когда спрашивают их мнения или только не обходят их докладом — известием о таких делах, в которых участие их или излишне или вовсе не по праву, как например, связанный Иисус был приведен «первое ко Анне» (Ин.18,13, отставному первосвященнику; в высшей степени довольны, когда в честь их делают какие-либо приношения и строят своего рода памятники; а всего чаще—просто любят принимать поклоны и ожидают себе поклонов,—любят, чтоб пришли к ним и уважили их, пришли бы и тогда, как они сами не приходят».

Нравственное Богословие (Грехи против 2-ой заповеди, грех: санолубие...): «В отношении к другим (санолубивые) делаются противниками, с кем стоят на одинаковых

степенях служения или в одинаковом звании. Или они оскорбляют других несправедливым своим домогательством, потому что есть достойнее их во всех отношениях—или неизбежно встречаются и в других тот же дух самовозвышения: а им вообще досадно разделять награды с другими. Отсюда и происходят досады, козни и всевозможные старания свергнуть или устранить других. Иногда эти люди желают даже смерти другим, чтоб поскорее понуждались в них для высокой должности или дошли до них с дальнейшею наградою. Так как они, с одной стороны, «любят,.. зватися от человек: учителю, учителю» (Мф.23,7),—любят это, сознавая тут свое превосходство пред другими, а с другой — могут прямо не поблагоприятствовать лицу или делу, если не титуловать их по чину: то волей и неволей другие титулуют их так то, не только в частных свиданиях, но и в домашней жизни (натянутость отношений к ним доходит до того, что низшие их ходят при них даже на цыпочках)».

И если человек не получает почтения, благодарности, славы и т.п., которых он ожидает, то он в таких случаях будет постоянно раздражен и недоволен или теми, кто его не чтит, или сложившимися обстоятельствами. Это может выражаться обидами или укорами, что кто-то не поздоровался, или не сказал «спасибо», или не посоветовался, не поздравил с чем-либо, или не позвал в гости, в то время, как его всегда приглашали и т.п. Вот простой пример, показывающий, как это может происходить:

Нил Мироточивый (Посмертные вещания, ч.3, гл.14): «...я спросил (брата): «Что поведаешь мне?» Он сказал мне: «Имею злые мысли, отче, и весьма смущен от такого-то брата». Я сказал ему: «Что он сделал тебе?» Он ответил мне: «Сколько бдений я ни устраивал ежегодно, никогда не исключал его, первым звал его, а после него других; сегодня же он изгнал меня с праздника своего и не позвал меня, когда приглашал других? Пусть так; если он не хотел видеть меня, то мог бы послать известие о сем, чтобы мне знать это; я же, не ведая его неприязни, пошел на бдение, и спрашиваю его: «Отчего ты не позвал меня?» Он же сказал мне: «Какое тебе надо извещение, не позвал тебя, вот и все». Когда наступило время вкушения хлеба, т. е. ужина перед началом бдения, я имел надежду на него и, уходя из дому, на вопрос сожителей моих насчет пищи дома, сказал им: «Есть дома не буду, кушайте без меня, я на бдение пойду и там поем». Братия покушали, нисколько мне не оставив пищи, чтобы пища не попортилась к следующему дню. И вот я жду (перед бдением на празднике, когда пришло время ужина), что позовут меня; проходит час, никто не приходит приглашать меня; начинает смеркаться - ни гласа, ни звука. Я иду обратно домой, чтобы поесть, но пищи нисколько не осталось, поел одного только сухоядения, так и пошел на бдение в собор, а в соборе всю ночь злился». Я постарался всеми способами умиротворить брата, но он не хотел успокоиться нисколько; так и умер несчастный с злопомнением и осуждением, зачем не позвали его на праздник».

Обратите внимание на то, что было задето несколько страстей: стремление к почтению и благодарности, гордость, корыстолюбие и чревоугодие.

Итак, вполне понятно, что славолюбию свойственен гнев как способ защиты своего оскорбленного имени. Славолюбие может выражаться через чувство обиды.

Иоанн Златоуст (т.12,сл.20): «Во время гнева «сердце кипит и терзается от обиды».

Тихон Задонский (Об истинном христианстве, кн.1, § 84): «Гнев есть чувствование сердечной болезни, родившейся от обиды, которая или делом, или словом выражается».

Иоанн Златоуст (т.2, беседа 20): «Не говори мне о великости обиды: не она причиною твоей гневливости, но то, что ты не помнишь о своих собственных грехах и не имеешь пред очами геенны и страха Божия».

При всех этих страстях человек испытывает негативные чувства к людям, не чествующих его; и со временем такие чувства могут все более и более накапливаться и дойти до ненависти. Как правило, люди этого не замечают и удивляются, откуда их неприятие к тому или другому человеку.

Поэтому пока мы будем любить честь, похвалу, признание и т.п., до тех пор мы будем защищать свое имя и интересы, а значит, жить с гневом, раздражением и ненавистью и никогда не сможем истинно полюбить ближнего и Бога.

Максим Исповедник (Первая сотница о любви): «Кто не вменяет ни во что честолюбия и сластолюбия, и их возвращающего, и ради их порождающегося сребролюбия; тот не может отсечь причин гневного раздражения: а не отсекающий их, не может достигнуть совершенной любви».

Итак, для того чтобы избавиться от гнева многие из нас должны избавиться от славолубия.

Василий Великий (Правила, кратко изложенные, пр.289): «...поскольку иные грехи имеют начало не в самих себе, но рождаются от других грехов, желающий очиститься от них по всей необходимости должен исторгнуть из себя первые причины сих грехов. Например, ссора или зависть начинаются не сами собой, но произрастают от корня славолубия: кто домогается славы от людей, тот входит в состязание с имеющим о себе добрую славу или завидует тому, кто более его прославлен. Посему если кто, однажды обвинив себя в зависти или ссоре, опять впадает в те же грехи, то пусть знает, что он внутренне болен первою причиною зависти или ссоры — славолубием. И ему надобно врачевать недуг славолубия противным — упражнениями в смиренномудрии (упражнением же в смиренномудрии служит занятие делами унижительными), чтобы таким образом, придя в настроение смиренномудрия, не впадать уже в сказанные выше отрасли славолубия».

Григорий Нисский (О блаженствах, сл.2): «...если уничтожить в нраве кичливость, то не будет времени породиться страсти раздражения; потому что причиною такового недуга в раздраженных бывают обида и бесчестие. Бесчестие же не касается того, кто обучил себя смиренномудрию. Если у кого помысел чист от человеческого обольщения, и видит он ничтожество естества, какое и ему дано в удел, также какое начало его состава, и к какому концу стремится краткость и скоротечность здешней жизни, видит сопряженную с плотью нечистоту, и бедность естества, которое само по себе недостаточно было бы к поддержанию собственного своего состава, если бы недостатков его не восполняло обилие бессловесных, а сверх сего видит скорби, печали, бедствия и многообразные виды болезней, которым подлежит человеческая жизнь, и от которых никто не изъят и не свободен по естеству: то тщательно всматривающемуся в это чистым оком души не легко будет вознегодовать на недостатки воздаваемых ему почестей. Напротив того обманом почтет почесть за что либо оказываемую ему ближним потому что в естестве нашем ничего такого нет, что может стоять в ряду вещей досточестных, кроме одной только души, которой честь составляется не чем либо взыскуемым в этом мире. Ибо тщеславиться богатством, или величаться родом, или мечтать о славе или мысленно присвоить себе верх над ближним, чем и ограничиваются человеческие почести, все это служит душе в посрамление и укоризну, так что человек рассудительный не согласится чем либо подобным сему осквернить чистоту души. Вести же себя так - не иное что значит, как глубоко укорениться в смиренномудрии, по преуспевании в котором, раздражение даже не будет иметь и входа в душу. А когда нет раздражения, преспеивает «тихое и безмолвное житие» (1 Тим. 2, 2.); оное же не иное что есть, как кротость, которой конец блаженство и наследие небесной земли о Христе Иисусе Господе нашем».

В конце приведем моление Святого Симеона о том, как он сокрушается о своем славолубии, мешающему ему познать себя и истинно быть с Богом.

Симеон Новый Богослов (гимн 36): «...наслаждения и похвалы (человеческие) расстроили мозг и нервы, отняв у меня бодрость и крепость души моей. Увы мне! как я опишу все: самомнение и леность, как разбойников напавших на меня, (чувственное) удовольствие и заботу нравиться людям... (Я) не зная себя самого и не уразумев ничего из случившегося, ставлю себя выше всех, и (считаю себя) бесстрастным, и святым, и премудрым богословом, и праведником, почитаемым всеми людьми. Но и будучи хвалим,

как достойный похвал, я, приглашая всех, думаю, что снискиваю (от них себе) честь. Когда же они собираются, я еще более надмеваюсь и часто оглядываюсь, быть может, кто-либо отсутствует, кто не пришел и не видит меня. И если окажется, что кто-либо пренебрег мною, то я злопамятно поношу и злословлю его, чтобы и он, услышав и не вынося моих порицаний, пришел, приветствовал меня и оказался моим сторонником, словно и он нуждается в моих молитвах и любви. И я говорю (тогда) всем прочим: и такой-то посещает (меня) и получает (мое) благословение и слушает беседы и учение мое. Увы, моей глупости! И так, как не вижу я наготы и убожества своего, не чувствую язв, не печалюсь и не плачу, и лежа в больнице, не ищущу врачевания, и не призываю врачей, показывая (им) свои струны, обнажая пред ними свои скрытые страсти, дабы они наложили ланцеты, пластыри и прижигания, и я мужественно перенес бы (их) ради своего врачевания? Но я напротив повседневно прилагаю (себе) язвы. ...Ибо кто из познавших Тебя нуждается в мирской славе? или кто из любящих Тебя более (чем Тебя) взыщет того, чтобы либо приглашать (к себе) всех, либо льстить некоторым, либо станет стараться быть другом всех людей? Этого не делал никто из истинных рабов Твоих. И потому-то скорблю и печалюсь я, Боже мой, так как вижу себя самого поработанным этому, и ни покориться не могу, ни смириться не хочу, ни искать одной Твоей славы, чрез которую мне указывается быть верным и рабом Твоим, и благодаря которой (особенно в бедности, нищете и трудах) я могу быть выше не только вельмож, но и царей. И так, приклонись на милость к презренной душе моей, Боже и Творче всех, благобытие мне даровавший, и дай мне истинное ведение, чтобы я благо разумно держался одних Твоих вечных благ, и славу Твою от души возлюбил и взыскал, отнюдь не заботясь о человеческой, земной (славе), дабы я соединен был с Тобою ныне и по смерти, и сподобился соцарствовать с Тобою, Христе, претерпевшим ради меня позорную смерть и исполнившим все домостроительство. И тогда я буду славнее всех смертных. Да будет (так), Господи, ныне и во веки».

Основные выражения гордости

Для того, чтобы увидеть, как гнев связан с гордостью, кратко обозначим основные ее проявления.

Авва Фаласий (Добр. Т.3, 1-ая сотн.): «...гордости (свойственны) самомнение и зависть».

Авва Фаласий (Добр. Т.3, 4-ая сотн.): «...гордости (свойственно) уничижать других и гневаться».

Иоанн Златоуст (т.11, беседа 1 по 2-ое посл. Фессал.): «От гордости происходит презрение к бедным, страсть к деньгам, властолюбие и славолубие...».

Феофан Затворник (Начертание христианского нравоучения): «...гордость сопровождается еще своеволием, непокорливостью, самоуверенностью, самонадеянностью, притязательностью, презрением других, неблагодарностью, завистью, гневливостью до мести и злопамятства. Главнейшими, впрочем, ее отраслями можно почесть зависть с ненавистью и гнев со злопамятством».

Нравственное Богословие (Грехи против 2-ой заповеди, грех: гордость мирская вместо разумной простоты): «(Мирская гордость), между прочим, доказывается и обнаруживается: самохвальством в сердце; нетерпеливостью к высказываемой правде или невыслушиванием правды (тотчас убегают); заносчивостью; гневом на того же, кому сделана несправедливость, и ожидание, чтоб этот человек сам же умолял о прощении; чрезмерною или упорною защитой пред другими своих мнений, пусть иногда и справедливых; высокоумием и ненамеренным неудивлением, когда другие кому-либо или чему либо справедливо удивляются».

Иоанн Крестьянкин (Опыт построения исповеди, 1-ая заповедь блаженства): «От гордости страдаем любопытством, страстью к новизне, лицемерием, упрямством, спорливостью, непокорством, завистью, ревностью, злословием, неблагодарностью».

Как видим, гордость выражается многолико. В общем же, недовольство при раздражении можно передать так: «мне не нравится просьба ближнего, мне не нравится мнение другого человека, мне не нравится его совет, мне не нравится, как складываются обстоятельства, мне не нравится, как ко мне относятся и т.п. И все этому я противлюсь, на все обижаюсь и со всем этим я начинаю бороться». Кто может так говорить? Ответ однозначный: самолюбие и гордость. Они недовольны всем тем, что не соответствует их интересам, выгоде, желанию и мнению. И самое печальное: они уверены в том, что они - правы, что не позволяет душе увидеть, что ее методы «борьбы» - это злоба, ненависть, выраженные через крики, злоречия, драки, мстительные представления и т.п. Следует отметить, что человек может так прямо не думать: «мне не нравится то-то и то-то»; это просто живет в его сердце уже без мыслей и слов, живет устоявшимся знанием. Именно поэтому многие люди и не соглашаются, если им сказать о скрытых причинах их действий и слов - гордости и самолюбии. Но об этом более подробно будет сказано в теме «об обличениях и осуждении».

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «Крепко наблюдай за проявлениями гордости: она проявляется незаметно, особенно в огорчении и раздражительности на других из-за самых неважных причин».

Также гордость может проявляться не только по отношению к людям, но и к Богу.

Авва Дорофей (Душеспасительные поучения, п. 2): «(Есть) две гордости. Первая гордость есть та, когда кто укоряет брата, когда осуждает и бесчестит его, как ничего незначащего, а себя считает выше его; таковой, если не опомнится вскоре и не постарается исправиться, по, мало помалу, приходит и во вторую гордость, так что возгордится и против самого Бога, и подвиги и добродетели свои приписывает себе, а не Богу, как будто сам собою совершил их, своим разумом и тщанием, а не помощью Божией».

Как видим, гордость проявляется страстью гнева, направленного на людей и на Бога.

Признаки гордости, выраженные в поведении человека

Выше уже отмечалось, что гордость связана с различными видами гнева.

Марк Подвижник (Послание к монаху Николаю): «...рассудим несколько о неразумной страсти гнева, опустошающей, смущающей и помрачающей всякую душу и являющей человека во время движения и действия своего подобным зверям, особенно же легко впадающего в нее и быстропреклонного к ней. Страсть сия особенно утверждается и укрепляется гордостью и бывает неразорима, пока сие диавольское дерево огорчения, гнева и раздражительности бывает напоено злою водою гордости, тогда оно хорошо растет, хорошо цветет и приносит много плодов беззакония. Таким образом, здание лукавых бывает неразоримо в душе, утверждаясь и укрепляясь на основании гордости».

Иоанн Златоуст (т.11, беседа 1 на 2-ое посл. Фессал.): «Гордый человек расположен мстить за обиды. Гордый не может равнодушно переносить обиды ни от высших, ни от низших, а кто не переносит спокойно обиды, тот не в состоянии переносить и несчастье. Вот каким образом гордость есть начало греха».

Иоанн Златоуст (т.11, бесед.7 на посл. Филип.): «Гордый необходимо бывает и обидчик, и драчун, и гневлив, и жесток и угрюм, и более зверь нежели человек».

Иоанн Златоуст (т.7,ч.2.бес.65): «...гордый одержим всеми этими страстями, и пресмыкается как червь в грязи. И зависть, и ненависть и гнев постоянно волнуют его душу».

Иннокентий Пензенский (Слово в день тезоименитства великого князя Константина Павловича): «Гордый непрестанно и весь болен. Каждое легкое, но не-

приятное ему прикосновение делает смертельную рану, за которую он готов всякому мстить, если можно, даже смертью».

Схииг. Савва (О главных христианских добродетелях и гордости): «Гордец всегда недоволен окружающими людьми и условиями своей жизни, поэтому он и доходит иногда до отчаяния, богохульства, прелести, а иногда и самоубийства».

Отцы также учат, как гордость может проявляться в поведении человека.

Иоанн Кассиан (Послание к Кастору, кн.12 , гл.29): «Чтобы сказанное об этом роде гордости короче изложить, по возможности собрав некоторые признаки ее, чтобы тем, которые желают научиться совершенству, из внешних действий человека некоторым образом изобразить характер его, я считаю необходимым коротко повторить тоже, чтобы нам в сокращении знать, по каким признакам можно угадать и различить ее, чтобы обнаженные и выведенные наружу корни этой страсти, ясно поняты и рассмотрены, удобнее можно было вырвать, или избежать. ...Ибо из действий внешнего человека, как мы сказали, познается состояние внутреннего. Итак, эта плотская гордость ... отличается следующими признаками: сперва бывает в разговоре ее крикливость, в молчании досада, в веселии громкий, разливающийся смех, в печальном случае неразумная скорбь, в ответе строптивость, в речи легкомысленность, слова вырываются без всякого участия сердца, безрассудно. Она не имеет терпения, чужда любви, дерзка для нанесения оскорблений, а к перенесению их малодушна, к повиновению неудобоподвижна, разве в чем предварило ее желание и воля, к принятию увещания непреклонна, для отсечения своей воли слаба, для подчинения другим весьма упорна, всегда усиливается настоять на своем мнении, а другому уступить никак не хочет; и таким образом сделавшись неспособною принимать спасительный совет, во всем доверяет больше своему мнению, нежели суждению старцев (или других людей – от сост.)».

Сх. Савва (О главных христианских добродетелях и гордости): «В начальной стадии гордость трудно бывает распознать. Только опытный духовник или психолог могут безошибочно определить зарождение этой страсти. Человек ведет себя как будто нормально, но опытный глаз усматривает в нем начало болезни. Человек доволен собой. У него хорошее настроение: он напевает, улыбается, даже часто смеется и порой без причины громко хохочет; оригинальничает, острит; делает разные приемы, чтобы обратить на себя внимание присутствующих; любит много говорить, и в его разговоре слышится бесконечное "Я", но от одного неодобрительного слова настроение его быстро меняется, и он делается вялым, а от похвалы снова расцветает как "майская роза" и начинает порхать как мотылек. Но, в общем, в этой стадии настроение у него остается светлым. Далее, если человек не приходит в сознание своей греховности, не кается и не исправляется, то болезнь развивается и обостряется. У человека появляется искренняя уверенность в своем превосходстве над другими. Эта уверенность быстро переходит в страсть командования, и он начинает распоряжаться чужим вниманием, чужим временем и чужими силами по своему усмотрению. Он становится нагл и нахален: за все берется, даже если портит дело, во все вмешивается, даже в чужие семьи. В этой стадии настроение гордого человека портится, потому что он часто встречает отпор окружающих. Постепенно он становится все более и более раздражительным, упрямым, сварливым, несносным для всех. Естественно, его начинают избегать, но он убежден в своей правоте и считает, что его просто никто не хочет понять, поэтому порывает со всеми. Злоба и ненависть, презрение и надменность поселяются и утверждаются в его сердце. Душа становится темной и холодной, ум помрачается, и человек выходит из всякого повиновения. Его цель – вести свою линию, посрамить, поразить других и доказать свою "правоту". Вот такие-то гордцы и создают расколы и ереси. В следующей стадии развития болезни человек разрывает и с Богом... Все, что он имеет, в том числе способности и некоторые добродетели, все это он приписывает себе. Он уверен, что жизнь свою может устроить без посторонней помощи и может сам приобрести все нужное для жизни. Он чувствует себя богатырем даже при слабом здоровье. Превозносится своею

"мудростию", своими познаниями и гордится всем, что имеет. Молитва же его становится неискренняя, холодная, без сокрушения сердечного, а потом он и вовсе перестает молиться. Состояние души его становится невыразимо мрачное и беспросветное, но вместе с тем он искренне убежден в правоте своего пути и с поспешностью продолжает идти к своей гибели».

Пусть каждый из нас посмотрит в себя и честно постарается увидеть черты своего поведения, говорящие о гордости.

Далее мы рассмотрим, как различные виды гордости проявляются через страсть гнева.

Гнев от превозношения

Превозношение сопровождается чувством самодовольства и надменности над другими. Мы уже приводили учение о матерях и отце страсти гнева, но напомним:

Иоанн Лествичник (Сл.8): «А отец мой (гнева) называется надмением».

Василий Великий (Творения, ч.5): «...Превозношение всего чаще производит в нас гнев».

Превозношение может быть открытым или скрытым и об этом мы будем подробно говорить в теме «о страсти гордости». Сейчас только укажем, что при гневe всегда бывает превозношение над другим человеком.

Иоанн Златоуст (том 5, Беседа на пс.4): «...надменным называем того, кто требует себе от ближнего больше, чем сколько ему следует, кто себя считает достойным всякой чести, а другого бесчестит».

Авва Дорофей (Душеполезные поучения, п.19): «...невозможно кому-либо разгневаться на ближнего, если сердце его сперва не вознесется над ним, если он не унижает его и не сочтет себя высшим его».

Изречения старцев (Отчник Игнатия Брянчанинова): «Гневом омрачается ум человека ... если ставит его (ближнего) за ничто».

Исходя из этого, отцы дают такой совет:

Иоанн Лествичник (Лествица, сл.4): «Находясь в общежитии, внимай себе, и отнюдь не старайся в чем-нибудь показываться праведнее других братьев. Иначе ты сделаешь два зла: братию уязвишь своею ложною и притворною ревностью, и себе дашь повод к высокоумию. Будь ревностен, но в душе своей, нисколько не выказывая сего во внешнем обращении, ни видом, ни словом каким-либо, ни гадательным знаком. В сокровенной даже ревности последуй не иначе, как если ты уже перестал унижать ближнего. Если же ты на это не воздержан, то будь подобен братьям твоим и самомнением не отличаешься от них».

Также следует отметить, что:

Авва Исаия (Слово 2-е, 178): «Естественно духу нашему возвышенное ощущение презрения к врагам-демонам; но это ощущение извратилось: мы преклонили выю пред демонами, а превозносимся один над другим, уязвляем друг друга, каждый признавая себя праведнее ближнего».

Гнев от гордости, выраженной в высокоумии и желании учительствовать

Гордый человек считает себя разумным и имеющим право поучать других. При чем эти мнения о себе сопровождаются чувством превосходства, и если кто-либо не соглашается с ним или не желает его слушать, то человек тут же загорается гневом.

Изречения старцев (Отчник Игнатия Брянчанинова): «Гнев возбуждается по причине... если кто хочет быть учителем, думая о себе, что он разумнее всех».

Авва Зосима (Добротолубие, т.3): «...причины гнева,...суть: ...любить учительство, почитать себя разумным».

Исаия (Духовно-нравственные слова): «...умножается в нас гнев:... когда присваиваем себе право учительства и когда почитаем себя мудрыми».

Иоанн Крестьянкин (Опыт построения исповеди, 7-ая заповедь блаженства): «Следующей причиной нарушения согласия и мира является желание властвовать, поучать других. Кто из нас в своем кругу не болен этим греховным желанием? И к каким раздорам, раздражениям, вплоть до ненависти, приводят в наших отношениях эти желания! Теперь никто и никому не хочет подчиняться, уступать, кого-то послушаться... Это касается и детей по отношению к родителям, и подчиненных по отношению к начальству. Везде мы показываем свою строптивость и намеренную гордыню».

О том, как следует обличать и учить других будет подробно сказано в последующей главе.

Гнев от гордости, выраженной в уверенности правоты своего мнения

Наша гордость всегда уверена в том, что «я – прав». Она или прямо нам говорит: «ты прав», «он глуп и ничего не понимает», «я хочу как лучше», «такой порядок - неправильный», или молча уверена в своей правоте. Вот как говорят о таких гордецах святые и подвижники:

Амвросий Оптинский (Письма к монашествующим, п.157): «Гусь, когда бывает что-либо не по нем, поднимает крылья и кричит: “кага! каго!” Так и горделивый, если имеет в своем кружке какое-либо значение, часто возвышает голос, кричит, спорит, возражает, настаивает на своем мнении».

Иоанн Крестьянкин (Опыт построения исповеди, 7-ая заповедь блаженства): «Мы упрямы и своенравны, до предела настойчивы в своих мнениях и желаниях, в спорах неуступчивы, даже если понимаем, что неправы, только бы наше слово было последним».

Конечно, у каждого из нас есть свое мнение о чем-то. И когда мы общаемся, эти мнения либо совпадают, либо различны. И с этим ничего не поделаешь. У каждого из нас есть свой опыт, свои знания, свое внутреннее устройство и т.п. Зная обо этом, Господь соединяет нас заповедями о любви и терпении друг к другу. Своим примером Господь учит нас, грешных, как мы должны относиться к тем, у кого другое мнение, ведь Господь видел неправоту тех людей, которые распинали Его - и они также действовали по своему мнению, считая себя правыми. Но Он не вступал с ними в споры, доказывая Свою правоту. Мы же раздражаемся, гневаемся и готовы чуть ли не убить человека, если он не соглашается и не слушает нас, даже в вопросах малозначимых. Приведем самый простой пример: кто-то из близких просит тебя что-то сделать, например, вынести мусорное ведро, которое еще не наполнено. Как мы себя можем вести? Можем спокойно взять ведро и вынести. А можем раздражиться, т.к. нам не хочется это делать, и мы не видим необходимости делать это сейчас. Причем мы, как правило, считаем себя правыми и оправдываем свое раздражение тем, что ведро не полное. Что касается просьбы ближнего, то, возможно, он поступил по своему пристрастию, т.к. ему просто нравится, когда ведро стоит пустое - и действительно, в том, чтобы выносить неполное ведро, нет необходимости. Т.е. рассуждая логически, мы видим, что ближний не прав, а мы – правы. И вот именно эта «логика» нашего мнения приводит нас к гневу и ссорам «на пустом месте» и по мелочам. А если рассмотреть по сути, то отстаивание нашего мнения не выносить мусор строится на нашем нежелании это делать. Но мы не склонны это видеть, а думаем, что защищаем свое правое мнение. Поступая так, мы даже не задумываемся, что наша правда, зачастую, только кажется нам таковой, т.к. наше страстное сердце наполнено и правдой, и ложью. Поэтому наша «правда» и наше мнение не всегда является истинными.

Иннокентий Пензенский (Слово на восшествие на престол имп. Александра Павловича): «Ища правды в других и измеряя ее собою, мы почти всех осуждаем, равно и сами от всех достойны осуждения в неправде. Доколе сердце наше, само собою

рождающее только ложь, не сокрушится до основания, и древнее семя греха, плодоносящее в нас, не будет отринуто и подавлено силою Креста Христова, до тех пор всякая правда наша нечиста по мере греховной нечистоты в сердце, непостоянна по мере непостоянных желаний, и всегда возмутительна по мере страстей, в нас мятущихся».

Но мы живем со своей неправдой, уверенные в своей мирской правоте и продолжаем гневаться и злиться даже пред иконами, находящимися дома, а тем более, в храме. Насколько же мы безумны, если так ведем себя, насколько же мы не имеем страха Божия?! Никого и ничего не боимся, лишь бы для того, что утвердить свою гордыню посредством своего мнения! Так что же тогда говорить о нашей памяти Божией и о страхе Божиим в тех случаях, когда нет видимого напоминания?! Представить страшно, что на Суде Божиим предстанет перед нами эта картина: мы, с озлобленным лицом, кричим, что-то доказываем, а вокруг - лики Господа, Божией Матери и святых! Горе нам, Боже! Будет ли нам прощение за такое кощунство?! Спаси нас, Господи!

Гнев от упрямства гордыни

Защита своего мнения и интересов всегда связана с упорством гордости.

Нравственное Богословие (Грехи против 10-й заповеди, О нравственном направлении воли): «О чем вы ни попросите упрямого человека, у него на все в готовности один ответ: «нет», так что в той мере, как вы усиливаете пред ним свою просьбу, он становится жестче; упрямый не имеет основательных причин не соглашаться с вами, но вся причина его—нехотение). Вне христианства известен еще характер «своенравный». (Своенравие не одно и то же с упрямством. Упрямый только не соглашается с вами, не уступает вам. Но своенравный идет дальше: он хочет, чтоб и другие непременно делали по его желанию)».

Иоанн Крестьянкин (Опыт построения исповеди): «У нас этой добродетели (терпения) противостоит злое неразумное упрямство, желание в любом случае настоять на своем, и как часто из-за ничтожных пустяков теряется всякий мир. "Ни за что не уступлю, ничего и ни в чем!" – вот лозунг нашего упрямства и жестокосердия, с которым мы живем: не уступлю ни клочка земли на общем огороде, ни крохотного пространства на общей кухне, ни даже какого-то "своего" места в храме, зло буду выталкивать человека, осмелившегося встать на "мое" место, или негодовать на него, если не удастся выжить, вместо молитвы. Не уступлю места на клиросе, не уступлю другому, если что читаю во время богослужения, не уступлю в споре, хоть и явно понимаю свою неправоту. Даже до суда доходим мы в своей неуступчивости, в нашем чрезмерном пристрастии ко всему земному, нашем сутяжничестве, забывая и даже не зная заповеди Спасителя, потому что не читаем Евангелия. "...И кто захочет судиться с тобой и взять у тебя рубашку, отдай ему и верхнюю одежду..." (Мф.5,40). Господи! Как далеки мы от этой заповеди! Прости наше безрассудное злое упрямство!».

Отцы указывают и причину нашего упрямства.

Григорий Палама (Триады, ч.2, гл.3): «...поскольку человек прельщаемый и соблазняемый лукавыми похотениями устремляется к тому, что кажется ему благом, обнаруживая своими поступками незнание истинного блага, будучи же одержим духом упрямства борется за кажущееся благо и кажущееся добро, равно как вообще всякий тяготеющий к низменной жизни усердствует в том, что ему мнится лучшим, а не в том, что поистине таково...».

Исходя из этого, последуем советам отцов:

Антоний Великий (Устав отшельнической жизни, ст.120): «Не будь упрям и не настаивай на слове своем, чтоб не вошло в тебя зло (злость, сержание)».

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «Ни на минуту не имей злого сердца, всегда будь любезен ко всем, побеждая свое злое расположение «любовию вся терпящую и вся побеждающую», - избегай упрямства, своенравия и противления

ближним, не поставляя на своем, чтобы исполнить свой злой каприз, чтобы намеренно повредить кому-либо».

Гнев от гордости, выраженной в зависти

Как мы знаем:

Василий Великий (Творения, ч.4, бес. 11): «Зависть есть скорбь о благополучии ближнего. ...Зависть есть самый непреодолимый род вражды. ... Зависть есть недуг дружбы».

Т.е. зависть – это чувство, выражающее ненависть, неприязнь и т.п., испытываемые к благополучию ближнего. Они имеют основание - высокое мнение о себе. Поэтому гордость и зависть – страшные страсти, идущие рука об руку. Их характерной чертой является следующее:

Иннокентий Пензенский (Слово на восшествие на престол имп. Александра Павловича): «...гордость и зависть, как раздраженные исполины, не терпя соперничества, подавляют все, им сопротивляющееся»

Поэтому понятно, что завистливый человек – гневлив.

Изречения старцев (Отечник Игнатия Брянчанинова): «Гневом омрачается ум человека ... если завидует (ближнему)».

Приведем учение о том, как действует завистник по отношению к другим людям, и, конечно, это все связано с раздражением, осуждением, мстью, оскорблением, нелюбовью и с другими видами страсти гнева.

Ефрем Сирин (Слово о добродетелях и пороках): «А кто уязвляется завистью и соперничеством, тот жалок; потому что он соучастник дьявола, которым смерть вниде в мире (Прем. 2, 24). В ком зависть и соперничество, тот всем противник; ибо не хочет, чтоб предпочтен был ему другой: заслуживающих одобрение он унижает; кто идет добрым путем, тем полагает на пути соблазны; кто живет как должно, тех порицает, благоговейным гнушается, постящегося называет тщеславным, рачительного в делах — любящим себя показать, скорого на услуги — жадным, расторопного в делах — славолубивым, прилежно занимающегося книгами — празднолюбом, искусного на ответы — чревоугодником. Завистливый никогда не радуется успеху другого. Если видит вознерадевшего о деле, не побудит, а скорее наставит его на худое. Когда видит, что иной спит во время молитвы, не разбудит его, а скорее позаботится о соблюдении тишины. Если видит брата предавшимся покою, винит его в этом. Если видит его когда подвергшимся падению, чернит пред всеми. Горе завистливому; потому что сердце его всегда изнемогает от печали, тело снедается бледностью и силы его истощаются. Всем он несносен, всем он враг, всех ненавидит, перед всеми лицемерит, всем строит козни, перед всяким носит личину, ныне дружит с одним, а завтра с другим и в расположении ко всякому изменяется, подделяется к желанию каждого, и чрез несколько времени всякого осуждает, чернит одного перед другим и каждого с каждым путает. Итак, страшная отравка — зависть и соперничество: от них рождаются клеветание, ненависть и убийства. Посему дальше от зависти бегите вы, воины небесного гражданства; дальше держите от себя соперничество и зависть, чтоб не подпасть осуждению вместе с дьяволом! Блажен, кто не подвержен зависти и соперничеству; ибо соперничество и зависть друг другом держатся, и в ком есть один из этих пороков, в том оба они. Ибо кто соперничает с братом своим несправедливо, тот осуждается вместе с дьяволом. Кто соперничает, тот побежден; в нем есть и вражда, его мучит успех других. А в ком нет зависти и соперничества, того не печалит успех других. Когда другому оказана честь, он не смущается. Когда другой возвышен, он не тревожится, потому что всем отдает преимущество, всех предпочитает себе; себя одного почитает недостойным и последним из всех, прочих же всех признает превосходнейшими, всех лучшими себя. Независтливый не домогается чести, с радующимися радуется, не приписывает себе

славных дел, успевающим помогает, с удовольствием смотрит на тех, которые идут добрым путем, хвалит тех, которые живут, как должно. Если (независтливый) видит, что брат хорошо делает свое дело, не препятствует ему, но поощряет его своими советами. Если (независтливый) видит другого, предавшегося покою, не ставит ему этого в вину, но поддерживает. Если видит проступок брата, не чернит его, но дает ему надлежащий совет. Если видит разгневанного, не возмущает его, но с любовью успокаивает, склоняя к миру. Если видит печального, не пренебрегает им, но соболезнует о нем и утешает его душеполезным словом. Если видит неученого и невежду, спешит научить его и наставить в полезном. Если видит незнающего, без зависти указывает ему путь к лучшему. Если видит, что иной спит во время псалмопения, старательно будит его. Короче говоря, завистливый и не имеющий в себе соперничества ни в каком деле не издевается над ближним; напротив, завистливый всякому успеху и всякому доблестному делу друга радуется».

А теперь приведем одно поучение, в котором можно увидеть, как действует зависть и гнев и как можно погашать эти страсти, действующие в других людях и в себе.

Повести из жития старцев (Отчник Игнатия Брянчанинова): «Поведали нам святые старцы следующее: некоторый монах, живший в пустыне Скита, пришел посетить святых Отцов, живших в месте, называемом Келии, где множество монахов жило в отдельных кельях. Так как в то время не случилось кельи, в которой бы он мог побыть, - один из старцев, имея другую келью незанятую, предоставил ее скитянину, говоря: успокойся на время в этой кельи, пока не найдется, где бы тебе побыть. К скитянину начали ходить многие из братий, желая слышать от него слово о спасении вечном, потому что он имел духовную благодать преподавать слово Божие. Увидел это старец, предоставивший ему келью, и уязвился завистию; он начал негодовать и говорить: столько времени я живу в этом месте, а ко мне не приходят братия, разве очень редко, и то в праздничные дни; к этому же льстецу почти ежедневно приходит множество братий. Затем он отдал такое приказание ученику своему: поди, скажи ему, чтоб он вышел из кельи, потому что она мне нужна. Ученик, пришедши к скитянину, сказал ему: отец мой послал меня к твоей святыне: передай ему через меня о себе; он слышал, что ты болен. Тот возблагодарил, говоря: моли Бога о мне, отец мой: я очень страдаю желудком. Ученик, возвратясь к старцу, сказал: очень просит твою святыню, чтоб ты потерпел его два дня, в которые он мог бы приискать себе келью. По прошествии трех дней старец опять послал ученика к скитянину, говоря: поди, скажи ему, чтоб он вышел из моей кельи; если он и еще будет отсрочивать выход свой, я приду сам и жезлом моим выгоню его из кельи моей. Ученик пошел к скитянину и сказал ему: отец мой очень озаботился, услышав о твоей болезни: он послал меня узнать, чувствуешь ли себя лучше? Тот отвечал: благодарю, владыко святой, любовь твою! ты так озаботился о мне! за молитвы твои чувствую себя лучше. Ученик, возвратясь, сказал старцу своему: и теперь просит твою святыню, чтоб ты подождал до воскресного дня; тогда он немедленно выйдет. Наступил воскресный день, - скитянин спокойно оставался в кельи. Старец, воспламененный завистию и гневом, схватил жезл, пошел, чтоб побоями выгнать скитянина из кельи. Видя это, ученик подошел к старцу и говорит ему: если повелишь, отец, я пойду вперед тебя и посмотрю: может быть пришли к нему для посещения некоторые братия, которые, смотря на тебя, могут соблазниться. Получив дозволение, ученик пошел вперед, и, войдя к скитянину, сказал ему: вот, отец мой идет, чтоб посетить тебя. Поспеши выйти ему навстречу и поблагодарить его, потому что он делает это по побуждению великой сердечной благодати и любви к тебе. Скитянин немедленно встал и в веселии духа пошел на встречу. Увидев старца, прежде нежели старец приблизился, пал перед ним на землю, воздавая поклонение и благодарение, говоря: да воздаст тебе Господь, возлюбленный отец, вечными благами за келью твою, которую ты мне предоставил ради имени Его! да приуготовит тебе Христос Господь в небесном Иерусалиме между святыми Своими славную и светлую обитель! Старец, услышав это, умилился сердцем, и кинув жезл,

устремился в объятия скитянина; они дали друг другу целование о Господе, и пригласил старец гостя в свою келью, чтоб вместе вкусить пищу при благодарении Бога. Наедине старец спросил ученика своего: скажи мне, сын, передавал ли ты брату те слова, которые я приказывал передать ему. Тогда ученик открыл ему истину, говоря: скажу тебе, владыка, правду: по преданности моей, которою я обязан тебе, как отцу и владыке, я не осмелился сказать ему того, что ты приказывал, и ни одного из слов твоих не передал. Старец, услышав это, пал к ногам ученика, говоря: от сего дня ты - мой отец, а я - твой ученик: потому что Христос Господь избавил и мою душу и душу брата от греховной сети при посредстве твоего благоразумия и действий, исполненных страха Божия и любви». Господь даровал благодать Свою, и они все пребыли в мире Христовом, доставленном верою, святыми попечениями и благонамеренностью ученика, который, любя старца своего совершенною во Христе любовью, очень боялся, чтоб духовный отец его, увлеченный страстию зависти и гнева, не впал в проступок долженствующий уничтожить все труды его, подъятые с юности в служении Христу для получения награды в вечной жизни».

Гнев от гордости, выраженной в нетерпении ошибок и недостатков других людей

Многие из нас знакомы с раздражением, связанным с нетерпением ошибок или недостатков других людей.

Иоанн Кассиан (Послание Кастору...о правилах общежительных монастырей, кн.8, гл.1, сноска): «Св. Григорий Великий говорит: иной гнев бывает, который возбуждается от нетерпеливости».

Иоанн Крестьянкин (Опыт построения исповеди, 3-я заповедь блаженства): «Чаще всего раздражительность происходит от нетерпеливости. Она – источник многочисленных».

Раздражение из-за недостатков других людей выражается в следующем. Все мы имеем какие-либо привычки и недостатки, которые мы не находим греховными. К ним относится, например, привычка долго и по несколько раз повторять одно и то же в общении с близкими людьми; или привычка упорно оставлять какие-то вещи не на своем месте; или привычка постоянно давать советы и при этом хвалить себя и т.д. Очевидно, что в этих и аналогичных случаях в близком человеке проявляются его страсти учительства и празднословия, неаккуратности, тщеславия и т.д. Хотя мы и осознаем, что таким образом проявляются в нем страсти, но зачастую начинаем неосознанно испытывать нетерпение к ближнему и не разделяем действующую в нем страсть. Когда мы раздражаемся на него, нам кажется, что наше раздражение справедливо и это выражается следующими словами: «сколько можно повторять!», «у меня уже нервы не выдерживают это слушать или говорить одно и то же» и т.п. Такая реакция говорит лишь о том, что в нас нет любви к ближнему, а значит, и терпения.

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «Самолюбие и гордость наша обнаруживаются особенно в нетерпении и раздражительности, когда кто-нибудь из нас не терпит малейшие неприятности, причиненные нам другими намеренно или даже ненамеренно, или препятствия, законно или незаконно, намеренно или ненамеренно противопоставляемого нам людьми или окружающими нас предметами. Самолюбие и гордость наша хотели бы все поставить на своем, окружить себя всеми почестями, удобствами жизни временной, хотели бы, чтобы нашему мановению повиновались безмолвно и быстро все люди и даже - до чего не простирается гордость! - вся природа; тогда как - о горе! сами мы весьма косны к вере и ко всякому доброму делу, к угождению Единому всех Владыке! Христианин! ты должен непременно быть смирен, кроток и долготерпелив, памятуя, что ты - брение, прах, ничтожество, что ты нечисть, что все доброе в тебе - Божие, что Божьи дары - жизнь твоя, дыхание, и все; - что за грех непослушания и невоздержания ты должен теперь искупать свое будущее блаженство в

раю долготерпением, которое необходимо в мире несовершенств и бесчисленных грехопадений падших людей, живущих с нами вместе и составляющих многочисленные члены единого, острупленного грехами человечества. «Друг друга тяготы носите, и тако исполните закон Христов» (Гал.6,2). Кто нетерпелив и раздражителен, тот не познал себя и человечества и недостоин называться христианином! Говоря это, произношу суд на себя, ибо я первый недугую нетерпением и раздражительностью».

Более подробно мы еще будем говорить об этом в последующей главе.

Гнев от гордости, выраженной в не прощении другого человека

О прощении и не прощении мы еще будем говорить ниже, т.к. этот вопрос более относится к злопамятности, а сейчас только укажем, что мы не умеем прощать других людей, а значит, и будем гневаться на них и не любить их по причине своей гордости.

Иоанн Крестьянкин (Опыт построения исповеди): «Все мы не первый раз на исповеди и, конечно, неоднократно слышали, что если кто обижен нами, то, пока мы не помиримся, пока искренно не попросим прощения, никаких молитв, никаких трудов, никакого покаяния не примет у нас Господь! Но знать-то теоретически мы знаем, а вот до сердца, до сознания эта истина мало доходит! Просим прощения у кого угодно, даже с легкостью, но только не у тех, кому постоянно действительно досаждаем; вся наша гордыня восстает, а если и попросим прощения, то формально, сквозь зубы, совсем без участия сердца, в лучшем случае "скрепя сердце". Это, конечно, приносит мало пользы душе. А то еще сами себя ожесточили воспоминанием обид и неправостей со стороны ближнего или посеяли раздор и вражду между людьми! Господи, прости нас, грешных!»

Игнатий Брянчанинов (Аскет. опыты т.2, Слов о молитве умной, сердечной и душевной): «Обратим внимание, прежде всего, по заповеди Господа, на гнев, имеющий основанием своим гордость. Простим отцам и братьям нашим, близ и далеке пребывающим, живым и отшедшим, все оскорбления и обиды, нанесенные ими нам, как бы эти обиды тяжки ни были. Завещал нам Господь: «Егда стоите молящися, отпускайте, аще что имате на кого, да и Отец ваш, Иже есть на небесех, отпустит вам согрешения ваша. Аще ли же вы не отпускаете, ни Отец ваш, Иже есть на небесех, отпустит вам согрешений ваших» (Мк.11,25.26). Прежде всего помолись о врагах твоих и благослови их (Мф.5,44), как орудия Божественного промысла, которыми воздано тебе за грехи твои во время кратковременной земной жизни, чтобы избавить тебя от заслуженного тобой воздаяния в вечности адскими муками. Когда ты будешь поступать так, когда возлюбишь врагов своих, и будешь молить о них, чтобы им дарованы были все блага, временные и вечные, тогда только низойдет к тебе Бог на помощь, и ты поперешь молитвой твоей всех супостатов твоих, вступишь умом в сердечный храм для поклонения Отцу Духом и Истиной (Ин.4,24). Но если попустишь сердцу твоему ожесточиться памятозлбием и оправдаешь гнев твой гордостью твоей, то отвратится от тебя Господь Бог твой, и предан будешь в поправление под ноги сатане. Всеми скверными помыслами и ощущениями он будет топтать тебя, ты не будешь в силах воспротивиться ему. Если же Господь сподобит положить тебе в основание молитвенного подвига незлобие, любовь, неосуждение ближних, милостивое извинение их, тогда с особенной легкостью и скоростью победишь противников твоих, достигнешь чистой молитвы».

Гнев от гордости, любящей осуждать и не терпящей обличений

Эту причину мы только отметим, т.к. далее мы будем рассматривать вопросы об осуждении и обличениях очень подробно.

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «Диавол сидит в наших сердцах еще необыкновенно сильною раздражительностью; мы становимся иногда так больны самолюбием, что не терпим ни малейшего противоречия, препятствия вещественного или

духовного, не терпим ни одного слова негладкого, грубого. Но тогда-то и надо терпеть, когда доходят воды злости и нетерпения до души нашей. «В терпении вашем стяжите души ваша» (Лк. 21, 19)».

Тихон Задонский (Плоть и дух): «Оклеветание и осуждение (может происходить) от гордости, ибо гордый, себя вознося и почитая, других пересушивает и уничивает; или, желая свои пороки прикрыть, других злословит, чтобы люди, слышащие о нем, думали, что он таких пороков не имеет».

Схииг. Савва (Там же): «Ни на одну страсть так болезненно не реагируют чада, как на гордость и тщеславие. Обличение в этом грехе принимают за личное оскорбление и обижаются».

Схиигумен Савва (О главных христианских добродетелях и гордости): «Обладающие мнимым смирением не выносят обличений и указаний на их недостатки».

Скрытые причины гнева, происходящие от самолюбия

Вопрос о самолюбии будет рассмотрен нами в других темах, а сейчас кратко скажем, как с помощью гнева человек отстаивает любовь к себе. На первый взгляд может показаться, что любовь человека к себе - это доброе стремление души. Но если вспомнить, что наша душа самолюбива, самоугодлива, корыстолюбива и поражена всеми страстями, то понятно, что от такой души мало бывает доброго, и что она будет защищать свои интересы, о которых было сказано выше. А это все - страсти. Поэтому, защищая свои страсти, мы изначально защищаем свое самолюбие.

Также следует отметить, что самолюбие проявляется во всех наших мыслях, словах, эмоциях, поступках и желаниях. И хотя оно так многообразно проявляет себя в нас, все же мы, грешные, зачастую не способны определить его в себе. Это происходит потому, что у самолюбия уже готово множество логических оправданий, которые человеку кажутся истинными и которые не дают увидеть настоящей истины о себе. Поэтому гнев от самолюбия относится к скрытым причинам.

Гнев от самолюбия, ищущего собственного блага и исполнения своей воли

Для того, чтобы подробнее разобраться, как в нас проявляется гнев от самолюбия, приведем несколько учений о том, что есть самолюбие.

Нравственное Богословие (Грехи против 2-ой заповеди, грех: самолюбие и излишнее саможаление вместо самоотвержения): ««Не себе угождати» (Римл.15,1). Любить как есть всего себя и душу свою и тело, жалеть самого себя,—есть чувство невинное и законное; потому что душа человека вещь очень ценная, так что потеря ее не может быть заменена и целым миром (Мрк.8,36), а плоть его естественно «питается и греется» (Еф.5,29), в будущем же свете будет разделять вечную награду вместе с душой (2Кор.5,10). Но правильную любовь к себе человек заменяет самолюбием и излишним саможалением, самоугодием. Самолюбие, можно сказать, общечеловеческая страсть. Человек только себя любит и жалеет, безразборчиво выполняя пожелания своей души и плоти, между тем как теперь эти пожелания не то, что в раю до падения Адама, — не верны, почти все клонятся только к пристрастному употреблению. ...Человек единственно себя, свою личность делает предметом любви, так что, думает ли он о чем, говорит ли что или делает, во всем и всегда имеет личное какое либо удовольствие и личную выгоду, а не славу Божию и пользу ближнего. И в ближнем он любит только самого себя, отчего круг его любимцев очень тесен; даже к самым кровным, даже к детям, чистая уже здесь по природе любовь, иногда в нем проникается личным удовольствием, превращается в самолюбие, отчего пристрастие, потворство бывают обыкновенными недостатками ее.

Очевидно, такая любовь человека к самому себе противна Богу и тем она богопротивнее, чем боле развито в ком самолюбие и саможаление. ... Самолюбие составляет корень всех страстей человеческих. Какую бы страсть, телесную или душевную, более или менее преступную, ни стали мы поверять по ее родопроисхождению, окажется, что она родом от самолюбия, что в ней есть хоть некоторая доля самолюбивых побуждений. Таким образом, самолюб и опять не боголюб: он стремится к страстям, а не к Богу. Затем, и в отношении к ближним он также лишается права пользоваться их любовью по тому самому, что любит и жалеет во всем больше самого себя, чем других; потому что очень щекотлив в обращении с другими».

Откровенные рассказы странника духовному своему отцу (шестое свидание): «... корень, глава и сила всех страстей и действий в человеке есть врожденное себялюбие. Сие ясно подтверждает коренная и всеобщая идея самосохранения. Каждое желание, каждое предприятие, каждое действие человеческое имеет целью своею удовлетворение себялюбия, искание собственного блага. Удовлетворение сей потребности сопровождает всю жизнь естественного человека».

Игнатий Брянчанинов (Аскетические опыты, ч.2, Соповещение души с умом): «Самолюбие есть искаженная любовь падшего человека к самому себе. Самолюбие боготворит свой падший, лжеименный разум, старается во всем и постоянно удовлетворять своей падшей, ложно направленной воле. Самолюбие выражается по отношению к ближним или посредством ненависти, или посредством человекоугодия, то есть угождения страстям человеческим, и к предметам мира, которыми он всегда злоупотребляет, посредством пристрастия. Как святая Любовь есть «союз совершенства» (Кол.3.14), и составляется из полноты всех добродетелей: так самолюбие есть та греховная страсть, которая составляется из полноты всех прочих разнообразных греховных страстей».

И враг рода человеческого также действует через наше самолюбие, и поэтому они являются «неразлучными друзьями».

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «... надо быть внимательным к себе, ибо враг нередко прикрывается нашим самолюбием и как бы ратует за наше благополучие, сам же положительно губит нас».

Итак, если кратко сказать, самолюбивая душа любит себя и всегда стремится к тому, чтобы все происходило по ее воли, т.к. тогда душе тихо, спокойно и она довольна. И если что-то происходит не так, как она хочет (т.е. ущемляются ее страстные желания), то она раздражается и гневается на того, кто ей «мешает» в достижении своих целей. Поэтому святые отцы говорят:

Нравственное Богословие (Грехи против 2-ой заповеди, грех – сердитость – гневливость): «Первое отродье самолюбия есть гневливость, так что эти страсти немислимы одна без другой».

Авва Исаия (Духовно-нравственные слова): «Кто следует своей воле, тот не имеет мира даже с благочестивыми людьми, ибо в сердце его обитает нетерпение, гнев и раздражительность».

Тихон Задонский (Об истинном христианстве, кн.1, § 87): «Как гнев, так и злоба рождается от безмерного самолюбия. Ибо самолюбец во всем ищет своей корысти, славы и чести; а когда видит в чем препятствие своему намерению и желанию, о том смущается, печалится и гневается на того, кто препятствует, потому и старается гнев свой в дело произвести, то есть отомстить, что свойственно злобе».

Феофан Затворник (Толк. на 1-е посл. Тим.6,11): «Это чувство (гнева, сердчания и всяким чувством неудовольствия на других за что бы то ни было) возникает от всего, что каким-нибудь образом тревожит наше самолюбие».

Тихон Задонский (Об истинном христианстве, 2, §254): «... как любовь к ближнему есть источник всяких благ духовных и временного благополучия, так самолюбие — причина всяких зол, грехов и бедствия, которые бывают на свете. 1) От самолюбия — не

терпение, но злоба и мщение — ибо «любовь долготерпит» (1Кор.13:4). 2) От самолюбия — жестокосердие, немилосердие, мучительство, лютость, ибо «любовь милосердствует» (1Кор.13:4). 3) От самолюбия — зависть мучительная и смеха достойная печаль о блаженстве ближнего, ибо «любовь не завидует» (1Кор.13:4). 4) Самолюбие кичливо, гордо, оно превозносится, презирает, ибо «любовь не превозносится, не гордится» (1Кор.13:4). 5) При самолюбии — гнев и ярость, крик и хула, ибо «любовь не раздражается» (1Кор.13:5). 6) С самолюбием сопряжено злопамятство, ибо «любовь не мыслит зла» (1Кор.13:5). 7) В самолюбии заключается всякая неправда, всякая ложь, ибо любовь не только не делает неправды, но и «не радуется неправде, а сорадуется истине» (1Кор.13:6). 8) Словом, сколько ни есть согрешений, обид, которые мы ближнему наносим, все от самолюбия, как от злого корня ветви прорастают. 9) От самолюбия всякое в мире бедствие. От самолюбия — войны, от самолюбия столько человеческой крови проливается...».

Исходя из этого понятно, что избавиться от гнева можно только тогда когда будет «убито» наше самолюбие, а вместе с ним и те оправдания, которые не дают нам увидеть его.

Иоанн Златоуст (Творения, т.9): «Для гнева не будет места, если ты освободишься от пристрастия к себе самому».

Максим Исповедник (Главы о любви, сотн.4, 37): «Не будь самоугодник не будешь и братоненавистником. Не будь самолюбив; и будешь Боголюбив».

Максим Исповедник (Доброт. т.3, гл. 3, 94): «Когда отвергнем самолюбие, — это, как я сказал, начало и мать всех зол, тогда вместе с ним отторгнется и все, что из него: ибо когда его не будет, тогда никакой вид или след зла не может уже никак устоять в нас».

Игнатий Брянчанинов (Аскетические опыты, ч.2, Соповещение души с умом): «Для уничтожения в нас самолюбия я (ум) должен отвергнуть все мои разумения, хотя бы я был очень богат разумениями, доставляемыми учением мира и по стихиям мира (Кол.2,8). Я должен погрузиться в нищету духа и, обнаженный этой нищетой, омовенный плачем, углаженный, смягченный кротостью, чистотой и милостью, приять разум, который благоволил начертать на мне десница моего Искупителя. Эта десница - Евангелие. А ты, душа, должна отречься своей воли, как бы это ни было тягостно для сердца, хотя бы чувствования и влечения твоего сердца казались тебе и самыми праведными и самыми изящными. Вместо своей воли ты должна исполнять волю Христа Бога и Спасителя нашего, как бы это ни было противным и жестоким для самолюбивого сердца. Вот - смерть, которой от нас требует Бог, чтоб мы добровольной смертью уничтожили смерть, живущую в нас насильственно, и получили в дар воскресение и жизнь, источающиеся из Господа Иисуса».

Но это борьба с самолюбием является борьбой со всеми своими страстями, которые желают хорошо питаться, получать телесное удовольствие, иметь много денег и вещей, признания и славы и многое-многое другое. И на все это нам, грешным, понадобится вся наша жизнь. Но нельзя малодушно отчаиваться, ведь у нас есть Спаситель, Помощник, Утешитель — наш Господь! Нам нужно только иметь желание освободиться от самолюбия и делать то, чему учат заповеди и отцы, а Господь не оставит нас!

Далее мы будем говорить, в чем зачастую проявляется гнев от нашего самолюбия.

Гнев от самолюбия, выраженного в своекорыстии и самоугодии

Как было сказано выше, самолюбие проявляется чрез своекорыстие и самоугодие.

Иоанн Крестьянкин (Опыт построения исповеди, 7-ая заповедь блаженства): «Еще одним врагом мира является своекорыстие, то есть предпочитание своих выгод выгодам ближних».

Эти страсти означают, что человек делает то, что ему удобно, приятно, спокойно, выгодно. Но, к сожалению, все мы страдаем этими страстями, которые на первое место

ставят себя и свои интересы, а значит, противостоят ближнему, что есть - братопрезрение или братоненавидение.

Григорий Палама (Омилия 13): «Где налицо это холодное слово («мое»), там, как говорят божественные отцы, нет союза любви и Христос изгнан; те, которыми овладела эта страсть (собственничества), тем тогда становятся свойственны себялюбие, сребролюбие, братоненавидение и всякий вид зла, который ныне позорит их».

Иоанн Крестьянкин (Опыт построения исповеди, 7-ая заповедь блаженства): «Кто из нас может сказать, что для сохранения мира, во имя братской любви умеет жертвовать своими удобствами и выгодами? Да мы готовы, как говорят в народе, глотку перегрызть тому, кто покушается в чем-то утеснить нас».

Когда мы чего-то хотим, а кто-либо не позволяет нам этого сделать, тогда этот человек представляется нам врагом, и мы приписываем ему множество грехов и страстей.

Амвросий Оптинский (Письма к монашествующим, п.365): «Особенно же пред м. игуменью понуждайся смиряться и не толкуй ее поступков и обращения с тобою так превратно или горделиво, что будто бы она поступает с тобою по памятозлобию; я думаю, что просто, во-первых, как начальница, а во-вторых, соображаясь со множеством сестер, желающих ездить в Оптину. Так полезнее и покойнее думать, а вместе смиреннее и Богу приятнее».

Это хорошо видно при просьбах других людей и об этом мы уже говорили выше, но кратко напомним. В случае, когда человека просят о чем-либо или его вынуждают обстоятельства, или он согласен или не согласен с чем-либо, то у него появляются определенные позитивные и негативные эмоции, желания и мысли. Вначале это - эмоции, выражающие: нравится человеку или не нравится просьба другого или обстоятельства. Если человеку нравится просьба или мнение другого и он имеет время и возможность исполнить то, о чем его просят, и сам человек - добрый, сострадательный, полон любви и т.п., то просьбы других он исполняет с радостью, без промедления, без размышления о том, хочется ему это делать или нет и без всякой выгоды для себя. Приведем примеры такого доброделания.

Отечник (Игнатия Брянчанинова): «...шел авва Агафон в город для продажи скромного рукоделия, и на дороге увидел лежащего прокаженного. Прокаженный спросил его: «куда идешь?» «Иду в город, - отвечал авва Агафон, продать рукоделие мое». Прокаженный сказал: «окажи любовь, снеси и меня туда». Старец поднял его, на плечах своих отнес в город. Прокаженный сказал ему: «положи меня там, где будешь продавать рукоделие твое». Старец сделал так. «Когда он продал одну вещь из рукоделия, - прокаженный спросил его: за сколько продал ты это?» «За столько-то», - отвечал старец. Прокаженный сказал: «купи мне хлеб». Когда старец продал другую вещь, прокаженный спросил его: «это за сколько продал?» «За столько-то», - отвечал старец. «Купи мне еще хлеб», - сказал прокаженный. Старец купил. Когда авва распродал все рукоделие и хотел уйти, - прокаженный сказал ему: «ты уходишь?» «Ухожу», - отвечал авва. Прокаженный сказал: «окажи любовь, отнеси меня туда, где взял». Старец исполнил это. Тогда прокаженный сказал: «благословен ты, Агафон, от Господа на небеси и на земли». Авва оглянулся на прокаженного, - и не увидел никого: это был Ангел Господень, пришедший испытать старца».

Достопамятные сказания: «Рассказывали, что у аввы Силуана в скиту был ученик по имени Марк, который имел великое послушание и был хороший писец. Старец любил его за послушание. Кроме Марка у старца было еще одиннадцать учеников. Они скорбели о том, что старец любил Марка больше, чем всех их. Старцы, услышав об этом, опечалились. Однажды они пришли к Силуану и укоряли его. Авва Силуан, взяв их с собой, вышел из кельи, начал стучаться в двери каждого из учеников своих, говоря: "Брат, пойдя сюда, ты мне нужен", но ни один из них не поспешил тотчас же к нему выйти. Старец пришел к кельи Марка, постучался и позвал: "Марк!" Марк, услышав голос старца, выбежал к нему в ту же минуту, и старец дал ему поручение. Силуан сказал старцам: "Где

же, отцы, другие братья?" Потом он вошел в келью Марка, взял тетрадь и увидел, что тот начал писать одну букву, но услышав голос старца, бросил перо, не докончив ее. Тогда старцы сказали Силуану: "Справедливо ты любишь его. И мы полюбили его, и Бог его любит"».

В этих примерах ясно видно, что истинная любовь к ближнему заключается в отвержении своих выгод.

Василий Великий (Нравственные правила, пр.80, гл.22): «Что свойственно любви к ближнему? Искать не своих выгод, но выгод любимого к пользе душевной и телесной».

Может ли кто-нибудь из нас сказать о себе, что у него есть такая самоотверженная любовь к ближнему? К сожалению, нет. Если мы и исполняем волю другого человека и отвергаем свою волю, то мы склонны пороптать и выразить свое недовольство мысленно или вслух. Поэтому чтобы уклоняться от этой страстной склонности есть следующая заповедь:

Феофан Затворник (Толков. на посл. к Филипп.2, 14): ««Вся творите без роптания и размышления». Здесь речь не о терпении находящих неприятностей без ропота, а о делании безропотном. Это приводит на мысль ленивого раба, который поставлен в неизбежную необходимость делать, что ему приказывают, а охоты делать то никакой не имеет, почему, что ни заставят его делать, делает, но всегда с ропотом, или, как у нас говорится, с ворчанием: ворчит и на других людей, и на хозяина, и на дело, и на свою участь, хоть дело все-таки делает переваливаясь с ноги на ногу. Вот такого рода делание и запрещает Апостол филиппийцам. «Вся творите» — обнимает весь круг обязательных для христианина дел и расположений. Апостол говорит: сознавая эту обязательность, все исполняйте без роптаний и ворчаний, скрывающих недовольство и неприятность, по тому случаю, что надо так делать; если взять противное сему, будет: все делайте с охотой, с удовольствием, радостно, живо. У нас, например, когда придет пост, сколько ворчаний бывает? И не это только, но и в церковь, если позовут так, что надо несколько минут отнять у сна, и то не обходится без ворчания. Иной и милостыню дает, а сам в себе ворчит: «шатается тут, покоя нет» и подобное. Судя по этому, можно понять, что разумеет Апостол, когда заповедует все творить без роптаний».

А теперь посмотрим, каков механизм проявления нашего самолюбия, выраженного в раздражении, когда нас, например, о чем-то просят. В тот момент, когда нас просят сделать то, что не согласуется с нашими планами и желаниями, мы забываем, что все происходит по промыслу Божию, что все мы обязаны друг другу помогать и что через помощь другому мы учимся «не искать пользы своей, но пользы другого» (ср. 1Кор.10,24). Мы же воспринимаем просьбу без памяти об этом, а видим только человека и обстоятельства, которые вынуждают нас делать то, что нам не нравится. При таком восприятии просьбы во внутреннем человеке всею своей силою проявляется самолюбие и самоугодие с другими страстями, при действии которых грех окутывает тьмою сознание, волю и чувства человека, а совесть уже не может четко возвестить нам, как следует поступить. Поэтому в человеке начинается буря эмоций и ропот.

Феофан Затворник (Толков. на посл. римлянам, 7,5): «...как только подымается какая страсть, с присущей ей сладью, самоугодие тотчас становится на ее сторону, увлекая и сознание, и свободу, и самодеятельность, прежде чем совесть успеет подать отрезвляющий голос. Когда же произойдет таким образом сочетание лица человека со страстью прежде голоса совести, то после, что ни говори совесть, человек напролом идет действовать по страсти».

Если рассмотреть самоугодливое раздражение, возникающее, когда к тебе обращаются с просьбой, советом, мнением и т.п. по этапам страстного помысла, то приращением служит обращение к тебе другого человека; прилогом — его просьба, мнение, совет; вниманием — твоя сосредоточенность на словах другого человека; сосложением (эмоциональной реакцией) — нравится просьба, мнение, совет или нет; желанием — согласие или несогласие помочь, принять мнение или совет другого человека;

выбором – отдать предпочтение себе или другому человеку; пленением - увеличение силы раздражения и появление определенных мыслей, характерных для недовольства; решимостью - готовность высказать свое недовольство; делом (или страстью) – высказывание его вслух.

Рассмотрим, как это выглядит, когда человека о чем-либо просят, а он уже спланировал свои занятия. Сначала человек воспринимает информацию-просьбу, т.е. реально слышит. Затем он останавливает на ней свое внимание и внимательно слушает, после чего происходит эмоциональная реакция, выражающая: нравится или не нравится человеку то, о чем его просят. Из этого хорошо видно, что раздражение может появиться на этапе сосложения, когда не понравилась просьба, человек испытывает огорчение (т.е. ему не понравилась воля, мнение, совет другого человека) и, как следствие, нарушается покой, а значит, возрастает вероятность того, что выбор будет отдан своему желанию и не будет желания помочь другому человеку. Выбор происходит тогда, когда душа, зная свое желание, или «план», и желание ближнего, должна отдать предпочтение только одному из двух «планов». Понятно, что есть два варианта выбора: или нарушить свой план и исполнить волю ближнего или продолжить следовать своей воле и отказать ближнему. Как правило, при выборе: как поступить, самоугодие будет испытывать недовольство. Но в совести человека есть знание, что необходимо помогать другому, даже жертвуя своими интересами, а делать так душе не хочется. На этом этапе может проявиться борьба мотивов: исполнить заповедь или нет. И если победит самолюбие и самоугодие, то душа отвергнет просьбу ближнего. Заметим, что у многих из нас этот этап отсутствует, т.к. наша совесть или сожжена, или спит, или малосильна, и обычно мы отвергаем просьбы или мнения ближнего по привычке. Итак, отвержение чужой воли сопровождается оправдательными, оскорбляющими и аналогичными мыслями и негативными эмоциями, и это – недовольство. Чем больше сила недовольства, тем быстрее происходит пленение, и решимость высказать появившиеся мысли. На этом этапе также может произойти выбор: высказать все что думаешь, или сказать частично, или промолчать. Можно сделать выбор: промолчать, но не удержаться, а можно сделать выбор: сказать. Но и в том, и в другом случае страсть уже исполняется на деле, т.е. гневная энергия и злоречие выходят наружу.

(Следует сказать, что в эти мгновения человек может не думать так развернуто, как описано выше, т.е. это уже понятийное мышление, или сложившееся знание рассудка, поэтому все этапы проходят настолько быстро, что они практически не фиксируются, особенно тем человеком, который не имеет трезвения своих мыслей и чувств и не идет на пути самопознания)

На этом примере развития раздражения хорошо видно, что борьба с недовольством может происходить в двух случаях, а именно тогда, когда происходит выбор. В первом случае, когда человек решает: исполнить просьбу ближнего или нет. Этот выбор, как мы уже сказали, может происходить неосознанно, по привычке, а может вообще отсутствовать. Для тех же, у кого есть этот этап, скажем: если душа, даже после колебаний, все же выберет волю ближнего, то это не является еще истинной добродетелью, т.к. колебание было, но все же такой выбор является существенным шагом в борьбе со своим самолюбием. Если же он все же решит исполнить волю свою, то происходит дальнейшее развитие страсти. Именно поэтому отцы советуют исполнять любую волю ближнего (конечно, за исключением греховной), т.к. это позволит приобрести навык души при выборе своей или чужой воли.

Максим Исповедник (Главы о любви, сотн.4, 38): «Восхотев жить с духовными братьями, у дверей их отрекись от своих хотений: ибо другим способом не можешь ты быть в мире ни с Богом, ни с живущими с тобою».

И именно потому, что будет сохранен мир в сердце и мир внешний, это и называется смирением.

Авва Исаия (Отечник Игнатия Брянчанинова): «Когда человек отречется от своей воли, тогда добродетели вступают в священный союз между собой, тогда приходит ум в устроение, непоколебимое возмущениями».

Авва Дорофей (Душеполезные поучения, п.2): «Поистине нет ничего крепче смиренномудрия, ничто не побеждает его. Если со смиренным случится что-либо скорбное, он тотчас обращается к себе, тотчас осуждает себя, считая себя достойным этого, и не станет никого укорять, не будет возлагать вину на другого и таким образом перенесет случившееся без смущения, без скорби, с совершенным спокойствием, а потому он и сам не гневается и никого не прогневляет».

Но бывает и так, что просьбы других действительно нарушают наши планы или дела, которые мы не можем отложить. Так, например, человек спешит, и кто-то обращается к нему с просьбой. При рассмотрении такого примера важно знать, «куда» человек спешит: например, на встречу с кем-то, обозначенную точным временем или домой, т.к. ему хочется кушать и отдохнуть, (в этом случае нет четко обозначенного времени и четкого дела). В первом случае отказ будет обоснован, а во втором – нет. Обоснованный отказ можно произнести спокойно и с извинением - и в этом случае ни отказ, ни чувства, с которыми он дан, не будут греховными. Но можно дать обоснованный отказ с возмущением - и тогда это уже грех, хотя причина отказа не была таковой. В том же случае, когда причиной отказа в просьбе явилось не желание что-то делать, а поспешить домой отдохнуть, то это уже - грех. А если он еще и произнесен с раздражением, то грех самоугодия усугубляется еще неприязненным отношением к человеку, обратившемуся с просьбой.

Далее необходимо заметить, что положительная реакция на просьбы других должна быть только в том случае, если просьбы соответствуют заповедям Божиим, и ни в коем случае - на просьбы, противоречащие этим заповедям. Но, к сожалению, каждому из нас известны случаи, когда кто-либо предлагал или просил нас сделать греховное дело, и мы соглашались со «спокойным» сердцем и делали это или по человекоугодию, чтобы не обидеть просящего, или по неведению, что это дело – грех, или по тому, что нам нравилось это предложение или просьба. Как видим, есть различные виды реакций «внутреннего покоя и согласия» на просьбы и мнения других людей.

Ниже приведем пример, как самолюбие может реагировать на совет другого человека. Итак, ближний уже не первый раз настойчиво советует человеку то, что для него не приемлемо (причем, обычно это не плохие советы, а те, которые приемлемы для советчика, но не подходят человеку вследствие различного рода обстоятельств и его убеждений), т.е. слова ближнего не вызваны зложелательствами или злобой. Но человек, выслушав его, понимает, что ближний начинает увлекаться желанием давать советы, и появляется огорченный вздох или мысль: «опять начинается», тут же следует упрек недовольства: «сколько можно!». Из этого понятно, что слушающий не желает так делать - и тут же ощущает недовольство и раздражение движением в области сердца. Затем мысленно произносит: «да не хочу я этого делать», и после уже раздраженно произносит слова типа: «ну это ты так делаешь, а мне это не подходит» или мн.другое.

Самоугодие проявляется не только при просьбах, советах и мнениях других людей. Оно может быть и в случаях, когда тебя ни о чем не просят, а ты просто желаешь, чтобы исполнилось твое какое-либо желание. Рассмотрим простой пример: допустим, человек решил купить какой-то продукт и, придя в магазин, увидел, что за ним выстроилась очередь, и а продукта осталось немного. Вспомним, какие у нас бывают мысли: «ой, хотя бы мне досталось!». При этом появляется беспокойство, и все наше внимание устремляется на то, сколько берут люди, стоящие впереди. Скажем сразу: таким волнением выражается своекорыстие, говорящее: «себе нужно». А это означает, что у души нет терпения и спокойного отношения к сложившимся обстоятельствам, при которых она может сказать себе: «да будет на все воля Божия. Если не хватит мне, то ничего страшного не произойдет» и т.п. Но, как правило, мы не склонны так спокойно

относиться к такой простой ситуации. Душа не останавливается на этом беспокойстве, сосредоточении внимания и мыслях-переживаниях: «мне не хватит»; и далее внутреннее возмущение может перейти во внешнее, а это может привести к ссорам. Мы можем начать возмущаться вслух, видя, что люди, например, берут не по одной единице, а по две. При этом некоторые люди переходят на оскорбления и даже злые пожелания, направленные на тех, кто стоит впереди. После таких внешних диалогов человек или в очереди или уже возвращаясь домой может вспоминать эту ситуацию, всё также возмущаясь и ведя мысленный диалог с «обидчиком», посягнувшим на его вещь. Всё это так внутренне захватывает человека, что совесть не может остановить поток подобных мыслей, и человек даже не осознает, правильно он думает или нет.

Можно привести еще множество примеров аналогичных ситуаций и мыслей у людей, когда их никто не трогает, а они возмущаются, и их души, движимые своими желаниями, трогают других людей. Таких ситуаций настолько много, что каждый пусть сам рассмотрит свои каждодневные мысли и раздражения, происходящие от нетерпения, самоугодия и корыстолюбия.

Такие примеры говорят о том, что мы еще далеки от истинной христианской любви и чистоты из-за самоугодия и корыстолюбия. Это нечистота выражается в нашем ропоте и недовольстве.

Феофан Затворник (Толков. на посл. к Филипп.2, 14): «Святой Златоуст ... говорит: «видишь ли, что Апостол научает не роптать? Так как ропот есть дело рабов непризнательных и бесчувственных. Ибо, скажи мне, какой сын ропщет, трудясь в делах отца и трудясь для себя самого? Подумай, говорит он, что ты трудишься для самого себя, что собираешь себе самому. Роптать свойственно рабам; поелику они трудятся для других, поелику работают на других; а тому, кто собирает для себя самого, отчего роптать? Лучше ничего не делать, нежели делать с ропотом. Ибо и самое дело теряет цену. Ропот близок к хуле. Ропот есть неблагодарность. Ропщущий неблагодарен Богу; а неблагодарный Богу подлинно есть хульник»».

Почему святой Златоуст говорит о хуле на Бога, когда мы не хотим сделать что-либо для ближнего или спокойно принять преимущество другого человека, мы рассмотрим в следующем разделе.

Гнев от самолюбия, не согласного с волей Божией о нем

Как мы сказали выше, самолюбие ищет своих выгод и исполняет свою волю. А это противоречит заповеди Божие о любви к Богу и человеку.

Феофан Затворник (Толков. на посл.1 Коринф.10, 24): «Коренной закон деятельности христианской: люби Бога паче всего, и люби ближнего как себя. О любви к себе нечего и правил писать; ее только можно ограничивать. Любовь к Богу наипаче есть действие сердечное, внутреннее, сокровенное. В явной жизни действующей является одна любовь к ближнему, возгреваемая внутри любовью к Богу. Бога паче всего любить должно; но к Богу деятельной любви ничем не можешь ты показать, как делами любви к ближнему. Потому, «(ищи) каждый пользы другого» - есть сокращение всего нравственного закона. Но надо при этом держать в душе строго дополнительную главную мысль, что это искание «пользы другого» исходило из любви к Богу».

Итак, когда человек любит себя действует только по своей воле, в нем нет истинной любви к Богу, и он не ищет славы Божией путем исполнения Его заповедей, а ищет своих выгод и своей славы.

Макарий Египетский (Беседа 5): «Всякий человек доходит иногда рассудком и знает, что ни с чем не сообразно дело, какое желательно ему сделать, однако же, поелику имеет к тому любовь и не отрекается от любви, то уступает над собою победу. Сперва внутри сердца его бывают брань, борение, и равновесие, и склонение, и перевес то любви к Богу, то любви к миру. И тогда человек начинает рассуждать, входит ли ему в ссору и

спор с братом; он говорит сам в себе: „скажу ему; нет, не скажу. Заведу с ним речь; нет, не заведу“. Помнит он о Боге, но и свою бережет славу, и не отрекается от себя. А если любовь и склонность к миру перетянут несколько на весах сердца; тотчас лукавый помысл готов подвигнуть и уста. Потом ум, как бы натянутою стрелой, изнутри устреливает ближнего языком, и в сбережение славы своей, без всякого уже принуждения воле, мечет стрелы непристойных слов. Потом же продолжает язвить ближнего непристойными словами, пока грех не разольется по членам; и иногда члены сии, препиравшиеся между собою устами, лукавое вождение доводит до ударов и ран, а иногда, простершись и до убийства, готовит смерть. Смотри же, чем началось дело, и какой конец получила любовь к мирской славе, по собственной воле человека перевесив на весах сердца. Поелику человек не отрекся от себя, и любит что-нибудь в мире; то происходят от того все сии несообразности».

Далее. Все мы хорошо знаем, что ничего в мире не происходит без благой воли Божией. Но все мы испытывали и забвение, или непамятование, этой истины. Особенно это бывает, когда случаются какие-либо неприятности или когда дела идут не так, как мы бы хотели. Тогда мы начинаем тревожиться, волноваться, раздражаться, и забываем, что все это - от Бога. Такие наши состояния являются грехом и говорят о нашем самолюбии, которое желает жить по собственной воле.

Нравственное Богословие (Грехи против 2-ой заповеди, грех - недостаток преданности воли Божией): «В молитве Господней каждый раз читаем: «да будет воля твоя» (Мф.6,10); слышим также наставление в св. Писании: «смиритея под крепкую руку Божию» (1Петр.5,6). И должен предавать себя воле Божией верующий христианин, как в особенных каких неуспехах и огорчениях на пути своей жизни, так и в ежедневных неприятных случаях. Получил, например, он отказ в том, чего долго ожидал; сряду неприятное постигает его, так что утром та неприятность, в полдень другая, а вечером третья; не успел он в одном деле, не успевает и в другом и в третьем. Как же ему быть? Без сомнения, в другое время нужно стараться—поправить дело, предотвратить неудачу: но тут уже дело совершилось, — ворочать нечего. Иное дело и пытливость о тайнах промысла Божия, также не одобряемая: но тут и испытывать нечего, — случаи иной раз бывают вполне ясны. Остается, значит, только согласиться с тем, что совершилось. Между тем человек смущается, беспокоится, приходит в досаду (хотя, положим, еще и не доходит ни до уныния, ни до ропота, ни до отчаяния). Почему же так смущается? — Потому что в нем не подавлено самолюбие: ему досадно, что делается не по его желанию, и он хотел бы поставить на своем, только ничего не может предпринять. Он в самой душе своей не покоряется воле Божией, уже совершившейся,— хочет вместо воли Божией жить больше собственной волею. Он излишне заботлив о самом себе и как бы не дает совершиться над собою воле Божией, которая есть премудрая и милостивая. Втайне не совсем покорный Богу, он лишает себя вместе с тем покоя душевного. Вместо того, чтоб так умно поставить себя пред каждым приключением в жизни, пред каждою неприятною встречею: «не иду против обстоятельств, покоряюсь воле Божией»,— вместо этого успокоения он столько же раз смущается и беспокоится (хоть и на короткое время), сколько в день встречает неудач и неприятностей. Нет; лучше же христианину быть «яко отдоеное на мать свою» (Пс.130,2), т. е. как дитя спокойно подле матери или когда держится за мать: так и христианин, всегда, везде и во всем предающийся воле Божией, успокаивает себя в Боге. Он на сей раз остается и тем еще спокоен и счастлив, что когда после неприятных приключений встретит приятное или особенную какую милость Божию, — тогда не стыдится за предыдущую свою внутреннюю непокорность Богу, потому что ее не было, не имеет нужды раскаиваться, что раньше то смущался, досадовал. Тогда ровно выходит его душевное настроение: и отсюда он научается и вперед, и на последующее время, в обстоятельствах первого рода говорить: «аще благая прияхом..., злых ли не стерпим?» (Иов.2,10)».

Но недовольство волей Божие бывает не только при неприятностях, но и в обычных, не скорбных делах. Например, я хочу побыть один, но ко мне приходит ближний. Обычно я раздражаюсь, потому что мое желание не исполнилось, тем более оно ведь было таким светлым – побыть в уединении и помолиться, а ближний нам помешал. Мы даже не понимаем, что тем, что мы раздражаемся на ближнего, мы раздражаемся на Бога, который привел к нам ближнего или попустил ему прийти к нам. И значит, я должен уделить время ему и исполнить заповеди любви к ближнему. Тем более, если оказывается, что ближний нуждается в утешении или в совете, или если нет таких явных нужд ближнего, то может быть мы должны поговорить о чем-то, что нам необходимо.

Не всегда бывает явными для нас и причины того, почему Господь подает ту или иную ситуацию. Но, в любом случае, если мы будем помнить о том, что Господь является Промыслителем о нас и о наших близких, и без Него ничего не происходит, то мы научимся спокойно реагировать на те случаи, когда что-либо происходит не так, как мы хотим и наметили.

В борьбе с недовольством главное помнить, что все происходит по воле Господа, и если ты раздражен, то это твоя воля противиться Его воле. Это противление выражается в каждом нашем недовольстве, хотя мы этого и не понимаем и ситуации нам кажутся очень мелкими для того, чтобы в них участвовала воля Божия. Например: человек желает быть здоровым, а заболел; человек желает, чтобы ближний не говорил на определенные темы, а он говорит; человек желает, чтобы ближний поступал по его воле, а ближний делает по своей; человек желает, чтобы посуда не билась, а ближний разбивает ее и т.д. и т.п. И действительно, при первом взгляде на подобные примеры или на свои жизненные ситуации, мы видим только выражение своей воли и, иногда, воли ближнего. Но где же здесь воля Божия, которой мы противимся? Скажем кратко: воля Божия заключена в исполнении нами заповедей; например, «кто ударит тебя в правую щеку твою, обрати к нему и другую», или «кто захочет взять у тебя рубашку, отдай ему и верхнюю одежду», или «молитесь за обижающих вас и гонящих вас» и мн.мн. другие. Но мы нарушаем их множество раз даже в течение дня посредством различных страстей, о которых было сказано выше. Поэтому будем постоянно следить за собой и помнить о благой воле Божией.

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «Да будет воля Твоя». Например: когда ты хочешь быть и всеусильно стараешься быть безболезненным и здоровым, а между тем остаешься все болен, говори: «да будет воля Твоя»; когда предпринимаешь что, а предприятие не удастся, говори: «да будет воля Твоя»; когда делаешь добро другим, а тебе платят злом, говори: «да будет воля Твоя», или когда, напр., ты хочешь спать, а у тебя бессонница, говори: «да будет воля Твоя»; вообще не раздражайся, когда что-либо делается не по твоей воле, и научись во всем покоряться воле Отца Небесного. Ты хотел бы, чтобы не было с тобою искушений, а между тем тебя враг ежедневно томит ими: разжигает тебя, утесняет всячески, - не раздражайся, но говори: «да будет воля Твоя».

Такие слова необходимо произносить каждый раз, как только заметил негативное эмоциональное движение и появилось желание что-то ответить с раздражением. При этом, одним людям уже достаточно сказать «да будет воля Твоя» один, два раза, а другим придется повторять много раз, пока успокоится его душа от различных эмоциональных переживаний и гневных мыслей.

Из вышеизложенного становится более понятным положением, что наш гнев – это наша вина, а не других людей. Это в нас действуют все пороки, это для нас имеют большое значение еда, деньги, мирские удовольствия, своя слава, своя значимость и т.п.; и всё это мы защищаем с агрессией. Но мы не склонны видеть этого, а значит, и бороться со своими страстями.

Далее мы рассмотрим другие скрытые причины нашего гнева, которые имеют еще более глубокий характер.

Скрытые причины гнева, происходящие от нарушения действий трех сил человека

Об этих скрытых причинах гнева мы сейчас скажем кратко, т.к. это отдельная и довольно обширная тема. Эти глубинные причины заключаются в нарушении порядка действий человеческого естества.

Естественное предназначение трех сил и их искажение

Мы уже не раз говорили о том, что в человеке действуют три силы: умственная, желательная и раздражительная. Все эти силы имеют определенные предназначения.

Максим Исповедник (Доброт. т.3, Умозрительные и деятельные главы, п.135): «Три есть силы в душе – разумная, раздражительная (энергическая) и похотная. Разумной силою ищем мы знать что благо; похотной – вожделеваем познанного блага, а раздражительной подвизаемся и боремся из-за него».

Евагрий (Слово о духовном делании): «Находясь в разумной части души, добродетель называется благоразумием, разумением и мудростью; в желательной части - целомудрием, любовью и воздержанием; в яростной части - мужеством и терпением; во всей же душе – праведностью».

Итак, разумная сила должна знать, что есть благо, и быть благоразумной и мудрой; желательная сила должна желать только истинного добра, быть целомудренной и воздержанной; а раздражительная сила должна подвизаться и бороться за добро и быть мужественной и терпеливой. Но с грехопадением действие этих сил исказилось.

Максим Исповедник (Доброт. т.3, гл. 3, 92): «Есть три зла, величайшие и злоначальные и всякого, сказать просто, зла породители: неведение, самолюбие и ненависть, друг с другом родственно сочетанные и взаимно друг друга поддерживающие. Ибо от неведения Бога – самолюбие, а от этого – ненависть в отношении к соестественному. И никто не противоречит тому, что лукавый производит и возбуждает их в нас, научая нас злоупотреблять своими силами – разумом, вожделеванием и энергией».

Игнатий Брянчанинов (Слово о человеке): «Сила желания болезненно превратилась в ощущение ненасытных похотений; сила мужества и энергии превратилась в различные виды гнева, от исступленной ярости до утонченного памятозлобия; сила словесности, отчуждившись от Бога, потеряла возможность управлять силою воли и силою энергии и правильно направлять».

Василий Великий (Беседа 10. На гневливых): «...кто вожделевательную силу души употребил на услаждение плотскими и нечистыми удовольствиями, тот гнусен и невоздержен; но кто обратил ее на любовь к Богу и желание вечных благ, тот достоин подражания и блажен. И опять, кто хорошо владеет (рас)судительною силою, тот благоразумен и смышлен; а кто изострил ум ко вреду ближнего, тот лукавец и злодей. Поэтому что Творец дал нам ко спасению, того не будем обращать для себя в повод ко греху! В таком случае и раздражительность, приводимая в действие когда должно и сколько должно производит мужество, терпение и воздержание; а если действует вопреки здравому разуму - обращается в бешенство».

Феофан Затворник (Толк. на посл. Титу 3,3): ««Несмысленни, и непокориви, и прельщении». (Апостол) изображается сими словами, как, когда живут в грехах и страстях, поражены и извращены бывают все силы души. Мысленная сила поражается «несмыслием», теряет здравые понятия о Боге, мире, человеке, о цели настоящей жизни, о цели окружающих нас вещей и значении всего бывающего с нами. Потеряв же такие понятия, она теряет силу управлять жизнью человека, и он ходит как во мраке, впадая от неразумия в неразумие. ...— Деятельная сила заражается непокоривостию, по коей ни

Божеских, ни человеческих законов знать не хочет, и никаких уважений не берет в счет, кроме своей воли. Так хочу, и никто мне не указ; а хочет только того, что внушает самость и самоугодие в удовлетворение страстей. Что ни говори, слушать не хочет ...— Чувствующая сила бывает возобладана прелестию, по коей считает хорошим, приятным и красивым то, что по свойству своему дурно, отвратительно и безобразно. Она теряет природный свой вкус».

Вот в таком страшном состоянии находятся три наши силы. И, конечно, в каждом христианине должно произойти восстановление естества. Приведем некоторые учения, как это происходит.

Максим Исповедник (Четвертая сотница о любви): «Если хочешь быть праведен, доставляй, что достоин, каждой в тебе части, то есть, душе и телу: мыслительной части души – чтение, духовные созерцания и молитву; раздражительной – духовную любовь, противоположную ненависти; вожделевательной – целомудрие и воздержание; а плоти пищу и одеяние, кои одни необходимы».

Максим Исповедник (Четвертая сотница о любви): «Раздражительную силу души обуздывай любовью; вожделевательную умерщвляй воздержанием; мыслительную воскрсяй молитвою: и свет ума никогда не помрачится в тебе».

Максим Исповедник (Вторая сотница о любви): «Чей ум непрестанно устремлен к Богу, того и вожделение превозрастает в желании Бога, и раздражительность вся превращается в Божественную любовь. Ибо чрез долговременное приобщение Божественному озарению ум, сделавшись весь светловидным, и вожделетельную свою часть утеснив и подавив в себе, превращает в непрестанное, как сказано, желание Бога и неослабную к Нему любовь, всецело переводя ее от земного к Божественному».

Максим Исповедник (Доброт. т.3, гл. 3, 93): «Надлежит разумом, вместо неведения, к Богу возноситься чрез познание Его взысканием, – вожделением, очистив его от страсти самолюбия, только к Богу устремляться всем желанием, – энергией, отрешив ее от ненависти, усиливаться улучшить единого Бога и создать в себе Божественную и блаженную любовь, с Богом соединяющую и Богом являющую Боголюбца, – любовь, которая из них (т.е. Боговедения и Богожелания) и ради которой они».

Далее кратко рассмотрим некоторые искажения в действии умственной и раздражительной силы. Об искажении желательной силы уже было сказано в разделе «Скрытые причины гнева, происходящие от самолюбия», т.к. основной чертой самолюбия является желание исполнений своей воли, а не воли Божией. Кратко напомним, что желательная сила стремится к мнимым наслаждениям, что и формирует привычки (или можно сказать «рефлексы») желательной силы.

Максим Исповедник (Вторая сотница о любви): «Частое возбуждение вожделевательной силы души влагает в душу непреодолимую привычку к делам сластолюбным».

А раздражительная энергия борется с людьми, если человек не получает этих наслаждений. Исходя из этого, святые отцы дают советы по укрощению желательной и раздражительных сил.

Максим Исповедник (Вторая сотница о любви): «Первую (желательную) исцеляет продолжительный подвиг поста, бдения и молитвы; вторую (раздражительную), благостыня, человеколюбие, любовь и милосердие».

Безрассудство грешника, не познавшего, что есть добро, а что - зло

Итак, главенствующее место среди трех сил человека занимает умственная сила.

Григорий Богослов (Т.2, «На гневливость»): «Известно, что ум — во всем властелин. Его и Господь дал нам поборником против страстей».

Во-первых, владычество ума проявляется, когда человек имеет правильные понятия и знания о заповедях Божиих, о сути христианского учения, о составе человека, о страстях

и т.д. Например, если человек имеет мирские понятия, которые говорят, что нет вечной жизни, или что агрессия, как эмоциональная реакция, необходима человеку, т.к. это разрядка, или что половые отношения являются необходимостью и т.д., то его ум имеет неправильные знания, которые противоречат заповедям Господа, - и это не позволит человеку увидеть свои грехи и страсти, а значит, и не позволит покаяться и исцелиться от этой скверны. Поэтому ум грешника извратился и потерял знание добра и зла; и сила ума стала служить страстным наклонностям души и породила множество нелепых и глупых мыслей, рассуждающих, о том, как удовлетворить все страсти и защищающих то, что любит и к чему стремится грешная душа.

Григорий Нисский (Об устройении человека, гл.18): «...часто и разум, по наклонности и расположению к бессловесному, затмевая в себе лучшее худшим, доходит до скотоподобия, ибо, как скоро до этого унизит кто мысленную деятельность и принудит рассудок стать служителем страстей, происходит какое-то превращение добрых черт в бессловесный образ и все естество изменяет свой вид, а рассудок, подобно земледельцу, обрабатывает начатки страстей и постепенно возвращает их в большем количестве, потому что, употребив свое содействие страсти, произвел он многочисленное и обильное порождение нелепостей».

Выше мы говорили о том, что, раздражаясь человек, высказывает свое недовольство воспринимаемой информацией. Здесь следует особо обратить внимание на то, что наше (т.е. грешников) недовольство не всегда, а зачастую и почти всегда является искаженной реакцией, при которой ум принимает зло за добро, а добро - за зло. Это неразумие происходит потому, что человек еще не просвещен истиной, в нем властвует самолюбие и самоугодие, он имеет неправые понятия и только свой греховный опыт. Всё это приводит к тому, что человек может испытывать недовольство истиной по причине того, что ему она кажется не истинной. Приведем самый простой пример: мать говорит дочери, что на улице очень холодно и ей надо надеть шапку; и понятно, что такой совет есть добро. Но у дочери есть свое представление о том, что в шапке она выглядит некрасиво или примнутся волосы, и это есть уже «добро» дочери, а на самом же деле оно не есть таковым. При столкновении таких понятий о зле и добре, которые имеют началом безрассудство дочери (для которой красота стоит выше здоровья), происходят раздражение и недовольство. Если бы дочь имела другое мнение или рассуждение, что здоровье выше красоты, то у нее не возникало бы недовольство при напоминании матери о шапке. Поэтому отцы и говорят, что:

Ерм (Пастырь; заповедь.5): «От безрассудства рождается огорчение, от огорчения - раздражение, от раздражения - гнев, от гнева же - неистовство».

Иоанн Кассиан (Послание к Кастору..., кн.5, гл.22): «Также о гневе и зависти блаженный Иов говорит: «безрассудного убивает гнев, умерщвляет раздражительность, и легкомысленного умерщвляет зависть» (Иов.5,2). И вместе надобно заметить, что кто гневается, тот безрассуден, и кто завидует, тот считается легкомысленным. Тот справедливо считается безрассудным, когда гневом сам себе причиняет смерть; а этот (завистник) завистью показывает, что он малосмыслен и мелочен».

Таким образом, безрассудство, т.е. незнание истины и неведение того, что для тебя хорошо, а что плохо, порождает греховное недовольство. Например, безрассудство не дает человеку правильно воспринимать тленное богатство и не дает видеть, как он тратит свою жизнь попусту. Если сребролюбцу сказать об этом, то ему это не понравится, и он начнет гневаться и оправдываться. Также по безрассудству человек привык услаждаться тем, что для него вредно и что приводит к духовной смерти. Например, некоторым людям нравится слушать пересуды и осуждения, пустую информацию и т.п., но не нравится слушать обличения себя, похвалу другим, полезную духовную информацию и т.п., т.е. человек находит услаждение в пороках, а не в добродетелях.

Авва Исаия (Сл.24): «Увидевший змея, или ехидну, или скорпиона, или какое другое ядовитое животное бежит от него со страхом; безрассудная же и несчастная душа

смотрит равнодушно на все, что наносит ей смерть, не удаляется, не убегает; напротив того, она услаждается всем этим, покоряет всему этому сердце свое. По этой причине она растрчивает земную жизнь на пустые занятия и выходит из нее, не принеся никакого благого плода».

Итак, понятно, что недовольство и гнев происходят от нашей безрассудности, а значит - от действия умственной силы, которая имеет неправильные понятия, не позволяющие познать в чем грех и увидеть его в себе.

Есть и второе проявление владычества ума, о котором мы скажем чуть позже.

Естественные функции и искажения раздражительной силы

Как было сказано уже не раз, одним из предназначений яростной, или раздражительной, силы, которую мы рассматриваем, является борьба за благо.

Василий Великий (Беседа 10. На гневливых): «Раздражительная сила души пригодна нам еще для многих дел добродетели, когда она, подобно какому-то воину, сложившему оружие перед вождем, с готовностью подает помощь, где приказано, и споборствует разуму против греха. Ибо раздражительность есть душевный нерв, сообщающий душе силу к прекрасным предприятиям».

Т.е. раздражительную силу души можно назвать духовной силой самосохранения, которая предназначена для упорного противления восстанию своих страстей, для мужественного противостояния бесовским козням, для терпения в искушениях и испытаниях.

Никита Студийский (Добротолюбие, т.5, вторая сотница): «...огнь суще, существенным и божественным огнем сим раздражительную силу его сделал способной живо противостоять пагубным страстям и враждебным нам бесам».

Григорий Нисский (Каноническое послание к Литоию...): «...доброе действие силы раздражения есть ненавидение зла, брань против страстей, и укрепление души в мужестве, дабы подвизающийся за веру и добродетель не устрасался кажущегося страшным для многих, но подвизался против греха до крови, презирал угрозу смертью, тяжкие муки и разлучение от того, что есть приятнейшего, и словом, был выше всего, что многих держит в плену сластей, по привычке и предубеждению».

Далее. Раздражительная сила выражается определенными эмоциями и чувствами.

Григорий Нисский (Об устройении человека, гл.18): «раздражительность производит мужество, робость — осторожность, страх — благопокорность, ненависть — отвращение от порока, сила любви — воздержание истинно прекрасного...».

Но т.к. грех все исказил, то все эти действия и свойства стали следующими:

Григорий Нисский (Каноническое послание к Литоию...): «Превратные же движения (раздражительной) силы всем явны суть: зависть, ненависть, вражда, злословие, злоумышления, сварливое и мстительное расположение, на долгое время простирающее памятозлобие и многих доводящее до убийства и кровопролития».

Исидор Пелусиот (Письма, ч. 2, п.29): «... гнев вложен в нас не для того, чтобы и нам грешить, но для того, чтобы падающих не допускать до падения; не для того, чтобы обращался он в страсть и болезнь, но для того, чтобы служил врачевством от страстей. А мы пособие сие превращаем в яд, употребляя его, на что не должно».

Далее мы кратко назовем основные действия раздражительной силы и их искажения.

1. Раздражительная сила является силой любви, которая стала силой ненависти. Подробно об этом скажем далее.

2. Раздражительной силе души дана способность различать добро и зло.

Василий Великий (Беседы на шестоднев, бес.9): «...в нас есть естественные добродетели, с которыми душа имеет сродство не по человеческому научению, но по самой природе. Ни какая наука не учит нас ненавидеть болезнь, но сами собою имеем отвращение ко всему, что причиняет нам скорбь, так и в душе есть какое-то не учением

приобретенное уклонение от зла. Всякое же зло есть душевный недуг, а добродетель соответствует здравью. Хорошо некоторые определяли здоровье, что оно есть благоустройство естественных действований. Кто скажет то же и о благосостоянии души, тот не погрешит против приличия. Посему душа, и не учась, желает свойственного ей и сообразного с ее природою. По сей-то причине для всякого похвально целомудрие, достойна одобрения справедливость, удивительно мужество, вожделенно благоразумие. Сии добродетели душе более свойственны, нежели телу здоровье».

Но как мы уже говорили выше, у страстной души есть свое понимание добра и зла. Все, что связано с самолюбием, самоугодием, сластолюбием и т.п. – все это душа считает добром, а все, что мешает этим порокам – злом.

3. Раздражительная сила является силой ревности по Богу и силой любви к истине. Мы еще рассмотрим это действие позже, а сейчас скажем кратко.

Иоанн Кассиан (Послание Капистру...о правилах общежительных монастырей, кн.8, гл.1, сноска): «а иной (гнев бывает), который порождает ревность к правде; ...(и) рождается ...от любви к добродетели»

Евфимий Зигабен (Толковая псалтырь, пс.68,10): «Яко ревность дому Твоего снеде мя». Сии слова исполнились, когда Владыка Христос с великою властью изгнал из храма продававших в оном и покупавших. При сем, говорит, ученики Его вспомнили, что в писании Его сказано: ревность по дому Твоем снедает Меня (Иоан.2,17). А ревностью называет правильное негодование, возродившееся за честь храма».

Евфимий Зигабен (Толковая псалтырь, пс.72, 21): «Когда кипело сердце мое». Сердце, говорит Давид, мое совершенно воспламенилось огнем ярости, то есть ревности....».

Вполне понятно, что сила ревности также исказилась.

Симеон Новый Богослов (Слово 24): «(По причине преступления Адамова, человек) может являть ретивость (гнев, раздражение, рвение), но бессмысленно».

Авва Исаия (Слово 2-е): «Имеется естественная ревность, без которой невозможно преуспеяние в деле Божиим. Эта ревность изменилась в противоестественную, и мы ревнуем друг против друга, завидуем друг другу и лжем друг на друга».

4. Раздражительная сила дана как сила ревности о себе.

Исаак Сирин (Слово 32): «Это есть добродетель, без которой не производится доброе, и она называется ревностью, потому что от времени до времени движет, возбуждает, распяет и укрепляет человека - пренебрегать плотью в скорбях и в страшных встречающих его искушениях, непрестанно предавать душу свою на смерть и идти на встречу отступнической силе ради совершения того дела, которого сильно возжелала душа. Ибо некто, облеченный во Христа, ревность сию в словах своих назвал псом и стражем закона Божия, то есть добродетели, потому что законом Божиим называется добродетель. ...Пробуждение и воспламенение (ревности) бывает, когда человеку приходит на мысль какой-нибудь страх, заставляющий его бояться за то благо, которое он приобрел или имеет в виду приобрести, чтобы не было оно украдено или уничтожено каким-либо случаем или последствием оною. И сие возбуждается в человеке по Божественному промыслению; разумею же страх во всех истинных делателях добродетели, пребывающий в душе для ее пробуждения и ревнования, чтобы не предавалась она дремоте. Когда же возбужден в естестве этот страх, тогда ревность, названная у нас псом, день и ночь разгорается, как пылающая печь, и пробуждает естество. И, подобно Херувимам, человек пробуждается и ежечасно внимает тому, что окрест его, и, как говорит упомянутый выше некто, если проходит птица около него, приходит в движение и лает с самою быстрою и несказанною стремительностью. ...И еще другой есть способ, то есть крепость и воспламенение пса обнаруживаются, когда наиболее возрастает в душе вожделение добродетели. Ибо в какой мере возрастает в душе вожделение, в такой же воспламеняется и этот пес, то есть естественная ревность к добродетели».

У человека, истинно стремящегося к чистоте от греха, эта ревность является ревностью о своей душе, о своем спасении и о добродетелях. А у грешника – ревность о своем теле, мирских удовольствиях и о страстях своей души.

5. Раздражительная сила, как сила мужества, дана для борьбы с врагом рода человеческого.

Иоанн Кассиан (Послание Кастору...о правилах общежительных монастырей, кн.8, гл. 1, сноска): «Похвальный гнев бывает... когда мужественно противимся диаволу и внушениям его. Так Спаситель с гневом отогнал от Себя искушителя (Мф.4,10)».

Евагрий (Слово о духовном делании): «... дело терпения и мужества - не бояться врагов, ревностно и стойко противостоять опасностям».

Авва Исаия (Отечник Игнатия Брянчанинова): «Имеется естественный гнев, без которого невозможно приобрести чистоту: невозможно приобрести ее, если не будем гневаться на все, всеваемое в нас врагом».

Истинная ненависть к врагам приходит тогда, когда душа на опыте познает, что есть добродетель и как хорошо быть с Богом и исполнять Его заповеди. Для этого она проходит множество искушений, при которых проявляются все ее страсти. Но благодаря тому, что душа сопротивляется им, она постепенно исцеляется от зла, собранного в ней. Она начинает ненавидеть и страсти, и врага, но эту ненависть невозможно человеку вызвать самому и особенно добровольно живущему в страстях то ли по неведению, то ли по нежеланию и нерадению очиститься от них.

Евагрий (О помыслах, гл.10): «Ненависть к бесам весьма способствует нашему спасению и очень пригодна для свершения добродетелей. Однако мы не в силах питать ее в самих себе, словно благой зародыш, поскольку сластолюбивые духи умерщвляют ее и опять призывают душу к обычной дружбе (с бесами). Впрочем, эту дружбу, или, вернее, трудноисцелимую гангрену, исцеляет Врач душ посредством богооставленности, попуская терпеть от этих бесов ужасное и днем и ночью. И душа (благодаря этому) опять возвращается к первообразной ненависти, научаемая обращаться ко Господу со словами, сказанными Давидом: «Совершенною ненавистью возненавидех я, во враги быша ми» (Пс.138,22). Ведь совершенной ненавистью ненавидит врагов тот (человек), который не грешит не только делом, но и в мысли. А это есть признак великого и первого бесстрастия».

А пока это не происходит, душа направляет силу ненависти на других людей.

Авва Исаия (Отечник Игнатия Брянчанинова): «Этот (естественный) гнев грех заменил в нас гневом на ближних по самым ничтожным, ничего не значащим поводам».

Григорий Палама (Омилия 3): «Сам ум (дух) наш, еще неотступивший от Бога, вызывает в нас гнев только против диавола и употребляет мужество души на борьбу против дурных страстей, против князей мрака, против духов зла. Если же он не держится божественных заповедей вооружившего его Владыки, тогда он воюет против ближних, неистовствует на соплеменных, приходит в ярость на не выражающих одобрения безумным его стремлениям, и человекоубийцей, увы, становится человек, уподобившись не только бессмысленным скотам, но и - пресмыкающимся и ядовитым животным, - становится скорпионом, змеєю, порождением ехидны тот, который поставлен, чтоб быть в сынах Божиих».

Нил Синайский (К Евлогию монаху, слово 1, гл.21): «Кто памятозлобствует на демонов, тот не злопамятен на людей; но тот с демонами состоит в мире, кто памятозлобствует на брата».

Евагрий Понтийский (Слово о духовном делании, 93): «Избранный сосуд (Деян.9:15), египетский старец Макарий спросил меня: "Почему, злопамятствуя на людей, мы умаляем силу памятования души, а злопамятствуя на бесов, не терпим никакого ущерба?" И я, затрудняясь с ответом, попросил его объяснить причину этого. Тогда он сказал: "Потому что первое (памятозлобие) противоречит естеству яростного (начала души), а второе - соответствует ему"».

Враждуя против человека, мы уподобляемся врагу и он властвует над нами.

Иоанн Златоуст (Творения, т.11, ч.1 бес.14): «...враждовать друг против друга значить давать место дьяволу. Тогда как должно нам соединиться вместе и восстать против него, мы, оставивши вражду против него, позволяем себе обратиться друг на друга. Подлинно, ничто так не способствует дьяволу находить место среди нас, как вражда. Тысячи зол рождаются отсюда. Как камни до тех пор, пока они сплочены и не имеют пустоты, трудно раскалываются, а как скоро окажется в них скважина, хотя бы такая малая, как острие иглы, или сделается трещина, в которую можно лишь продеть один волос, распадаются и разрушаются, – так и при (нападениях) дьявола. Пока мы будем тесно соединены и сближены между собой, до тех пор он не сможет ввести (в среду нас) ни одного из своих (злых наветов). Но когда хотя немного он разделит нас, тогда вторгается подобно бурному потоку. Везде ему нужно только начало, – это для него самое трудное; когда же начало сделано, тогда он уже сам собой все подвигает вперед. Так, лишь только он открыл (твой) слух для клевет, и лжецы уже приобретают (твое) доверие, потому что (враждующие) руководствуются своей ненавистью, (все) осуждающей, а не истиной, право судящей. Как при дружбе даже справедливым нехорошим слухам не хочется верить, так при вражде напротив и ложные слухи принимаются за истину. Другой тогда бывает у нас ум, другое судилище, выслушивающее не со спокойствием, но с большим пристрастием и предубеждением. Как положенный на весы свинец все перетягивает, так и тягчайшая свинца тяжесть вражды. Потому, прошу вас, будем всячески стараться о том, чтобы нам до захождения солнца погашать свою вражду. Когда ты не обуздаешь своей вражды в первый и в следующей день, то часто продолжишь ее и на целый год, и, наконец, она сама собою усилится до того, что уже не будет нуждаться ни в чем (возбуждении). Она заставляет и слова, которые говорятся в одном смысл, принимать в другом, заставляет заподозривать движения и все, что ни есть, перетолковывать в худую сторону, и тем ожесточает и раздражает (человека), делая его хуже бесноватых, так что он не хочет ни называть, ни слышать имени того, против кого враждует, но произносить (против него) всякие бранные слова. Как же мы смягчим свой гнев? Как погасим этот пламень? Если помыслим о своих собственных грехах и о том, насколько мы виновны пред Богом; если помыслим, что мы мстим не врагу, но самим себе; если помыслим, что (враждой) мы доставляем радость дьяволу, этому врагу, истинному врагу нашему, ради которого мы наносим обиду своему собрату. Ты желаешь злопамятствовать, враждовать? Будь врагом, но против дьявола, а не против своего собрата. Для того и дал нам Бог в оружие гнев, чтобы мы не собственные тела поражали мечем, но чтобы вонзали все его острие в грудь дьявола. А это произойдет тогда, когда мы будем щадить друг друга, когда будем миролюбиво расположены друг к другу. Пусть я лишусь денег, пусть я погублю свою славу и честь: мой член всего для меня дороже. Так будем говорить друг другу; не будем оскорблять своей природы для приобретения денег, для снискания славы».

6. Раздражительная сила дана для борьбы со злом в себе. О правильном и неправильном гневе на себя мы еще скажем в следующей главе, а сейчас только отметим.

Иоанн Кассиан (О постановлениях киновилян, кн.7, гл.3): «...возбуждение гнева присвоено нам с спасительной целью, чтобы мы, гневаясь на свои пороки и погрешности, с большим усердием упражнялись в добродетелях и духовных подвигах, проявляя всякую любовь к Богу и терпение к нашим братьям».

Иоанн Златоуст (Творения, т.11, ч.1 бес.2): «Ты гневлив? Будь таков по отношению к своим грехам, бей свою душу, бичуй свою совесть, будь строгим судьей и грозным карателем своих собственным грехов. Вот польза гнева; для этого Бог и вложил его в нас».

Изречения старцев (Отечник Игнатия Брянчанинова): «Естественно и гневаться человеку, но не в возмущении страсти. Пусть он гневается на себя и на свои пороки: тем удобнее возможет исправлять себя и отсекал страсти».

Григорий Нисский (Творения, ч.7): «Раздражение, гнев и ненависть употреблять, как псов при воротах, чтобы они бодрствовали для противодействия только греху и направляли свое естественное свойство против того вора и разбойника, который тайно проникает, чтобы погубить божественное сокровище, чтобы украсть или умертвить».

7. Раздражительная сила дана как сила бодрости.

Иоанн Златоуст (Беседа на 4 Псалом): «(гнев) полезен для того, чтобы пробуждать нас от сонливости, чтобы сообщать бодрость душе...».

Григорий Нисский (Творения, ч.7): «Мужество и смелость должно держать в руках, как щит, чтобы не упасть духом, когда находит уныние и устремляются на нас нечестивые; надежду и терпение - как жезл, чтобы опираться, когда приводят в изнеможение искушения».

Исидор Пелусиот (Письма, ч.1, п. 280): «раздражительность... Творец дал в помощь душе, чтобы подкреплять телесные силы во время лености и расслабления».

Такое свойство хорошо видно, например, при проявлении темперамента.

8. Также раздражительная сила является силой мужества, силой для защиты других.

Григорий Нисский (О строении человека, гл.18): «...раздражительность производит мужество».

Иоанн Златоуст (Беседа на 4 Псалом): «...(гнев) полезен для того,... чтобы производить в нас сильнейшее негодование за обижаемых, чтобы делать нас взыскательными к обижающим»

Иоанн Златоуст (Беседа на 4 Псалом): «Гнев внедрен в нас не с тем, чтобы мы грешили, но чтобы останавливали и других согрешающих, не с тем, чтобы он сделался в нас страстью и болезнью, но чтобы служил врачеством от страстей».

Иоанн Златоуст (т.2,кн.2, бес.6): «Творец внедрил его (это душевное движение) в нас для исправления грешников, возбуждения ленивой и беспечной души, для пробуждения спящего и предавшегося расслаблению».

А грешный человек пытается силою мужества или защитить себя и заставить других людей прекратить то, что ему не нравится, например, что-то говорить или что-то делать; или, если он и защищает других, то эта защита бывает слишком жестокой и сопровождается ненавистью к тому, кто обидел близкого человека. Зачастую сила гнева защищает близких в воображении и при этом человек даже готов убить оскорбителя или обидчика, и эта готовность сопровождается определенными словами типа: «да я ему голову сверну» или «я готов ему руки повыдергивать» и мн. др. Но об этом более подробно мы поговорим в теме о злопамятстве и мести.

Итак, мы кратко сказали о естестве и искажении действий трех сил человека. Но этим поражение грехом не заканчивается. Все три силы имеют свой порядок подчинений друг другу, и он также нарушен.

О порядке действия трех сил

Выше было сказано, что ум является властелином над другими низшими силами человека: раздражительной и желательной.

Григорий Нисский (О жизни Моисея): «...рассудок, будучи сопряжен с обеими силами, правит ими, и от них заимствует силу, раздражительностью укрепляется в мужестве, а вожделием возвышается до причастия добра. Посему, пока душа ограждена таким соотношением своих сил как бы клиньями какими, твердо сплоченная своими понятиями о добродетели, пользуется она всяким взаимным их содействием к произведению прекрасного, между тем как рассудок сам собою доставляет безопасность низшим силам, а частью и от них заимствуется равным даром. Если же это соотношение сил будет извращено, и высшее делается низшим, так что рассудок, ниспав до попираемого, вожделевательное и раздражительное расположение поставит вверх себя».

У грешного человека правят именно раздражительная и желательная сила, а ум им потакает.

Во-вторых, ум, имея правильные понятия, выступает против страстей. И если ум будет четко знать, что есть добро и что - зло, то при появлении страстей, раздражительная сила будет отвергать их. И это будет правильное взаимодействие ума и эмоций. Приведем простой пример. После еды у человека появляется образ оставшегося пирога, который хочется съесть еще - т.е. начала действовать страсть чревоугодия, желающая доставить телу повторное услаждение вкусом. Ум осознает появившееся желание, и раздражительная сила реагирует или довольством, или недовольством. Если ум сразу же понимает, что начала действовать страсть чревоугодия, т.к. человек уже сыт, то при правильном содействии ума и раздражительной силы последняя проявит недовольство и отвергнет это желание. Поэтому отцы и говорят, что:

Иоанн Дамаскин (Точное изложение Православной веры, гл.16): «Гнев служит разуму и является защитником желания. Так, когда мы желаем исполнить какое-либо дело и кто-нибудь нам в этом препятствует, — мы гневаемся на него, как подвергающиеся несправедливости, ибо для разума людей, охраняющих свое естественное право, такое препятствие, очевидно, должно быть признано достойным негодования».

Евагрий (Мысли): «Подобным псу является созерцательный ум, посредством движения яростного начала (души) изгоняющий (из ума) всякие страстные помыслы».

Исидор Пелусиот (Письма, ч. 2, п.428): «Телесные удовольствия обольстительны и сильны для того, чтобы очаровать, лишит владычества рассудок и все поставить вверх дном. Но если раздражительная сила будет помогать рассудку и повиноваться ему, как телохранитель царю, то они легко будут преодолены. Как скоро подвигнется на них праведный гнев, они не выдержат угрозы, в бессилии обратятся в бегство, уступив победу рассудку, который и должен побеждать. Вот смысл того, что повелел Песнопевец и что желал ты узнать: «гневайтесь и не согрешайте» (Пс.4:5)».

Василий Великий (Беседа 10. На гневливых): «Думаю, что с равною ревностью должно и любить добродетель, и ненавидеть грех. Для этого же весьма полезна раздражительность, когда она, как пес за пастухом, следуя за рассудком, остается кроткою и послушною тем, которые оказывают помощь, скоро бежит на зов рассудка, но приходит в свирепость от чужого голоса и взора, хотя по видимому они и дружелюбны, сжимается же от страха, когда слышит голос знакомого и друга. Вот самое лучшее и правильное содействие, какое раздражительная сила может оказать разумной части души. В таком случае она будет непримирима с умышляющими зло, не вступит с ними ни в какие сношения, никогда не заключит дружбы во вред, а, напротив того, всегда, как на волка, станет лаять и кидаться на коварное сластолюбие. Такова польза раздражительности, если кто умеет держать ее в руках; потому что всякая другая способность, по образу ее употребления, бывает или худа, или хороша для имеющего ее».

Понятно, что если же ум не знает о страсти чревоугодия и не видит ее в себе, то понятно, что и эмоциональная сила отреагирует довольством и будет защищать страсть. Такое действие или лучше сказать бездействие ума свойственно животным, или бессловесным.

Григорий Нисский (О душе и воскресении): «Если же разум кинет бразды и, подобно какому-то возничему, привязанному к колеснице, будет влачиться сзади ее, увлекаемый туда, куда понесет неразумное движение впряженных коней (т.е. раздражительной и желательной сил – от сост.), тогда стремления обращаются в страсть, как это можно видеть и в бессловесных. Поскольку движением, естественно в них возбужденным, не управляет рассудок, то животные раздражительные, управляемые раздражительностью, губят друг друга; и рослые и сильные не пользуются силой к собственному благу, по неразумию делаясь достоянием существа разумного; похотливая и сластолюбивая деятельность не занимается ничем возвышенным, и ничто иное из усматриваемого в них не проводится каким-либо расчетом к полезному. Так и в нас, если

страсти не будут направлены рассудком, к чему должно, но возьмут верх над владычеством ума, то человек, стремлением таковым страстных движений претворенный в скота, из разумного и богоподобного состояния переходит в неразумное и бессловесное».

Но может быть и так, что ум и осознает, что действует, например, чревоугодие, но сила желания услаждения настолько велика, что человек сдается и исполняет его. Поэтому отцы говорят, что:

Дионисий Ареопагит (Письмо к монаху Демофилу): «...раздражительная и вожделевательная силы действуют против разума и отнимают у него дарованное ему от Бога владычество и в самих себе производят преступный беспорядок, возмущение и неустройство...».

Наряду с тем, что человек привык жить в мнимых услаждениях, он также привык определенным образом эмоционально реагировать на те или иные предметы и события. Эти эмоции соответствуют или страсти гнева, или страсти печали. Поэтому, в-третьих, владычество ума состоит и в том, что он должен спасать от несправедных эмоциональных реакций.

Григорий Богослов (Т.2, «На гневливость»): «Как дом укрывает от града, как в стенах находят убежище спасающиеся от битвы, и кустарник служит опорой на крутизнах и над пропастями, так рассудок спасает нас во время раздражения».

Но частое пребывание в раздражении позволяет эмоциям действовать быстрее, чем ум.

Максим Исповедник (Вторая сотница о любви): «...частое возмущение раздражительности делает ум робким и лишает мужества».

Поэтому наши эмоции не должны действовать быстрее правильных мыслей.

Василий Великий (Беседа 10: На гневливых): «Поэтому как избежим вреда, причиняемого нашею гневливостью? - если внушим своей раздражительности не предупреждать рассудка, но, прежде всего, позаботимся, чтобы никогда не шла вперед мысли; станем же обходиться с нею, как с конем, который дан нам в управление, как некоторой узде, покоряется разуму, никогда не выступает из собственного своего долга, но идет, куда ему укажет разум».

Например: кто-либо из родных разбил чашку, которая нам очень нравится, например, потому что она красива или дорого стоит. До того, как это случилось, ум знает, что целая чашка, это - хорошо, а разбитая – плохо. Так же знает, что чашка разбивается, если кто-то неаккуратен в своих движениях, что тоже – не правильно. Именно эти знания вызывают первичное огорчение души, когда она восприняла информацию о разбитой чашке. Таким образом – это реакция на что-то плохое, можно сказать на зло. И в таком взаимодействии ума и эмоций нет греха.

Евагрий (Слово о духовном делании): «Разумная душа действует в соответствии с природой, когда желательная часть ее устремляется к добродетели, яростная же часть сражается за эту добродетель, а разумная часть обращается к созерцанию тварных вещей».

Но душа имеет пристрастие к этой чашке, а значит, чашка является значимым предметом для желательной силы, и если с ней что-то случится, то душа будет огорчена и выразит свое возмущение. Такая реакция выражает себя эмоциональным движением в области сердца и порывом что-либо сказать виновнику, который лишил душу того, что ей дорого. Если в этот момент человек подумает, что это всего лишь чашка и что ближний не хотел этого сделать, то эмоциональная негативная реакция утихает - это будет правильным действием ума, показывающее человеку, что есть добро и зло. Кстати сказать, человек может и не произносить этих мыслей, а иметь это живым знанием, т.е. которое не требует напоминания. Но если после первичной эмоциональной реакции человек подумает: «моя любимая чашка!» или «она столько стоит!», или «как всегда, всю посуду уже перебил!» и т.п., то ум передаст страстные помыслы и эмоции не утихнут, а еще более разгорятся. Также человек может и не произносить таких мыслей, а иметь это

знанием, которое уже почти не выражается словом. Как видим, правильные мысли успокаивают эмоции, и со временем, когда ум начнет постоянно пребывать в истине, в знании добра и зла, то негативные эмоции не появятся. Пока же наша душа живет в страстях, и ум поддерживает их, то страсти гнева и печали будут постоянно терзать нас. Понятно, что мы не избавимся от раздражения и гнева, пока в нас действуют страстные желания и неправильные понятия о вере, грехе, добродетелях, о себе и т.п.

Григорий Палама (Добротолубие, т.5, О страстях и добродетелях и о плодах умного делания): «Пищей гневу (делу раздражительной силы) служит пожелание (дело желательной силы); они же обе при дурном направлении питают гордость ума (дело мыслительной силы). Почему никогда не увидишь здоровую раздражительную силу души прежде уврачевания этих обеих».

Поэтому нужно желательную силу приучить к воздержанию, раздражительную – к любви к Богу, людям и добродетелям, а умственную - к молитве, постоянной памяти о Боге и Его заповедях и к духовным поучениям.

Максим Исповедник (Четвертая сотница о любви): «Душа благоумно движется когда ее сила вожделевательная окачествована воздержанием, раздражительная ревнует о любви, отвращаясь от ненависти, мысленная пребывает в Боге, молитвою и духовным созерцанием».

В конце этого вопроса приведем еще одно поучение о действии трех сил человека, и надеюсь, что оно восприниматься нами уже более осмысленно.

Ефрем Сирин (т.2, О добродетелях и страстях): «...грехи разумной силы суть следующие: неверие, ересь, неблагодарность, хула, неразборчивость, неблагодарность и соизволения на грехи, происходящие от страстной силы в душе. К уврачеванию же и исцелению от этих грехов служат несомненная вера в Бога, истинные, непогрешительные и православные догматы, постоянное изучение словес Духа, чистая молитва, непрерывное благодарение Богу. Грехи раздражительной силы суть следующие: жестокосердие, ненависть, несострадательность, злопамятство, убийство и постоянное помышление о подобном сему. К уврачеванию же и исцелению от сих грехов служат человеколюбие, любовь, кротость, братолюбие, сострадание, терпеливость и доброта. Грехи вожделевательной силы суть следующие: чревоугодие, прожорство, пьянство, блуд, прелюбодеяние, нечистота, распутство, корыстолюбие, вожделение пустой славы, золота, богатства и плотских удовольствий. К уврачеванию же и исцелению от оных служат пост, воздержание, злострадание, нестяжательность, расточение денег на бедных, стремление к будущим благам, желание Царства Божия, вожделение всыновления. ...Ежели в раздражительности есть любовь и человеколюбие, а в вожделении чистота и целомудрие, то помысел светел. А ежели в раздражительности - человеконенавистничество и в вожделении - распутство, то помысел омрачен. Разум тогда здоров, целомудрен и светел, когда страсти подчинены ему; духовно созерцает он соотношения Божиих тварей и возводится к Святой и Блаженной Троице. Так же и раздражительность тогда бывает в естественном движении, когда любит всех людей, ни на кого из них не сетует и не помнит зла. И вожделение верно природе, когда воздержанием, смиренномудрием, нестяжательностью умертвит страсти, то есть, плотское удовольствие, влечение к корысти и преходящей славе, и обратится к любви Божественной и небесной; потому что вожделение имеет тройное стремление: или к плотским удовольствиям, или к пустой славе, или к прелести богатства; и по причине сего противного разуму влечения, небрежет о Боге и о Божиих заповедях, забывает собственное свое благородство, ожесточается против ближнего, омрачает помысл и не позволяет ему возвести взор к истине. А кто приобрел высший образ мысли, тот еще здесь, как сказано выше, предвкушает Царство Небесное, начинает жить блаженной жизнью, ожидая себе блаженства, уготованного любящим Бога, которого да сподобимся и мы, недостойные, по благодати Христовой».

Скрытая причина гнева – действия врага рода человеческого

Скрытой причиной гнева можно также назвать вражды действия, которые человек не чувствует и о которых даже не задумывается.

Антоний Великий (Послание братьям, обитающим повсюду): «Истинно, дети мои, они (злые духи) непрестанно завидуют нам со своими злыми советами, и тайным гонением, и тонкой злобой, и богохульными помыслами; и свои предательства они сеют в сердце наше каждый день, и свою сердечную косность, и тьму своих печалей, которые они приносят нам ежечасно, и тусклость свою, которой они ежедневно делают тусклыми наши сердца...».

И поэтому помолимся вместе со святым Антонием:

Антоний Великий (Добротол. т.1): «Да откроет Господь очи сердец ваших, чтобы вы видели, как многочисленны козни демонов и как много зла причиняют они нам каждый день. И да дарует вам сердце бодренное и дух рассуждения, чтобы вы могли принести себя Богу в жертву живую и непорочную, остерегаясь зависти демонов, их скрытых козней и их злых советов во всякое время и прикровенной злобы, лжи, хульных помышлений, которые влагают они каждый день в сердце».

О содействии бесов нарушению действий трех сил человека

Вначале кратко отметим, что есть бесы, которые действуют на различные силы и части человека.

Евагрий (Умозрительные главы): «Бесы, ведущие брань с умом, называются "птицами"; приводящие в смятение яростное начало (души) "зверями"; возбуждающие же желательное начало (ее) - "скотами"».

Евагрий (О помыслах, гл.18): «Из нечистых бесов одни искушают человека как человека, а другие приводят его в смятение как неразумное животное. Когда на нас нападают первые, они внедряют в нас мысли тщеславия, гордости, зависти и осуждения, которые не встречаются ни в одной из неразумных (тварей); а когда приближаются вторые, то они приводят в противоестественное движение яростное или желательное (начала души), ибо эти страсти суть общие для нас и для неразумных животных, хотя у нас они скрываются под разумной природой. Поэтому тем (людям), которые впадают в (чисто) человеческие помыслы, Святой Дух речет: "Аз рех: бози есте, и сынове Вышняго вси. Вы же яко человецы умираете, и яко един от князей падаете" (Пс.81:6-7). А что глаголет Он тем, которые приводятся в движение (вторыми бесами и поступают) неразумно? - "Не будите яко конь и мек, имже несть разума: броздами и уздою челюсти их востягниши, не приближающихся к тебе" (Пс.31:9)».

Выше было сказано, что раздражительная (или яростная) сила грешника действует искаженно, и именно это помогает бесам.

Евагрий (О помыслах, гл.5): «Наше яростное начало, когда оно движется вопреки естеству, весьма способствует достижению бесами своей цели и бывает очень полезно для всякого злохудожества их. Поэтому никто из бесов не отказывается от того, чтобы ночью и днем приводить в смятение это начало. Однако, когда видят его скованным кротостью, тогда стараются под какими-либо предложениями освободить его, дабы оно, став более стремительным, могло сделаться пригодным для их зверских помыслов».

Также было отмечено, что существует нарушение порядка подчинения уму других сил души.

Филофей Синайский (40 глав о трезвении): «...угроза, что гневающийся на брата своего всуе, повинен есть суду (Мф.5, 22), и следующие за тем Его заповедания, – се

врачевания раздражительной части. Эту заповедь, и прочие положенные вместе с нею, враг покушается низвергнуть внутри посредством помыслов любопытства, злопамятства и зависти. Знает этот противоборец (наш и Божий), что правитель раздражительной части есть сила мысленная. Почему в нее прежде и пускает стрелы посредством помыслов, как я сказал уже, подозрения, зависти, любопытства, сварливости, лукавства, тщеславия, и склоняет мысленную силу сложить с себя свойственную ей власть, и отдав бразды самому раздражению, оставит его без всякого управления. Тогда раздражение, отбросив своего управителя, без удержки износит чрез уста в словах все, что прежде вложено было в сердце, что усокровищено было в нем дотоле посредством вражеских помыслов, при нерадении ума. Сердце является тогда исполненным не Духа Божия и не Божественных помышлений, а злобы (неукротимой): ибо как говорит Господь, уста говорят от избытка сердца (Лк. 6, 45). Когда же таким образом, лукавый доведет человека до того, что он изгрызгать начнет в словах то, что прежде скрытно, замышлялось внутри; тогда этот пленник (вражий) не рака только, или юрод скажет брату своему, но наговорит самых досадительных слов, а дальше дойдет и до убийства. – Вот какие козни употребляет лукавый, в отношении к данной нам Богом заповеди не гневаться все».

А после того, как человек приобщился к такому образу мышления, его ум отступает от Бога, а значит, становится демоноподобным.

Григорий Палама (Беседа о том, что непрестанное общение с Богом путем молитвы и псалмопения является основанием и утверждением всякого блага и предотвращением и освобождением от всякого зла и от всякого злого состояния): «Потому что ум, отступивший от Бога, становится или скотоподобным или демоноподобным и, выступив за пределы естества, вожделевает вещей чуждых естеству и не знает сытости в своей алчности: всецело отдает себя плотским вожделениям и не знает меры удовольствия. Желает от всех пользоваться честью, а сам себя своими делами бесчестит; хочет, чтобы все льстили и одобряли и содействовали его планам и если по нему они не сбываются (потому что, как бы это и могло быть?), исполняется неукротимой яростью; и гнев в нем, и агрессивность по отношению к единоплеменным делает его подобным змее, и таким образом человек становится человекоубийцей, и уподобляется человекоубийце - сатане тот, кто был создан по образу и подобию Божию. И всему этому - одна причина: отступление ума (души) от страха и памяти Божией и допущение доступа к содействию началозлобного врага (диавола). Если же мы заранее укрепим душу при каждом деле восхвалениями Бога и молитвами, супостат не возымеет в нас места; вместе же с ним будет отогнана и вся, окружающая его, свора зла».

Характерные вражьи действия

Приведем несколько поучений о том, чему нас подучивают бесы в наших отношениях с людьми.

Поучения старцев (под ред. Дионисия Тациса): «О том, как диавол пытается ввести человека в смертный грех, старец Даниил говорил: «...В раздражительную часть души он приносит несвоевременную ревность, осуждение, зависть, непослушание, прекословие и тому подобное...».

Антоний Великий (Послание братьям, обитающим повсюду): «...(злые духи приносят нам ежечасно) весь гнев и взаимные обиды, которым они учат нас, и самооправдание в том, что мы делаем, и осуждение, которое они вносят в наше сердце, понуждая нас, когда мы сидим в одиночестве, осуждать ближних наших, которые и не живут с нами; и презрение, которое они поселяют в нашем сердце гордостью, когда мы жестокосердны и презираем друг друга, огорчая друг друга жестокими словами, жалуясь ежечасно, обвиняя других, а не себя, полагая, что невзгоды наши происходят от ближних, судя и рьяно о том, что снаружи, тогда как грабитель наш внутри, в доме нашем; и споры, и

раздоры, в которых мы оспариваем друг друга, пока не добьемся своего, чтобы явиться оправданными в глазах других».

Антоний Великий (Добротол. т.1): «(Бесы влагают помышления): гнева и клеветы, на которые подучают они нас, чтобы мы друг на друга клеветали, только самих себя оправдывая, других же осуждая; чтобы злословили друг друга или, говоря сладким языком, скрывали в сердцах наших горечь; чтобы осуждали внешность ближнего, сами изнутри уподобившись хищникам; чтобы спорили между собою и шли наперекор друг другу в желании поставить на своем и показаться более достойным».

Авва Зосима (Собеседования): «...великое внимание и не малая мудрость потребны против злокозненности диавола; ибо бывает, что он иногда из-за ничего возбуждает тревоги и неудовольствия, внушая и благословные к тому предлоги, чтоб казалось, что гневаться в предлежащем случае справедливо, и есть основательная причина. Но что бы ни внушал он, да ведает желающий во истине шествовать путем святых монах, что никакое раздражение, как бы оно ни казалось правым не должно им быть допускаемо...».

Феофан Затворник (Толков. на посл. Ефес.4,27): «Кто из гневающихся, по погашении гнева, разобрав дело добросовестно, не находил, что в основе раздражения была неправда?! А враг эту неправду превращает в правду и в такую гору ее взгромождает, что покажется, будто и миру стоять нельзя, если не удовлетворить нашему негодованию».

Также враг может способствовать гневным мечтаниям, в которых человеку представляется, как кто-то обижает или покушается на честь и жизнь близких - и тогда он начинает защищать близких путем рукоприкладства или даже жестокого убийства. В таких мечтаниях обидчиками могут выступать разные люди, которых человек, к примеру, увидел на улице. Отцы говорят, что такими мечтаниями враг старается приучить душу гневаться не на него – истинного и невидимого врага, а на вымышленного врага в лице другого человека.

Евагрий (О помыслах, гл. 16): «Весьма действенным в отношении таких помыслов (т.е. от бесов) является кипение яростного начала (души), когда оно направлено против беса, - этой ярости он боится большего всего, если она возмущается против его помыслов и уничтожает умопредставления, (внушенные) им. Это и означает слова: «Гневайтесь, и не согрешайте» (Пс.4,5), которые являются полезным лекарством для души, применяемым при искушениях. Этому бесу подражает бес гнева, который выдумывает, что некоторые из родителей, друзей или сродников подвергается оскорблениям от (людей) недостойных, и (таким образом) возбуждают ярость отшельника (или мирянина – от сост.), (заставляя его) либо произнести дурные слова мысленно представляемым (обидчикам), либо совершить (что-либо) оскорбляющее их). Поэтому необходимо быть внимательным к таким (вещам) и побыстрее избавлять от этих призраков ум, чтобы он не задерживался в них во время молитвы и не стал «головней дымящейся» (Ис.7,4). Этим искушениям (особенно) подвержены (люди) раздражительные, легко склонные на гнев – они (обычно) бывают далеки от чистой молитвы и ведения Спасителя нашего Иисуса Христа».

Еще бесы могут действовать на раздражительную силу и ночью, во сне. Это могут быть сны, в которых человек гневается, сны с ужасами, сны, в которых человек испытывает тяжкие угнетающие чувства и т.п. При чем такие сны могут быть после пережитых днем различных видов страсти гнева.

Евагрий (Слово о духовном делании): «Бывает, что когда гнев надолго задерживается и превращается в злобу, то он и ночью причиняет волнения, изнеможение и бледность тела, а также нападения ядовитых гадов».

А могут быть сны и без дневных эмоций. После таких снов человек может еще какое-то время утром или днем находится в плохом, гнетущем настроении, что и позволяет бесам быстрее возбуждать душу к гневу. Каждый из нас знает, что в таком плохом настроении он быстрее раздражается и гневается даже на мелочи.

Следующие поучения говорят об отшельниках, но приведем их, т.к. нам важно увидеть вражьи действия и их цели.

Евагрий (О помыслах, 27): «...ночью же они (люди, в частности – отшельники) сражаются с крылатыми аспидами, окружаются плотоядным зверьями, вокруг них копошатся змеи, (а порой) их (беспощадно) сбрасывают с высоких гор. Бывает, что и когда они просыпаются, то видят себя окруженными теми же самыми зверьями, а келлию свою - охваченной пламенем и покрытой дымом. И когда они отдаются таким мечтаниям и не страшатся их, то видят, как бесы тут же превращаются в женщин, непристойно жеманствующих и жаждущих предаться постыдным игрищам. Все это изобретают бесы, желая привести яростное и желательное (начала души) в смятение, чтобы (успешнее) была их брань с отшельниками. Ибо яростное (начало) становится на следующий день более податливым на искушения, если оно приведено в смятение накануне ночью, а желательная (часть души легко) воспринимает блудные помыслы, взволнованная перед этим ночными видениями. (Бесы) навлекают на отшельников эти мечтания, которые, как я сказал, либо торят путь (искушениям) следующего дня, либо приводят в смятение отшельников предшествующей ночью, желая как можно сильнее унижить (их)».

Изречения старцев (Отчник Игнатия Брянчанинова): «Сатана особенно борется жестоко тех человек, которые его борются хорошо, и побуждает их на гнев и ярость: потому что ярость и гнев более всего отгоняют плач и умиление, искореняют смирение из души. Случается иногда, что в то время, как ты сидишь в келлии твоей, обступят тебя злые помышления и бесы, как звери лютые: ты же не убойся их - немедленно встань мужественно и молись усердно Богу; проходишь немного по двору; они, не терпя молитвы, разойдутся от тебя».

Гневаясь, человек «дает место диаволу» и исполняет его волю

Скажем об этом кратко, т.к. подробно на эту тему сказано в теме «О прелести».

Феофан Затворник (Толков. на посл. Ефес.4,27): ««И не давайте место диаволу». Диавол не имеет доступа к душе, когда она не питает никакой страсти. Тогда она светла, и диавол не может возречь на нее. Когда же она попустит движение страсти и согласится на нее, тогда омрачается, и диавол видит ее, смело подходит к ней и начинает в ней хозяйничать. Два главных порочных движения тревожат обычно душу — похоть и раздражительность. Кого успеет враг одолеть похотию, того и оставляет с нею, не тревожа или слабо тревожа гневом; а кто не поддается похоти, того спешит подвигать на гнев и собирает вокруг его много раздражающего. Кто не разбирает уловок диавола и за все сердается, тот дает место диаволу, давая себя побеждать гневу. А кто подавляет всякое возбуждение гнева, тот противится диаволу и отгоняет его, а не только места в себе не дает. Кто подавляет тотчас гнев, тот рассеивает сию прелесть и диавола тем отражает так же, как иной в сердцах сильно ударяет кого в грудь».

Иннокентий Пензенский (Проповеди, Слово в день сошествия Святого Духа): «(Враг) уже победил и торжествует, если в нас виден гнев, зависть и ненависть. Успех его победы особенно велик, когда воздается мщение не только за явные обиды, но и за то, что по некоторым только признакам для нас оскорбительно. Все это есть великое и славное торжество духа злобы над человеком».

Разве можно назвать нас христианами, когда мы даем место диаволу, вступая в споры, негодуя, ненавидя, упорствуя в своем мнении, не желая уступить другому человеку, когда мы не стремимся спокойно разобраться в своих противоречиях?! Тяжело сознавать, что бесы гнездятся там, куда они не должны иметь доступа - среди христиан; что мы исполняем их волю, а они радуются своей злобной радостью, что мы попираем веру Христову и творим их дела ненависти, злобы, упрямства, превозношения и т.п. И как же страшно, когда из нас изливается энергия зла и ненависти, а не любви и смирения! Прости нас, Господи, что участвуем в делах сатанинских!

Раздел 1.3: О борьбе с раздражением, гневом и яростью

Выше мы говорили о возрастании силы гнева, о причинах и проявлениях вспышек гнева - надеемся, что эти знания дадут нам возможность осознанно подойти к вопросу о борьбе со страстью гнева. Т.к. гнев является проявлением других страстей, то вполне понятно, что бороться следует прежде всего с ними. Но т.к. зачастую мы не видим этих страстей или они действуют в нас сильно, то нам следует бороться и со страстью гнева. Борьба со страстью гнева имеет свои особенности, поэтому поучения будут выстроены от последней степени проявления страсти гнева – рукоприкладства и ссор - к первой – недовольству и огорчению, т.к. именно в такой последовательности надо учиться сопротивляться страсти гнева.

К сожалению, также необходимо отметить, что:

Иоанн Лествичник (Лествица, сл.8): «Некоторые, будучи склонны к раздражительности и гневу, не обращают на то внимания и не пекутся об уврачевании сей страсти, не помышляя о том, что сказал Премудрый: «устремление ярости его падение ему» (Сир.1, 22)».

Обратим внимание, что во всех этих поучениях рекомендуется сдерживать свой гнев и не начинать гневаться первому. О том, как реагировать, когда кто-то начал гневаться первый мы будем говорить позже.

Некоторые оправдания против борьбы с гневливостью

Так как у многих христиан уже сложилось убеждение, что с гневом бороться невозможно, то прежде, чем познакомиться с методами борьбы, приведем некоторые общие ложные оправдания такого мнения для того, чтобы у нас, нерадивых, в дальнейшем не возникало таких заблуждений.

Первое оправдание: «Сам Бог дал нам дар гнева»

Григорий Богослов (Т.2, «На гневливость»): «Скажешь: Что ж? Не сама ли природа дала нам гнев? — Но она дала также и силу владеть гневом. Кто дал нам слово, зрение, руки и ноги, способные ходить? Все это даровал Бог и природа, но даровал на добро, и не похвалю тебя, если ты употребляешь их во зло. То же надо сказать и о других душевных движениях. Это Божии дары — под руководством и управлением разума. Раздражительность, когда не преступает меры, служит оружием соревнованию. Без сильного желания неудобопостижим Бог. Но знаю и наставника в добре, это — рассудок. Если же все это обращено будет на худшее, то раздражительность произведет оскорбления и злодеяния, пожелание распалит нас к гнусному сластолюбию, а рассудок не только не подавит этого, но еще поможет своими ухищрениями. Так добрые дарования отдаются во власть нашему растлителю! Но нехорошо Божий дар мешать со злом».

Второе заблуждение, строящееся на словах Давида и Апостола Павла: «Гневаясь, не согрешайте» (Еф.4,26) и «но дадите месту гневу» (Рим.12,19). По своему неразумию некоторые из христиан считают, что этими словами Апостол Павел разрешил гневаться. Это не так. Приведем несколько толкований на эти места Писания.

Феофан Затворник (Толк. на посл. Ефес. 4,26): ««Гневайтесь и не согрешайте; солнце да не зайдет в гневе вашем». «Гневайтесь». Чтоб святой Павел разрешал на гнев, нельзя думать, тем паче, что тут же, спустя несколько стихов, говорит: «гнев... да возмется от вас» (31), то есть да будет изгнан из среды вас, чтоб и места ему тут не было. Надо полагать, что самую фразу взял Апостол, как она читается в псалме 4,5, мысль же с нею соединил запретительную на гнев, как бы так: что касается до гнева, то не согрешайте им».

Евфимий Зигабен (Толковая Псалтырь, пс.4, 5): ««Гневайтесь и не согрешайте». Гневаться, как людям пророк не запрещает, но убеждает нас, чтобы мы не согрешили гневаясь; а это бывает тогда, когда мы, будучи увлечены пылом страсти, становимся чрезмерно раздражительными и неуместно или без всякой вины к кому-нибудь мстительными, между тем как гнев насажден в людях собственно для противодействия порокам. Так, когда кто-нибудь гневается из мести за нанесенную ему обиду, то согрешает, а когда гневается в видах исправления другого, то не согрешает, как например, отец гневается на своего испорченного сына».

Феофан Затворник (Толк. на посл. Римл.12, 19): ««Не себе отмщающе, возлюбленный, но дадите место гневу: писано бо есть: Мне отмщение, Аз воздам, глаголет Господь». Уже говорил, чтоб не воздавали злом за зло: что и значит не отмщать за себя. Что же значит новое внушение не отмщать за себя? Или повторение того же для усиления заповеди; потому что отмщение так соблазнительно и такую благовидностью прикрывается, что и не считается грехом, — а между тем случаи к тому в житейских столкновениях очень часты. Этим повторением напоминает Апостол быть внимательными, не прорвалось бы как чувство или дело мщения. ...Есть отмститель правды — Бог. Предай дело отмщению Божию; Он воздаст, если должно. Это и значат слова: дадите место гневу, — гневу Божию, то есть праведному Его воздаянию: ибо у Бога нет гнева, а есть праведное воздаяние, которое кажется гневом тому, кто подвергается ему. Так толкует святой Златоуст: «Чьему гневу должны мы дать место? Божию. И как обиженный всего более желает видеть сие, дабы насладиться мщением; то Бог даст то самое в большей мере. И если ты сам не отмстишь, то Он будет твоим мстителем. Итак, Ему, говорит Апостол, предоставь отмщение. Вот что значат слова: дадите место гневу! Ту же мысль выражает несколько сильнее и блаженный Феофилакт: «дайте, говорит, место гневу Божию в отношении к обижающим вас. Если вы мстите сами за себя, то Бог не будет мстить за вас; а если вы простите, то Бог отомстит строже». — Экумений прибавляет: «если ты сам отмстишь за себя, то гнев Божий, пришедши, не будет иметь, что воздать обидевшему, потому что ты наперед уже взыскал с него». А Амвросиаст наводит даже на такую мысль, что гнев Божий, пришедши, найдет, что ты, взявшись стоять за правду, преступил меру правды, взыскав более должного, паче меры, и, вместо воздаяния обидевшему тебя, тебе воздаст за излишек взыскания, допущенный тобою. А что это возможно, можешь судить по свойству гнева, всегда стоящего в содружестве с отмщением. Гнев никогда праведной меры не соблюдает, а всегда забирает выше меры. Почему апостол Иаков и написал: гнев мужа правды Божией не соделовает (ср.: Иак. 1, 20). Амвросиаст именно пишет: «для сохранения союза мира Апостол убеждает воздерживаться от гнева, потому особенно, что в гневе нельзя не погрешить: ибо движимый гневом обычно взыскивает более, нежели сколько требует неправое дело, — чем и себе самому причиняет вред, оказываясь неправым по причине несоразмерного взыскания, и обидевшего делает худшим, тогда как снисходительностью мог бы исправить его. Почему премудрый Соломон учит: не буди правдив вельми... есть праведный погибали в своей правде (ср.: Еккл. 7, 17, 16): ибо когда гнев обдержит нас, находит в нас место враг и, под благовидностью правды, внушает неправое и пагубное».

Авва Иосиф (Собеседования Иоанна Кассиана, гл. 27): «Апостол (говорит): «не себе отмщающе, возлюбленный, но дадите место гневу» (Рим.12,19), то есть никак не увлекайтесь гневом к мщению, но дайте место гневу, то есть сердца ваши не должны быть сжаты теснотою нетерпеливости и малодушия, так чтобы не могли снести сильную бурю возмущения, когда она нападает; но расширите ваши сердца, принимая противные волны гнева в широких заливах любви, которая все покрывает, все переносит, чтобы таким образом дух ваш, расширяемый полнотою великодушия и терпения, имел спасительные пристанища совета, в котором принятый и разлившийся гнусный дым гнева тотчас исчез бы (Яснее сказать: дадите место гневу своему, то есть пусть гнев ваш скоро пройдет, исчезнет, как скоро исчезает дым; или: дадите место гневу других, то есть охотно

уступите разгневанному человеку, снесите его немощь. А святой Златоуст относит это к гневу Божию и излагает так: «дадите место гневу Божию», то есть предоставьте Богу, Правде Божией мщение за вас). Или так надобно понимать: даем место гневу, когда возмущению другого уступаем с смиренным и спокойным духом и, как бы признавая себя достойными какого-либо оскорбления, просим извинения. Впрочем, которые так понимают смысл апостольского совершенства, что будто те дают место гневу, которые удаляются от гневающегося, те, мне кажется, не отсекают повода к раздору, а усиливают. Ибо если гнев ближнего не будет тотчас побежден смиренным удовлетворением, то убегающий больше возбуждает его, нежели усмиряет. Этому подобно то, что говорит Соломон: «не тщи́ся в душе своем яритися, яко ярость в недре безумных почиет» (Еккл.7,10). «Не впадай в тяжбу скоро, да не расквеси́ся послезжди» (Притч. 25, 8)».

(О праведных возмущениях духа мы скажем подробно в одной из следующих глав)

Третье оправдание: «Невозможно человеку обойтись без гнева»

Василий Великий (ч.5): «Иные говорят, что невозможно человеку не гневаться. Если бы воину можно было гневаться перед очами царя, то и в таком случае сказанное не имело бы основания. Ибо взор человека, по природе равночестного, по превосходству сана удерживает от страсти, то не тем ли паче удержится тот, кто, несомненно уверен, что Бога имеет зрителем собственных своих движений...?».

Нравственное Богословие (Грехи против 2-ой заповеди, грех – сердитость, гневливость): «Но скажут: «невозможно человеку обойтись без гнева». Возможно, но трудно; посему-то сдержанный от гнева, при вызове на сильный гнев, и сравнивается с завоевателем града (Притч.16,32). Сдерживается же человек от дерзкого гнева и молчит, когда высокий начальник говорит ему неприятное или прямо оскорбляет его».

Четвертое оправдание: «Я очень раздражителен и вспыльчив».

Мы уже приводили подобное оправдание выше, разбирая вопрос о темпераментах, но приведем его еще раз.

Иоанн Крестьянкин (Опыт построения исповеди, 3-я заповедь): «Некоторые в оправдание свое говорят: "Я хоть вспыльчив, но у меня это скоро проходит". А вот послушайте, что об этом говорит великий и искуснейший учитель благочестия и подвижничества святой Иоанн Лествичник: "...иногда во время гнева лукавые бесы скоро отходят от нас с той целью, чтобы мы о великих страстях вознерадели и... сделали болезнь свою неисцельною" (Лествица. Слово 8, п. 9). То есть если не научиться пресекать вспыльчивость, то она станет страстью гневливости и будет очень трудно искоренима, как всякий злой навык».

Иоанн Крестьянкин (Проповеди): «Большинство из присутствующих здесь знают, что преподобный Корнилий принял мученическую кончину от руки Иоанна Грозного, который, поверив клевете, в припадке обычной своей болезни – грозного гнева – мечом усек главу преподобного Корнилия – и тут же опомнился и раскаялся в своем поступке...Совершив роковую ошибку, царь опомнился и раскаялся... Но прекрасная жизнь человека прервалась и труды его прекратились. Проверим себя. Не повторяем ли и мы поступка грозного царя? А ведь многие из нас считают позволительным для себя не сдерживать вспышек гнева. С недопустимой легкостью оправдывают они свое поведение, говоря о себе: "Я очень раздражительный", будто бы этим можно извинить их грубость и резкие, оскорбительные поступки. Мы сейчас не носим при себе оружия. Но как часто наш "отточенный" злой язык повторяет необузданность Иоанна Грозного и мы совершаем ту же роковую ошибку. И хорошо еще, если мы раскаемся, подобно Грозному. Но часто и этого у нас не бывает...».

Пятое оправдание: «Это невозможно», «Я не могу сдерживаться».

Вот такая простая отговорка: «не могу, и всё». На эти оправдания ответим сразу, что это самопрельщение, происходящее от нерадения человека в борьбе с этой страстью, да и со всеми другими страстями. Мы уже отмечали, что публичные люди учатся контролировать свои эмоции ради своих корыстолюбивых целей и славы, или

подчиненные сдерживаются, чтобы не кричать на начальство, а мы, христиане, не хотим сопротивляться своим страстным привычкам ради спасения своей души и ради исполнения Божиих заповедей.

Иоанн Златоуст (т.12, сл.20): «Действительно, если мы захотим, нам можно удержаться от этой страсти. Почему, в самом деле, когда нас оскорбляют начальники, мы не испытываем ее? Потому, что пред нами стоит равносильный этой страсти страх. Равным образом, почему слуги, которых мы без конца оскорбляем, сносят все молчаливо? Потому, что те же самые узы лежат и на них. Таким образом, ради людей мы и невыносимое сносим, и оскорбляющим нас говорим: такой-то оскорбил меня, не ты, а в отношении к Богу не будем иметь и такого почтения? Скажем же и нашей душе: оскорбляет нас теперь Бог, повелевающий молчать; не станем отвечать бранью, и пусть не будет Бог презреннее людей. Равным образом не противься тем, кто уговаривает тебя молчать, и не говори: я не стерплю, чтобы такой-то, насмеявшись надо мной, так и ушел. Нет, не тогда он посмеется над тобой, а когда ты станешь препираться с ним; если же он и тогда посмеется, то сделает это как безумный».

Ранее мы говорили, что Господь дал умственной силе первенство и она должна сдерживать эмоции. Поэтому такие оправдания не могут быть приняты не в этом мире, ни на Суде Божиим.

Василий Великий (Творения, ч.2): «Мы предаемся злоречию и злословию, не разумеем, что слова, которые теперь произношу, станут против меня в день Суда, пресекут мне путь и сделаются как бы стеною, через которую нельзя перейти».

Приведем одно из поучений на эту тему.

Древний Патерик (гл.16): «Пришли братья к авве Антонию, и говорят ему: скажи нам слово, как спастись? Старец отвечает им: вы слышали Писание? сего и достаточно для вас. Они же сказали: мы и от тебя, отче, хотим услышать. Старец сказал им: Евангелие говорит: «аще ты кто ударит в десную твою ланиту, обрати ему и другую» (Матф.5, 39). Они говорят ему: не можем сего сделать. Старец отвечает: если вы не можете обращать и другой, то, по крайней мере, снесите удар в одну. И этого не можем, говорят они ему. Старец отвечал им: если и этого не можете сделать, то не платите человеку тем, что получили. Братья сказали: и сего не можем. Тогда старец говорит ученику своему: приготовь им немного кашицы, ибо они слабы. Если вы одно не можете, а другое не хотите, то что я вам сделаю? Нужно молиться!».

К сожалению, такой нерадивый и малодушный подход при сопротивлении своим страстям можно видеть у многих христиан. Спаси нас, Господи! И давайте запомним, что:

Симеон Новый Богослов (Слово 88): «...удерживать гнев и серчание есть собственное наше дело и требует подвига великого и труда немалого, но чтоб совсем не смущаться и стяжать невозмутимость сердца и совершенную кротость, это есть дело в нас единого Бога и измена десницы Вышнего».

Тем более, что Господь не оставил человека без защиты и для отвержения каждой страсти дает добродетель.

Синклитикия (Афанасий Великий. Жизнь и наставления...): «Господь, заботясь о нашем спасении, не оставил ни одной части нашей души без защиты; так, если враг борет нас блудом, Господь нас вооружает целомудрием, если борет гордостью, то недалеко смиренномудрие, если восстает ненависть, любовь находится рядом, и хотя враг использует против нас много разных браней, Господь нас оградил большим числом орудий, как для нашего спасения, так и для победы над врагом».

Вместе с тем отметим, что со страстью гнева бороться действительно очень трудно. Во-первых, сложность этой борьбы усиливается тем, что гнев – это энергия или, как говорят некоторые отцы, «огонь».

Григорий Синаит (Добротолубие, т.5, Главы о заповедях): «Душа сама по себе имеет ... мужественную энергию к действию, что есть сила раздражительная».

Евфимий Зигабен (Толковая Псалтырь, пс.17, 16): «Гнев подобен огню; и когда он в ком-нибудь зарождается, тот издает при этом из себя дымовидный пар, и чрез свои ноздри выдыхает его на воздух. Отсюда и явилось, например, выражение: дух гнева. Отсюда о тех, которые гневаются, обыкновенно говорят, что они «дышат гневом»».

Нравственное Богословие (Грехи против 2-ой заповеди, грех – сердитость – гневливость): «Как страсть, гнев есть безвременное воспламенение сердца, неправильное возмущение всей души. Это - как вспышка пороха от огня, горячность при каждой неприятности».

Когда человек эмоционально реагирует, то чувствует необходимость выплеснуть эту энергию на других людей. трудно сдержат, но со временем – возможно (мы помним, что такое направление раздражительной силы является искаженным).

Иоанн Златоуст (Творения, т.11, ч.1 бес.2): «...есть ли какая-нибудь необходимость досаждать другим? Конечно, скажешь. Внутренний жар возбуждается, воспаляется и не дает душе покоя. Нет, человек, не от внутреннего жара происходит досада, а от малодушия. Если бы (досада происходила) от сердечной горячности, то все бы люди досаждали (друг другу), и непрестанно бы досаждали. Мы имеем горячность (ревность) в сердце не для того, чтобы досаждать ближним, но чтобы обращать согрешающих, чтобы восставать самим (по падении), чтобы не быть ленивыми».

Во-вторых, с гневом труднее бороться потому, что он является выражением всех страстей (об этом уже было сказано подробно). И пока в человеке есть гордость, сребролюбие и т.д., гнев всегда будет защищать их. Особенно тяжело не приходиться в гнев от гордыни и самолюбия. Поэтому одним из способов брани с гневом отцы считают следующее:

Василий Великий (Правила, кратко изложенные..., пр.29): «(можно не приходиться в гнев), если не будешь ожидать повиновения от других, но сам будешь готов к повиновению, почитая всех высшими себя. Ибо если кто требует повиновения для своей пользы; то пусть знает, что слово Господне учит, чтобы каждый служивал другим».

В-третьих:

Максим Исповедник (Первая сотница о любви): «Труднее преодолевать страсти раздражительной силы души, нежели вожделевательной, потому-то против них от Господа и врачество дано сильнейшее – заповедь о любви».

Шестое оправдание: «Но ведь гнев бывает и праведный. И как можно не гневаться, если видишь какую-то несправедливость?!» На это недоумение мы ответим очень подробно после того, как рассмотрим все виды гнева. А сейчас только приведем следующее краткое поучение:

Дмитрий Ростовский (Творения (по изд.Сойкина стр.1060-1061)): «Не гневайся ни на одного человека, хотя бы и сильно кем-либо был оскорблен: «Ибо гнев человека не творит правды Божией», - говорит апостол (Иак.1,20)».

Поэтому нам следует запомнить одно очень важное правило: если я раздражен или гневаюсь, то я не могу быть полностью прав и исполнять добродетель, защищая кажущуюся справедливость. И в эти минуты я должен не думать о чем-то действии или слове, а необходимо думать о себе и своем отношении к человеку и происходящему, и понимать, что сейчас я сам наполняюсь злобой и осуждением и тем преступаю заповеди Божии. Так же необходимо осознавать, что любые мои рассуждения о справедливости и т.п. не могут быть правыми, т.к. сейчас во мне действует страсть. Если же, понимая, что я сейчас грешу, мы даем возобладать «справедливым» мыслям о чем-то грехе, то мы исполняем лукавством, которое есть желание обмануть самого себя.

Есть и еще очень неразумное оправдание гнева высокоумными людьми. К примеру, человек, имеющий очень сильную степень страсти гнева, может сказать следующее: «я разгневался, но этот гнев не затронул моего сердца». Кратко ответим: даже неверующему или маловерующему человеку понятно, что сам по себе гнев – это эмоция, аффект, которые рождаются именно в сердце, - и поэтому гнев не может его не затрагивать.

Другое дело, когда не было сильно выраженного аффекта, но было холодное, злобное чувство ненависти и мщениа. Если человек таким образом будет смягчать вину за свой гнев, то, как правило, он не будет истинно каяться в нем и бороться с ненавистью в себе.

Итак, мы перечислили некоторые основные оправдания против борьбы с гневом. Вполне понятно, что мы, христиане, обязаны бороться со страстью раздражительности и гнева. Приведем несколько увещаний по этому поводу; при этом заметим, что ни у одного святого нет учения об оправдании гнева или о невозможности сдерживаться. А это означает, что все наши малодушные оправдания – это наше ложное мнение и нерадение.

Ерм (Пастырь; заповедь.5): «И я сказал ему (Пастырю): «Желал бы я узнать, господин, действие гнева, чтобы уберечь себя от него». «Если ты и твои домочадцы не будете удерживаться от него, то потеряете всякую надежду спасения. Но воздерживайся от гнева, ибо я с тобою; и от него воздержатся все, которые покаются от всего сердца своего, ибо я буду с ними и сохраню их. Все такие принимаются святейшим ангелом в число праведных».

Авва Иосиф (Собеседования Иоанна Кассиана, гл. 27): «Итак, нам должно обуздывать все движения гнева и по руководству рассудительности умирять, чтобы внезапно яростию не увлечься к тому, что осуждается Соломоном: «безумный весь гнев свой произносит, премудрый же скрывает по части» (ср.: Притч.29,11), то есть глупый воспламеняется гневом для отмщения за себя, а мудрый зрелым рассуждением и умирением уменьшает и изгоняет его».

Василий Великий (Беседа 10. На гневливых): «Итак, «престани от гнева и остави ярость» (Пс.36,8), чтобы не узнать тебе на опыте гнева, открывающегося «с небесе на всякое нечестие и неправду человеков» (Рим.1,18). Ибо, если в состоянии будешь целомудренным рассудком подсесть горький корень раздражительности, то сим уничтожишь много страстей в самом их начале. Коварство, подозрительность, недоверие, злонаравие, злонамеренность, дерзость и весь рой подобных пороков суть отпрыски этого греха. Поэтому не допустим в себя столь великого зла - этого душевного недуга, помрачения рассудка, отчуждения от Бога, незнания родства, начала браней, полноты бедствий; этого лукавого демона, который зарождается в самых душах наших, подобно какому-то беспокойному обитателю занимает нашу внутренность и заграждает вход Святому Духу. Ибо где «вражды, рвеня... ярости, разжжения» (Гал.5,20), состязания, производящие в душах неумолкаемые мятежи, там не упокоивается Дух кротости. Но, покорившись увещанию блаженного Павла, возьмем от себя «всяк... гнев, и ярость, и клич... со всякою злобою» (Еф.4,31), будем добры и милосердны друг к другу, ожидая блаженного упования, обещанного кротким (ибо «блажени кротцыи: как тии наследят землю»; Мф.5,5), о Христе Иисусе».

Нравственное Богословие (Грехи против 2-ой заповеди, грех – сердитость – гневливость): «Христианин! препобеждай в себе гнев во всех его видах, чтоб не навлечь на себя гнева Божия. Не оставляй страсти гнева самой себе, успокаивая себя тем, что это еще не великая страсть (Сир. 1,22). Сначала она допускается произвольно, т.е. там, где легко было бы обойтись без сердитости и крика, а потом и делается невольною: некоторые и действительно доходили до того, что, даже оставаясь одни, без всякого человеческого вызова на гнев,— сердились, наускаивали на своих противников точно готовые обратиться в духов злых (Леств., сл.8)...».

Василий Великий (Беседы на Шестоднев, бес.10): ««И да владычествуют они над зверями дикими». ...Ты все же создан как властитель, властитель над страстями, властитель над дикими зверями, властитель над пресмыкающимися, властитель над пернатыми. ...Властвуй над своими мыслями, чтобы стать властителем над всеми существами. Таким образом, дарованная нам власть над живыми существами подготавливает нас к властвованию над самим собой. Недопустимо, чтобы тот, кем командуют дома, командовал народами.... Следует, чтобы тот, кто все прекрасно устраивает в личной жизни и водворяет порядок у себя дома, получал право властвовать

над остальными (людьми). Если же у тебя в доме царят беспорядок и неразбериха, то подвластные тебе люди обратятся к тебе с изречением: «Врач, исцели сам себя». Поэтому, прежде всего, исцелим самих себя! Того, кто не сумел поймать льва, никто не обвинит. Напротив, над тем, кто не умеет обуздать своего гнева, всякий будет смеяться. Поэтому не владеющий собственными страстями навлекает на себя осуждение, в то время как тот, кто не смог одолеть диких зверей, явно не совершил еще ничего, достойного осуждения».

И еще хотелось бы кратко отметить: человек может не выражать гнев словом и делом по разным причинам. Например, он специально учился сдерживать эмоции, и его мотивом могло быть не подвижническое стремление приобрести истинный покой в сердце, а горделивое стремление казаться сильным или интеллигентным. Такую видимую не гневливость можно видеть в мирских людях, особенно публичных. Такая выдержка никак не относится к борьбе со страстью гнева. Она говорит о том, что человек желает скрыть свое истинное отношение к другому человеку, и если бы можно было раскрыться, то человек готов тут же передать свои негативные эмоции. Так обычно проявляет себя гордость и тщеславие, которые не желают показывать себя пред другими людьми со стороны неприличной для поведения в обществе.

Есть еще один повод, по которому люди сдерживают гнев – они берегут свое здоровье. И это уклонение от гнева является благоразумным уклонением от того, что может принести тебе вред, хотя и не является высокодуховным. Но и такой повод не гневаться может принести пользу христианину, который только начинает свой духовный путь.

Иннокентий Херсонский (Заметки, ст.89): «Гнев и ярость умяют дни» (Сир. 30; 26). Хотя бы эта опасность и страх за свою жизнь и здоровье обуздывали людей гневливых и удерживали от припадков ярости! Ибо малая ли опасность? Напрасный ли страх? Сколько людей, коим порыв гнева стоил жизни, коих он убил мгновенно, в цвете лет и сил, среди предприятий и надежд? Над другими гнев хотя и разражается так губительно, зато всегда расстраивает их здоровье и сокращает жизнь. Иначе и быть не может, по самому существу гнева. Сотрясая все жизненные стихии тела, возмущая и даже останавливая на время все отправления душевные и телесные, приводя в состояние кипения и разливая по всему телу желчь, гнев, по тому самому неизбежно расстраивает весь телесный состав, неотразимо портит кровь и соки. Опустошение, им производимое, можно даже видеть и осязать. Посмотрите на себя в минуту сильного гнева в зеркало: вы ужаснетесь собственного вида; так он свиреп, багров, отвратителен! Приложите в это время руку к сердцу: оно бьется, как молото наковальню. Такое кипение крови, такое сотрясение нервов, такое разлитие желчи может ли не действовать губительно на жизнь и здоровье? Оттого гневливые обыкновенно сухи, желты, как бы испечены в огне. Итак, если не ради другого чего, то ради собственного здоровья каждый должен быть как можно свободнее от гнева, потому что и однократный, сильный гнев, как видно из многих примеров, может убить гневающегося - до смерти».

Другое же значение сдерживания своих негативных эмоции имеют христиане, борющиеся со своими страстями ради исполнения заповедей Божиих и своего духовного очищения. Они хотя и желают скрыть свой гнев, но не открывают его, чтобы не согрешить делом или словом, и затем сожалеют о своих эмоциях и чувствах. Если же кто-либо из христиан не имеет таких мотивов в своем сдерживании, то он еще находится в состоянии тех людей, которые имеют выдержку по гордости и тщеславию.

Прежде чем перейти к вопросу о борьбе со страстью гнева, приведем поучения о борьбе с некоторыми причинами, приводящими человека к гневу; а именно: о борьбе с гордостью путем приобретения смирения и кротости, и о сопротивлении врагу рода человеческого.

Об искоренении гнева путем приобретения смирения и кротости

Как известно, гордость – это страсть, с которой человеку приходится бороться всю свою жизнь. Вот как о своей гордыне говорили святые:

Иннокентий Пензенский (Письмо о врачевстве против болезней душевных и житейской гордости): «Гордость житейская не прошла. Она приняла только вид справедливости. Нет, она господствует над всей душой моей, когда я только осужу словом и мыслью одного — не только человека, но и какую-нибудь вещь, какое-нибудь творение или что-нибудь. Ибо я всего хуже, под гневом растворенный, в грехи погрузившийся, мерзостями утешавшийся и считавший их за благо, судящийся с Богом моим и требующий от Него наград за оскорбление Его делами, словами и даже молитвою. Я — ничто, но сего не чувствую, когда дело доходит до меня со стороны; ничто, но сие забываю, когда хочу с кем-то говорить или что-то делать. Так из своего ничтожества я составляю все. Тогда я ничто, когда ничто или никто меня не касается, то есть когда дело до меня не доходит. И напротив, когда я хочу взять верх, хочу, чтобы меня выслушали, что бы я ни сказал, или когда вообще чего-нибудь хочу себе, я из себя или в себе поставляю истукан, коему поклоняюсь, коему хочу служить и других заставляю служить. Гордая, ничтожная душа моя сама от себя закрывается, дабы не выйти из себя и не предаться всецело Богу. Видите, ничтожность у нас только в воображении, а не на самом деле. Если же это хотя несколько коснулось духа нашего, тогда кому бы мы захотели покориться?».

Что касается гнева от гордости, то и он оставит человека только с приобретением противоположных гордости добродетелей – смирения и кротости.

Марк Подвижник (Послание к монаху Николаю): «Итак, если хочешь, чтобы сие дерево беззакония, разумею страсть огорчения, гнева и раздражительности, иссохло в тебе и было бесплодным, чтобы секира Духа, пришедши, посекала его, ввергла в огонь, по гласу Евангельскому, и истребила его со всякою злобою; и если хочешь, чтобы сей дом беззакония, который лукавый всегда злобно созидает, собирая, как камни, различные основательные или неосновательные причины — дела вещественные или слова в помыслах (наших), и при сооружении в душе здания злобы полагая в утверждение и укрепление (оного) помыслы гордости. Если хочешь, говорю, чтобы дом сей был разорен и раскопан, то имей незабвенно в сердце твоём смирение Господне...».

Феофан Затворник (Толков. на посл. Ефесянам 4,1): «Первое исчадие гордыни — гнев, сержание, оскорбительность; первый плод смирения — кротость. Гордый с презорством мыслит, чувствует и говорит к другому: как ты смеешь так относиться ко мне? Поступок ли ему не нравится, или слово, или даже мина, — и сержает. Смиренный не замечает, чтоб в отношениях других к нему было что-нибудь ниже его достоинства, и даже заметить сего не может, ибо считает себя ничем и всякое отношение к нему других — свыше себя. Потому все встречает не только без неудовольствия, но с благодарностию, как одолжение и почет, хотя другим может казаться, что его унижают и оскорбляют. Оттого в нем не бывает движения неудовольствия и даже тени оскорбительности. Он пред всеми кроток, как агнец. За это и к нему все относятся мирно, тепло и с уважением, хотя бы он был не высокого ранга. Вот и союз, вот и скрепа! Кроткого ничто не может разделить с другими и других с ним; и чем больше где кротких, тем крепче там между собою союз, — больше там покоя и радостей. И Царство Небесное есть земля кротких, как говорил Спаситель: «блажени кротцыи, яко тии наследят землю». Блаженный Иероним пишет: «Кротость есть такое расположение духа, в котором не возмущаются никакою страстию, особенно же гневом и яростию. Кто ее имеет, тот сподобится обещанного Господом блаженства». — «Напротив, смущение и раздражение чем-либо, — продолжает Амвросиаст, — рождают споры и побуждают защищать даже и то, что сознают недобрым и неправым. Отсюда раздор, прерывающий союз мира».

Итак, те, кто приобрели истинное смирение не бывают недовольны, потому что им интересно только их внутреннее состояние и Божественные истины. Они не бывают недовольны, т.к. в них живет постоянная память и вера в то, что все бывает по благой воле

Божией. И именно такое отношение к миру, к себе и к Богу постепенно уничтожает их недовольство и раздражение.

Иоанн Лествичник (Лествица, сл.8): «Как при явлении света исчезает тьма, так и от благовония смирения истребляется всякое огорчение и раздражительность».

Будем же просить Господа подать нам истинное смирение и кротость! И сами будем помнить, что если мы гневаемся, то это есть недовольство нашей гордыни.

О сопротивлении христианина врагу

Из всего вышесказанного понятно, что наша душа не только сама склоняется к страсти, ей еще помогает враг. Поэтому мы должны стараться отвергать и свои страсти, и бесовские внушения. В разделе о «Естественных функциях и искажениях раздражительной силы» было сказано, что наш гнев должен быть направлен на врага и на страсти. Это – первый путь внутренней борьбы. Второй путь – несмирение и гневливость заменяются добродетелями: кротостью, безгневием, любовью, терпением и т.п.

Евагрий (О помыслах, гл.5): «...нельзя раздражать это начало не праведными, ни неправедными делами, чтобы не давать опасный меч в руки внушающих (нам злые помыслы)».

Поучения старцев (под ред. Дионисия Тациса): «(Действие врага на раздражительную силу) можно отразить с помощью любви, долготерпения, снисходительности и терпения».

Но, конечно, приобретение этих добродетелей происходит не сразу, а после определенной духовной брани, которую человек может начать только после приобретения истинных знаний о природе страсти гнева и при внимательном отношении к себе, которое не допустит этой страсти возобладать над душой.

Авва Исидор (Отчник Игнатия Брянчанинова): «Брат спросил авву Исидора, пресвитера скитского: «авва! отчего демоны так сильно боятся тебя?» Старец отвечал: «с того времени, как я сделался монахом, не допускаю гневу подняться до гортани моей».

Филофей Синайский (40 глав о трезвении): «А ведь можно бы и не дойти до досадительных слов, а далее и до того, что за ними следует, если б тотчас по приращении раздражения, молитвою и вниманием к тому, что происходит внутри, были изгнаны из сердца (разжигающие его мысли). Так то душегубец достигает злой цели своей только тогда, как найдет кого, по воздействию вложенных им в сердце помыслов, готовым нарушить Божественную заповедь».

Амвросий Оптинский (Советы монашествующим, п. 253): «В письме...пишешь, что у вас с N какая-то неладица; тебе кажется, что она много переменялась против прежнего, а ей кажется, что ты переменялась в обращении; далее сама ты говоришь, что, хоть изредка, на тебя находит сильное возмущение и раздражение. Это обеим вам искушение от врага, который не терпит, если где водворяется мир и взаимная любовь; особенно где люди заботятся преимущественно о молитвенном подвиге, тут-то враг и старается водворить с обеих сторон гневливость, которая делает человека неспособным не только к молитве, но и ко всякому доброму делу. Итак, блюдите себя, призывая всесильную помощь Божию; вооружайтесь против козней врага, ищущего нанести вам душевную тщету и всячески старайтесь удерживаться от гневливого расположения, поминая апостольское слово: мир имейте и святыню со всеми, их же кроме никто же узрит Господа».

И еще одно. Если человек, который борется со страстями, все-таки раздражился или разгневался, то он скорбит не о том, что кто-то его обидел и возмутил, а что он не смог сдержать свою страсть гнева и преступил заповедь о любви к людям – и такая праведная реакция очень не нравится бесам.

Авва Зосима (Собеседования Иоанна Кассиана): «Бесы боятся, если увидят, что кто-нибудь, будучи подвергаем оскорблению, бесчестию, ущербу и всяким другим

неприятностям, скорбит не о том, что подвергся сему, но о том, что, подвергшись, не перенес того мужественно: ибо уразумевают из сего, что он вступил на истинный путь и имеет твердое желание ходить в совершенстве по заповедям Божиим».

Общие вопросы о борьбе с различными стадиями гнева

А теперь поговорим о том, как сопротивляться самой страсти гнева.

Как мы уже не раз сказали выше, гнев имеет три вида: вспышка, злоба и месть, которые взаимосвязаны и взаимопереходящие. Поэтому если не останавливать вспышки гнева, то невозможно будет очиститься от злопамятства, ненависти и желания мщения. А это означает, что мы являемся нарушителями не только Нового Завета, но и Ветхого, а это является отречением от Христа.

Скитский патерик: «Авва Пимен сказал: Бог дал израильтянам закон – воздерживаться от противоестественного, то есть от гнева, ярости, зависти, ненависти, клеветы на брата и прочего, что принадлежит ветхому человеку».

Авва Афанасий (Отчник Игнатия Брянчанинова): «...если кто побеждается гневом и яростью, и не отсекает этих неистовых страстей, тот отрекся Иисуса, имеет своим богом Марса, подчинил себя гневу, что служит знаменем беснования».

Поэтому для того чтобы не быть ветхим человеком и не служить врагу узнаем, как необходимо сопротивляться вспышкам гнева. А, познав, начнем исполнять эти советы на деле. Да поможет нам Господь!

Вначале скажем о том, когда грех вменяется человеку и об общих методах борьбы с гневом.

Феофан Затворник (Начертание христианского нравоучения): «Так, гнев родится сам собою, но когда человек согласился на него, тогда уже сам начинает гневаться. Напротив, если кто, чувствуя невольное движение гнева или другой страсти, не соглашается на то, а преодолеть их напрягается, то они не вменяются ему, хотя находятся в нем».

Феофан Затворник (Толкован. на посл. Ефес.4,26): «Закон вменения в отношении к гневу тот же, что и относительно всех других страстных движений. Приражения страсти не вменяются в грех. Вменение начинается с того момента, как, заметив движение страсти, уступают ей, и не только не противятся ей, но становятся на сторону ее, раздувают ее и сами помогают ей взойти до неудержимости. Коль же скоро кто, заметив приражение страсти, вооружается против нее и соответственными приемами в мыслях и положениях тела старается прогнать ее, то это не в грех, а в добродетель вменяется. То же и в отношении к сердчанию и гневу. В непрестанных столкновениях с другими поводам к раздражению числа нет. Но когда кто всякое возникновение гнева подавляет и прогоняет, то он и гневается, и не согрешает. Совсем не гневаться и никакого разогорчения никогда не чувствовать есть дар благодати и принадлежит совершенным. В обычном же порядке долг всех не поддаваться гневу, чтобы не согрешить им. Экумений и Феофилакт говорят: «Хорошо бы совсем не сердчать, но уж когда прорвалось сердчанье, не допускай его до греха». Подавляй его внутри, чтоб оно не прорвалось в слово, в мину, в движение какое. Но бывает иногда и так, что гнев мгновенно охватит, и прежде чем спохватится человек, он уже и в слово, и в движение вышел. И тут уместно невменение, но только до того момента, как спохватишься. ...Грех начался с той минуты, как замечена погрешность, и в душе не положено тотчас же употребить меры к примирению. Коль же скоро это сделано, то вменение греха отклонено. Всякая, однако же, опасность вменения минует, когда и делом употреблены меры и мир восстановлен. Апостол заповедует поспешать этим делом и всячески стараться, чтобы солнце не зашло во гнев, то есть чтоб помириться в тот же день».

И если мы будем стараться останавливать себя, попирая свою самолюбивую волю, то со временем мы, с помощью Божией, освободимся от этого зла и приобретем противоположные гневу добродетели.

Иннокентий Пензенский (Проповеди. Слово в день восшествия на престол имп. Александра Павловича): «Частое уподобление против воли, наконец, превращается в добровольное подражание».

То о чем будет сказано ниже, должно навсегда отложиться в нашей памяти и уме, и будем чаще напоминать себе об этом в то время, когда в нас еще нет сильного действия страсти.

Никодим Святогорец (Невидимая братъ, ч.1, гл.18): «Если ты, возлюбленный мой, не привык еще побороть внезапные движения и возбуждения страстей по поводу, например, оскорблений или других встреч, советую тебе вот что делать: поставить себе в закон, всякий день, когда сидишь еще дома, просматривать все могущие встретиться с тобой случаи в продолжение дня, благоприятные и неблагоприятные, и какие вследствие того могут породиться в тебе страстные движения, похоти и раздражения, — и наперед приготовься, как подавлять их в самом зарождении их, не давая им ходу. Действуя так, ты никогда не будешь внезапно застигнут никакими движениями страстей, но всегда будешь готов сделать им отпор, и возможешь ни гневом не смутиться, ни похотью не увлечься. Такого рода просмотр случайностей надо делать тогда наипаче, когда имеешь выйти со двора и идти в такие места, где должен встретиться с личностями, могущими или привлечь, или раздражить. Будучи приготовлен, ты легко избежишь того и другого. Волна страсти, если и подымится какая, перекатится чрез тебя или разобьется о тебя, как о твердый камень, а не подбросит тебя, как легкую ладью. Да уверит тебя в сем относительно гнева святой пророк Давид, говорящий: «уготовихся и не смутихся..» (Пс.118, 60)».

Особенно действенно приготавливать себя непосредственно пред встречей или разговором по телефону с человеком, на которого ты постоянно раздражаешься.

Феофан Затворник (Письма, вып.4 п.580): «Попробуйте, выйдя за дверь, налагать на сердце панцирь, решимость, что бы ни повстречалось неисправного - не поддаваться сердчанию».

И если мы так будем приготавливать свою душу, научая ее о том, что такое раздражение и гнев, то тогда все советы станут постоянным знанием, которое будет действенным, и наш ум, получив правильные понятия о страсти гнева, начнет управлять желаниями и эмоциями. И если наши ум, сердце и совесть всегда будут руководствоваться этими советами, то, по милости Божией, мы сможем погасить и избавиться от страсти гнева, которая владеет нами всю нашу жизнь.

Итак, как известно, существует две способности нервной системы: возбуждение и торможение. По простой аналогии этих нервных процессов, скажем о способностях души и духа возбуждаться и успокаиваться. Биологическое возбуждение – это реакция живой клетки на раздражение, при котором живая система переходит из состояния относительного физиологического покоя к деятельности. Эмоции – это тоже субъективные реакции человека и животных на воздействие внутренних и внешних раздражителей. Так при восприятии чего-либо неожиданного и нежелательного, а это могут быть чьи-то слова, ситуации на улице или дома и т.п., у человека возникают эмоции. Т.е. это процесс когда человек из спокойного состояния переходит в беспокойное по причине не соответствия чего-либо его воли. Биологическое торможение - это активный нервный процесс, приводящий к угнетению или предупреждению возбуждения. Как видим, процесс успокоения возбуждения организма заложен Богом на химическом и биологическом уровне. Но и душе также свойственен процесс успокоения. Также вполне понятно, что любое возбуждение должно оканчиваться успокоением, и это говорит о том, что даже наш организм чувствует себя здоровым и правильно действующим в состоянии покоя. Более того, ученые обнаружили особый вид охранительного торможения в

организме (Павлов И.П.), который предохраняет нервные центры от чрезмерно сильного раздражения или переутомления. Это говорит о том, что Господь даже в человеческих организмах (телах) заложил механизм, ведущий к здоровому покою. Так неужели Он лишил нашу душу и дух способности охранять себя от чрезмерного раздражения? Конечно, нет. Это наше бездействие, нежелание и незнание умаляют способность охранять себя от этого зла - нарушения внутреннего покоя и мира. Мы, увлекаясь страстью гнева или печали, забываем, что:

Никодим Святогорец (Невидимая брань, ч.1,гл.27): «Как долг неотложный имеет всякий христианин, когда потеряет сердечный мир, делать все от него зависящее, что может способствовать к восстановлению его».

Но, к сожалению, мы так привыкли жить в возбужденном состоянии, происходящем от различных страстей, что наша душа привыкла к этому и уже любит переживать различные эмоциональные и желательные волнения.

Что касается непосредственно страсти гнева, то вначале гнев, как отрицательная энергия самолюбия и нелюбви к другому, живущая в нашем сердце, возбуждается, и успокаивается лишь в том случае, когда человек сотворит зло. При этом душа испытывает определенное удовольствие.

Ерм (Пастырь; подобие б): «...гневливый, исполняя свое дело, получает удовольствие...».

Некоторые люди могут не согласиться, что гнев доставляет им удовольствие. Такое противоречие истине происходит оттого, что, во-первых, люди по разному понимают слово «удовольствие» и не рассматривают его как успокоение, происходящее от удовлетворения страсти; во-вторых, это не согласие люди выражают, когда находятся в спокойном и здоровом состоянии; и в-третьих, обоснованно говорить о том, что я не получаю удовольствие от гнева может говорить только тот человек, который понимает какое это страшное зло, который истинно старается бороться с со всеми другими страстями, выражающимися через гнев, и который истинно сокрушается об этом пред Богом и просит Его избавить от этого зла.

Но продолжим об энергии зла. В том случае, если начинается возбуждение гнева, и человек осознает, что сейчас он сотворит зло, и ради того, чтобы этого не произошло, он сдерживает себя, то энергия зла постепенно затухает и гнев теряет свою силу. Конечно, сдерживанию злой энергии помогает, во-первых, Божия сила, т.к. христианин, замечая в себе действие страсти, начинает молиться и призывать Господа на помощь, а во-вторых - сила воли самого человека. Неверующий же человек, сдерживающий свои негативные эмоции, действует только своей силой воли, которая руководима не Духом Божиим, а духом своей гордыни.

Чем еще характерна борьба со страстью гнева и раздражения, так это тем, что злую энергию, живущую в нашем сердце, необходимо не только сдерживать, но и качественно менять ее на противоположные добродетели: любовь, кротость, долготерпение, сострадание и т.п. Пока человек не осознает, всей пагубности своего духовного положения, то он действует по старым рефлексам, или привычкам, а значит будет продолжать реагировать на что-либо или кого-либо именно так: гневно и раздраженно.

Иоанн Лествичник (Лествица, сл. 8): «Гневливый человек по временам произвольно увлекаясь этою страстью (...т.е. добровольно подвергается временным припадкам сумасшествия) потом уже от навыка и невольно побеждается и сокрушается ею».

Поэтому ему необходимо приучить свою душу реагировать по-новому, и, так сказать, выработать новый рефлекс действовать по законам Божиим.

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «Ни на что не должно огорчаться и раздражаться, потому что чрез частое огорчение и раздражение образуется весьма вредная, нравственно и физически, привычка раздражаться, тогда как чрез равнодушие к противностям образуется добрая и полезная привычка все переносить спокойно,

терпеливо. Множество случаев может представиться в этой жизни бесчисленных взаимных несовершенств наших, и если при всяком случае огорчаться, то не станет нашей жизни и на несколько месяцев. Да притом огорчением и раздражением не поправляется дело, а напротив расстраивается чрез наше расстройство. Лучше же быть всегда спокойным, ровным, всегда исполненным любви и уважения к больному нравственно человечеству, или, говоря частнее, к ближним, к родным своим и подчиненным нам».

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «Все делай напротив того, что враг внушает: он внушает ненавидеть обидящих нас, - ты люби их; ругающих благословляй, и взимающих твое не истязуй и с охотой сам отдавай; когда хочешь смеяться - плачь; когда находит уныние - старайся развеселиться; когда зависть - радуйся чужому благополучию; когда борет противоречие, непокорность - немедленно покорись, согласись; когда блудные помыслы - поревнуй о чистоте сердца, представь высокое достоинство христианина, обоженного во Христе Иисусе, что члены наши - члены Христовы; когда гордость - смирись; когда злоба - будь особенно добр; когда раздражительность - сохрани спокойствие; когда скупость - будь щедр; когда рассеянность - немедленно запрети чувства от всего внешнего и размышляй о едином на потребу; когда сомнение, маловерие, неверие - призови на помощь особенно сильную веру, припомни примеры веры или верующих Ветхого и Нового Завета и чудеса, совершенные верою, и проч. Делай так и не поддавайся врагу, мечтателю: ибо все страсти, пристрастия, прихоти - его мечта».

Тихон Задонский (т.5, различные собрания писем): «Если гнев тебе сроден или ты по привычке к нему склонен, то берегись прилежно того, что эту страсть возбуждает. Утишь себя на малое время и сосчитай, сколько дней ты не сердился. Ты по своему нраву ежедневно сердиться привык, а будешь два или три дня ни на что не злобиться, это уже подлинный знак того, что гнев твой убывает. Если увидишь, что гнева с яростью целую неделю у тебя не было, то, сходя в церковь, за эту милость Творца своего усердно поблагодари. Сегодня я ни о чем не печалился и завтра тужить не стану, а что если я недель пять-шесть сряду то же делать начну, не лучше ли мне прежнего будет?»

Благодаря чему происходит такая замена чувств и мыслей? Благодаря изменению мыслей. Так, когда при раздражении начинают действовать раздражительная и желательная силы, т.е. человеку не нравится, что что-то происходит не по его воли и его мнению, то сразу же к ним присоединяется мысль, т.е. умственная сила, которая вместо того, чтобы помочь справиться с негативными эмоциями, произносит слова подстать огорчению и недовольству. Например, если человек не успел сесть в автобус, то можно подумать: «ничего страшного, на все воля Божия», а не: «Водитель – бессовестный. Что не мог подождать?» и др. Именно поэтому отцы называют мысли недовольства «безрассудными помыслами», разжигающими гнев.

Нил Синайский (О восьми лукавых помыслах, гл.9): «Вода приводится в волнение напором ветров, и раздражительный возмущается безрассудными помыслами».

Григорий Нисский (О строении человека, гл.18): «...вожделение к раздражительности сродно со стремительностью бессловесных; возрастает же при содействии помыслов, ибо отсюда — мстительность, зависть, лживость, злоумышленность, лицемерие. Все это произращено худым деланием ума.

Затем, соединившись все вместе - энергия раздражения, слово и желание высказаться, - производят гнев словом. Как известно, из этих трех сил главною является умственная, и именно она должна сдерживать нас от раздражений и страстных пожеланий. Это хорошо видно на тех примерах, когда при действии страстей, мы начинаем молиться, т.е. употребляем святое слово или начинаем правильно думать, например, так, как будет сказано ниже. Поэтому отцы и говорят:

Григорий Нисский (О строении человека, гл.18): «...если страсть эта лишится содействия помыслов, то раздражительность останется чем-то скоропреходящим и бессильным, подобным пузырью, который, едва явится на воде, и тотчас лопается».

Итак, ум может, как подействовать страстному действию двух других сил, так

может и не допускать им доходить до зла. К сожалению, у нас, грешников, чаще ум содействует страстным движениям желательной и раздражительной сил.

Поэтому, для того, чтобы укрепиться в борьбе со страстью гнева, во-первых, необходимо постоянно помнить и повторять слова: «гнев человека не творит правды Божией» (Иак.1,20).

Феофилакт Болгарский (Толкование по посл. Иакова, 1,20): «Правда есть свойство души, воздающее каждому должное, а гнев губит и разумных (Притч. 15, 1). Как же он, в страстном размере помрачая ум, составит добродетель, которая рассудительно воздает каждому должное?».

Иоанн Кассиан (Послание к Кастору..., кн.8, гл. 31): «Посему подвижнику Христову, законно подвизающемуся, надобно с корнем истреблять гнев. Совершенное уврачевание этой болезни состоит в том, чтобы во-первых быть уверенным, что нам никак нельзя сердиться ни по справедливым, ни по несправедливым причинам, зная, что мы тотчас лишимся света рассудительности, твердости правильного совета, даже самой честности и направления правды, если начальный свет нашего сердца будет помрачен тьмою гнева. Потом, чистота нашего духа тотчас будет возмущена и он вовсе не может быть храмом Св. Духа, когда дух гнева овладеет нами».

Во-вторых, нужно как можно чаще помнить о Боге: о том, что Он все видит, и о том, каким есть кроткий Сам Господь.

Василий Великий (Правила, кратко изложенные..., пр.29): «Можно не приходить в гнев, если всегда помнить, что ты перед очами Всевидящего Бога. Ибо какой подданный в глазах государя отважится на что-нибудь ему неугодное?».

Иоанн Златоуст (т.12,ч.1, Его же, о кротости): «Когда к тебе, терпящему что-либо ужасное и невыносимое, подступят гнев и ярость, вспомни о кротости Христа, и скоро станешь кротким и смиренным... извлекая величайшую пользу из кротости не только для себя, но и для врага, наставляя его (примером) быть добрым».

Филарет Дроздов (Православный Катихизис. О четвертом члене Символа веры): «Распять плоть свою со страстями и похотями можно воздержанием от страстей и похотей и действиями, им противоположными. Например, когда гнев побуждает нас злословить врага и делать ему зло, мы, однако, противимся этому желанию; вспоминая, как Иисус Христос на кресте молился за Своих врагов, молимся и мы за своих, и таким образом мы распинаем страсть гнева».

Василий Великий (Беседа 10: На гневливых): «Ты заушен? Но заушен был и Господь. Ты оплеван? Но оплеван был и Владыка наш; ибо не отвратил лица «от студа заплеваний» (Ис.50,6). Тебя оклеветали? Но оклеветан был и Судия. У тебя разодрали рубашку? И с Господа моего сняли хитон и одежды Его разделили по себе. Ты еще не осужден, ты еще не распят. Многого недостает тебе, чтобы дойти до уподобления Господу. Пусть все это придет тебе на мысль и утушит воспламенение. Ибо подобные сим предуготовления и расположения, останавливая как бы порывы и трепетания сердца, приводят помыслы в благоустройство и тишину. Сие-то самое сказано у Давида: «уготовихся и не смутихся» (Пс.118,60). Поэтому бешеное и неразумное движение сердца должно усмирять припоминанием примеров блаженных мужей. С какою кротостию великий Давид перенес укоризны Семеня! Он не дал времени возбудиться гневу, обратив мысль к Богу; ибо сказал: «Господь рече Семенею проклинати Давида» (2Цар.16,10). Потому, слыша названия: «муж кровей и муж беззаконий» (2Цар.16,7), не раздражился он против Семеня, но сам себя смирил, как бы заслужив встреченную им обиду».

Можно говорить себе и другие слова, которые помогут усмирить раздражение, но при этом они должны быть или о Боге, или о своих грехах и т.п.

Наравне с правильными мыслями во время раздражения и гнева, необходимо научиться воспринимать все, что с нами происходит, как милость Божию и как способ нашего очищения и спасения. Например: если у нас дома или на работе кто-то постоянно укоряет нас или гневается, или клеветает, в то время как мы действительно не подаем

повода к этому. Вот как об этом говорил святитель Феофан, когда ему писали о таких скорбях.

Феофан Затворник (Письма, вып.1, п. 115): «Прочитавши вами сообщенное, не мог я удержаться, чтобы не сказать: какая прекрасная у вас обстановка! Разумею в отношении к делу спасения. И вот вам мое решение. Не только все предайте в руки Господа, но еще благодушествуйте, радуйтесь, благодарите. Верно есть что из вас выбить, и вот Господь направил на вас столько молотков, которые и колотят вас со всех сторон. Не мешайте же им своим серчанием, противлением, недовольством. Дайте им свободу, пусть не стесняясь ничем, совершают над вами и в вас дело Божие, к которому Господом приставлены для спасения вашего. Господь любит вас и взял вас в руки, чтобы вытеснить из вас все негодное. Как прачка мнет, трет и колотит белье, чтобы убелить его, так Господь трет, мнет и колотит вас, чтобы убелить вас и приготовить к наследию царствия Своего, куда не войдет ничто нечистое. Так взирайте на свое положение, и утвердитесь в нем и Господу молитесь, чтобы Он утвердил в вас такое воззрение и углубил. Затем с радостью принимайте всякую неприятность, как врачевство, подносимое Самим Господом. На окружающих вас смотрите, как на орудия Божия во благо вам и за ними всегда зрите руку Божию, вам благодетельную. И за все говорите: слава Тебе Господи! Но старайтесь, чтобы это было не на языке только и в мысли, а и в чувстве. Молитесь, чтобы Господь и чувствовать так дал. И даст. Положите законом - 1) всякую минуту ждать неприятность, и когда придет, встречать ее какжданную гостью (но это не означает ждать с подозрением и беспокойством – от сост.). 2) Когда дается что воли противное, готовое огорчить и раздражить, скорее бегите вниманием к сердцу и сколько можете напрягайтесь не допускать возродиться тем чувствам, напрягайтесь и молитесь. Если не допустите породиться тем чувствам, всему конец: ибо все от чувств; если же породится, хоть маленькое, положите, если можно, ничего не говорить и не делать, пока не выгнали те чувства, если же нельзя не говорить и не делать, старайтесь говорить и делать не по тем чувствам, а по заповеди, как Бог велит, кротко и тихо - будто ничего не было. 3) Всякое ожидание прекращения такого порядка выбросьте из головы, а определите себя на неприятности до конца жизни. Не забудьте! Это очень важно. Если не будет этого, терпение установиться не может. 4) Ко всем молоткам сим приложите: держать любовный взор, любовный тон речи, любовное обращение и главное всевозможно избегайте чем либо напомнить им об их несправедливостях. Действуйте так, как бы ничего от них не было. Все сии пунктики потрудитесь хорошенько обдумать, - и взвесить все случаи, когда и как они приложимы в вашем течении жизни. Всего просите у Господа с полной Ему покорностью. Навыкайте «память Божию хранить неотходно». Я очень жалею, что вам приходится все такое претерпевать. Но иначе вам исхода нет. Терпите. Так хочет Господь во спасение ваше любя вас».

Некоторые святые и духовные учителя даже давали советы специально находиться там, где человек может получить повод ко гневу и раздражению.

Иоанн Лествичник (Лествица, сл. 8): «Если кто замечает, что он легко побеждается возношением и вспыльчивостью, лукавством и лицемерием, и захочет извлечь против них обоюдоострый меч кротости и незлобия: тот пусть вступит, как бы в пратву спасения, в общежитие братий, и притом самых суровых, если не хочет совершенно избавиться от сих страстей; чтобы там, подвергаемый досаждениям, унижениям и потрясениям от братий и умственно, а иногда и чувственно ударяемый, или угнетаемый, удручаемый и ногами попираемый, он мог очистить ризу души своей от ее скверны. А что поношение есть в самом деле омовение душевных страстей, в том да уверит тебя обыкновенная в народе пословица; известно, что некоторые люди в мире, осыпавши кого-нибудь ругательными словами в лице, говорят: „я такого-то хорошо омыл”. И это истинно».

Нравственное Богословие (Грехи против 9-ой заповеди, грех: нетерпение обличающей правды): «Умные-то люди так и смотрят на правду, которая высказывается пред ними относительно их самих или ближайших к ним лиц. Умный человек готов даже

рассердить другого с тем, чтобы последний в гневе своем упрекнул его слабыми сторонами. А некоторые из святых даже давали деньги, чтоб укорил их кто и чтобы могли они приучить себя к терпению (по словам Великого Варсануфия). Они выслушивали самые колкие укоризны с лицом светлым и ласковым. Так и апостол Петр благодушно выслушал обличение Павла (Галл.2,11).

Иоанн Лествичник (Лествица, сл 8): «Как твердый и остроугольный камень, сталкиваясь и соударяясь с другими камнями, лишается всей своей угловатости, неровности и шероховатости, и делается кругловидным: так и человек вспыльчивый и упорный, обращаясь с другими грубыми людьми, получает одно из двух: или терпением исцеляет язву свою, или отступает, и таким образом очевидно познает свою немощь, которая, как в зеркале, явится ему в малодушном его бегстве».

Вот примеры действия такого совета.

Николай Сербский (Письма, п.21): «Говоришь, что соседи тебя не любят. Любое твое доброе дело они высмеивают и толкуют превратно. Осыпают тебя издевками, где бы ты ни появился. И ты с огорчением спрашиваешь: "За что? Почему и до каких пор это будет продолжаться?" Да потому, что они не познали истины, не ищут ее, не желают ее. Они рабы лжи, ложных мыслей, ложных чувств, дурных привычек. Господь сказал: вы познаете истину, и истина вас освободит. Это относится и к соседям твоим. Если бы они познали истину, они бы радовались твоей добродетели, как своей. Если бы они не были рабами того, кого Спаситель назвал отцом лжи, они имели бы в себе божественную свободу, чтобы видеть правду, судить праведно и радоваться всякому доброму человеку. Однако эти святые слова Господа о познании истины как об условии свободы относятся и к тебе. Если ты познаешь истину еще глубже, чем знаешь сейчас, ты не станешь обращать внимания на тех, кто тебя ненавидит, ругает, высмеивает и даже оскорбляет. В древности у одного мудреца среди других учеников был один богатый и гордый юноша, который из-за любого бранного слова готов был драться насмерть. Чтобы излечить его от гордости и высокомерия, мудрец наложил на него такую епитимию: велел ему ходить по свету три года и просить людей ругать его, а каждому, кто пожелал бы его обругать, платил бы. Юноша покорился приказу учителя и отправился в путь. Так ходил он и платил всякому, кто согласился бы его обругать. Когда прошло три года, он вернулся к учителю, но в воротах ему встретился сторож, рассерженный на кого-то другого, который набросился на него со страшной бранью. Наш путник, вместо того, чтобы обозлиться, весело рассмеялся. Удивленный сторож спросил, чему он смеется? А закаленный ученик ответил: "Три года я платил любому, кто меня хоть немного обругал, а ты меня обругал крепче всех остальных и совершенно бесплатно!" Когда мудрец увидел, что его ученик понял свою ошибку и исправился, он весьма обрадовался и похвалил его перед всеми».

Луг духовный (Иоанн Мосх, гл.206): «Один из отцов рассказывал нам о некоей знатной особе из сенаторского рода, которая отправилась на поклонение святым местам. Прибыв в Кессарию, она предпочла здесь остаться и проводить жизнь в уединении. «Дай мне девицу, - стала просить она епископа, - чтобы она воспитывала меня для иноческой жизни и научила страху Божию». Избрав смиренную девицу, епископ приставил к ней. Спустя немного времени он спросил ее: «Ну как девица, приставленная к тебе?». «Она прекрасного поведения, - отвечала знатная женщина, - только совершенно бесполезна для души моей, потому что представляет мне действовать по произволу. Она очень скромна, а мне нужно, чтобы бранили меня и не позволяли мне исполнять мои прихоти». Тогда епископ, избрав другую, крутого нрава, приставил к ней. Та то и дело говорила ей: «Дура богатая» или бранила ее другими подобными словами. Вскоре епископ опять спрашивал: «Какова девица?» - «Вот эта воистину приносит пользу душе моей». Таким-то образом она стяжала великую кротость».

Хотелось бы еще обратить внимание на то, что частой ошибкой при брани с гневом, как впрочем, и другими страстями, является то, что человеку удается несколько раз воспротивиться страсти и после этого он становится нерадивым и невнимательным к ее

новым проявлениям.

Исидор Пелусиот (Письма, ч.3, п.275): «Раз или два победив раздражительность и похотливость, эти самые мучительные из всех страстей, не давай себе покоя и не думай, что победил ты совершенно и стал свободным от всякой борьбы. Но и после самой великой победы бодрствуй и заботься о том, чтобы не утратили славы прежние победные памятники. Ибо многие, не говоря - трижды, но тысячекратно одержав победу, в последствии стали добычею врагов; и когда после многих победных торжеств их отводили в плен, представляли собой жалкое зрелище. Представив сие, некто из апостольского лика взывал, говоря: «блюдите себе, да не погубите, еже делаете, но да мзду совершенну воспримете» (2Ин.8). И Ап. Павел, воздвигший тысячи победных памятников над свойственной человеческой природе похотью, говорил: «умерщвляю тело мое и порабощаю, да не како, иным проповедуя, сам неключим буду» (1Кор.9:27). Ибо, как муж рассудительный, не без осмотрительности вступавший в подвиги, Ап. Павел знал и злоухищрения диавола, и восстание плоти. А именно, знал, что диавол поражениями еще более раздражается, он не вступает прямо в борьбу, в которой легко был бы препобежден. Но, надев личину дружбы, он многократно побеждавших запинаят и, обольстив их мыслью, что никогда не будут побеждены, расслабив же трудом, истощив их силы, потом уже ввергает их в бездну непотребства. ...Посему, кто столь несмыслен или кто столь неосмотрителен, что, видя духоносного мужа и после тьмократных побед готовым к битве, сам, победив раз или два, успокоится и отложит в сторону вооружение и заботливость? Кто подумает о себе, что он неодолим, а не будет, напротив того, еще более запасаться всем нужным для победы, не придавая значения тому, что уже не нужно побеждать, но признавая важным то, чтобы до конца не быть побежденным? Ибо имеющим у себя сокровище добродетелей гораздо более прилично бодрствовать, нежели не приобретшим ничего хорошего. У одних есть что стеречь, а у других нет. И не столько печалит неимение чего-либо, сколько лишение того, что было в руках».

Поэтому сопротивление страстям, в данном случае страсти гнева, должно быть постоянным, а не одна - две попытки, даже если при них и произошло противление гневу и раздражению. Борясь со вспышками гнева, необходимо хорошо понимать, что она отступает от постоянства внимания к ней и от сдерживании себя ради исполнения заповедей Христовых, потому что:

Авва Иосиф (Собеседования Иоанна Кассиана, гл. 27): «...таково свойство гнева, что, сдерживаемый, он ослабевает и утихает, а обнаруживаемый, более и более разгорается».

Нравственное Богословие (Грехи против 6-ой заповеди, грех – раздражительность и ярость, умаляющие дни): «Христианин! Как всякая страсть развивается от повторения, так и подавляется она устранением случаев противляться ей. ...Будем же избегать всех случаев и встреч к раздражению, будем отнимать пищу своего раздражительного характера, и он сам собой исчахнет».

Феофан Затворник (Письма, вып.3, п.489): «Вспышки одолевают. Учитесь не давать им ходу, а, как только покажутся, подавлять их. Вспылить будто ничего, но тут весь эгоизм, или грешный человек. Ваше намерение - все внимание и усилие обратить на погашение вспылчивости - потрудитесь привести в исполнение. ...Не смущайтесь неудачами, или непокорностью сердца, которое сейчас тихо, и тотчас вспылит. Ломайте себя, и Господа просите сломать. Взвзявшись работать над собою, уясните себе, что надо иметь в виду».

Также в сноске на гл.5 «О помыслах» Евагрия Понтийского говорится: «яростное начало души (или раздражительная сила) должна постоянно находиться в узде или быть связанным. Будучи освобожденным от этих пут, оно делается слишком «острым» («резким, пылким, стремительным»), а поэтому в некотором роде сродным «звериным помыслам бесов».

После того, как удалось сдержаться во гневе может тут же прийти и другая страсть – тщеславие. Впрочем, тщеславие приходит после борьбы со всеми страстями, но в данном случае мы говорим о гневе.

Общий совет в борьбе с раздражением и гневом заключается в том, что, необходимо понимать, что в твоём гневе не виновен другой человек, а только ты сам.

Феофан Затворник (Что есть духовная жизнь и как на нее настроиться, п.60): «Рассерчали, например, на горничную, и тем паче если наговорили ей острых слов, не слагайте вины на горничную. Пусть горничная сплеховала, но тут не о ней дело, а о том, зачем Вы рассерчали. Разве нельзя было без серчания поправить ошибку? Да хоть бы и нельзя было поправить, все вообще можно улаживать без серчания. Тут серчание проторглось, там осуждение, там завистничество, там тщеславие. На все это, конечно, были поводы совне. Но не поводы виноваты, а виноваты Вы, зачем допустили такие дурные чувства. И извольте, не прикрываясь, прямо винить себя пред Господом и просить прощения. Это делайте всякий раз, как, заметив дурноту, прогоните ее».

Также хотелось бы отметить, что, так как мы привыкли более всего раздражаться и гневаться на родных, то хорошо и учиться сдерживать свой гнев и искоренять его тоже посредством их.

Иоанн Златоуст (Т.9, бес.29): «...будем упражняться на домашних своих прежде искушения... Мы часто сердимся дома на детей; удержим здесь гнев, чтобы нам легко было обуздывать его пред друзьями. Если бы так мы упражнялись и во всем другом, то во время борьбы не подвергались бы осмеянию. Для других искусств и подвигов ныне есть и оружие, и упражнение, и старание; для добродетели же ничего. Земледелец не осмелится прикоснуться к винограду прежде, нежели хорошо научится земледелию; и кормчий не станет на корме, пока не сделается сведущим в этом деле; а мы, будучи совершенно неопытными, желаем получить первенство. Надлежало бы молчать, надлежало бы ни с кем не иметь общения ни делом, ни словом, пока не укротим зверя, находящегося в нас самих. Не свирепее ли всякого зверя нападают на нас гнев и вожделение? Не выходи на площадь с этими зверями, пока не наложишь хорошо узду на них, пока не укротишь их, пока не сделаешь ручными. Не видишь ли тех, которые водят укрощенных львов по площади, какую они получают прибыль и как им удивляются, что они в бессловесном животном произвели такую кротость? Но если бы внезапно этот зверь рассвирепел, то он разогнал бы всех, находящихся на площади, и сам водящий его подвергся бы опасности и сделался бы виновником гибели других. Так и ты наперед укроти льва, и потом води его с собою, не для того, чтобы собирать серебро, но чтобы получить прибыль, которой нет ничего равного. И действительно нет ничего равного кротости, которая приносит великую пользу и тем, кто имеет ее, и тем на кого она действует. Будем же достигать ее, чтобы, совершив надлежащим образом путь добродетели, нам сподобиться вечных благ, благодатию и человеколюбием Господа нашего Иисуса Христа, с Которым Отцу, со Святым Духом, слава, держава, честь, ныне и присно, и во веки веков».

Далее. Необходимо за все случившиеся вспышки за день приносить покаяние в течении дня и в вечерней молитве.

Феофан Затворник (Письма, п.114): «Как сделать это (избавиться от серчания и т.п.)? "Ищите и обрящете, просите и дастся вам". Первое: не давать ходу сим движениям, а как покажутся, так их посекать и подавлять, чтобы где зародились, там и оставались, не выходя наружу. Второе: после всякого обнаружения сил движений, кайтесь пред Господом и очищайте сердце. Третье: всякий такой случай обсуждайте и выводите для себя урок, как бы в следующий подобный раз избегать серчания. А паче всего, трудясь так, молитесь; ибо без Господа ничего тут не поделаете».

Феофан Затворник (Что есть духовная жизнь и как на нее настроиться, п.60): «Покаянием этим и сокрушением помиритесь с Господом и совестью и будете покойно опять воззреть ко Господу. А если не покаетесь, воззреть так не можете - это же будет для Вас тяжело и опасно. До вечера не оставляйте не очищенными покаянием таких

проторжений страстных, а тотчас очищайте их, как только прогоните именем Господа. Целый день и пройдет у Вас - все в покаянии, потому что проторжения эти вначале будут у Вас нередки. А вечером, пред тем как молиться, своим чередом опять пересмотрите все страстные проторжения, опять пожалейте о том с сокрушением и покайтесь. В сем дело повседневного покаяния. Вот Вам на это опять урок преподобного Исихия. «Ежедневные наши дела мы должны ежечасно взвешивать внимательно и сколько можно облегчать непременно тяжесть их вечером чрез покаяние, если хотим с помощью Иисуса преодолеть страсти. Надобно также смотреть, по воле ли Божией, пред Богом ли и для одного ли Бога совершаем все наши видимые дела, дабы чувства (страстные) не окрадывали вас, как неразумных» (124). Если будете действовать по прописанному с безжалостною к себе решительностию, скоро увидите плод: умиротворится сердце Ваше и воссияет в нем радость о Господе».

При этом можно вспоминать о том, что смерть приходит внезапно, и мы можем остаться с тьмою зла и ненависти в сердце, и за это пойдем в ад.

Иоанн Кассиан (Послание к Кастроу..., кн.8, гл. 31): «...особенно имея в виду непрочное состояния человеческого положения (т.е. неизвестность смерти), мы должны думать, что в каждый день можем переселиться из тела, и нам не доставят никакой пользы ни воздержание целомудрия, ни отречение от всех имуществ, ни презрения богатства, ни труды поста и бдение, когда нам Судия вселенной угрожает вечным наказанием за один гнев и ненависть».

Если человек будет постоянно исповедовать эту страсть, то со временем душа осознает, что это грех, и не будет относиться к раздражению и гневу так легко, как она относилась до этого.

Также раздражительность и гневливость лечится сокрушением и плачем об этом грехе –нелюбви к людям.

Симеон Новый Богослов (Слово 70): «И кто может слезить и плакать каждый день, - и оставаться гневливым, а не быть кротким и тихим? Ибо как пламя огненное погашается водою, так гнев душевный гаснет от плача и слез, а если кто долгое время пребудет в плаче, то раздражительность души приходит в совершенную неподвижность, - и душа тогда уже совсем не гневается».

Иоанн Лествичник (Лествица, сл.8): «Как вода, непрерывно возливаемая на огонь, угашает его совершенно, так и слезы истинного плача обыкновенно угашают всякий пламень гнева и сержания».

Николай Сербский (Молитвы на озере, 18): «Воистину, влага в очах гасит гнев в сердце».

Приведем пример такого плача.

Авва Дорофей (Душеполезные поучения, гл. Сказание о бл. отце Досифее): «Юноша сей (Досифей) был тих и искусен во всяком деле, которое исполнял: он служил в больнице больным и каждый был успокоен его служением, ибо он все делал тщательно. Если же случалось ему оскорбиться на кого-нибудь из больных и сказать что-либо с гневом; то он оставлял все, уходил в келарню (кладовую) и плакал. Когда же другие служители больницы входили утешать его, и он оставался неутешен; то они приходили к отцу Дорофею и говорили ему; “сделай милость, отче, пойди и узнай, что случилось с этим братом: он плачет, и мы не знаем, от чего.” Тогда авва Дорофей входил к нему и, найдя его сидящим на земле и плачущим, говорил ему: “что такое, Досифей, что с тобою? О чем ты плачешь?” Досифей отвечал: “прости меня, отче, я разгневался и худо говорил с братом моим.” Отец отвечал ему на это: “так-то, Досифей, ты гневаешься, и не стыдишься, что гневаешься и обижаешь брата своего? разве ты не знаешь, что он есть Христос, и что ты оскорбляешь Христа?” Досифей преклонял с плачем голову и ничего не отвечал. И когда авва Дорофей видел, что он уже довольно плакал, то говорил ему тихо: “Бог простит тебя. Встань, отныне положим начало (исправления себя); постараемся, и

Бог поможет.” Услышав это, Досифей тотчас же вставал и с радостью спешил к своему служению, как бы поистине от Бога получил прощение и извещение».

Следующее. С гневом необходимо бороться по степени его силы и действий, т.к. если не останавливать вспышку гнева на стадии раздражения, то она будет переходить на другие стадии: гнев со словом, ярость с делом и злопамятность с желанием мщения. Каждый человек сам знает, до какой стадии гнева он доходит и с чем ему надо бороться. Так одни раздражаются только внутренне и не показывают этого, другой кричит, а третий дерется.

Изречения старцев (Отчник Игнатия Брянчанинова): «Если кто возможет перенести зло настолько, чтоб оно не вошло в сердце: то страсть гнева не изобразится и на лице. Если же она у кого выразится на лице, тот да сохранится, чтоб не выразить ее языком. Кто выразит ее языком, тот по крайней мере да удержится, чтоб не выразить ее на деле, да потщится немедленно извергнуть из сердца».

(Ниже будут приведены советы по борьбе с различными проявлениями гнева) Но независимо от степени гнева, как только человек начинает осознавать, что он в страсти, тотчас надо начинать усиленно молиться. Например, как только заметил, что начинаешь раздражаться, необходимо молчать и повторять молитву: «Поспеши, Боже, избавить меня, поспеши, Господи, на помощь мне».

Авва Исаак (Собеседование Иоанна Кассиана, гл.10): «Этот стихок («Боже, в помощь мою вонми: Господи, помощи ми потщися» (Пс.69,2)) по достоинству выбран из всего состава Священного Писания. Ибо он объемлет все расположения, какие только могут относиться к природе человеческой, и прилично прилагается ко всякому состоянию и всем случаям; именно он заключает призывание Бога во всех опасностях, заключает смирение благочестивого исповедания, заключает постоянное бодрствование с заботливостью и страхом, содержит сознание своей слабости, чаяние услышания, надежду на настоящую и всегда присущую помощь. Ибо кто непрестанно призывает своего Покровителя, тот уверен, что Он всегда присущ. (Этот стих) содержит горячность любви и расположения, содержит усмотрение наветов, страх врагов, которыми видя себя окруженным днем и ночью сознается, что без помощи своего Защитника он не может избавиться от них. ...Беспокоит ли меня страсть гнева, сребролюбия, печали и принуждает меня нарушать предпринятую и любезную для меня кротость, то, чтобы возмущением гнева не увлечься в желчную раздражительность, с глубоким стенанием мне надобно взывать: «Боже, в помощь мою вонми: Господи, помощи ми потщися»».

Именно усиленно, т.к. энергия зла еще настолько велика в нас, что молитва без усилия не сможет остановить ее. Но со временем сила нашего духа, с помощью Божией, сможет сдерживать эту энергию. Приведем примеры, как Господь освобождал истинно желающих избавиться от страсти гнева.

Древний патерик (гл. 4): «Один брат, разгневавшись на другого, стал на молитву, прося, чтобы Бог дал ему долготерпение в отношении к брату, и чтобы искушение это прошло без вреда. И в то же время видит дым, исходящий из уст своих, - вместе с тем прошел его гнев».

Скитский патерик: «Один старец пришел к авве Ахиле и видит: авва изо рта своего выбрасывает кровь. Старец спросил его: «Отец, что это такое?». Ахила отвечал: «Это – слово брата, оскорбившего меня; я старался ничего не говорить ему; молил Бога, чтобы слово оскорбления было взято у меня. И слово в устах моих сделалось подобно крови. Я выплюнул его и стал спокоен, забыв оскорбление».

Хотелось бы еще раз заметить, если душа глубоко усвоит все вышперечисленные знания о пагубности этой страсти, то, тем самым, она получит семя Божией истины, которое, начав возрастать, заменит то старое терние, которое было у нас по причине неведения и нерадения о страстях. Также при усвоении знаний душа начнет испытывать мучение от греха.

Григорий Нисский (О блаженствах, сл.3): «Каждая страсть, когда возобладает нами, делается властелином поработленного и подобно завоевателю, заняв твердыню души, через самих подчинившихся ей, мучит подвластного, наши же помыслы употребляя в угождение себе. Так, раздражительность, гнев, боязнь, дерзость, состояние печали и удовольствия, ненависть, бесчеловечие, жестокость, зависть, памятозлобие, нечувствительность и все страсти, действующие против нас, составляют перечень мучителей и властителей, поработщающих душу властью своей, как пленника».

И только после того, как душа это ощутит, она возопиет ко Господу об освобождении от зла и если она будет постоянно бороться со своими вспышками гнева, то Он обязательно подаст нам освобождение от нее!

Феофан Затворник (Письма, вып.6, п.957): «Хочешь избавиться от гневливости, - трудись над сим, и Бог, видя твое усердие, - даст тебе безгневие. Человек сам собою ничего не созиждет в себе доброго, если не придет благодать; и благодать не дает ничего человеку, если человек сам не трудится. Заучите сей пунктик».

Иоанн Златоуст (т.2, беседа 20): «Ни одна, ни одна из заповедей Божиих не будет трудна, если мы будем внимательны: это видно из примера тех, которые уже исправились. Сколь многие увлекались привычкою к клятвам и считали ее неисправимую? Однако, по милости Божией, как употребили вы несколько старания, то большую часть этого порока смыли с себя. Поэтому прошу отбросить и остальное, и сделаться учителями для других. А тем, которые еще не исправились, но указывают нам на долгое время, в которое они прежде клялись, и говорят, что невозможно в краткое время вырвать укоренившееся в течение многих лет, - скажу вот что: где должно исполнить какое-либо повеление Божие, там требуется не время, не множество дней, не продолжительность лет, но только страх (Божий) и душа, исполненная благоговения: тогда мы, несомненно, успеем и в краткое время!»

Обращаем ваше внимание на то, сколько есть много способов удерживать гнев, и, к сожалению, мы ими не пользуемся.

А теперь перейдем к вопросу о том, как следует сопротивляться различным степеням вспышки гнева.

О необходимости прекращения ссор и о примирении

Итак, начнем приводить советы о борьбе с разными степенями вспышки гнева. Во-первых, если кто-либо из нас сейчас находится в ссоре с ближним после своих вспышек гнева или вспышек ближнего, то этот вид борьбы для него является первым. Если после ссоры мы не примиряемся, то вспышка гнева переходит в другие виды страсти гнева: злобу, ненависть, злопамятство и обдуманную месть. Именно поэтому Апостол Павел дает заповедь: «Солнце да не зайдет во гнев вашем» (Еф.4,28). Приведем толкования на это место Писания.

Феофан Затворник (Толк. на посл. Ефесенам 4,26): «Как же только сознана оплошность, надо спешить исправить дело братским примирением. ...Случилась вспышка и размолвка, спешит опять все поставить в прежний лад примирением. Примирение может восстановиться тотчас же, но могут привзойти моменты, отдаляющие его. Всяко начини тотчас; Бог поможет, и сладитесь. Тут много значат внешние соприкосновенности, личные характеры, прежние отношения. Но ничто из этого не может оправдать и узаконить продления серчания и разлада. ...Мало ли, впрочем, может быть обстоятельств, которые помешают исполнить это в тот же день, и солнце зайдет прежде примирения? Но Апостол и не пишет о примирении, а о взаимном друг на друга серчании. Перелом серчания есть внутреннее дело. Его можно устроить в один момент, а примирение требует времени. Он хочет, чтоб внутри гнев был подавлен тотчас, и движение к примирению начато в то же время, — а по крайней мере, до захода солнца. Может быть, слова Апостола можно и не понимать буквально. Всяко, однако ж, как замечают, есть опасность, что ночью, на

свободе, малое неудовольствие может раздуться в пламень и сделать разлад непримиримым. О сне в отношении к телу говорят, что он закрепляет в теле новые элементы, принятые днем в пищу. То же можно сказать о нем и в отношении к душе, — что он закрепляет в ней движения и мысли, какие лелеяла и набрала она днем. И гнев может в ней закрепнуть. Потому и надобно разорить его до сна, чтоб он не закрепился и не превратился в непримиримую вражду. Приводим рассуждение об этом святого Златоуста. «Хорошо не гневаться; но если кто впадет в эту страсть, то, по крайней мере, не на долгое время: «солнце да не зайдет во гневашем». Ты не можешь удержаться от гнева? — Гневайся час, два, три: но да не зайдет солнце, оставив нас врагами. Оно по благодати Господа взошло, да не зайдет же, сиявши на недостойных. Ибо если Господь послал его по многой Своей благодати и Сам оставил тебе согрешения, а ты не оставляешь их своему ближнему, то размысли, какое в этом зло? Притом от него может происходить и другое зло. Блаженный Павел опасается, чтобы ночь, захвативши в уединении человека, потерпевшего обиду и еще пламенеющего гневом, не разожгла сего огня еще более. Днем, пока еще многое раздражает тебя, тебе позволительно дать в себе место гневу, но, когда наступает вечер, примиришься и погаси возникшее зло. Если ночь застанет тебя во гневашем, то следующего дня уже не довольно будет для погашения зла, которое может возрасти в тебе в продолжение сей ночи. Если даже большую часть его ты и уничтожишь, то не в состоянии будешь уничтожить всего, и в следующую ночь дашь возможность более усилиться оставшемуся злу. Как солнце, если дневной теплоты его недовольно бывает для осушения и очищения воздуха, наполнившегося облаками и испарениями в продолжение ночи, дает этим повод быть грозе, когда ночь, захвативши остаток этих паров, прибавляет к ним еще новые испарения: так точно бывает и в гневашем».

Иоанн Кассиан (Послание к Кабору..., кн.8,гл.9): «(Старцы) не дозволяют ему (гневу) проникать в наши сердца даже ни на минуту, всячески соблюдая заповедь Евангелия: «гневающийся на брата своего подлежит суду» (Мф.5,22). Но если бы позволительно было гневаться даже до заката солнца, то ярость могла бы увлечь до совершения мщения прежде, нежели солнце закатится. (Св. Златоуст слова апостола (Ефес.4,26) о закате солнца принимает буквально в том смысле, что тотчас, без промедления, надобно подавлять гнев, примириться с оскорбившим, до другого дня не должно продолжать гнев, чтобы не обратился в злопамятность; нужно немедленно гнев подавлять, а не значит, что гнев можно иметь только до заката солнца».

Иоанн Кассиан (Послание к Кабору..., кн.8, гл.10): «А что сказать о тех (чего не могу сказать без стыда), которых немирлолюбие не полагает предела уже и закат солнца, но на многие дни продолжая его и сохраняя в сердце злобу на тех, на которых раздражились, хотя на словах отвергают, что гневашются, а на самом деле из поступков открывается, что они сильно досаждают. Ибо не заводят с ними приличной речи, не говорят с обычною ласковостью и думают, что они в этом вовсе не погрешают, потому что не домогаются отмщения по своему раздражению; однако ж, поелику не имеют, или не могут явно выказать его и исполнить, а тайно питают его в сердце, то яд гнева обращают в свою погибель, когда горечь скорби не выгоняют из себя, а на время только затаивают».

Упаси нас, Господи, от такого! Поэтому будем стараться тотчас мириться друг с другом.

(О непростении и непримирении мы еще будем говорить позже, т.к. они проявляют себя в особой силе при злопамятстве и мести)

О необходимости не допускать рукоприкладства

Для того, кто при гневашем дерется, толкается, плюется и т.п., необходимо начинать борьбу с этого вида противления своей привычки. Конечно, все мы знаем, что необходимо останавливать себя при вспышках желаний ударить кого-либо, но, к сожалению, когда охвачены яростью, то все эти знания как бы исчезают. И для того, чтобы прекратить

драться, во-первых, будем чаще устрашать свою душу напоминанием о том, что ей придется ответить за все свои случаи рукоприкладства.

Мытарства Феодоры (Житие преп. Василия Нового и видения ученика его Григория): «...мытарство четырнадцатое – разбойничества. В нем испытывается все то, кто с гневом толкал кого-либо, или бил по щекам, по плечам и шее жезлом, или палкой, или каким-либо другим оружием».

Причем эти увещевания к себе должны быть, когда человек находится в относительно спокойном состоянии.

Во-вторых, будем напоминать душе, что гнев может привести к убийству.

Нравственное Богословие (Грехи против 6-ой заповеди, грех: побои другому, от которых произошла или могла произойти смерть): «Пусть здесь (при непреднамеренном убийстве) умысла о смертоубийстве отнюдь не было (иначе же те случаи не встречались бы в кругу самых кровных): но предвидеть опасные последствия была полная возможность. Стараются в настоящем случае оправдать поступок порывом, или взрывом душевным, когда сознание помрачается, разум и воля не могут свободно действовать. Но не виновен ли человек в том, что не принял надлежащих мер обуздать себя – избежать взрыва душевного (в гневе или негодовании), что, зная за собой этот недостаток, преждевременно и решительно не положил себе за правило держать себя, разгорячившись тем, как бы у него, точно у убогого, совсем не было рук? Ты, читатель наш, помня, что гнев и негодование стремятся к нападению, и сам связывай себе в душе руки в минуты горячности...».

В-третьих, поставим себе законом, чтобы первым никогда не начинать рукоприкладствовать.

Максим Исповедник (Первая сотница о любви): «Не бей никогда никого из братьев, особливо безвинно, дабы он, не снесши скорби, не удалился; и тогда ты никогда не убежишь от обличения совести, которое всегда будет причинять тебе печаль во время молитвы, и отгонять ум от дерзновения к Богу».

В четвертых, никогда не следует соблазнять человека своими действиями на то, чтобы он тебя ударил.

Авва Иосиф (Собеседования Иоанна Кассиана, гл.20): «Не неизвестен нам еще и другой род безрассудства, который скрывается в некоторых братиях под личиною притворного терпения, для которых мало того, чтобы произвести ссору, они еще подстрекательными словами раздражают, чтобы их ударили; когда получают легкий удар, то подставляют другую часть тела для удара, как будто этим совершеннее исполняют заповедь Евангелия: «аще тя кто ударит в десную твою ланиту, обрати ему и другую» (Мф.5, 39). Они вовсе не знают силы и намерения Священного Писания, потому что думают, что будто они упражняются в евангельском терпении по страсти гнева. Для совершенного пресечения этого запрещается не только взаимное мщение и вызывание на побои, но и повелевается гнев бьющего укрощать перенесением удвоенной обиды».

Но что делать, если все же человек не сдержался и начал бить кого-то? Во-первых, даже если нанес первый, второй удар, то еще есть возможность остановиться. Как правило, при рукоприкладстве человек еще может осознавать, что он делает, и поэтому, как только он осознает, что начал драться, необходимо тут же остановить свой последующий удар и уйти, например, в другую комнату. Остановиться можно благодаря мысли, которая может сильно поразить нашу душу, например: «Господь видит!» «Меня охватила ненависть» и т.п. причем это может быть не развернутая мысль, а только одно или два слова, но значение которых хорошо известны душе. После этого необходимо сразу же начать молиться, например, словами: «Господи, прости меня, грешного! Господи, удержи меня от этого зла!», причем обязательным условием является многократное повторение молитвы и лучше не говорить много слов, пока не почувствуется, что гнев отошел. Конечно, ни в коем случае нельзя поддаваться желанию опять пойти и что сказать или сделать ближнему. Такое пребывание на месте можно

образно назвать: «будь как связанный». Когда гнев по милости Божией утихнет, нужно не откладывая попросить прощения, примириться, и утешить того, кого ударил, и при последующих воспоминаниях об этой вспышке гнева, тут же каяться.

О том, как реагировать, когда тебя самого ударили или бьют других, мы будем говорить позже.

О необходимости учиться молчать при гневе

Как мы говорили выше, гневное слово может выражаться мысленно и вслух. Для тех, кто выражает его вслух, необходимо учиться молчать внешне, а для тех, кто уже не выражает раздражения внешним словом, но мысленно ропщет, укоряет и т.п., должны сдерживать мысли. Сейчас мы скажем о тех, кто возмущается громко и вслух, да еще и с оскорблениями, укорами, проклятиями и т.д.

Для того, кто при гневе повышает голос и кричит, конечно же, надо учиться контролировать силу своего голоса и говорить спокойно.

Феофан Затворник (Толков. на посл. Ефес.4,31): «Крик — это конь, имеющий своим всадником гнев. Смири коня, и победишь всадника. Пусть выслушают это с особым вниманием женщины, потому что они особенно любят кричать и шуметь во всяком деле. В одном только случае полезно говорить громко, это — в проповедовании и учении, а более нигде, ни даже в молитве. Если ты хочешь проверить наши слова на деле, то воздерживайся всегда от крика, и ты никогда не придешь в гнев. Вот способ укрощения гнева! Потому что, как невозможно не прийти в гнев тому, кто кричит, так невозможно разгневаться тому, кто удерживается от крика. Итак, если мы приучим себя воздерживаться от крика и брани, то это много поможет нам к укрощению гнева. Подави крик, и ты этим отнимешь крылья у своего гнева, подавишь волнение своего сердца. Ибо как невозможно, не поднимая рук, вступать в кулачный бой, так невозможно, не поднимая крика, предаться гневу. Свяжи руки у бойца и вели ему биться, он не в состоянии будет это делать: точно то же можно сказать и о гневе. Крик же может возбудить гнев даже и тогда, когда его нет».

Григорий Богослов (Творения, ч.4): «Великое приобретение, если сдерживаешь слово готовое разразиться, когда со вне ударяют в твое сердце. Укрощая слово, ты укрощаешь и волнение гнева; и хотя не без труда, однако укротишь его. Если не даешь свободы языку, когда он кичится и приходит в дикую ярость, но держишь его в узде, то отвратишь обиду. С покорением вождя покорится царь страстей, и ты отдохнешь от мучительного треволнения».

Итак, есть люди, которые могут кричать, а могут и не кричать при гневе, но и те и другие в мыслях или вслух употребляют одни и те же слова и выражения. К ним относятся оскорбления и злоречие. К сожалению, некоторые из нас не придают особого значения злословию и считают это небольшим прегрешением. Но святые говорят:

Синклитикия (Житие и наставления): «...часто блуд, убийство, корыстолюбие - эти большие страсти - излечиваются спасительным лекарством покаяния, но гордость, памятозлобие и злословие, кажущиеся малыми, убивают душу, вонзаясь, как шипы, в самые уязвимые части души. И убивают они душу не тем, что причиняют большие раны, а тем, что люди, по нерадению пренебрегающие злословием и другими подобными страстями, как ничего не значащими малыми погрешностями, не заботятся о том, чтобы от них избавиться, и мало-помалу ими снедаются».

Феофан Затворник (Послание к колосянам, 3,8): ««От уст ваших» отложите хуление и срамословие. То и другое «оскверняет уста, созданные для того, чтобы славословить Бога» (Экумений). Уста ваши «освящены приобщением тела Господня. Потому крайне неуместно вам осквернять злоречием и сквернословием сии уста, приемлющие Христа Господа»».

Иоанн Златоуст (т.9,ч.1, бес. 39): «В том и благородство, в том и свобода, чтобы никому не говорить ничего унижительного, хотя бы иной и был достоин того».

Григорий Палама (Беседа, говорящая о том, что после пришествия Господня во плоти, как награда увеличилась для праведно живущих...): «Итак, братие, всякое раздражение и злоба и гнев и крики и поношения да будут далеки от вас, вместе со всяким злом: если с гневом назвавший кого-нибудь "уродом", признан достойным такого (великого) осуждения, то что сказать относительно иных поношений и злословий, которые произносим, побеждаемые гневом? Поэтому постараемся, братие, сдержать этого страшного зверя - гнев, и обуздаем свой язык: потому что, когда мы даем им свободу, не так вредим тем, которых невидим, как причиняем вред самим себе. Итак, если кто, движимый гневом, произносит это запрещенное слово, называя "уродом" того, кого, на основании (общего с ним) благочестия, было принято считать за брата, пусть устрашится Владычного приговора и не до такой степени дает волю гневу; если же он делает это даже и без гнева, пусть все-таки и таким образом не употребляет таких безответственных слов. Потому что говорится: "Всяко слово гнило да не исходит из уст ваших, но точию еже есть благо к созданию веры, да дает благодать слышашим" (Еф.4:29); "блуд же и всяка нечистота и лихоимство (любостяжание) ниже да именуется в вас, якоже подобает святым; и сквернословие, и буетловие (пустословие) или кощунуны (смехотворство), яже неподобная" (что - неприличны вам) (Еф.5:3)».

Но нам, гневающимся, свойственно не только явное злословие, но и ропот, укоры других, оправдания себя и лукавства. И если оскорбления произносят не все люди, то ропот, укоры, осуждение и самооправдания свойственны практически всем. Далее приведем несколько поучений о том, что необходимо бороться с пагубной привычкой обвинять других и оправдывать себя.

Феофан Затворник (Толков. на посл. Титу, 3,2): «Хотя худо кто поступает, не злословь его и не укоряй» (блаженный Феофилакт). «Михаил Архангел, егда с диаволом препираясь, глаголаше о Моисееве телеси, не смеяше суда навести хульна, но рече: да запретит тебе Господь» (ср: Иуд.1,9) Если Михаил не смел навести «хульна словесе» на диавола, достойнейшего всякого хуления, не тем ли паче мы должны соблюдать себя чистыми от злословия? Заслуживал диавол хуления; но слово хульное не должно было исходить из уст Архангела» (блаженный Иероним). «Послушаемся сего внушения. Уста наши должны быть чисты от укоризн; ибо хотя бы и справедливы были наши укоризны, но не наше дело высказывать их; исследовать — дело судии; «ты же почто осуждаеши брата твоего?» (Рим.14,10). К тому же, если ты укоряешь других, то скоро и сам подвергнешься тому же. Посему блаженный Павел и предлагает такое увещание: «темже мняйся стояти, да блюдется, да не падет» (1Кор.10,12)» (святой Златоуст). Ничто так не расстраивает добрых отношений общежития, как худые друг о друге речи. Напротив, ничто так не скрепляет содружества, как добрые речи, особенно когда бы речи худые были заслужены. Закон общежития основной — не пускать в ход злых речей и доходящие отынуды пресекать. Поток злых речей есть яд, разъедающий союз доброго сожительства».

Тихон Задонский (т.5, Совет (как в монастыре жить)): «Берегись, чтобы его никак: ни словом, ни делом — не оскорбить. Когда будет журить за что, молчанием и поклоном и признанием вины своей отвечай. Это от тебя чести твоей не отнимет, ибо лучше всегда себя признавать виновным, нежели себя оправдать. Бог только тех оправдает, которые себя грешниками признают, а тех, которые сами себя оправдывают, со своей правдой оставляет. Итак, если будем себя признавать виновными и грешными, тогда Бог благодатью Своей оправдает нас во Христе Иисусе. Хотя и бывает, что пред людьми мы невиновны, но пред Богом всегда виновными оказываемся. Итак, лучше себя всегда и везде виновными признавать. Такое смиренное признание делает человека Богу и людям любезным».

Следует заметить, что иногда бывает так, что мы и начинаем укорять себя, но быстро опять возвращаемся к обвинению других и оправданию себя.

Амвросий Оптинский (Собрание писем к монашествующим, п.103): «...в прежних же письмах писала ты в начале как будто сознание и самоукорение, а под конец опять самооправдание и обвинение других, с недовольством. - Будем лучше всегда держаться самоукорения - это верный и безопасный путь».

Наравне с недовольством ошибками и прегрешениями других людей, у нас часто бывает недовольство словами или действиями другого человека, которые малозначимы и обыденны. Обычно при таком обыденном недовольстве человек, выражая свое недовольство, лукавит. Бывают случаи, когда лукавая, человек другому говорит правду, а себя обманывает. Например: мать просит дочь пойти на рынок и при этом говорит, что следует купить. Дочь не имеет желаний идти, т.к. у нее были свои планы, все же соглашается, и, взяв определенную сумму денег и, уже обувшись, собирается выходить из дома. Но тут мать вспоминает, что нужно купить еще что-то и говорит об этом. Но дочери не нравится, что ее еще больше обременяют просьбой, и ее первое сдержанное недовольство уже не сдерживается и она, раздражаясь, говорит: «я уже обулась, и не буду разуваться, чтобы пойти взять деньги» и выходит из дома. Такое недовольство является лукавством, т.к. человек приводит совершенно абсурдный довод своего нежелания, потому что деньги могла подать и мать, да и сама дочь могла разуться и взять их. Но вместо этого душа придумала повод, как ей кажется достаточно весомый, чтобы не исполнить всей просьбы ближнего. На самом деле это ее самолюбие, своеволие, самоугодие не довольны просьбой другого человека, а полностью отказать ближнему она не может. Вот если бы это было что-то нужно самому человеку, то он бы и разулся и даже вернулся, если уже вышел из дома, т.к. свои желания для души очень важны, а желания ближнего – нет. Этот пример хорошо показывает, как можно выразить раздражение не крича, а только с недовольством, и на первый взгляд такое недовольство не является сильным грехом. Но если посмотреть, что побуждало человека раздражиться (а это – самоугодие, своеволие, пренебрежение нуждами других людей, лукавство и т.д.), то понятно, что оно уже не будет выглядеть, как небольшое прегрешение, а раскроет страшные пороки нашего внутреннего человека. Поэтому необходимо запомнить, что при общении, особенно с близкими людьми, мы зачастую лукавим, когда недовольны их советами, просьбами и т.п., и это лукавство можно хорошо увидеть в наших пререканиях с близкими, происходящими без крика. И если мы хотим избавиться от лукавства, то надо научиться исполнять волю ближнего, а не свою, и при чем делать это не с недовольством, а с радостью и спокойствием.

Далее приведем несколько примеров различных ситуаций, и как следует при них поступать. Если мы сказали что-то плохое, и человек обратил на это внимание, и это его оскорбило, то необходимо, тут же без, замедления просить прощение до тех пор, пока человек не успокоится и простит. Если же человек не обратил внимания на наши злобные слова, то лучше не акцентировать на этом внимания и тут же тайно покаяться.

Варсануфий Великий (Руководство к духовной жизни, вопрос 297): «Если скажу кому-нибудь колкое слово, а он не поймет его: должен ли я покаяться перед ним, или промолчать и не давать ему мысли о том? Ответ: если брат не поймет, что ты сказал ему колкость, молчи и не смущай его; но постарайся покаяться в том перед Богом».

Что делать, если при раздражении и гневе чувствуешь сильное желание ответить что-либо ближнему, да еще и осознаешь, что скажешь неправду?

Варсануфий Великий (Руководство к духовной жизни, вопрос 293): «Когда вижу, что помысл побуждает меня сказать не для пользы брата, но для того, чтобы оклеветать его: сказать ли мне, или промолчать? Ответ: Вразуми свой помысл сказать по Богу, а не по страсти. Если же побеждаешься желанием оговорить (брата), скажи авве, исповедуя ему клевету свою, чтобы обоим вам получить исцеление: брату от греха, а тебе от клеветы».

Бывает и так, что человек, сдерживая гнев, старается разыграть любовь. Вот что об этом говорит святой подвижник:

Варсануфий Великий (Руководство к духовной жизни, вопрос 498): «Когда я говорю брату, то часто с гневом произношу слова; а стараясь сказать как бы с любовью, тотчас чувствую скверное услаждение и движение в теле, так что без сего не могу взглянуть на лицо братнее, - что мне делать, Отец мой? Ответ: Говорить брату с гневом или с любовью при (страстном) движении тела - и то и другое есть смерть. Итак, отвергнув и первое и последнее, говори брату твоему, как говоришь обыкновенно, и поможет тебе Бог».

Но вернемся к вопросу о развитии и сопротивлении гневу. Как только почувствовал, что началось эмоциональное движение и появились соответствующие мысли недовольства и осуждения, и ты готов уже их высказать, то необходимо успеть сказать себе типа: «молчи» или «ответь спокойно», или «опять у меня начинается гнев». Таким образом ум дает трезвую оценку себя и своих действий. Но, как мы знаем, сам человек не может справиться с грехом без помощи Божией и поэтому нужно тут же начать молиться, например: «Господи, прости и удержи меня от гнева!»

Григорий Богослов («На гневливость»): «Как скоро покажется только дым того, что разжигает твои мысли, то, прежде чем возгорится огонь и раздуется пламень, едва почувствуешь в себе движение духа, привергнись немедленно к Богу и, помыслив, что Он — твой Покровитель и Свидетель твоих движений, стыдом и страхом сдерживай стремительность недуга, пока болезнь внимает еще увещаниям. Воззови тотчас словами учеников: «Наставник, меня окружает страшное волнение, отряси сон!» (Лк. 8, 23, 24). И ты отразишь от себя раздражительность, пока владеешь еще рассудком и мыслями, ибо их прежде всего подавит в тебе эта болезнь; пока она, как не терпящий узды конь, не перегрызла удила и не помчалась быстро, оставляя за собою дорогу, холмы и овраги, и гневливостью омрачив путеводные очи. Разуму легче управить тем, кто не выступил из подчинения, нежели удержать насилем того, кто восхитил над ним власть. Такой, разгорячая сам себя, не остановится, пока не низринет всадника с высоты рассудка».

Заметим еще раз, что именно этим деланием христианин отличается от мирского человека, который пытается сдерживать свои эмоции по правилам этикета и для того чтобы достойно выглядеть в глазах других людей и для этого использует различные методики, которые преподают различные школы по психологии, и которые называются по типу: «Искусство владения собой». Христианин же сдерживается по причине осознания, что он грешит в этот момент, и его сопротивление является сопротивлением врагу и греху, и для этого ему нужна помощь Божия.

Если же случилось так, что вышеописанный момент пропущен по причине увлечения гневным порывом и неимением навыка замечать в себе этапы развития гнева, то следует остановиться, как только заметил, что раздраженно говоришь или кричишь. И в этот момент необходимо так же говорить себе: «молчи», «Господь видит, как ты кричишь», «на Суде ответишь!», «Господи, прости и помоги!»

Нравственное Богословие (там же): «В минуты гнева ... полезно представлять себе всевидящего Владыку небесного, представлять, что Он сам велит нам помолчать».

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «Когда сердце твое возмутится духом от страсти какой-либо и ты лишишься покоя, исполнишься смущения и с языка твоего будут слетать слова недовольства и вражды к ближним, не медли оставаться в этом пагубном для тебя состоянии, но тотчас преклони колена и исповедуй пред Духом Святым согрешение твое, сказав от всего сердца: оскорбил я Тебя, Душе Святой, духом страсти моей, духом злобы и непокорства Тебе; и потом от всего сердца, с чувством вездиприсутствия Духа Божия, прочитай молитву к Духу Святому: "Царю Небесный, Утешителю, Душе истины, иже везде Сый и вся исполняй, Сокровище благих и жизни Подателю, прииди и вселися в мя и очисти мя от всякия скверны, и спаси, Блаже, душу мою страстную и любосластную" - и сердце твое исполнится смирения, мира и умиления. Помни, что всяким грехом, всякою страстью и пристрастием к чему-либо земному, всяким неудовольствием и враждою на ближнего из-за чего-либо плотского оскорбляется

Всесвятый Дух, Дух мира, любви, Дух, влекущий нас от земного к горнему, от видимого к невидимому, от тленного к нетленному, от временного к вечному, - от греха - к святине, от порока к добродетели. О, Всесвятый Душе! Управителю наш, Воспитателю наш, Утешителю наш! Сохраняй нас державою Твоею, Отчая Святыня! Душе Отца нашего Небесного, насади в нас, воспитай в нас Дух Отчий, да будем истинные Его чада во Христе Иисусе Господе нашем».

При этом можно поступать следующим образом:

Нравственное Богословие (грехи против 2-ой заповеди, грех – сердитость, гневливость): «Вот средства против этой страсти: замкнутость уст (принуждение себя ничего не говорить; смолчать) в первую минуту вспышки гневом; если возможно, тотчас уйти оттуда или затвориться там, где начинается раздражение свое или иного человека; в отношении к другому, который сильно разгорячился, хорошо ответить улыбкой и как либо шуточно, чтоб шуткою-то отойти от него; предоставление последующим минутам нужного разговора по тому делу, от которого обе стороны в раздражении, так как зло не родит добра; в случае своей вины пред другим слово ему: «прости» (хорошо и поклон); крестное знамение (вдруг перекреститься), раздражившись сильно; обращение к пеню духовному (запеть что либо про себя); мысль о «ланите» обидящему (Мф.5,39); молитва за обидящего, хоть бы раз,—относительно же себя продолжительное моление о безгневии или незлобии, например, и к преп. Ефрему Сирину, Тихону Задонскому; поставление себя на несколько времени, а чем дольше, тем лучше, в такое положение, чтоб не было поводов рассердиться и чтоб таким образом отвыкнуть на сколько-нибудь от сердитости-раздражения и привыкнуть к тихости духа».

Феофан Затворник (Письма. вып.2, п. 313): «Милость Божия буди с вами! Очень сожалею, что у вас там кое-что не клеится. Но ведь это обычное течение дел человеческих. Взвзявшись благоугождать Богу надо, во-первых, все принимать спокойно и терпеть благодушно; а во-вторых - уметь держать себя при сем и действовать. Первое - легко. Стиснул зубы, и молчи; а второе - очень трудно, особенно потому, что беспокойный дух тотчас наружу лезет, и чрез слова, и чрез дела, и чрез движение, и чрез мину; это обстоятельство все и портит, как сами видите. Но имеете опыты, извольте учиться. Наука проста, но трудно заучиваема. Именно в случаях неприятных, породивших неприятные против других чувства, не следует ни говорить, ни действовать. Надо наперед успокоиться и совершенно исторгнуть из сердца неприятность, чтобы и следа ее не было. Больше ничего не требуется. Тогда и речь и дело пойдет ладно. Можно тогда и сурово и строго говорить, даже бранчиво, и речь не произведет худого действия; ибо дух в ней будет не раздражительный, а мирный и любовный. Извольте теперь из того случая взять себе урок. Сядьте и осмотрите, что бы следовало вам подумать, чтоб изгладить неприятное чувство, и вперед по сему действуйте».

Итак, после того как человек успокоится, он должен попросить прощение за свой гнев и начать разговаривать, как обычно. Выяснять о несогласиях лучше, когда все успокоилось и после того как помолился Господу простить свой гнев и попросил прощение у того человека с кем ругался.

Также если все-таки не сдержался и наговорил во гневе, то необходимо позже каким-либо образом наказывать себя, т.е. накладывать определенную епитимию, как например: дополнительное чтение вечером покаянного канона или делание поклоном и т.п. Тем, кто живет в монастыре, отцы вообще советовали нетяжелое телесное наказание.

Феофан Затворник (Письма, вып.5, п.833): «Когда...не уймется гнев, и придется наговорить глупостей и неправостей, найдите веревку – толстенькую – и идите к сестре. Положив ей поклон земной, скажите: «Добрая сестрица, сослужи мне службу, вот этую веревкою отдуй меня хорошенько». Можете меру назначить – пять, десять ударов, только б чувствительно было. Делайте так после каждой вспышки гнева».

Феофан Затворник (Письма, вып.3,п.489): «За дурное наказывать себя поклонами хорошо. Сколькими? Смотри по делу, двумя, пятью, десятью. Только со страхом и верою, да чтобы никто не видал».

Вот такие советы дают отцы, чтобы не выразить гнев внешним словом, и дай нам, Господи, запомнить их и пользоваться ими!

Еще раз скажем, что все эти способы борьбы возможны в начале зарождения гнева, когда человек какие-то мгновения еще может контролировать себя и у него появляется мысль или чувство, что надо сдержаться или замолчать. Но для того, кто никогда не пытался контролировать себя при гневe, конечно, это будет очень трудно, но возможно. Главное, необходимо постоянно пытаться это делать, а Господь, увидев наше старание, подаст нам силы и исцелит.

О том, как мы сами начинаем ссоры и о том, как мы реагируем на чей-либо гнев, мы еще будем подробно говорить в одной из следующих глав, а сейчас только повторим: необходимо стараться сопротивляться гневным вспышкам различными способами и в зависимости от своих склонностей к тому или другому проявлению гнева в действии. И если мы с усердием и постоянством начнем бороться со злоречием, то со временем приобретем внутренний покой и научимся бороться и с другими страстями.

Скитский патерик: «Авва Пимен говорил: «Если будешь молчалив, то найдешь покой везде, где бы ты ни жил».

Скитский патерик: «Авва Иперехий говорил: «Кто не удерживает языка своего во время гнева, тот не удержит и своих страстей»».

Скитский патерик: «Ни лично, ни заочно не злословь ближнего, не обзывай его словами, сколько ни есть нескромными, непристойными или бесчинными».

Ефрем Сириянин (Добротолубие, т.2, п.142): «Кто не уязвил языка своего злоречием, тот соблюл сердце свое и совесть свою не оскверненными. Кто не уловлен духом злоречия, тот истинно познал, что сам он человек плотяный, и соблюл себя не злопамятным. Кто не в сообществе с злоречивыми, тот водворится с Ангелами. Кто не отравил ушей и языка злоречием, тот исполнен врачеством любви. Кто не оскверняет уст своих злоречием, у того уста благоухают плодами Святаго Духа».

Если же мы не научимся этого делать, то тогда нам придется отвечать за эти грехи, проходя мытарства.

Мытарства Феодоры (Житие преп. Василия Нового и видения ученика его Григория): «Восходя дальше к небу, мы встретили мытарство двенадцатое – мытарство гнева. Счастлив человек, который, живя, не испытывал гнева. И вот старейший из злых духов, находившийся здесь и сидевший на престоле, исполненный ярости и гордости, с гневом приказал находившимся тут слугам своим мучить и истязать меня. Последние, как псы облизывались, начали поносить на меня. Они открывали не только то, какие слова я действительно с яростью и гневом когда-то произнесла или каким словом кому повредила, но и говорили и о том, как я когда-то с гневом посмотрела на своих детей, а в другой раз слишком строго наказала их. Они представили все очень живо, указав даже время, когда тот или иной грех был мною совершен, и тех людей, на которых я когда-то свой гнев изливала, повторили даже подлинные мои слова, которые я тогда произносила, и сказали, кто присутствовал при этом».

Если же и это напоминание о будущей нашей участи не устроит нас и не подвигнет бороться с привычкой гневно кричать, то горе нашим душам! Спаси нас, Господи, и не остави нас!

О борьбе с огорчением и недовольством

Теперь рассмотрим более подробно особенности борьбы с раздражением и смущением мыслей, которые сопровождают любое огорчение и недовольство. Напомним,

что раздражение – это степень гнева, при которой еще не произнесено внешнее слово, но уже появилось эмоциональное движение и определенные мысли. Но, прежде чем сказать об этом, отметим, что, во-первых, нам, невнимательным к себе людям, кажется, что невозможно остановиться на внутреннем раздражении и ничего не сказать мысленно или вслух. Это не так. Тот, кто привык трезвиться, или обращать внимание на свои мысли и эмоции, тот уже более или менее явно ощущает тот момент, когда он начинает раздражаться и когда появляются различные мысли недовольства, упреки, самооправдания, лукавство и т.п., а это означает, что человек уже идет по пути душевного воздержания.

Ефрем Сирин (ч.1, Слово о добродетелях и пороках): «Есть воздержание в раздражительности — владеть гневом и не вдруг воспламениться».

Как мы уже сказали, оно возможно благодаря вниманию за собой, или трезвению, которое некоторые отцы называют «стоянием у дверей сердца».

Феофан Затворник (Письма, вып.6, п.970): «Стойте у двери сердца, и как только заметите что-либо из худого прорвавшимся внутрь или подступающим, - гоните безжалостно, и избудете от греха. Способ к сему - внимание к себе, при внимании к Богу. Если будете так держать себя, избавитесь от грехов мысли и чувства».

Такое внимание не только останавливает раздражением, но и приводит к познанию себя, к покаянию и к сопротивлению страстям.

Симеон Новый Богослов (Слово 70): «...при встрече разных случайностей пусть наблюдает, что происходит в душе его, и чрез то определяет, какова она. Так, например, наблюдая, что бывает у него на душе, когда бранят его или бесчестят, или иным каким образом оказывают ему презрение, он верно познает, есть ли в нем смирение или нет. Ибо, кто имеет смирение, тот все скорбное переносит с радостью, и сердце его нимало не уязвляется ничем таким. Смирен и тот, кто хотя уязвляется немного этим, но не допускает себя до смущения, и за это малое чувство уязвления сердца оскорблением, то есть что опечалился немного, а не с радостью принял случившееся, осуждает себя и укоряет, и, вошедши в келью свою и себя самого рассуждая, сокрушается и плачет, и, припадая к Богу, исповедуется Ему как бы погубивший все труды свои».

(Об этом еще будет сказано подробнее в разделе «О гневе на себя»)

«Стояние у дверей» при раздражении означает замечание в себе движения эмоции, соответствующих огорчению и недовольству, и появление мысли недовольства кем-то или чем-то (об этом мы и будем говорить ниже).

Во-вторых, эта ступень борьбы бывает преимущественно у тех, которые прошли предыдущие, т.к. у них уже в определенной мере усмирилось рукоприкладство, внешний крик и открытое злоречие, и они могут уже более или менее владеть собой и понимать, что происходит. Поэтому мы приведем особенности этого вида брани для тех, кто уже по милости Божией обрел навык борьбы с яростью и гневом, вырывающимися наружу, и теперь борется с внутренним раздражением, не вырывающимся во вне. Надеемся, что и нам, грешным, впоследствии это пригодится.

Борьба с раздражением может начинаться на различных стадиях его развития. Во-первых, бывает случаи, когда человек сильно раздражен, при этом чувствует различной силы злой настрой и его мысли соответствуют этому настрою, но он не высказывается вслух (об этом подробно рассмотрено в разделе «О неправедном внешнем молчании в состоянии гнева»). Конечно, такое только внешнее сдерживание и внутреннее исполнение страсти не принесет нам чистоты и не оправдает нас пред Господом.

Иоанн Кассиан (Послание к Касторю..., кн.8, гл. 19): «Итак, если хотим получить ту высшую божественную награду, о которой говорится: «блаженны чистые сердцем, ибо они узрят Бога» (Матф.5,8); то не только в наших действиях надобно подавлять гнев, но с корнем должен быть извергнут он и из сокровенности души. Ибо немного пользы будет сдерживать пыл гнева в словах, не обнаруживая в деле, если Бог, пред Которым не скрыты тайны сердечные, увидит его в сокровенности нашего сердца. Ибо евангельское

учения заповедует пресекать более корни пороков, нежели плоды, которые, по истреблении корней, без сомнения, никак уже более не будут произрастать; а таким образом дух постоянно может пребывать в терпении и святости, когда гнев будет подавлен не только в наружных действиях и поступках, но и в сокровенности помышлений. И потому, чтобы не было сделано человекоубийство, подавляется гнев и ненависть, без которых никак не может быть допущен порок человекоубийства. Ибо «всякий, гневающийся на брата своего напрасно, подлежит суду» (Матф.5,22); и «всякий, ненавидящий брата своего, есть человекоубийца» (1Иоан.3,15), именно потому, что сердцем желает убить его. Люди не видят, чтобы кровь его пролита была рукою или мечем; а по страсти гнева он человекоубийцею почитается от Господа, Который не только за дела, но и за желания воли и намерения воздаст каждому или награду, или наказание, как Он сам говорит чрез пророка: «Аз дела их и помышления их вем, и гряду собрати вся народы...» (Ис.66,18). И апостол говорит: «мысли их то обвиняют, то оправдывают одна другую, в день, когда Бог будет судить тайные дела человеков» (Рим.2,15. 16)».

Во-вторых, после того, как человек почувствовал раздражение, он действительно старается сдерживаться, но гнев продолжает внутренне действовать в уме и в сердце. Это выражается в том, что человек продолжает испытывать негативные эмоции и возмущения, и в мыслях выговаривает противнику или оскорбление, или укор и т.п. При чем эти мысли повторяются и повторяются, хотя человек и старается их останавливать, но они прекращаются на секунды, но затем вновь все начинается заново. Такое действие помыслов является характерной чертой любого страстного помысла, который держит ум, волю и чувства в плену. Для того, чтобы усмирить появившуюся страсть необходимо усиленно молиться и звать Господа на помощь, как было сказано выше и также необходимо осознавать, что это мои страсти мучают меня, а другой человек их невольно затронул. Напомним, что такое понимание будет держать душу в осознании своей греховности и в стремлении призывать Спасителя.

В третьих, бывают случаи, что человек и раздражается, но ни видом, ни голосом не выказывает этого. К сожалению, зачастую это происходит от лукавства. Когда мы говорили о лукавстве выше, то приводили пример, в котором человек ближнему говорит правду, а сам обманывается, а сейчас будет пример лукавства, в котором происходит обман другого человека, но сам ты понимаешь, что врешь, и при этом тебе может казаться, что ты не согрешаешь, а более того, сохраняешь мир с человеком, которого ты не любишь. Например: один из родственников предлагает мне помощь в каком-либо деле, но я об этом не просил. Я же не хочу, чтобы он мне помогал и тем более чтобы приезжал ко мне, т.к. я не очень люблю общаться с ним и он меня раздражает. Но сказать об этом прямо я ему не могу, и как только он предлагает помощь, я испытываю недовольство и тут же придумываю причину, почему я не нуждаюсь в его помощи. Это могут быть следующие доводы: «да это не так тяжело, и я сам справлюсь», или «я попросил уже соседа и он мне поможет». На самом деле это все неправда, а я просто лукавлю, т.к. недоволен его предложением по неприязни к нему и хочу это скрыть. И вместо того, чтобы бороться со своим злопамятством и неприязненными с чувствами к родственнику, человек выбирает путь лжи.

Такое лукавство в корне отличается от одного из видов борьбы с раздражением, которое заключается в следующем: Как только появляется негативное эмоциональное движение на слова и действия другого человека и появляются мысли-недовольства и мысли-осуждения, то нужно не только их не произнести вслух, но и сказать противоположное им, причем с дружеской или нейтральной интонацией, а не с враждебной. Например, после того, как тебя укорили в том, что ты что-то не сделал, появляются мысли типа: «тебе все не так» (это типичная мысль укора и осуждения), или «я и так кручусь как белка» (это типичная мысль самооправдания и саможелания) или другие мысли, то заметив их, нужно произнести в духе христианских добродетелей: «прости, я забыл» «прости, я не смог сделать». В примере, приведенном выше, когда

появились мысли типа: «зачем ты тут нужен!» или «не надо!», необходимо произнести следующее: «если тебе не трудно, то я буду благодарен». Да, в начале эти слова мы произносим не искренне и с усилием. Но благодаря этому, хотя зло и появилось в мыслях и чувствах по нашему злому навыку именно так реагировать, но тем, что мы осознали, что так нельзя говорить, внешним словом зло не вышло. И после этого обязательно нужно обратиться к Господу с обличением себя в нелюбви к ближним, в лукавстве и т.д., и попросить прощения. И если так делать постоянно, то со временем злой навык потеряет свою силу, и у человека будут появляться уже сами собою новые мысли и чувства, соответствующие христианским добродетелям. Это происходит благодаря тому, что Господь видя даже такие малые сопротивления души, покрывает Своей Благодатью и сердце наполняется правильными добродетельными мыслями и словами, соответствующими заповедям Божиим. А пока их у нас нет, то будем с усилием говорить себе правильные мысли и увещевать свою душу замечать и бороться со своими злыми приобретенными навыками.

Есть еще один способ борьбы с раздражением – это псалмопение.

Авва Евагрий (Главы о деятельной жизни к Анатолию): «Гнев волнующийся утишают – псалмопение... Псалмы же и пения, и песни духовные всегда привлекают ум к памяти о добродетелях, охлаждая при том жар гнева и погашая похоть».

Почему же именно псалмопение может успокоить раздражение? Во-первых, потому что

Григорий Нисский (О надписании псалмов, кн.1, гл.3): «...музыка ... согласна с нашим естеством; то посему великий Давид к любомудрому учению о добродетелях присоединил и сладкопение, в высокие догматы влив, как бы некую сладость меда, при помощи которой естество наше некоторым образом изучает и врачует само себя».

То есть наша внутренняя горечь, происходящая от раздражения, врачуетса сладостью псалмов.

Во-вторых, само по себе псалмопение есть плач и печаль по Богу.

Антоний Великий (Доброт, гл.6, ст.42): «Само псалмопение есть плач...»

Ефрем Сирий (Слово о псалме): «(Псалом) производит печаль по Богу. Псалом и из каменного сердца вызывает слезы».

Плач же и слезы относятся к ослабляющим (или астеническим) эмоциям, а значит при раздражении подавляют возбуждение.

А теперь рассмотрим вопрос о том, что же означает наше раздражение. Выше уже было сказано, что раздражение появляется и возрастает при огорчении и недовольстве чем-либо или кем-либо. В любом случае, когда бы мы не раздражались, мы всегда защищаем свою волю, которая может и благой и страстной. К сожалению, у нас, грешных, наша воля почти всегда страстна и это мы ясно увидели в разделе «О причинах гнева». Но напомним еще раз:

Авва Исаия (Отчник Игнатия Брянчанинова): «Держащийся своей падшей воли не может быть в мире ниже с истинными христианами: потому что сердцу его соприисутствуют малодушие, гнев и раздражительность».

Авва Исаия (Духовно-нравственные слова): «...умножается в нас гнев: когда стремимся удовлетворить пожеланиям, когда последуем собственной воле».

Авва Зосима (Добротолубие, т.3): «...причины гнева, ...суть: ...творить волю свою».

Петр Дамаскин (кн.1): «(происходит) гнев, когда кто не достигает желаемого, то есть своей воли».

Иоанн Максимович (Иллиотропион...): «Какая же причина его гнева и огорчения? - Что не сбылось то, чего он ожидал, о чем только и помышлял...».

Поэтому можно четко сказать, что раздражения появляется оттого, что что-то происходит не так, как хотела бы душа тайно или явно, и такого развития событий она не ожидала. Обратите особое внимание на то, что раздражение всегда состоит из огорчения,

которое выражает отношение человека к самому себе и из недовольства другим человеком, которое выражает отношение к другому человеку. Эти положения являются ключевыми: «я» и «другой человек», при чем «я», как правило, добрый, умный, порядочный, желающий добра и т.д., а «он» - злой, глупый, не порядочный, желающий зла и т.д. И такое устойчивое мнение постоянно движет человеком, даже если он его никогда не озвучивал в мыслях.

Итак, раздражение может происходить на родных и знакомых людей, когда ближний делает ошибки, например, забыл купить хлеб или помыть посуду. А может быть раздражение и на незнакомых людей, например, человек стоит в очереди к врачу, а другие заходят без очереди. Также раздражение может происходить при общении с другим человеком и без общения. Обращаем внимание, что все рассматриваемые примеры в этой главе относятся к тем случаям, когда мы первые раздражаемся или гневаемся на незначительные ошибки других людей или на их просьбы. Случаи, когда нас оскорбляют, обличают, осуждают и как мы реагируем на это, будут рассмотрены в одной из следующих глав. Также позже мы еще вернемся к теме о нашем гнев, но уже в контексте вопросов связанных с нашим осуждением, злопамятством и мстью.

Итак, продолжим рассматривать вопрос о раздражении. Хотя мы в самом начале темы говорили о степени раздражения, но сейчас мы еще раз рассмотрим случай раздражения, например, без наличия собеседника и это позволит нам увидеть, как при восприятии какой-либо ситуации без наличия других людей у человека появляется огорчение и недовольство. Итак, во время сильных морозов кто-то в подъезде не закрывает входную дверь. Всем понятно, что из-за этого будет холоднее, как минимум, в квартирах первого этажа. Кто живет на первых этажах всегда закрывают дверь, а кто выше – не всегда. И когда кто-либо из жильцов этих квартир видит, что дверь открыта, то, как правило, он тут же констатирует в мыслях: «опять открыта!» и переживает слабые или сильные негативные эмоции. Вот этот момент и называется огорчением, или досадой, выраженный сожалением, что что-то произошло не так, как человек хотел или считал правильным. А если это не соответствует его намерению и мнению, то человеку не будут нравиться слова или действия другого человека и из спокойного состояния он приходит в беспокойное. Эта эмоция сожаления, или огорчения, относится к страсти печали, т.к. именно при ней человек скорбит в большей или меньшей мере о том, что что-то происходит не так как он думает и желает, а при раздражении это не сама страсть, а только мгновенное ее действие. Напомним, что огорчение имеет эмоцию, подавленного характера, и может выражаться вздохом, или точнее - выдохом, и междометиями «увы», «эх», «ох» и т.п., или словами типа: «как всегда», «началось», «опять» и др., характерных для постоянных отношений между людьми. И хотя произносится пару слов, но они означают более расширенные мысли, например: «из-за того, что не закрывают дверь у меня в квартире было холоднее и будет холодно». Конечно, знание о том, что холод - это плохо, тут же возбуждает негативные эмоции, связанные с холодом, и, естественно, душа желает избежать этих неудобств. Но т.к. наши души самолюбивы и склонные к саможалению, то даже такие малозначимые ситуации будут выглядеть в глазах саможаления, как катастрофа. Например, многие из нас испытывают сильные огорчения, когда не работает лифт, когда не закрывают дверь, когда кто-то бросает мусор в подъезде и т.д., и все они означают: мне не удобно без лифта, мне холодно, мне не хочется видеть и ходить по мусору. На первый взгляд кажется, что все эти огорчения справедливы, т.к. все это действительно неудобно. Но во всех этих выражениях есть ключевое слово «мне». Именно оно показывает, как самолюбие не желает телесных неудобств. Если говорить о обычных мирских ситуациях, то они не так катастрофичны, т.к. когда не работает лифт можно воспользоваться лестницей, когда не закрыта дверь можно ее закрыть или написать объявление о просьбе закрывать дверь или соблюдать чистоту, а то и взять и самому убрать мусор. Самым естественным и бесстрастным решением есть следующее решение: закрыть дверь, чтобы сохранить тепло. И всё.

Здесь мы на некоторое время отступим от темы об огорчении, и скажем о следующем. К сожалению, у некоторых из нас после вышеназванного решения просто закрыть дверь, тут же может появиться недоумение типа: «как это закрыть, и всё? Так тогда у нас никогда порядка не будет!». Обратим внимание, что мысли и эмоции, которые испытали эти люди также относятся к стадии огорчения и недовольства, оформленные оправданием о справедливости и порядке. Возмущение произошло потому что такое решение вопроса не соответствует их представлению о том, как надо вести себя в подобных ситуациях. В таких возмущениях живут многие из нас и об этом мы будем говорить позже. А сейчас только кратко остановимся на этом вопросе.

Во-первых, дело в том, что основным мотивом возмущения является понятие «справедливость». Неверно употребляемое слово «справедливость» приносит большой вред душе и совести человека.

Феофан Затворник (Толков. на посл. к римлянам 7,11): «Ухитряется (грех) представлять дела, противные заповеди в таком свете, что человеку кажется, что гораздо лучше, будто даже разумение, поступить против заповеди, нежели как по заповеди. Например: обидел кто. Заповедь повелевает: прости. Но подходит грех и внушает: «будешь прощать, тебя затопчут, с грязью смешаю, и жить нельзя будет. Лучше постой за себя; докажи, что тебя нельзя трогать незаконно. И тут ничего не будет худого. Закон справедливости того требует» Кажется человеку, по таким резонам, что лучше не прощать – и не прощает. На деле же лучше простить, а не простить только кажется лучше, но не есть. Вот и прельстился человек. Как в этом случае, так бывает и во всяком деле, противном заповеди».

Рассуждения о справедливости в искаженном виде заключаются в следующем: у человека есть свое мнение, а его не слушают, или есть желание, а другие мешают ему исполниться. При этом другой человек всегда неправ, т.к. посягает на «мое», а «я» - несчастная и невиновная жертва, которая не хотела ничего плохого, а только желает, чтобы все было по справедливости. И все это приводит к осуждению людей, причем тех, кого мы осуждаем могут не делать никакого греха, а действуют, как и мы по своим нуждам и обязанностям (например, водитель маршрутки перевозит людей согласно графику, или впереди стоящий в очереди покупает нужный ему товар).

Также рассуждения о справедливости зачастую является собственным толкованием людей заповедей Божиих и Его воли. Почему это так мы прочтем ниже, а вначале скажем, что каждому христианину необходимо четко знать и следовать заповедям Божиим.

Феофан Затворник (Слова на Господские, Богородичные дни, Слово на Благовещение Пресвятой Богородицы): «...общие правила (данные Господом в Евангелии) пересмотри, например: чтоб не гневаться, не обижать, не гордиться, не брать чужого, не завидовать, жить со всеми в мире, друг другу помогать, быть трезвым, воскресные дни и праздники чтить и прочее. Так всякий подробно разузнай, какие идут к нему определения воли Божией, и по ним жизнь свою распоряди и распиши, как на картине какой, чтоб для тебя ясно было, как в чем волю Божию исполнить. Определивши так, положи потом исполнять то без размышления, особенно не размышляй о последствиях. Это есть отличительная черта истинной покорности воле Божией — творить узанную волю Божию без размышления. Говори себе всякий раз в сердце своем: знаю, что вот в этом случае такая воля Божия есть, и исполню ее непременно, а что дальше будет, о том не мое дело рассуждать. Господь, давший закон, все видит и промыслит о последующем. И какой бы ни был случай, относительно коего ты знаешь определенно волю Божию, всегда так держи на душе. Ибо станешь размышлять о последствиях, непременно собьешься с правого пути и погресишь. Пусть, например, обидел кто. Воля Божия ведома: прости. И прости без размышления. Но станешь размышлять о том, что из этого выйдет, — и растеряешься. Пойдут мысли, что все станут считать тебя бесхарактерным, человеком без достоинств; и еще что? — ныне один обидел, завтра другой обидит, там третий и так далее,— и жить нельзя будет. И скажешь: нет,

нельзя простить; надо постоять за себя, и начнешь стоять, и пойдет сумятица; отчего? — Оттого, что воля Божия нарушена. А она отчего нарушена? — Оттого, что стал размышлять о последствиях. А скажи сразу: прощаю, так Бог велел, — и всем колебаниям конец. Ведь во всем мире домовладыка один — Господь».

Во-вторых, отвечая на возмущение о таком простом решении, как закрыть дверь, следует сказать, что все мы не раз читали в евангелии о том, как поступал Господь в тех или иных ситуациях. И дерзнет ли кто-нибудь из нас даже подумать, что Он начал бы бороться с несправедливостью, подобно нам, да еще и в таком незначительном деле?! Также все мы знаем о заповедях о смирении и кротости, которые означают следующее:

Иоанн Кронштадтский (Моя жизнь во Христе): «Быть смиренным значит считать себя достойным за грехи всякого унижения, оскорбления, гонения, побоев; а быть кротким значит в злобии сердца переносить неправды относительно нас, ругательства и пр. и молиться за врагов своих».

Давайте обратим внимание, когда у нас должны быть кротость и смирение: при унижениях, оскорблениях, гонениях, ругательствах, неправдах. А подходят ли наши обыденные дела к таким ситуациям? Нет. Они не могут даже и сравниться с такими подвигами. Кто нас гонит ради правды Божией или кто нас оскорбляет невинно, когда не закрыта дверь в подъезде?! Никто. Это, как было сказано, наше малодушие, плотоугодие и саможаление желает себе тепла и удобств и очень огорчается, если кто-то мешает. И вместо того, чтобы бесстрастно решить такие незначительные проблемы, мы мгновенно испытываем негативные эмоции огорчения, которые тут же переходят в эмоции гнева на других людей.

А теперь вернемся к вопросу об огорчении. Понятно, если человек научиться останавливать гнев на стадии огорчения, то его страсть гнева не будет иметь силу.

Феофан Затворник (Толков. на посл. Ефес.4,31): «...тот, кто прогоняет первое огорчение, полагает тем конец дальнейшему его движению — до раздора, драк и убийств. Так да возьмется от среды огорчительность, будучи прогоняема взаимною уступчивостью, и мирное согласие никогда нарушаемо не будет».

Еще раз обозначим, как останавливаться на огорчении. Когда ты видишь или слышишь то, что не соответствует твоей воле или твоему мнению, ты тут же испытываешь подавленные эмоции, выражающие досаду. При этом произносятся различные характерные междометия типа «эх!» и т.п. И если будет замечена именно эта стадия, то следует сказать себе, например: «ну, ничего страшного, закрой дверь», или «пойду пешком» или «пожду другую маршрутку» и добавить обращение к Господу «помоги мне, Господи!» или «помилуй нас, Господи!». Если таким образом ум сможет найти решение в затруднительной ситуации, то тем самым он взбадривает душу, которая на доли секунды испытала огорчение, и такие решения ограждают от возгорания негативных эмоций.

Василий Великий (Беседа 10, На гневливых): «Если в состоянии будешь целомудренным рассудком подсесть корень раздражительности, то этим уничтожить много страстей в самом их начале».

А память о Боге дает надежду, что все в воле Божией и что Он помогает во всех ситуациях.

Но, к сожалению, на этой стадии мало кто из нас останавливается, т.к. такое воздержание огорчения может быть только при наличии таких добродетелей как кротость, смирение и терпение. О них мы будем говорить подробно позже, а сейчас только отметим:

Филарет Дроздов (Православный Катихизис. О 3-ей заповеди блаженства): «Кротость есть тихое расположение духа, соединенное с осторожностью, дабы никого не раздражать и ничем не раздражаться».

Максим Исповедник (Первая сотница о любви): ««Научитесь от Мене», глаголет Господь, «яко кроток есмь и смирен сердцем» (Матф.11, 29). Кротость предохраняет

раздражительность от возмущения, а смирение освобождает ум от надмения и тщеславия».

Платон Митр. Москов. (Сборник «Азбука добродетелей», терпение): «Чтобы приучить себя к терпению, надобно из головы своей выгнать оную безрассудную мысль, чтобы все было по нашему желанию».

Ефрем Сирин (В подражание притчам): «Хочешь ли укротить раздражительность? Возьмись за смиренномудрие, и ходи путем кротких и смиренных».

Как мы знаем кротость и смирение являются добродетелями противоположными гордости, и значит, если у нас нет этих добродетелей, то действует страсть гордости. Поэтому все наши возмущения происходят именно от нее, даже если мы это не понимаем и не чувствуем, отцы говорят именно об этом:

Иоанн Лествичник (Лествица, сл.8): «...раздражительность есть знак, великого возношения».

Феофан Затворник (Письма, вып.1, п.120): «Посмотрите, нет ли у вас самочувствия, т.е. чувства своего значения, или отрицательно, отсутствие чувства, что вы ничто. Это самое сокровенное чувство, но оно всем ворочает в жизни. От него первое требование, чтобы все было по нашему и коль скоро этого не бывает, то на Бога ропщем; а на людей серчаем. От него же уверенность, что все сами можем сделать и устроить, пустивши в ход придуманные средства, ожидаем, что все так и будет, как придумали. Оттого, что дело начинаете без усердной молитвы, и продолжаете тоже, и кончаете опять ропотом, если что не по нашему, и чувство самодовольства, - если по нашему. Бога во всем этом помышляете яко стороннее, а не действующее лицо. Так вот присмотритесь, нет ли сего, и если есть хоть не в большой мере, позаботьтесь восстановить чувство ничтожества своего во всех отношениях. И всегда Господа о том молитесь».

Поэтому раздражение можно назвать раздражением самолюбия и гордости, и пока мы не избавимся от самолюбия, саможаления, самомнения и тому подобных «само», то и не приобретем кротость и смирение, а это значит, что мы никогда не избавимся от раздражения.

Далее перейдем к вопросу о недовольстве, или возмущении, которое наступает тут же после не остановленного огорчения, возникающего от самолюбия и гордости, т.е. от неправильной любви и сочувствия к себе. Для огорченной души мало просто огорчиться, она знает, что кто-то причинил эти неудобства и ей надо «наказать» его. Именно этот этап и обозначен как недовольство, выражающее отношение к другому человеку и отвергающее чужую волю, слова и действия. Оно сопровождается осуждающей мыслью или словом и негативными эмоциями, направленными во вне. Следует четко понять и запомнить, что любое недовольство связано с осуждением другого человека и неприязненными чувствами к нему.

Продолжим рассматривать пример с незакрытой дверью в подъезде. Т.к. это пример, в котором нет другого человека, которому можно высказать вслух недовольство, то, как правило, у человека появляются мысли, направленные в никуда: «сколько можно им говорить», а могут быть в форме мысленного обращения к соседу: «ты что? не понимаешь, что холодно?» (такой вид передачи раздражения, когда рядом нет человека, а нам представляется, что он есть, относится к гневным мечтаниям). При этом, если человек не очень хорошо относится к соседу, то может испытывать и чувство ненависти, а если имеет нейтральные или дружеские отношения, то чувство неприязни различной силы.

Таких примеров, из уже рассмотренных нами в других беседах, можно привести много, например, случай с водителем маршрутки или случай в очереди. Конечно, в этом примере говорится о вещах, которые не могут нам нравиться, т.к. действительно в подъезде холодно, и действительно люди не закрывают дверь. Поэтому на первый взгляд можно сказать, что наше раздражение справедливо, и что наша воля – благая. Все и было бы так, если бы при мыслях о холоде, не возникали саможаляющие мысли о себе и своей квартире, а при мыслях о соседях не возникали злые чувства различной силы и готовность

каким-либо образом «наказать врага». Эти две мысли – о себе и о других, и две эмоции – жалость о себе и неприязнь к другим, у нас, грешных, всегда связаны.

Следует заметить, что если рядом окажется кто-то из людей, то эти мысли огорчения и недовольства могут быть сразу высказаны. Если же рядом никого нет, то человек может передать их позже, рассказывая этот случай, и опять будет переживать раздражение.

Вот примерно таким образом в течении нескольких секунд человек огорчается, недоволен, осуждает и нападает в мыслях на другого человека, который что-то делает не так как мы хотим или неправильно и которого нет рядом.

К сожалению, мало кто из нас представляет себе, какие чувства можно испытывать, когда видишь, что кто-то неправильно делает. Это происходит оттого, что мы склонны видеть в другом человеке врага, который глупее, злее, беспечнее нас умных, добрых, заботливых. Мы более привыкли думать, что кто-то специально это делает.

Феофан Затворник (сборник «Страсти и борьба с ними», гл. «Правила во время брани»): «В основании гнева всегда лежит мысль, что другой намеренно досаждаёт нам... Такие убеждения лежат глубоко в сердце и составляют его сокровеннейшие чувства...».

И мало кто из нас подумает без осуждения, что, может быть, сосед просто забыл закрыть дверь, или что он вообще не задумывается о том, что от этого будет холодно, или ему не холодно и т.п. Если бы у нас были такие мысли, то мы бы вспомнили, что и сами действуем зачастую также, не заботясь о других. Такие мысли рождают у нас не оскорбление и осуждение, а огорчение о ближнем. И эти чувства могут вызвать молитву о согрешающих по ведению и неведению и о своих грехах. Но наше самолюбие, самоугодие и саможаление не представляют, как можно молиться, когда ты видимо не виноват, а виноват другой (об этом мы еще будем подробно говорить далее).

Далее можно рассмотреть пример, когда раздражение происходит во время разговора. Так, практически при любом общении человек не знает каковы могут быть слова и действия другого человека. И если он имеет желание сказать или услышать что-то связанное с его вопросом или мнением, а другой говорит что-то другое, то человек как бы удивляется и понимает, что это не соответствует тому, что он ожидал услышать. Например, человек сообщает близкому о своих планах. При этом он уже подумал над своими действиями и над временем исполнения. Но ближний высказывает свою точку зрения, которая соответствует его представлению о действиях ближнего, например, он говорит: «так ты не успеешь» и человек тут же вспыхивает раздражением. Рассмотрим подробнее, что оно означает и как происходит. Душа, настроившись на какие-либо действия, вдруг слышит мнение, которое не соответствует ее мнению и стремлению. Она тут же испытывает определенное замешательство, но ум тут же подает мысль о том, что у человека, например, есть еще три часа в запасе, и душа, прослушав эти мысли, сразу же отвергает мнение другого человека. При чем делает она это возмущенно со словами: «почему я не успею? Успею. Не мешай мне» или что-то более резкое, что привык обычно говорить в таких случаях. Сам по себе повод к раздражению достаточно мелочен, т.к. мнение другого человека не является действительной преградой в исполнении наших планов, но нам в ту секунду кажется, что это посягательство на нас, граничащее с вопросом о жизни и смерти. А ведь можно было произнести спокойно, объясняя, что время еще есть. Но т.к. человек не раз уже слышал неправое мнение ближнего и его советы ему зачастую не нравились, и он втайне или явно считает ближнего не очень умным, и что он сам лучше знает или делает, то вся эта смесь устоявшихся расположений к себе и к ближнему тут же взрывается раздражением. На этом примере хорошо видно, что раздражение строится на самомнении и на нелюбви к ближнему, которая проявляет себя в такие моменты, т.к. в общем мы испытываем к нему любовь, но только тогда когда он не затрагивает наши интересы.

Обычно недовольство происходит на уже знакомые нам вещи, например, на чьи-то слова, просьбы и действия, которые нам уже до этого не нравились. А может быть

реакцией на обличения, при которой происходит неожиданное понимание того, что то, что говорит другой человек – это правда, которую мы не хотим слушать (но об этом рассмотрим в теме «об обличениях»).

Одним из способов борьбы с раздражением является научение себя не роптать, т.к. оно сопровождается раздражением.

Калист и Игнатий (Добротол., т.5): «Проводник искушений в душе есть помышление ропотливое, всегда движимое в сердце».

Иоанн Златоуст (т.5, Беседа на пл.140): «Если малодушие заставляет тебя роптать, то нужно истребить и этот корень, содержать дверь крепко и хранить строго. И порочным пожеланиям не нужно позволять рождаться, а зарождающиеся подавлять внутри и иссушать в самом корне».

Авва Исаия (Братиям, которые жили вместе с ним, сл.1): «Не спорьте друг с другом ни о каком предмете, никого не порицайте, никого не осуждайте, не унижайте ни словом, ни мыслью и отнюдь не ропщите ни на кого, подозревая его в чем-либо с худой стороны. Ложь да не исходит из уст ваших. Не желайте ни слышать, ни говорить того, что не приносит вам (душевной) пользы. Злоба, зависть и ненависть к ближнему да не обитают в сердце вашем».

Исходя из этого поучения и из того, что любое раздражение и гнев несут в себе осуждение ближнего и возвышение себя понятно, что нам особенно необходимо бороться с осуждением, но об этом мы будем говорить позже.

Также напомним, что необходимо следить за своими мыслями и эмоциями, и когда появилась привычная для нас мысль-недовольства, мысль-лукавства и мысль-осуждения, то, прослушав ее, следует сказать себе определенные правильные слова и обратиться к Господу за помощью.

Никодим Святогорец (Невидимая братъ, ч.1, гл.18): «Возбуждение страсти все же может подняться и тоже неожиданно. В таком случае вот что делай: как только ощутишь страстное движение, похотное или раздражительное, спешి обуздать его напряжением воли, низойди в сердце вниманием ума и всячески старайся не допустить его до сердца, и блюди, чтоб оно ни тем, что раздражает, не раздражилось, ни к тому, что привлекает, не прилегло. Если же случится внезапно породиться в сердце тому или другому, постарайся на первый раз, чтобы то не вышло наружу, не обнаруживай того ни словом, ни взором, ни движением. Потом понудь себя возвести ум свой и сердце свое горе к Богу, и, воспроизведши в себе ясное сознание и чувство и любви Божией беспредельной, и правды Его нелицеприятной, тем и другим постарайся страстное движение вытеснить, а противоположное ему доброе восставить. При предлежащей встрече, может быть, и неудобно будет это сделать вполне как следует, но всячески намерения и напряжения делать то не оставляй. Пусть теперь это безуспешно; после dokonчишь, когда прекратится страстевозбудительная встреча. О том же неотложно попекись, чтобы не обнаружить порождающейся страсти. И это будет не давать ей хода. Зато как только освободишься от недоброго притока впечатлений, спеши к сердцу и постарайся выбросить закравшуюся туда гадину».

Также не следует забывать и об самоукорении после того, как раздражился.

Схиигум. Савва (О главных христианских добродетелях и гордости): «Архиепископ Арсений Ч. дает совет для сохранения мира. Он пишет: «В духовной жизни большое значение имеет самоукорение. Оно облегчает, прежде всего, нести скорби. Случилось со мной что-либо скорбное: если я не стану укорять никого, возлагать вину на другого, а сам себя обвиню, внутренне скажу, что я достоин всего скорбного, то этим самым обличу себя и без смущения, с некоторым спокойствием, перенесу для меня трудное, тяжелое, так что можно сказать: укорение себя доставляет успокоение, умиротворение нашего духа. Самоукорением подавляются, так сказать, притупляются наши страсти, наши грехи. Самоукорение для страсти то же, что вода для огня: водой заливается огонь, самоукорением – страсти. Самоукорение развивает тонкость различения нравственного:

доброе от скверного и дурного, так что у кого нет самоукорения, у того притувлено познание доброго. Самоукорение развивает и укрепляет смирение, ибо кто укоряет себя, тот все, что ни случается с ним доброго, будет считать делом Божия Промысла, а злое – за грехи наши. Самоукорение ведет к взаимному миру. Если бы все укоряли себя, то водворился бы мир, все бы мирствовало друг с другом, и наоборот: укоряя друг друга, мы посеваем вражду и неприязнь. Самоукорение дает нам спокойно переносить оскорбления, не чувствовать их. Самоукорение есть узда, сдерживающая проявление, движение в нас всего дурного. Самоукорению противоположно самооправдание, которое развивает в нас тщеславие, самомнение и гордость»»».

Итак, рассмотрев подробно различные виды борьбы со вспышками гнева, надеюсь, что еще более ясны стали поучения, уже приводимые выше:

Иоанн Лествичник (Лествица, сл.8): «Начало безгневия есть молчание уст при возмущении сердца; середина - молчание помыслов при тонком смущении души; а конец - незыблемая тишина при дыхании ветров нечистых».

Авва Зосима (Добротолубие, т.3): «Смущаться и не говорить свойственно несовершенно и новоначальным; а даже и не смущаться есть дело совершенных, как говорит Пророк: «уготовихся и не смутихся» (Пс.118, 60). И это ест великая добродетель».

Также исходя из них понятно, что если в у человека появляются какие-либо мысли и чувства, которые ему необходимо сдерживать, то он еще не стал негневливым, т.к. если бы он был таковым, то у него бы был постоянный покой при различных скорбях, искушениях, оклеветаниях и т.п., и у него рождались бы только мысли, соответствующие любви к Богу и к человеку (об этом мы еще скажем подробно позже).

В конце этой главы приведем молитвы-рассуждения о гнев.

Николай Сербский (Молитвы на озере, 70): ««Исполнился еси мира, о Слава светов горних, и гнев земли не в силах нарушить его». Мало в смертных мира, оттого и гнев множится. В недрах превозношения гнев вьет гнездо себе, в недрах гнева лежит убийство. Всякий грех ведет к убийству, но ни один грех не стоит к убийству ближе гнева. Близорукые законы земные не наказуют гнев, ибо убийцы не видят в нем. Твой закон прозорливый, Слава светов горних, гнев убийством именует. День и ночь, под солнцем и под месяцем, стараюсь проникнуть в тайну закона Твоего. С тех пор как старания мои истожили надежды мои земные, чувствую, как убивает меня гнев соседей моих. Рабы — чада гнева, сыновья — чада мира. Потому премудрость Твоя и зовет неустанно: сыновьями станьте! Ибо сын на лицо отца смотрит и по нему свое лицо исправляет. И если видит лицо отца мирным, как, не отвратившись от него, может свое исказить гневом? Гнев двоим немощ приносит: тому, кто в гнев, и тому, на кого гнев изливается. А немощ — смерти предвестница. Чудотворец среди детей гнева чуда не совершит, ибо немощ разбивает его в присутствии их. Друзья мои, отчего вы силу ощущаете среди любящих вас и немощ среди тех, у кого присутствие ваше гнев вызывает? Не оттого ли, что любящие жизни добавляют, а гневные похищают от жизни? Потому и возлюбил я быть с Тобой, Слава светов горних, ибо в Твоем лишь присутствии я не убиваю и меня не убивают. Так же как за каплей капля точит воду скалу неприступную, так разъедает гнев жизнь обоих.словно убийца в засаде, так затаился гнев в сердце гордом. Воистину, превозношение знает вину свою, оттого и поставило гнев на стражу, чтобы охранял его. Знает превозношение вину свою, оттого и сделало другой грех адвокатом своим. Смирением сердце мое исполни, о Слава светов горних, смирением Ангела, пред Твоим престолом предстоящего. Ибо нет у смирения для гнева ни ночлега, ни убежища. Дай мне смирение сыновнее, да устыжусь на рабов гневаться и убивать. Облеки мя в броню мира Твоего, его же гнев гневных не поколеблет».

Григорий Богослов (Слово на гневливых): «Заклинаю тебя, гнев - друг пороков, неприязненный мой защитник и покровитель, надмевающий меня и предающий аду, покоришься ныне Богу и Слову. Покоришься, гневливость – это воскипание, эта полнота

человекоубийцы, это очевидное безобразие лица, это обуревание мысли, это злобное упоение, эти рога, подталкивающие в тартар, этот легион бесов, это многосложное зло... покорись. Ибо Христос, Которого не вмещает мир, Который Своим кормилом непогрешительно движет целую вселенную, уделяя жизнь и людям, и Ангелам, а усердно призывающим Его дарует разрешение и от лукавых духов, и от страстей. Христос хочет, чтобы ты немедленно бежал отсюда и, войдя в свиней, скрылась в бездну! Готово принять тебя это стадо, низвергающееся в глубину. Но не касайся нас, о которых имеет попечение Сам Бог!».